

الفصل الثالث

دراسات سابقة

- دراسات تناولت إدارة الحياة.
- دراسات تناولت السعادة.
- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة.
- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة وسمات الشخصية
- دراسات تناولت العلاقة بين السعادة وسمات الشخصية.
- فروض الدراسة.

الفصل الثالث

دراسات السابقة

تعرض الباحثة فى هذا الفصل أهم الدراسات التى تناولت العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة وسمات الشخصية ولقد قامت الباحثة بتقسيم الدراسات حسب مجال الدراسة كالآتي:-

- دراسات تناولت إدارة الحياة.
- دراسات تناولت السعادة.
- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة.
- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة وسمات الشخصية.
- دراسات تناولت العلاقة بين السعادة وسمات الشخصية.

- دراسات تناولت إدارة الحياة

هناك العديد من الدراسات التى تناولت إدارة الحياة أو مكوناتها بصفة عامة لدى الأفراد العاديين وبصفة خاصة لدى الأفراد الذين يعانون من الإعاقات البسيطة . وفيما يلى عرض لأهم هذه الدراسات :

قام كاسير (Kaiser,1995) بدراسة هدفت إلى الحصول على حياة ناجحة وعدم تسرب الطلاب فى المرحلة الثانوية الذين لديهم إعاقات خفيفة حيث كانت هذه الدراسة مشروع فى ولاية Kentucky لتطوير منهج إدارة الحياة ، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن أسلوب تدريس تركز على النشاطات اليدوية ، والمناقشة فى مجموعات صغيرة ومشاريع الدفاع عن النفس واستخدام نموذج درب عليه الطلاب وهدفه هو صنع قرار لوضع اهداف اسبوعية ومستقبلية ، وتكونت عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية الذين يعانون إعاقات خفيفة وأظهرت النتائج أن تقييم النفس وتشمل مهاراتهم وقدراتهم والاحتياجات المرتبطة بإعاقاتهم وادراك التعديلات التى يحتاجها الطلاب بسبب إعاقاتهم ومعرفة حقوقهم المدنية والتعرف على مهارات الدفاع عن النفس الضرورية للتعبير عن احتياجاتهم فى موقع العمل فى المؤسسة التعليمية وبيئات المجتمع . والبحث عن عمل والإرشاد والمزج بين كل هذه المجالات فى تطوير المهارات وحل المشكلات والدفاع النفسى بحيث يشمل فى النهاية منهج " إدارة الحياة " .

أما دراسة كاسير وآبيل (Kaiser & Abell, 1997) فهذفت الدراسة إلى فحص تحديات توفير التعليم من أجل الحياة . وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الأطفال ذوى الإعاقات البسيطة واستخدمت الدراسة منهج التربية الخاصة الذى هدف إلى تعليم الاطفال كيفية إدارة حياتهم وتعودهم على مهارات حل المشكلات وكيفية التعامل مع مواقف الحياة اليومية وكانت النتيجة التى توصلت إليها الدراسة هى ممارسة الاطفال ذوى الاعاقات البسيطة لحياتهم بطريقة افضل مما كانت عليه .

ودراسة الكسندر وباول (Alexandr & Paul, 1998) وكان الهدف من الدراسة هو اجراء فحص تجريبي لنموذج نفسى للتقدم فى السن وبناء نموذج (SOC) حيث يوفر هذا النموذج اطاراً عاماً لفهم تغير النمو والمرونة على مدى الحياة . وشملت عينة الدراسة (ن=٥١٦ فرد) مرحلة اولى (ن=٢٠٦ فرد) مرحلة ثانية وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقابلة شخصية تعمل على جمع البيانات ونموذج SOC المكون من ١٢ عبارة ومقياس الصحة الذاتية (PCGMS) Philadelphia Center Morale Scale المكون من ١٥ عبارة ومقياس الشعور بالوحدة المكون من ٨ عبارات ومقياس المتغيرات الشخصية المكون من ١٨ عبارة مختصرة لقائمة الشخصية للعوامل الخمس الكبرى ومقياس الذكاء ومقياس العواطف السلبية والايجابية المكون من ١٠ عبارات واسفرت النتائج عن ظهور فائدة النموذج المعد "الاختيار - التفاؤل - التعويض" SOC فى التنبؤ بالمؤشرات الذاتية للتقدم الناجح فى السن وكان الأفراد الذين قرروا سلوكيات مرتبطة ب SOC هم الذين قرروا وظيفة أكثر ايجابية فى كل من المجالات التى يختارها لتحديد التقدم الناجح فى السن وفى العمل المستقبلى .

أما عن دراسة الكسندر وباول (Alexandr & Paul, 1999) فكان هدفها هو تصحيح الخطأ الذى قام بتسجيله كل من الباحثان فى دراسة عام ١٩٩٨ فقد تم اعادة تحليل البيانات من منظور ايجابى يشمل ثلاث عناصر وهى : الاختيار - التفاؤل - التعويض " وكانت نتيجة اعادة التحليل تدعم النتائج الرئيسية التى سبق عرضها. كما ظهرت سلوكيات مرتبطة ب SOC وهى مستويات اعلى من الصحة والتقدم فى السن. وكان هذا التصويت لا يقرر تغير فى النتائج الاصلية لـ (Freund, Baltes, 1998)

واشارت دراسة الزهار (EL-Zahhar, 1999) إلى النموذج النظري لعنصر إدارة الحياة وذلك للتعرف على متغيرات إدارة الحياة وقلق الامتحان والخوف من الفشل ومعرفة اثر متغيرات إدارة الحياة على الطلاب وقد استخدمت الدراسة مقياس لإدارة الحياة الذى يتكون من ٧٠ عبارة تم تطويرها لقياس متغيرات إدارة الحياة من إعداد الباحث ومقياس الخوف من الفشل من إعداد الباحث ويتكون من ١٠ عبارات ومقياس القلق من الامتحان المكون من ١٢ عبارة من إعداد الباحث ، وكانت عينة

الدراسة (ن= ٢١٩ طالبا) (١٥٩ انثى و ٦٠ ذكر) وكان المعدل العمري لهم هو ١٨,٣ عاما يتراوح أعمارهم بين ١٨-٢١ عاما من طلاب جامعة حلوان كلية الاقتصاد المنزلى .وكانت نتيجة الدراسة أن بعض متغيرات إدارة الحياة (الواقعية ، إدارة الوقت ، مركز التحكم الداخلى) والخوف من الفشل لها تأثير ضار على القلق من الامتحان وبهذا فان الطلاب الذين لديهم إدارة سيئة للحياة وخوف من الفشل سيزيد احتمال تعرضهم لخبرة القلق من الامتحان . كما اقترحت النتائج المتعلقة بالخوف من الفشل كمتغير تابع أن متغيرين من متغيرات إدارة الحياة (مركز التحكم الداخلى والمبادأة) وقلق الامتحان لها تأثير ضار على الخوف من الفشل وبهذا يمكن أن نتوقع أن الأفراد المبادرين القلقين ذوى مركز التحكم الداخلى سوف يحاولون تجنب المواجهة مع مواقف ومتطلبات الانجاز لانهم يشعرون بالخوف من الفشل فى موقف الامتحان . كما أثبتت النتائج أيضاً إرتباط عنصر الإدارة بشدة بعنصر الشخصية .

أما دراسة كيمبلى ومارجى (Kimbely & Margie, 2001) فهدفت إلى دراسة اساليب التقرير الذاتى للتخطيط وإستكشاف العلاقة بين التخطيط والتحكم والرضا عن الحياة وقد قامت الدراسة على مرحلتين وكانت عينة الدراسة عبارة عن مجموعتين من الأفراد تتراوح أعمارهم من ٢٥ - ٧٤ عام واستخدمت الدراسة قاعدتين بيانات الأولى : تتضمن عدد من اسئلة الاستبيان الخاصة بالتخطيط المستقبلى والثانية مجموعة من المقاييس وتضم : مقياس الرضا عن الحياة ومقياس التحكم واختبارات لتقييم القدرة على التفكير وحل المشكلات وكانت نتيجة الدراسة أن التخطيط المستقبلى يرتبط بالرضا عن الحياة وان طبيعة العلاقة بينهما تتنوع مع تنوع العمر والأفراد الذين لديهم ميل اكبر عن الحياة حيث أن هذه العلاقة كانت واضحة بشكل اكبر فى الدراسة الأولى لدى مجموعة الأفراد فى ضوء التفاعل بين العمر والتخطيط ، مما اكد أن التخطيط المستقبلى يسهل الاحساس بالتحكم فى جميع المجموعات العمرية بما يدعم الرضا عن الحياة. ولقد نجحت الدراسة فى دراسة علاقة المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية والبيئة والشخصية والمعرفية باساليب التخطيط المستقبلى للحياة وكانت مؤشرات النوع والتعليم والدخل من المؤشرات الهامة للتنبؤ بالتخطيط فى المرحلتين.

ودراسة الكسندر وباول (Alexandr & Paul, 2002a) التى هدفت إلى الربط بين مجالين : الأول يتعلق بالإطار النظرى لما وراء المعرفة لتطوير الحياة الناجحة و نموذج SOC لاستراتيجيات الاختيار والتفاوض والتعويض والثانى هو استخدام الامثال واستخدمت الدراسة الحالية الامثال فى استكشاف مدى توافق افكار الأفراد حول استراتيجيات إدارة الحياة مع نموذج الاختيار والتفاوض والتعويض وانقسمت الدراسة إلى خمس دراسات تفصيلية حيث استخدمت الدراسة الامثال فى استكشاف مدى توافق افكار الأفراد حول استراتيجيات إدارة الحياة حيث تتراوح عمر العينة

بين ١٩- ٨٥ عام فكان عدد الأفراد فى الدراسة الأولى ٦٤ فرداً والدراسة الثانية ٣١ فرداً والدراسة الثالثة (٦٠) فرد والدراسة الرابعة (٤٨) فرد والدراسة الخامسة (٢٠) فرداً وكانت نتيجة الدراسات الخمسة أن الامثال ترتبط ب Soc بحيث أن الأفراد عندما يطلب منهم الاختيار بين الامثال متعددة لإدارة الحياة فانهم يفضلون الأمثال المرتبطة ب Soc.

أما دراسة الكسندر وباول (Alexandr & Paul, 2002b) التى هدفت إلى قياس التقرير الذاتى للاختيار الانتقائى والاختيار بدون اساس والتفاؤل والتعويض Soc كإستراتيجيات لإدارة الحياة وكانت العينة عبارة عن عدد من البالغين الشباب وكبار السن ومتوسط اعمارهم بين ١٨- ٨٩ عاما وكانت أدوات الدراسة عبارة عن نموذج Soc الذى يقيس النمو التكيفى ومقياس التقرير الذاتى من إعداد الباحثان وكانت نتيجة الدراسة أن استراتيجيات إدارة الحياة اظهرت روابط تقارب ذات معنى مع الابنية النفسية مثل : اساليب التفكير ، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبرهنت النتائج على وجود روابط ايجابية مع مقاييس الجودة وروابط الشخصية كما عمل نموذج Soc على قياس كيفية إدارة الناس لحياتهم بالطريقة التى تتفق مع تطورهم ونمو شخصياتهم وهذا يتضمن بقاءهم سعداء وذلك من خلال التنظيم الزمنى قصير المدى وطويل المدى للسلوك على مر الوقت والمواقف المختلفة .

وكذلك دراسة شو و شى (Chou & Chi, 2002) التى هدفت إلى فحص الاثر المعتدل لاستراتيجيات إدارة الحياة والتى شملت الاختيار - التفاؤل - التعويض "وعلاقتها بالتوتر المالى والرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من كبار السن تتراوح اعمارهم من ٦٠ عاما وما فوق من مجتمع هونج كونج وبلغ عدد العينة (ن= ٣٠٠) فكان المستجيبون منها (ن= ٢٥٠) والباقي رافضون وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس للرضا عن الحياة ومقياس للتوتر المادى والصفات الديموجرافية من إعداد الباحثان واستخدمت المقابلات الشخصية مع هذه المقاييس . وكانت نتيجة الدراسة أن هناك ارتباط بين بعض استراتيجيات إدارة الحياة يجب أن يتم تدعيمها لحماية الأشخاص الأكبر سنا فى ظل التوتر المالى المستمر من المستوى المنخفض للرضا عن الحياة .

و دراسة مكفور وهوكنس (Mcivor & Hawkins, 2003) التى هدفت إلى ايجاد المهنة وأسلوب الحياة الملائمة لحياة الفرد وكانت عينة الدراسة مجموعة من الأفراد فى المجتمع الانجليزى والاييرلندى وكانت الأدوات الخاصة بالدراسة عبارة عن نموذج سمي بنموذج handy charles وبعض الاسئلة التى تستنتج عن سبب ترك الأفراد لوظائفهم وكانت نتيجة الدراسة انه لابد من تطوير حياة الفرد واستخدام التقنيات الحديثة وذلك للوصول إلى الابداع وإدارة الحياة بطريقة فعالة .

أما دراسة لوراني واخرون (Lorraine.et al ,2004) التي هدفت إلى استكشاف إدارة الحياة في أسر الاطفال نوى خواص العجز المختلفة والمراحل العمرية المتنوعة وكانت العينة عبارة عن أسر ايطالية وكان عددهم (ن= ١٠٧) أسرة ولقد استخدمت الدراسة اسلوب يعتمد على اجراء مقابله لتحديد الاستراتيجيه الفعاله لإدارة الحياة الخصائص والنتائج التحويلية للاباء الذين لديهم اطفال معاقين ثم التعرف عليهم عن طريق الجمعيات المختصة وتم عمل مسح لمجموعات كبيرة من الاباء وتم عمل هذا المسح باستخدام معيار مسحي لإدارة الحياة LMS life management survey وكانت نتيجة هذه الدراسة أن هؤلاء الآباء لديهم اطفال يتبعون استراتيجيات فعالة لإدارة الحياة ولديهم خصائص معينة تميزهم عن الآخرين الذين لا يعانون اطفالهم أى إعاقة.

أما دراسة (عمرو رفعت عمر ،٢٠٠٤) التي هدفت الدراسة إلى الوقوف على طبيعة العلاقة بين متغيرات إدارة الحياة والشعور بالوحدة النفسية والقلق وكذلك هدفت إلى التوصل إلى افضل النماذج السببية التي تفسر العلاقة بين متغيرات إدارة الحياة والشعور بالوحدة النفسية والقلق وتكونت عينة الدراسة من (٢٨) طالب كفيف من معهد النور بالزيتون وكان عمر الطلاب بين ١١-١٥ عام بمتوسط قدرة ١٢,٤٥ عام وانحراف معيارى ١,٣١ وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس إدارة الحياة إعداد الباحث ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس حالة القلق وأوضحت النتائج أن هناك علاقة ايجابية بين متغيرات الشخصية للمراهقين المكفوفين(الواقعية، المبادرة، مركز التحكم ، تحمل المسؤولية، المنافسة، إدارة الوقت) كما وجدت علاقة سببية غير مباشرة بين متغيرات الشخصية كمتغيرات بادئة خارجية Exogenous والشعور بالوحدة النفسية متغير نهائى داخلى Endogenous من خلال إدارة الوقت كمتغير وسيط .

ودراسة دراى (Dray,2004) التي هدفت إلى استخدام استراتيجيات إدارة الحياة من جانب البالغين الذين يعانون من (النشاط الزائد) لتعويض التحديات الوظيفية وكانت العينة عبارة عن (ن = ٢٤٠) واعمارهم بين ٢٣-٣٧ عام وكانت أدوات الدراسة عبارة عن استبيان يوضح استخدام استراتيجيات إدارة الحياة لتقييم استخدام المساهمين لاستراتيجيات تطوير الذاكرة ومهارات ماوراء المعرفية والسلوكية ومهارات اخفاء العواطف .وكانت النتيجة عكس ماتم التنبؤ به فان استراتيجيات إدارة الحياة هى استراتيجيات بسيطة مجردة والتي كانت تهدف إلى تعديل نشاطات الفرد الشخصية والبيئية الفيزيائية لمعالجة أعراض النشاط الزائد ، كما اكدت النتائج أيضاً ارتباط الاستراتيجيات الادارية والتنفيذية بالمستوى الأعلى لما وراء المعرفة والتي تهدف إلى تطوير الرؤية الداخلية وضبط الصعوبات التي تواجه الأفراد.

وفى دراسة دانيلا وجاسكى (Daniela&Jacqui,2006) وهدفها فحص الاثر العام والخاص للموارد الشخصية واستراتيجيات soc لإدارة الحياة (الاختيار- التفاؤل - التعويض) على الصحة الذاتية وقد قامت الدراسة على مرحلتين فكانت العينة الأولى مكونه من ١٥٦ شخص تتراوح اعمارهم بين ٧١-٩١ عاما من كبار السن كما شملت العينة المتقدمين جدا فى السن ٧٨ عاما وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس استراتيجيات إدارة الحياة ومقياس الصحة الذاتية ، وكانت نتيجة المرحلة الأولى أن النتائج المرتبطة بالاستراتيجيات لها دور فى تحقيق الرضا أما عن المرحلة الثانية حيث هدفت إلى تحديد ما اذا كانت العلاقات المحددة بفترة عمرية بين الموارد، SOC والرضا عن التقدم فى السن والتي لوحظت فى المرحلة الأولى وكانت عينة الدراسة عبارة عن ٢١ فرد واستخدمت نفس المقاييس والأدوات التي استخدمت فى الدراسة الأولى ، وكانت النتيجة هى توضيح متوسط فروق المستوى فى حالة الموارد، واستخدام SOC والرضا عن التقدم فى السن بين البالغين وذوى الموارد المنخفضة والمرتفعة مع مراعاة مقدار وأهمية تحليلات التغير . وتحديد ما اذا كانت عضوية مجموعة الموارد وتكرار استخدام SOC يرتبط بالتغيرات المطولة فى الرضا عن التقدم فى السن .

- دراسات تناولت السعادة

هناك العديد من الدراسات التي تناولت موضوع السعادة وفيما يلي عرض لاهم هذه الدراسات:

دراسة جمال شفيق أحمد (١٩٩٤) حيث هدفت هذه الدراسة إلى تصميم أداة لقياس الشعور بالسعادة لدى الأطفال والتعرف على البناء العامل لها ، مع تحديد أهم معالمها السيكومترية والتعرف عما إذا كان هناك أثر لمحدد الجنس (ذكر / اناث) على درجة الشعور بالسعادة لدى الأطفال والتعرف عما إذا كان هناك أثر لمحدد المرحلة العمرية والمستوى الاجتماعى الاقتصادى على درجة الشعور بالسعادة لدى الأطفال . وكانت عينة الدراسة عبارة عن مجموعة من الأطفال عددهم (٣٨٠) طفلاً منهم (١٩٢) ذكراً ، (١٨٨) أنثى وإستخدمت الدراسة مقياس الشعور بالسعادة لدى الأطفال كما استخدم الباحث استمارة المستوى الاجتماعى الاقتصادى وقام الباحث بإعدادها بهدف التعرف على أبعاد المستوى الاجتماعى الاقتصادى وتحديد مستواه لدى أطفال عينة الدراسة الأساسية بطريقة سهلة ومبسطة . وكانت نتيجة الدراسة وجود فروق جوهرية فى درجة الشعور بالسعادة بين الأطفال الذكور والاناث لصالح الأطفال الاناث حيث كان متوسط درجاتهن على مقياس الشعور بالسعادة أعلى من متوسط درجات الذكور . كما وجدت فروق جوهرية فى درجة الشعور بالسعادة بين الأطفال فى كل من مرحلتى الطفولة الوسطى والطفولة المتأخرة لصالح أطفال مرحلة الطفولة الوسطى ووجود فروق جوهرية فى درجة الشعور بالسعادة بين الأطفال ذوى المستوى الاجتماعى الاقتصادى المنخفض والمرتفع لصالح أطفال المستوى الاجتماعى الاقتصادى المرتفع .

أما دراسة (مايسة النبال وماجدة خميس ١٩٩٥) فقد هدفت إلى بناء مقياس الشعور بالسعادة لدى المسنين والمسنات مع بيان أهم خصائصه السيكومترية والوقوف على البناء العاملى لبنوده إلى جانب فحص العلاقة بين بعض المتغيرات الشخصية كالقلق والاكتئاب والعصابية والوساوس والانبساط لدى عينة من المسنين والمسنات فى مدينة الاسكندرية وكانت العينة عبارة عن (٦٠) فرداً من المسنين والمسنات حيث قسم (٣٠) من المسنين و (٣٠) من المسنات وقد بلغ متوسط عمر عينة المسنين ٦٨,٥٢ فى حين بلغ متوسط اعمار عينة المسنات ٦٢,٢٣ وقد استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس السعادة وقد تم وضعه ليناسب التطبيق على المسنين والمسنات المصريين وقائمة القلق : الحالة والسمة وقائمة بك للاكتئاب ومقياس العصابية والانبساط ، وأظهرت نتيجة الدراسة وجود الارتباط الموجب بين المتغيرين الأساسيين ولاسيما أن السعادة مكون من مكونات الانبساط وهذا ما أسفر عنه التحليل العاملى لمعاملات الارتباط عن ثلاث عوامل لدى عينة المسنين وكانت المسميات على النحو التالى : الاكتئاب مقابل السعادة ، القلق مقابل الانبساط والوساوس القهرية كما أسفر التحليل العاملى لمعاملات الارتباط عن عاملين لدى عينة المسنات الإضطرابات العصابية مقابل السعادة ، الانبساط والوساوس مقابل السعادة .

وأما دراسة لولى (Luo Lu,1997) وكان هدفها هو تحديد مصادر السعادة لدى مجموعة من سكان مدينة كاوشنج فى تايوان وكانت العينة عبارة عن (٥٤) مواطن من koahsing بتايوان وقصرت على عينة من الكبار تتراوح أعمارهم بين ٢٠-٦٠ عام حيث شملت العينة على ٢٦ فرد وكانت أدوات الدراسة عبارة عن عدد من المقابلات الصوتية والكتابية وقد توصلت الدراسة إلى تسعة مصادر للسعادة من بين ١٨٠ مصدر للسعادة وهى :

- ١ - الرضا عن الحياة .
- ٢ - انسجام العلاقات الشخصية .
- ٣ - إرضاء الحاجات الزوجية أو المادية
- ٤ - الانجاز فى العمل .
- ٥ - تسهيل الحياة
- ٦ - الشعور بالسعادة فى الاتفاق مع الآخرين .
- ٧ - الاحساس بالتحكم الذاتى وتقدير الذات
- ٨ - المتعة والأثر الايجابى .
- ٩ - الصحة .

وكانت نتيجة الدراسة أن مفهوم السعادة تركز بدرجة اكبر على التحكم الداخلى والخارجى والقناعة .

ودراسة لولى (Luolu,2000) التي هدفت إلى انسجام الأزواج في أربعة خبرات للأدوار : الدور الزوجي والأبوي والعمل الصحي وعلى الصحة الذاتية وفقاً لاستراتيجية أخذ العينة وكانت العينة عينة عشوائية متعددة المراحل من البالغين المتزوجين تتراوح أعمارهم من 18-65 عاماً من مقاطعة تايوان وكانت الأدوات عبارة عن مقابلات وإستبيانات لتسجيل المعلومات الديموجرافية ومقياس للسماح الشخصية هي تتعامل مع أشكال عامة من الجودة الذاتية مثل التأثير الإيجابي والرضا عن الحياة وكانت نتيجة الدراسة أن النساء يمتلكن مفهوماً للسعادة يختلف نوعاً عن مفهوم الرجال حيث كانت الزوجات أكثر سعادة من الأزواج ولكن لم يتم تقرير أي فرق في الصحة الذهنية ولقد كان التوافق الزوجي حول خبرات الأدوار اعلى بشكل عام بإستثناء دوراً العمل بالإضافة إلى أن التناقضات الزوجية تركزت أساساً حول الدور الأبوي ودور العمل . ومن الواضح أن مفهوم العلاقات المتبادلة وتحديد الدور وفقاً للنوع لازمين لدراسة النتائج الحالية .

أما دراسة (سهير سالم ، ٢٠٠١) التي هدفت إلى إلقاء الضوء على بعض الجوانب النظرية التي لم تلق توضيحاً كافياً في موضوع السعادة حيث تقدم الدراسة إطاراً نظرياً بعرض المحددات الأساسية التي تؤثر في الشعور بالسعادة . والعوامل التي تعوق الشعور بها والأساليب السلوكية التي يتبناها الأفراد في حياتهم للوصول إلى السعادة . ووضع مقياس السعادة يصلح لقياس السعادة لدى فئات عمرية مختلفة ودراسة السعادة وعلاقتها ببعض متغيرات النفسية (وجهة الضبط - الاستثارة الحسية - المسؤولية - المهارات الاجتماعية) ودراسة متغير الشعور بالسعادة في مراحل عمرية متباينة لاكتشاف أي مرحلة عمرية يتبلور فيها متغير الشعور بالسعادة . وكانت عينة الدراسة عبارة عن عينة من الذكور والاناث من تلاميذ المدارس الإعدادية والثانوية وطلاب الجامعات وطالباتها وخريجياتها من طلبة الدراسات العليا ، حيث قسمت عينة الدراسة إلى عینتين : الأولى مثلث عينة إستطلاعية وتتراوح عددها (٢٠٠) طالب من المدارس الثانوية وجامعه القاهرة وعین شمس وحلوان والأزهر وتم الاختيار عشوائياً . أما العينة الأساسية فتتكون من (٤٠٠) فرد من الذكور والاناث وقد استخدمت الباحثة المقاييس الآتية: مقياس السعادة ، مقياس وجهة الضبط ، مقياس الاستثارة الحسية ، مقياس المسؤولية ، مقياس المهارات الاجتماعية. وكانت نتيجة هذه الدراسة أن السعادة تتأثر بالمرحلة العمرية كما انها تتأثر بالنوع والسعادة ترتبط إيجابياً بالمهارات الاجتماعية فكلما كان الفرد ماهراً في المواقف الاجتماعية قادراً على التعبير عن نفسه مؤكداً لنفسه في معظم المواقف يكون أكثر سعادة . كما أكدت النتائج على ارتباط الاستثارة الحسية بالسعادة على عكس ما هو متوقع كما أن الارتباط بين وجهة الضبط والسعادة كان غير دال وجاءت هذه النتائج مخالفة لما هو متوقع .

و دراسة (أحمد عبد الرحمن إبراهيم ، ٢٠٠١) : وهدفت إلى توفير خلفية لنظرية المساندة الاجتماعية والسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية كمتغيرات أساسية فى الدراسة وما يتصل بها من تأثير لبعض المتغيرات الأخرى مثل النوع والعمر والدخل ونوع الوظيفة ومكان السكن ووجود الأطفال . و مقاييس المساندة الاجتماعية للزواج والسعادة الزوجية والتوافق مع الحياة الجامعية . وكانت عينة الدراسة عبارة عن عينة إستطلاعية تكونت من (٦٥) طالباً متزوجة من كلية الآداب وكلية التربية جامعة الزقازيق وعينة أساسية تكونت من (١١٨) طالبة متزوجة من نفس الكليات و مقياس المساندة الاجتماعية من الأزواج ومقياس السعادة الزوجية من إعداد الباحث ومقاييس التوافق مع الحياة الجامعية وكانت نتيجة الدراسة وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة الزوجية كما ان العمر لا يؤثر فى العلاقة بين المساندة الاجتماعية والسعادة الزوجية والتوافق الاجتماعى والشخصى والانفعالى والتوافق الدراسى . كما وجد أن الدخل ومكان السكن لا يؤثر فى التفاعل بين المساندة الاجتماعية والسعادة الزوجية . وأن هناك تأثير لوظيفة الزوج على كلا من المساندة الاجتماعية والسعادة الزوجية والتوافق مع الحياة الجامعية .

وفى دراسة (أحمد عبد الخالق وصلاح مراد ، ٢٠٠١) التى هدفت إلى تحقيق هدفين اولهما فحص إرتباط التقدير الذاتى للسعادة بالمتغيرات الآتية : الصحة النفسية والصحة الجسمية ، والتفاؤل والتشاؤم ومصدر الضبط والتدين ونمط السلوك (أ) والهدف الثانى هو بحث إسهام كل من هذه المتغيرات فى التنبؤ بالسعادة وأجريت هذه الدراسة أجريت على عينة (ن = ٢٠١) من طلبة وطالبات جامعة الكويت ممن يدرسون تخصصات مختلفة وتراوحت أعمارهم بين ١٨ - ٢٧ عاما وإستخدمت الدراسة مقياس تقدير ذاتى رقمى يبدأ من صفر إلى ١٠ حيث يقيس كل من الشعور بالسعادة والصحة النفسية والصحة الجسمية والتدين أما عن بقية المتغيرات تم قياسها بواسطة القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ومقياس روتر لمصدر الضبط والمقياس العربى لنمط السلوك (أ) وكانت نتيجة هذه الدراسة هى وجود علاقة بين السعادة والصحة النفسية حيث وجدت علاقة قوية ذلك لان الصحة النفسية يمكن أن تكون من بين مكونات الشعور بالسعادة وأحد العوامل المؤدية إليها .

وكذلك دراسة (فريح عويد العنزى، ٢٠٠١) التى كان هدفها هو الكشف عن العلاقة بين متغيرات البحث وهى الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتفاؤل والتوازن الوجدانى ، وتكونت عينة الدراسة من طلبة وطالبات كلية التربية الاساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقى والتدريب بدولة الكويت وبلغ عددها (٤١٠) طالبا بواقع (١٩٢) طالبا و(٢١٨) طالبة واستخدمت الدراسة مقياس الرضا عن الحياة ومقياس التوازن الوجدانى ويشمل على جزاين : الوجدان الايجابى والوجدان السلبى ومقياس الثقة بالنفس ومقياس التفاؤل واسفرت النتائج عن تحقيق جانب من الفرض الاول حيث اظهرت

الفروق الدالة بين الذكور والاناث في الثقة بالنفس فقط، للذكور متوسطا اعلى ، في حين لم تظهر فروقا جوهرية بين الجنسين فيما يتعلق بالرضا عن الحياة والتفاؤل والوجدان الايجابي والسلبي . أما الفرض الثاني فقد تحقق بشكل تام اذ تشير النتائج إلى ارتباط ايجابي بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتفاؤل والوجدان الايجابي من جهة وعلاقة ارتباطية سالبة مع الوجدان السلبي. وكشف التحليل العاملي عن عامل قطبي يشمل المتغيرات الدالة على السعادة مقابل التعاسة وبينت النتائج أن التفاؤل والوجدان الايجابي والسلبي متغيرات منبئة بالرضا عن الحياة وفسرت نتائج الدراسة في ضوء التراث العلمي للسعادة بوصفه عاملا مهما في الشخصية.

أما دراسة (عادل هريدي وطريف شوقي ، ٢٠٠٢) فكانت تهدف إلى توفير خلفية نظرية عن ادبيات السعادة والوجود الشخصي الأفضل ومايتصل بهما من تأثير للدين والشخصية والعوامل الحيوية الاجتماعية في ضوء التراث النفسي العالمي ذي العلاقة وإعداد وتقنين واستخدام أدوات ملائمة لمتغيرات الدراسة وهي قائمة العوامل الخمسة الكبرى ومقياس التدين ومقياس الرضا عن الحياة ومقياس معنى الحياة ومقياس الوجدان الايجابي / السلبي و قائمة المصادر المدركة للسعادة والتقدير الذاتي لمستويات السعادة وذلك للكشف عن بعض التأثيرات لبعض المتغيرات الشخصية والحيوية الاجتماعية على الوجود الشخصي الافضل والسعادة وطبقت الدراسة على عينة عشوائية من الراشدين ذكور واثاث من حالات زواجية ومستويات من التعليم والدخل ومجموعها (٢٨٧) مبحثا وكانت النتيجة التي تم التوصل اليها هو أن هناك تأثير بالغ لعوامل الشخصية وخاصة العصائية في السعادة اضافة للتدين الذي احتل المرتبة الثانية كمنبئ للسعادة.

أما دراسة شار وستيفن (Sarah&Stephen,2002) التي هدفت إلى إيجاد العلاقة بين التدين والسعادة وواقعية الذات والهدف من الحياة وكانت العينة عبارة عن (١٠١) طالب منهم (٥٧) ذكور و (٤٤) إناث تتراوح اعمارهم بين ١٨-٤٩ عام ومتوسط العمر ٢١ عام وكانوا من الطلاب المنتظمين في الحضور (طلاب عاديين ودراسات عليا) بجامعة Essex واستخدمت الدراسة المقاييس التالية كأدوات للدراسة:مقياس الاتجاه نحو المسيحية ومقياس السعادة والاكتئاب المكون من ٢٥ مفردة ومقياس Oxford للسعادة المكون من ٢٩ مفردة واختبار الهدف من الحياة المكون من ٢٠ مفردة ومقياس الواقعية الذاتية واطهرت النتائج إلى أن التدين يرتبط بالسعادة وفق التقويم الذي تم باستخدام مقاييس السعادة والاكتئاب DHS ومقياس Oxford للسعادة ونعتقد أن اختلاف الدراسات السابقة في نتائجها ربما يرجع إلى اختلاف مفهوم السعادة لدى كل منها على الرغم من اعتمادها كلها على استخدام مقياس Francis Scals كما وجدنا ارتباطا بين درجات المقياس السابق ودرجات اختبار الهدف في الحياة ومقياس الواقعية الذاتية ولذلك فان التباين بين نتائج البحوث السابقة قد لا يكون على

الدوام نتيجة لاختلاف مفهوم السعادة لدى كل منها ولكن على الرغم من وجود علاقات ايجابية بين التدين واثنين من مقاييس السعادة الا أن هذه العلاقة لم تستمر طويلا عند دمج مقياس الهدف فى الحياة معهم . ويمكن القول بان العلاقة بين التدين والسعادة ربما تتأثر بالهدف فى الحياة.

وفى دراسة(أحمدعبدالخالق واخرون ، ٢٠٠٣) وهدفها هو فحص الفروق بين الاعداد فى معدلات السعادة واستكشاف الفروق بين الجنسين فى معدلات السعادة أن وجدت كما هدفت أيضاً إلى بيان المعالم السيكومترية للصيغة العربية لمقياس السعادة المستخدم (قائمة اوكسفورد) وكانت عينة الدراسة مجموعة من الأفراد الكويتيين وعددهم (١٤٢٠) مواطناً منهم (٧١٩) ذكور ، (٧٠١) اناث تتراوح اعمارهم بين ١٥-٦١ عاما وتصنف العينة إلى ست عينات فرعية كمايلي: طلبة المدارس الثانوية وطالباتها (نظام الفصلين) وطلبة جامعة الكويت وطالباتها من كليات مختلفه، وعينة الموظفين والموظفات من مختلف وزارات الدولة . ولقد استخدمت الدراسة قائمة اوكسفورد للسعادة التى وضعها " مايكل ارجايل ومارتن لو" وتشمل ٢٩ مجموعة من العبارات ، وكانت نتيجة الدراسة أن هناك ثلاث متغيرات يمكن أن ترتبط بالسعادة او تؤثر فيها ، اذا نظرنا إلى السعادة على انها متغير تابع وهى النوع والعمر والعمل. حيث وجدت علاقة معقدة بين السعادة والعمر وذلك لتداخل عوامل كثيرة كما يوجد تفاعل بين السعادة وكل من النوع والعمر بحيث تم قبول الفرض البديل أما العامل الثالث الذى يمكن أن يتفاعل مع السعادة بوصفها متغيرا تابعا فهو العمل او الوظيفة.

أما دراسة (داليا عزت مؤمن ، ٢٠٠٤) وهدفت إلى تقصى العلاقة بين كل من متغيرات الدراسة لدى عينة من طلبة الجامعة وذلك فى ضوء بعض المتغيرات مثل نوع الجنس والتخصص الدراسى. وكانت العينة عبارة عن (٦٠٩) فرد من طلاب جامعة عين شمس منهم (١١٠) طالب و(٩٩) طالبة وتوزعت العينة على كلية الاداب باعتبارها كلية نظرية (تخصصات تاريخ واعلام) وكلية الصيدلة باعتبارها كلية عملية وعلى مستويات دراسية مختلفة وتراوحت اعمار العينة الكلية بين ١٨-٢٢ سنة حيث كان متوسط الذكور ١٩,٧٣ وانحراف معيارى قدره ١,٦٦ بينما كان متوسط الاناث ١٩,٧٦ سنه وانحراف معيارى قدره ١,٥٥ وكانت أدوات الدراسة عبارة عن: مقياس الافكار العقلانية واللاعقلانية ، وقائمة السعادة وقائمة الاحداث والانشطة السارة ومقياس مواقف الحياة الضاغطة وكانت النتيجة وجود علاقة بين كل من السعادة والتفكير اللاعقلانى ومواقف الحياة الضاغطة واحداث الحياة السارة .

وفي دراسة ميشال و جاميس (Michael & James 2005) التي هدفت إلى بناء نظريات و ابحاث السعادة وما وراء هذا الشعور لمستخدمين العقاقير والمواد المخدرة وهل يتكون لديهم سعادة حقيقية ام لا وكانت العينة عبارة عن (٢٠٠) طالب من طلاب الجامعة مستخدمين العقاقير والمخدرات واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس ما وراء حد الشعور ومقياس اكسفورد للسعادة ومقياس الشخصية ومقياس الخبرات الشاذة وكانت نتيجة الدراسة ارتباط متغيرات الدراسة ارتباط ايجابي بالمتغير الاول وهو السعادة وارتباط سلبي مع ما وراء الشعور .

- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة

فيما يلي عرض لاهم الدراسات التي تناولت العلاقة بين السعادة وإدارة الحياة ولكن بشكل غير مباشر من خلال متغيرات كلا منهما:

دراسة (رياض ملكوش ١٩٩٥) وعنوانها " علاقة الرضا بالدخل والتعليم والعمر لدى معلمات رياض الأطفال في الاردن والفروق في الرضا باختلاف تقدير الذات ومركز الضبط والحالة الاجتماعية " وهدفت الدراسة إلى محاولة فهم علاقة الرضا عن الحياة ببعض المتغيرات الديمجرافية و تقدير الذات ومركز الضبط والحالة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال في الأردن وقد استجاب (٢٣٢) معلمة من معلمات رياض الأطفال على استبيان لقياس الرضا عن الحياة وعلى استبيان لقياس تقدير الذات إعداد الباحث وآخر لقياس مركز الضبط وقد بين تحليل نتائج الدراسة ما يلي : وجود علاقة ايجابية بين الرضا عن الحياة وكل من الدخل ومستوى التعليم . وعدم وجود علاقة بين العمر والرضا عن الحياة . ولم تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف تقدير الذات. ولم تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف مركز الضبط . كما لم تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف الحالة الاجتماعية .

و دراسة الكسندر وباول (Alexandr & paul,1998) وهدفها إجراء فحص تجريبي لنموذج نفسى للتقدم الناجح في السن وإعداد نموذج Soc حيث يتم تعريف التقدم الناجح في السن كنموذج ناجح عموماً بأنه الوصول إلى الحد الأقصى وإحراز النواتج الايجابية وتقليل وتجنب النواتج السلبية . حيث يوفر نموذج SOC إطاراً عاماً لفهم تغير النمو والمرونة مدى الحياة . وشملت العينة ٥١٦ فرد مرحلة اولى حيث (ن = ٢٠٦) شخص متقدم في السن مرحلة ثانية وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقابلة شخصية بحيث تعمل على جمع البيانات ومقياس SOC ومقياس الصحة الذاتية ومقياس الشعور بالوحدة ومقياس المتغيرات الشخصية ومقياس الذكاء وكانت نتيجة الدراسة بإختصار هو إظهار فائدة المقياس المقرر ذاتياً لنموذج الاختيار - التفاوض - التعويض في التنبؤ بالمؤشرات بنموذج

SOC والذي له وظيفة أكثر إيجابية في كل من المجالات التي نختارها لتحديد التقدم الناجح في السن .
وفي العمل المستقبلي.

أما دراسة محمد السيد عبد المعطى والسيد سليمان (٢٠٠٠) فهدف إلى فهم العديد من الخصائص النفسية والمشكلات الخاصة بالمسنين والوقوف على أهم المتغيرات الشخصية والديموجرافية التي تؤثر فيهم . وكانت العينة عبارة عن ٥٠ فرداً من المسنين ذكوراً وإناث تتراوح أعمارهم بين ٦٠ - ٨٥ سنة وإستخدام الباحثان أدوات وهى :مقياس موضع الضبط مقياس تقدير الذات مقياس الرضا عن الحياة وكانت نتيجة الدراسة أنه توجد علاقة إرتباطية بين موضع الضبط الخارجى والرضا عن الحياة لدى المسنين . ووجود علاقة إرتباطية موجبة بين تقدير المسنين لذاتهم ورضاهم عن الحياة .ووجود تأثير دال إحصائياً لتغير العمر الزمنى والعمل بعد التقاعد فى الرضا عن الحياة .

أما دراسة كيمبلى ومارجى (Kimbely & Margie,2001) : فكانت تهدف الى تقديم أساليب للتقرير الذاتى وإستكشاف العلاقة بين التخطيط والرضا عن الحياة وقد قامت هذه الدراسة على مرحلتين وكانت عينة الدراسة مجموعتين من الأفراد كبار السن تتراوح أعمارهم بين ٢٥ - ٧٤ عام وإستخدمت الدراسة قاعدتين من البيانات الأولى : تتضمن عدد من الاستبيانات الخاصة بالتخطيط للمستقبل والثانية : مجموعة من المقاييس وتضم : مقاييس الرضا عن الحياة ، إختبارات - schaie - thurstone لتقييم القدرة على التفكير وحل المشكلات وكانت نتيجة الدراسة أن التخطيط المستقبلى يرتبط بالرضا عن الحياة وان طبيعة العلاقة بينهما تتنوع مع تنوع العمر ، والأفراد الذين لديهم ميل أكبر للتخطيط المستقبلى لديهم رضا أكبر عن الحياة حيث أن هذه العلاقة كانت واضحة بشكل أكبر فى الدراسة الأولى لدى مجموعة الكبار فى ضوء التفاعل بين العمر والتخطيط ، مما أكد أن التخطيط المستقبلى يسهل الاحساس بالتحكم فى جميع المجتمعات العمرية بما يدعم الرضا عن الحياة . وبالتالي فان هذه الدراسة نجحت فى دراسة علاقة المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية والبيئية و الشخصية والدافع والمعرفية بأساليب التخطيط المستقبلى للحياة وكانت مؤشر هام للتنبؤ .

و دراسة شو وشى (Chou & Chi,2002) : التى كان هدفها الربط بين مجالين . الأول يتعلق بالإطار النظرى لما وراء المعرفة لتطور الحياة الناجحة : نموذج Soc لإستراتيجيات التكيف والاختيار والتفاوض والتعويض والثانى هو إستخدام الأمثال وهو مجال كثر مناقشته. والثانى الربط بين الرضا عن الحياة وإستراتيجيات إدارة الحياة . وتكونت عينة الدراسة من كبار السن ويتراوح أعمارهم من ٦٠ عاما وما فوق من مجتمع هونج كونج وبلغ عدد العينة ٣٠٠ فرد فكان المستجيبون

المؤهلون ٢٥٠ أما الراضون فبلغ عددهم ٥٠ فرد وإستخدمت الدراسة المقابلات كأدوات لها حيث أجرى الباحث ٤٢ مقابلة مع أفراد يبلغ أعمارهم فوق ٦٠ عاما وكانت مدة المقابلة ٦٠ دقيقة وبجانب المقابلات تم إستخدام مقياس لتقييم الرضا عن الحياة والآخر مقياس للتوتر المالي والصفات الديموجرافية وكانت نتيجة الدراسة أن هناك إرتباطاً بين بعض إستراتيجيات إدارة الحياة وهى الاختيار والتفؤل وبين التوتر المالي والرضا عن الحياة وذلك بعد ضبط المتغيرات الاجتماعية الديمجرافية .

١ | ودراسة حصة عبد الرحمن فخرو (٢٠٠٥) والتي هدفت إلى المعالجة النظرية لإدارة الوقت وخاصة فى الاطار الثقافى للمجتمع القطرى ، وتحديدأ فى المجتمع الطلابى الجامعى ذى التخصصات المختلفة انطلاقاً من ضرورة وضع الثقافة العامه والفرعية والتخصص فى الاعتبار كما هدفت إلى محاولة الكشف عن علاقة إدارة الوقت والتخصيص الجامعى بكل من التحصيل الأكاديمى من ناحية وبعض متغيرات الضغوط النفسية من ناحية أخرى . ولقد استخدمت الباحثة فى دراستها :أستيبان إدارة الوقت و مقياس مشاعر عدم الكفاءة ومقياس الرضا العام عن الحياة وكانت العينة مكونة من ٧٥٩ طالبة بجامعة قطر بكليات (التربية - الانسانيات - العلوم - الشريعة - الإدارة والأقتصاد) وقد أسفرت الدراسة عن النتائج التالية : أن التخصص الجامعى لم يكن دالاً بالنسبة لمتغير التحصيل الأكاديمى عند الدراسة مع جميع متغيرات إدارة الوقت . كما وجدت فروق داله إحصائياً بين الطالبات لعلاقة متغيرات إدارة الوقت ومستوى الطالبات فيها بمؤشر التحصيل الأكاديمى وعدم وجود فروق داله إحصائياً بين الطالبات فى مؤشر التحصيل وفى مؤشر الرضا عن الحياة يمكن عزوها إلى تفاعل التخصص الجامعى مع مستوى إدارة الوقت بمتغيرات مختلفة وانه لا توجد فروق داله إحصائياً بين الطالبات فى مؤشرى الرضا عن الحياة والتخصص الجامعى .

- دراسات تناولت العلاقة بين إدارة الحياة وسمات الشخصية

دراسة عماد عبد المسيح (١٩٩١) التى هدفت إلى التعرف على طبيعة وجهة الضبط الداخلى والخارجى من حيث كونها تعد من أبعاد الشخصية ليس لها الثبات النسبى أم انها سمة من سمات الشخصية ذات الثبات النسبى والاتساق الذى يوجد فى سمات الشخصية الأخرى لدى أفراد العينة . والكشف عن أهم السمات الشخصية المتعلقة بوجهة الضبط وكانت عينة الدراسة ٤٠٣ طالباً وطالبة من كلية التربية بالمنيا بالفرقة الثالثة بشعبة اللغة الانجليزية - الفرنسية طبيعة وكيمياء - اتاريخ

الطبيعى ، وتتراوح أعمارهم الزمنية فيما بين ١٩ - ٢٢ سنة بمتوسط قدرة ٢٠,٤٨ وبنحرف معيارى ١,٧٣ وإستخدمت الدراسة الأدوات التالية :

مقياس جيمس لمواجهة الضبط الداخلى - الخارجى وإختبار عوامل الشخصية للراشدين وكانت نتيجة الدراسة أن وجهة الضبط سمة من سمات الشخصية الثابتة نسبياً والتي تؤثر فى سلوك الأفراد بشكل متسق يمكن الاستدلال عليها فى مواقف الحياة اليومية المختلفة .

أما دراسة أمل خليل حسن (١٩٩٦) وهدفها الربط بين مركز التحكم والسمات الشخصية وبلغت عينة الدراسة (٥٠) سباحة وتم تقسيمهم إلى قسمين : ٢٥ سباحة ثم إختيارهن بطريقة عمدية من المتفوقين و(٢٥) من غير المتفوقات وتم إختيارهن بطريقة عشوائية منتظمة . وكانت الأدوات عبارة عن : إختبار مركز التحكم للرياضيين ومقياس تقدير الدافعية الرياضية وكانت نتيجة الدراسة هو وجود علاقة إرتباطيه بين مركز التحكم والسمات الدافعية .

وإدراسة نجلة ذكى ومديحة عثمان (١٩٩٩) وهدفت إلى التحقيق من صحة النموذج السببى الرئيسى والذى بنى على نتائج الدراسات السابقة ونظرية التوافق المعرفى وهو أن التقدير الذات ، وجهة الضبط ، التفاؤل ، كفاءة الذات لها آثار مباشرة وغير مباشرة على التوافق النفسى ، التوافق الدراسى من خلال أساليب مواجهة المشكلات . وتكونت عينة الدراسة من (٢٣٢) من طلاب الفرقة الأولى شعبة اللغة الانجليزية بكلية التربية بالمنيا . ومن أهم الأدوات التى استخدمت فى الدراسة:

* إختبار هيوم بل للتوافق .

* مقياس التوافق الدراسى

* مقياس أساليب المواجهة .

* مقياس تقدير الذات للكبار

* مقياس وجهة الضبط.

* مقياس كفاءة الذات إعداد الباحثين .

وكانت نتيجة الدراسة التى توصلت إليها الباحثين هى : وجود آثار مباشرة دالة على التوافق الدراسى لكل من : تقدير الذات ، التفاؤل وأساليب المواجهة المركزية على المشكلة وأساليب المواجهة المركزية على الافعال وبذلك تحققت النظرية جزئياً ووجود آثار مباشرة دالة على التوافق النفسى من كل تقدير الذات ووجهة الضبط . التفاؤل ، كفاءة الذات ، أساليب المواجهة المركزية على الانفعال .

وكذلك دراسة الكسندر وباول (Alexandr & paul, 2002 a) : وهدفها قياس التقرير الذاتى للاختيار بنوعية والتفاؤل والتعويض لاستراتيجيات إدارة الحياة كما ربطت هذه الدراسة بين استراتيجيات إدارة الحياة والشخصية وكانت عينة الدراسة عدد من البالغين الشباب وكبار السن ومتوسط أعمارهم بين ١٨ - ٨٩ عاما وكانت الأدوات المستخدمة فى الدراسة :

* نموذج Soc الذى يقيس النمو التكيفى

* مقياس التقرير الذاتى

* مقياس العواطف الايجابية

* قائمة Ryff للصحة الذاتية .

* استبيان Terflex للميول التكيفية

* قائمة الشخصية Neo لقياس العوامل الخمسة الكبرى .

وكانت نتيجة الدراسة أن هناك علاقة بين إستراتيجيات إدارة الحياة من الاختيار - التفاؤل - التعويض والشخصية كما عمل نموذج Soc على قياس كيفية إدارة الناس لحياتهم بالطريقة التى تتفق مع تطورهم ونمو شخصياتهم وهذا يتضمن بقائهم سعداء وذلك من خلال التنظيم الزمنى قصير المدى وطويل المدى للسلوك على مر الوقت والمواقف المختلفة .

- دراسات تناولت العلاقة بين السعادة وسمات الشخصية

فيما يلى عرض لأهم الدراسات التى ربطت بشكل غير مباشر بين مكونات او عناصر السعادة وبين سمات الشخصية التى يتسم بها الفرد:

دراسة (علاء الشعراوى، ١٩٩٩) : وتهدف إلى بحث الفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية من الأولى إلى الرابعة فى الرضا عن الحياة فى المرحلة الجامعية وكذلك تحديد العلاقة بين سمات الشخصية والدافع للانجاز الأكاديمى من ناحية والرضا عن الحياة فى المرحلة الجامعية من ناحية أخرى . وقد تكونت عينة الدراسة من (٧٢١) طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة المنصورة طبق عليهم الباحث مقياس سمات الشخصية إعداد الباحث ومقياس الرضا عن الحياة فى المرحلة الجامعية إعداد الباحث ومقياس الدافع للانجاز الأكاديمى من إعداد الباحث ، وكانت نتائج الدراسة كالاتى :

- ١ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الجنسين في أبعاد الرضا عن الذات والرضا عن الأقران لصالح الذكور .
- ٢ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة في المستويات الدراسات المختلفة في بعد الرضا عن الاساتذة لصالح طلاب الفرقتين الأولى والثانية .
- ٣ - يوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين الجنسين والمستوى الدراسي في تباين درجات الطلبة في أبعاد : الرضا عن الذات وعن الأقران والأساتذة والمواد الدراسية .
- ٤ - يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات سمات الشخصية : الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية والثبات الانفعالي والاجتماعية من ناحية ودرجات الرضا عن الحياة بأبعاده من ناحية أخرى .
- ٥ - يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات الدافع للانجاز الأكاديمي . الثقة بالنجاح والاهتمام بالتميز وتفضيل مواقف الانجاز والدرجة الكلية للدافع للانجاز من ناحية ودرجات الرضا عن الحياة بأبعاده من ناحية أخرى .

أما دراسة (فريخ عويد العنزي ٢٠٠١) وهدفها الكشف عن العلاقة بين متغيرات البحث وهي الرضا عن الحياة والثقة بالنفس ، والتفاؤل والتوازن الوجداني ، وكانت عينة الدراسة عبارة عن عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية (٤١٠) طالباً بواقع (١٩٢) طالباً و(٢١٨) طالبة وإستخدمت الدراسة مقياس الرضا عن الحياة و مقياس التوازن الوجداني ومقياس الثقة بالنفس إعداد الباحث ومقياس التفاؤل . وأسفرت نتائج الدراسة عن ظهور فروق داله بين الذكور والاناث في الثقة فقط حيث للذكور متوسطاً - أعلى في حين لم تظهر فروقاً جوهرياً بين الجنسين فيما يتعلق بالرضا عن الحياة والتفاؤل والوجدان الايجابي والسلبي - كما أشارت النتائج إلى وجود ارتباط بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتفاؤل والوجدان الايجابي من جهة وعلاقة ارتباطية سالبة مع الوجدان السلبي وكشف التركيب العاملي عن عامل يشمل المتغيرات الدالة على السعادة مقابل التعاسة كما أوضحت النتائج أيضاً أن التفاؤل والوجدان الايجابي والسلبي متغيرات منبئة بالرضا عن الحياة وفسرت النتائج الدراسة في ضوء التراث العلمي للسعادة بوصفه عاملاً مهماً في الشخصية

و دراسة هوويل (Howell , 2006) وهدفها معرفة دور سمات الشخصية في الاختلافات في فهم الرضا بحيث قدمت تفسيراً لكثير من الاختلافات . وكانت عينة الدراسة عبارة عن (٣١٤) شخص تتراوح أعمارهم ما بين ١٠ - ٢٠ عاما من الذكور والاناث وإستخدم الباحث مقياس سمات الشخصية ومقياس الرضا عن الحياة وكانت نتيجة الدراسة انها دعمت سمات الشخصية التي تؤدي إلى السعادة والرضا عن الحياة كما أكدت النتائج أن هناك حاجة لوجود دراسات تدرس العوامل الخمسة الكبرى

للشخصية وسيطلب هذا مجهود لقياس جودة التفاعل الاجتماعي والسلوك الموجه نحو الهدف وأيضا الخبرة الذاتية للمشاعر الضابطة للخيارات السلوكية .

- تعقيب على الدراسات السابقة :

١- اهتمت الدراسات السابقة بدراسة كلا من إدارة الحياة والسعادة و سمات الشخصية في علاقة كل منهم بمتغيرات أخرى، فكانت الدراسات التي تناولت إدارة الحياة متنوعة من حيث الهدف والعينة والأدوات والنتائج .

٢- كما اختلفت الأهداف المتضمنة في الدراسات السابقة للسعادة و علاقتها بكل من (وجهة الضبط - الاستثارة الحسية - المسؤولية- المهارات الاجتماعية - التوافق - الصحة النفسية - الصحة الجسمية - التفاؤل والتشاؤم - نمط السلوك أ- الرضا عن الحياة - الثقة بالنفس - التوازن الوجداني - العوامل الاجتماعية والاقتصادية - التدين - الهدف في الحياة - الأفكار العقلانية - احداث الحياة السارة والضاغطة - ماوراء الشعور) كما اتجهت دراسات اخرى إلى كشف الفروق بين الجنسين وكشف معدلات السعادة وكذلك اهتمت الدراسات السابقة بدراسة متغيرات الدراسة في علاقتها ببعض من خلال تحديد العلاقة بينهما ولكن ليس بصورة مباشرة .

٣- كما اهتمت الدراسات السابقة بدراسة متغيرات الدراسة الحالية على المراحل المختلفة ابتداءً من مرحلة الطفولة حتى مرحلة الكبر. كما أن هناك ندرة في الدراسات التي تناولت إدارة الحياة في البيئة العربية . ولم يتم تناول العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة على المستوى النظري في البيئة العربية-في حدود علم الباحثة- أما في البيئة الأجنبية فقد وجد بحثان فقط ربطا بين هذين المتغيرين ولكن بطريقة جزئية من جهة المتغيرات. كما انه لم يتم تناول موضوع إيجاد العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة و سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الجامعية.

٤- شملت العينات في الدراسات السابقة النوع {ذكور - إناث} في محاولة للمقارنة بينهم في كل متغير من متغيري الدراسة على حدة ، أما بالنسبة للدراسات السابقة الخاصة بالمتغيرات معاً فلم تهتم بدراسة الفروق بينهم ، ولكن اهتمت بالسن والمستوى الدراسي ونوع المشكلة والبيئة .

٥- تباينت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة في قياس إدارة الحياة ، السعادة، سمات الشخصية بين المقاييس والاستبيانات والمقابلات وبالنسبة لقياس السعادة تنوعت أيضاً بين المقاييس والاختبارات

والمقابلات ، أما بالنسبة للأدوات المستخدمة لقياس سمات الشخصية فقد تنوعت بين الاختبارات والمهام والمواقف والمقابلات والبرامج والمقاييس .

وسوف تقوم الباحثة بإعداد مقياس إدارة الحياة ومقياس آخر لقياس السعادة وسوف تتبنى الباحثة مقياسين لسمات الشخصية .

٦- تنوعت الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسات السابقة بين الاحصاء الوصفي ، ومعاملات الارتباط ، واختبار (ت) ، وتحليل التباين الأحادي والثنائي والثلاثي ، وتحليل الإنحدار ، وتحليل التغير ، وتحليل المسار ، والتحليل العاملي . وسوف تستخدم الباحثة الأساليب الاحصائية المناسبة للتحقق من صحة فروض الدراسة وهي اختبار (ت) ومعاملات الارتباط وتحليل الإنحدار .

٧- توصلت الدراسات السابقة للنتائج التالية :

أ- بالنسبة لإدارة الحياة :

١. ارتباط إدارة الحياة ببعض المتغيرات الأخرى مثل : التفاؤل ، وقلق الامتحان والخوف من الفشل ، والتخطيط للمستقبل والرضا عن الحياة ومركز التحكم .

٢. أهمية نموذج استراتيجيات إدارة الحياة الذي يعمل على فهم تغير النمو والمرونة مدى الحياة وتعديل سلوكيات الفرد لتحقيق حياة ذات كفاءة عالية وإيجاد أسلوب الحياة الملائم للفرد والبحث في العلاقة بين استراتيجيات إدارة الحياة وكلا من " أساليب التقرير الذاتي - التخطيط للحياة - الرضا عن الحياة- مركز التحكم - الأثر العام والخاص للموارد الشخصية - الأمثال الخاصة بتطوير الحياة - التوتر المالي " .

ب- بالنسبة للسعادة :

١. ارتباط السعادة ببعض المتغيرات الأخرى مثل : (وجهة الضبط - الاستثارة الحسية - المسؤولية- المهارات الاجتماعية - التوافق - الصحة النفسية - الصحة الجسمية - التفاؤل والتشاؤم - نمط السلوك أ- الرضا عن الحياة - الثقة بالنفس - التوازن الوجداني - العوامل الاجتماعية والاقتصادية - التدخين - الهدف في الحياة - الافكار العقلانية - احداث الحياة السارة والضاغطة - ماوراء الشعور) كما اتجهت دراسات اخرى إلى كشف الفروق بين الجنسين وكشف معدلات السعادة .

٢. أن السعادة يمكن قياسها وتحديدها كمياً ويمكن تصنيف الأفراد إلى سعداء او غير سعداء .

٣. أن هناك ارتباط بين الصحة النفسية والتفاؤل والرضا عن الحياة والوجدان الإيجابي والسعادة كما أن النوع والعمل والعمر من العوامل المؤثرة في السعادة. وأن مصادر السعادة تتمثل في : الرضا عن الحياة وانسجام العلاقات الشخصية وانجاز العمل .

ج- بالنسبة للعلاقة إدارة الحياة والسعادة وسمات الشخصية :

هناك علاقة ارتباطية بين كلا من : التفاؤل وسمات الشخصية، استراتيجيات إدارة الحياة والشخصية ، السعادة والرضا وسمات الشخصية .

لذلك سوف تسعى الباحثة لدراسة العلاقة الارتباطية بين إدارة الحياة والسعادة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة ، وكذلك الكشف عن إمكانية التنبؤ بالسعادة من خلال إدارة الفرد لحياته والتنبؤ بالسعادة من خلال سمات الشخصية . والتنبؤ بإدارة الحياة الجيدة من خلال سمات الشخصية.

فروض الدراسة

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب و متوسط درجات الطالبات على مقياس إدارة الحياة (إدارة الوقت، إدارة الذات، الواقعية، المبادرة، الشخصية ذات التحكم الخارجى، الاجتماعية، الدرجة الكلية).

٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب و متوسط درجات الطالبات على مقياس السعادة (التفاؤل، الرضا عن الحياة، الاستقرار الجتماعى، الدرجة الكلية).

٣. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب قى مقياس إدارة الحياة و درجاتهم فى مقياس السعادة .

٤. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب قى مقياس سمات الشخصية (الثقة بالنفس، تحمل المسؤولية، الاجتماعية، الثبات الانفعالي، التعاون، التفاؤل، التسامح، المرونة وتقبل الجديد) و درجاتهم فى مقياس إدارة الحياة .

٥. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب قى مقياس سمات الشخصية (الثقة بالنفس، تحمل المسؤولية، الاجتماعية، الثبات الانفعالي، التعاون، التفاؤل، التسامح، المرونة وتقبل الجديد) و درجاتهم فى مقياس السعادة .

٦. يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب فى مقياس السعادة من خلال درجاتهم فى مقياس إدارة الحياة .

٧. يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب فى مقياس السعادة من خلال درجاتهم فى مقياس سمات الشخصية.

٨. يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب فى مقياس إدارة الحياة من خلال درجاتهم فى مقياس سمات الشخصية.