201
المجلد 20 العدد 4 ديسمبر 2019

معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من المتزوجين

د. صالح عليان أحمد درادكة
قسم علم النفس
كلية التربية والآداب -جامعة الحدود الشمالية
Saleh.Daradkeh@nbu.edu.sa

http: //dx.doi.org/10.12785/jeps/200407

معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من المتزوجين

د. صالح عليان أحمد درادكة
قسم علم النفس
كلية التربية والآداب -جامعة الحدود الشمالية

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من المتزوجين في شمال الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٩١٨) زوجاً وزوجة. أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط لكل من الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة؛ ووجود فروق بين الجنسين على مقياسي الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة لصالح الذكور، بينما لم يكن هناك فروق على مقياس السعادة. إضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الرضا عن الحياة الأسرية وكل من معنى الحياة والسعادة، وأن هذه العلاقة لدى الإناث أقوى مما هي لدى الذكور. أما فيما يتعلق بالمتغيرات التي تنبأت بالرضا عن الحياة الأسرية لدى كل من الجنسين؛ أشارت النتائج إلى أن المتغيرات المتنبئة لدى الذكور هي على التوالي: معنى الحياة، والسعادة؛ وبالنسبة للإناث، فقد كانت على التوالي: البحث عن معنى الحياة، والسعادة. وبذلك أضافت الدراسة معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية.

الكلمات المفتاحية: الرضا عن الحياة الأسرية، معنى الحياة، السعادة، المتزوجون.

* تاريخ تسلم البحث: ٢٠١٨/١١/١٩م
* تاريخ قبوله للنشر: ٢٠١٩/٣/٢٦م

The Meaning of Life and Happiness as Predictor of Satisfaction with Family Life in a Sample of Married Couples

Dr. Saleh E. Daradkek
Faculty of Education & Arts
Northern Border University

Abstract

This study aimed at searching the meaning of life and happiness as a predictor of satisfaction with family life in a sample of married couples in Northern Jordan. The sample of the study consisted of (918) husbands and wives. The results showed a middle level of satisfaction for family life, meaning of life, and happiness; differences between the genders on the satisfaction with family life and the meaning of life scales for males, while there were no differences on the happiness scale. The results also showed a statistically significant positive relationship between satisfaction with family life and the meaning of life and happiness, and that this relationship among females is stronger than that of males. As for the variables that predicted satisfaction with family life in both genders, the results indicated that the predicted variables in males were respectively: meaning of life and happiness; while for females, they were respectively: searching for the meaning of life, and happiness.

Keywords: satisfaction of family life, meaning of life, happiness, married.

معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من المتزوجين

د. صالح عليان أحمد درادكة
قسم علم النفس
كلية التربية والآداب -جامعة الحدود الشمالية

المقدمة

تعتبر الأسرة من أكثر المؤسسات قدماً على مدار التاريخ، وهي الوحدة الأساسية والأكثر مرونة في المجتمع، حيث تواجه العديد من التحديات على الصعيدين الداخلي والخارجي، ويمثل التفاعل بين أفرادها أو مع المحيط الخارجي أهم هذه التحديات. كما تقوم الأسرة بدور هام في تطوير الجانب النفسي للأفراد، والعمل على توفير جو من السعادة لهم، والوصول إلى مستويات عالية من الرضا لديهم، ومساعدتهم في تحقيق أهدافهم الشخصية، وجعل حياتهم ذات معنى.

ويشير بافوت وديينر (Pavot & Diener, 2003) إلى أن الرضا عن الحياة الأسرية يتم من خلال تقييم أفرادها لنوعية الحياة، وعملية الحكم عليها بناءً على أساس ومعايير خاصة بالأسرة، تعكس مدى رضاهم عن الأسرة وتقييمهم المعرفي لها. وارتبط الرضا عن الحياة الأسرية بالعديد من المتغيرات النفسية كالقدرة على التكيف، وتنمية الكفاءات الشخصية، وتقدير الذات الإيجابية، والرفاهية العاطفية (Pavez, Santander, Carranza & Vera-Villarroel, 2009).

ويعرف الرضا عن الحياة الأسرية بأنه درجة شعور أفراد الأسرة بالسعادة والتعاون فيما بينهم. كما أنه الرابطة العاطفية بين أفراد الأسرة التي تتم من خلال التعاون، وتحقيق المصالح، والعلاقات الحميمية (Olson, 2000). ويتم تحقيق السعادة والرضا عن الحياة الأسرية من خلال ثلاثة مجالات رئيسية هي: القدرة العاطفية للأسرة، وجودة المرونة للقيادة والتنظيم، والقدرة على التفاوض والتكيف. فالأسرة ذات المستوى المرتفع من الرضا الأسري تتمتع بمستوى عالٍ من الاتصالات الأسرية، ومهارات الاتصال الإيجابية ضمن الأسرة (Olson, 2011).

إن الأفراد الذين يتمتعون بالرضا عن حياتهم الأسرية هم أكثر إيجابية وفاعلية اجتماعية، وتقدير ذات عالٍ (Gilman & Huebner, 2001). بينما ارتبط عدم الرضا عن الحياة

الأسرية بالصعوبات العاطفية والاجتماعية، والعلاقات السلبية مع الأقران، والعديد من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب (Valois, Zullig, Huebner & Drane, 2001). ويسهم الرضا عن الحياة الأسرية بشكل رئيس في القدرة على الصمود والرفاه الشخصي (Rice, 1990).

وترى نظرية التباين الاجتماعي أن العلاقات الأسرية المرضية تتم من خلال قدرة أفراد الأسرة على تحقيق القيم المشتركة للسلوكيات الأسرية، ويؤدي عدم القدرة في تحقيق الاتفاق بين الأفراد إلى عدم الرضا والإحباط بينهم (Bowen, 1988). والدافع لإضفاء المعنى للحياة وتعزيز النمو الشخصي، وخلق حياة متماسكة هو جوهر الطبيعة البشرية الذي يتم من خلال فهم الخبرات وربطها مع بعض. ويعتبر إيجاد المعنى حاجة فطرية، وذات أهمية في الحياة، وإن الفشل في تحقيقها يؤدي إلى القلق وخلق الضغوطات النفسية (Weinstein, Ryan & Deci, 2012).

ومن المتغيرات المهمة للأفراد وذات الصلة بواقع حياته الأسرية والاجتماعية هو إيجاد معنى وهدف في الحياة، فهو يعتبر من الحاجات النفسية للأفراد، والاهتمامات البشرية الأساسية. فإيجاد المعنى في الحياة يختلف من مكان لآخر، لأنه لا يوجد معنى مشترك لجميع الأفراد من مختلف الأماكن والأصول، فالمعنى ينشأ من الحياة الخاصة للأفراد التي تسعى لتحقيق الأهداف المهمة (Kashdan, 2004).

وعرف ستيجر وفرايزر (Steger & Frazier, 2005) معنى الحياة بأنه الفهم لوجودنا في الحياة ورؤية أهميتنا فيها، ونظر الفرد لنفسه في تحقيق هدف ذوي مغزى. أما ستيجر وفرايزر وأويشي وكالر (Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006) فقد عرفاه بأنه الشعور بوجود الفرد في الحياة والإحساس بشخصيته.

وتعتبر التعاليم الدينية، وتلبية الحاجات الأساسية للفرد، ووجود علاقات شخصية، والإنجاز الشخصي، والنمو الشخصي، والأنشطة الاجتماعية والسياسية، والإيثار، والتقاليد والثقافة، والترفيه من أهم المصادر التي تعمل على تحقيق المعنى من الحياة، فهي تتراوح من الحاجات البيولوجية الأساسية إلى الحاجات الروحية (Reker, & Wong, 1988). وأكد ماكدونالفد وونغ وجينجراس (Macdonald, Wong & Gingras, 2012) على أهمية القيم الدينية والأخلاق والسعادة والصحة النفسية والبحث عن معنى الحياة واكتشافها. وحدد ويسترهوف وبروهلميجر وفالينكامب (Westerhof, Bohlmeijer & Valenkamp, 2004) المصادر التي تعمل على تحقيق المعنى وهي: أولاً: داخل الفرد، ثانياً: العلاقات، ثالثاً: السلامة البدنية، رابعاً: الأنشطة الترفيه، خامساً: الاحتياجات المادية.

والحياة ذات المغزى تجعل من الأفراد أكثر تنظيماً ووفاء بالحاجات الأساسية، وأكثر طاقة ودافعية للتغلب على المشكلات وإنجاز الأعمال المهمة ذات المعنى في الحياة (Steger & Frazier, 2005). كما أن العلاقات مع الآخرين، والعلاقات الروحانية، والمساهمة في المجتمع من الأمور التي تتنبأ في تحقيق المغزى والهدف، وقد ارتبطت العلاقات الجيدة، والنمو الشخصي ارتباطاً إيجابياً بالمعنى في الحياة؛ وأن الأهداف الخارجية كالثروة والشهرة تتعلق بالرغبة في المعنى وليس تحقيق المعنى (Weinstein, Ryan & Deci, 2012).

ويهدف تعدد مصادر المعنى إلى ملء الفراغ الذي قد ينتج عن فقدان إحدى هذه المصادر، مما يؤدي إلى عدم تأثر الفرد في مواصلة الحصول على المغزى أو الهدف (Proulx & Heine, 2008). ويشير الباوميستير وفوهس وأكر وجاربينسكي (Baumeister, Vohs, Aaker & Garbinsky, 2012) إلى أن السعادة هي السيطرة على المعنى، والحياة ذات معنى هي السيطرة على السعادة وتلبية الحاجات؛ فالسعادة تتعلق بالوضع الحالي، أما المعنى من الحياة فإنه ينطوي على دمج الماضي والحاضر والمستقبل معاً.

تكون جذور السعادة راسخة في تلبية حاجات الفرد ورغباته، والتحرر من الأحداث غير السارة. أما المعنى من الحياة فإنه أكثر تعقيداً من السعادة لأنه يتطلب توضيحياً للظروف عبر الوقت، ووفقاً للقيم والأفكار. فالأفراد يكونون سعداء حينما يحصلون على الفرح أكثر من الحصول على فائدة من الآخرين، أما الأفراد الذين يعيشون حياة ذات معنى فإنهم يحصلون على الكثير من الفرح من إعطاء الآخرين (Baumeister, Vohs, Aaker & Garbinsky, 2012).

وأشار ووترمان وشوارتز وكونتي (Waterman, Schwartz & Conti, 2008) إلى أن ذات الفرد ترتبط بعلاقات مختلفة بالسعادة والمعنى من الحياة، حيث ترتبط السعادة بشكل رئيسي بحاجات الذات المستوفاة، بينما يرتبط المعنى من الحياة بالأنشطة والتعبير عن الذات، والمساهمة الإيجابية في رفاهية الآخرين. بينما رأى ليوبوميرسكي (Lyubomirsky, 2001) أن السعادة من الموضوعات الرائدة في علم النفس الإيجابي، فالأفراد السعداء ينجحون في مجالات الحياة المتعددة كالزواج والصداقة والأداء الأكاديمي وغيرها، وهذا يعود إلى التأثير الإيجابي الذي يولد النجاح.

وعرف فريش (Frisch,1998) السعادة بأنها مدى تحقيق الأهداف والحاجات والرغبات الهامة والوفاء بها. ولا بد من مراجعة الأهداف والمعايير، والأولويات كاستراتيجية لتعزيز السعادة، وتطوير الأهداف التي تسمح في إيجاد إحساس أكبر بالمعنى من الحياة. ووصف دينر واويشي ولوكاس (Diener, Oishi & Lucas, 2003) السعادة بأنها بناء ذاتي خاص

بالفرد وله معانٍ وأشكال مختلفة، وهي حالة عاطفية إيجابية تعتمد على التقييم الذاتي لحياة الفرد في سياق مشاعره، فالسعادة تشمل الرضا عن الحياة وجودتها. كما تعرف السعادة بأنها الدرجة التي يحكم بها الفرد على حياته ككل بطريقة إيجابية، فهي لا تستخدم للدلالة على التقدير الإيجابي فحسب، وإنما أيضاً على الدرجة التي يحكم بها الفرد (Heinz, 2006).

أما آكور (Achor, 2010) فرأى أن السعادة تتمثل في اختبار الأفراد للمشاعر الانفعالات الإيجابية الممزوجة بالهدف والمعنى منه، فهي تقدير عام من وجهة نظر الفرد نفسه، والدرجة التي يحكم بها الفرد إيجابياً لنوعية الحياة. وعرف غوبتا وكيومار (Das Gupta & Kumar, 2010) السعادة بأنها درجة حكم الفرد على تجاربه الانفعالية الإيجابية والسلبية ومستوى الرضا عن الحياة، فالأفراد السعداء أكثر انفتاحاً على الخبرة الانفعالية وأكثر مرونة في التعامل مع الآخرين. فالسعادة مفهوم شامل للجميع، ويمكن تفسيرها ثقافياً ومعرفياً واجتماعياً وفقاً للمعتقدات والقيم التي يحملها الأفراد النابعة من التنشئة الاجتماعية والخبرات الحياتية (Uchida, Norasakkunkit & Kitayama, 2004).

والسعادة أمر شخصي يشير إلى التقدير الذاتي لحياة الفرد، وهي تشمل النشاط الفكري، وإصدار حكم شامل لتقييم تجاربه السابقة، وتقدير الخبرات المستقبلية، وتقدير مستوى جودة الحياة (Heinz, 2006). ويتم قياس السعادة من خلال طريقتين الأولى هي: الحصول على قدر كبير من المتعة التي يشعر بها الفرد في لحظات مختلفة؛ والطريقة الثانية هي الرضا عن الحياة التي يتجاوز فيها المشاعر اللحظية، ويكون هناك تقييم تكاملي لحياة الفرد؛ حيث تعتبر هاتان الطريقتان مؤشراً قوياً للرفاه الذاتي (Linley, Maltby, Hurling, Osborne & Wood, 2009).

فالأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الرضا يميلون إلى رؤية العالم بطريقة إيجابية تعزز السعادة، نتيجة الانخراط في أنشطة ذات قيمة ومعنى، والسعي لتحقيق الأهداف الذاتية والجماعية (Watson, 2002). يميلون إلى الحكم على الصداقات، والترفيه، وتقدير الذات، والهدف من الحياة بطريقة إيجابية، وهم أكثر رضا عن واقعهم، ولديهم القدرة على التعبير عن عدم الرضا في المواقف التي يشعرون فيها بتهديد ذواتهم (Lyubomirsky, Tkach & DiMatteo, 2006). وأكد هيسل وفليت (Heisel & Flett, 2004) إن السعادة لا تتحقق بمجرد اختفاء الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، وإنما تتحقق لدى الأفراد من خلال ما ينجزه من أهداف ذات معنى لنفسه والآخرين.

ويعتبر الانتماء الاجتماعي ومتابعة الأهداف، والمشاركة في الأنشطة الترفيهية، والالتزام بالتعاليم الدينية من الاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد لزيادة السعادة (Lyubomirsky,

Tkach & DiMatteo, 2006). وتتكون السعادة من جانبين هما: المكون العاطفي الذي يعمل على تحقيق التوازن بين المشاعر السارة وغير السارة؛ والمكون المعرفي الذي يعبر عنه بالرضا عن الحياة، وتقييم معنى الحياة (Medvedev, Siegert, Mohamed, Shepherd, Landhuis & Krägeloh, 2017).

وأشار بهماني (Bahmani, 2010) إلى مجموعة من العوامل المؤثرة في السعادة هي: أولاً: أبعاد الشخصية؛ وهي من أهم الأمور التي تؤثر على سعادة الأفراد والجماعة، حيث هناك علاقة إيجابية بين الانبساط والسعادة، ثانياً: تقدير الذات؛ وله تأثير كبير على السعادة، فعندما ينخفض مستوى تقدير الذات ينخفض مستوى السعادة، ثالثاً: المعتقدات الدينية؛ يعتبر الإيمان أحد العوامل التي تساهم في تحقيق السعادة، رابعاً: أنشطة وقت الفراغ؛ وهي مصدر جيد لخلق السعادة، خامساً: رأس المال الاجتماعي، سادساً: الوضع الاقتصادي، سابعاً: الصحة الجسدية.

هذا وقد اجريت العديد من الدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة والسعادة؛ فقد أجرى زيادة (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى الرضا عن الحياة الأسرية والرضا الذاتي لدى عينة من اللاجئين السوريين بالأردن في ضوء بعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (٤٢٧) لاجئا ولاجئة. أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط لدى أفراد عينة الدراسة في الرضا عن الحياة الأسرية والرضا الذاتي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياسي: الرضا عن الحياة الأسرية، والرضا الذاتي تبعا للجنس ولصالح الإناث. وأظهرت النتائج وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة الأسرية تعزى لمتغير العمر ولصالح العمر (أقل من ١٥ سنة)، وأظهرت النتائج وجود فروق في مستوى الرضا الذاتي تعزى لمتغير العمر ولصالح العمر (١٦-٣٠ سنة، و٣١-٤٥ سنة).

وتناولت دراسة السعدي (٢٠١٦) التعرف على مفهوم معنى الحياة لدى الزوجات الفلسطينيات في ضوء متغيرات بعض المتغيرات. بلغت عينة الدراسة (١١٨) زوجة. توصلت نتائج الدراسة إلى أن معنى الحياة لدى الزوجات الفلسطينيات كان متوسطاً، وعدم وجود فروق تعزى لمتغيرات الدراسة: العمر، وعدد الأبناء، والمستوى التعليمي للزوجة.

وقام كتلو (٢٠١٥) بدراسة هدفت إلى تحديد طبيعة العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين في فلسطين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٣٩) زوج وزوجة. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين مجموعتي الدراسة مرتفعي السعادة ومنخفضي السعادة الرضا عن الحياة والحب لصالح مرتفعي السعادة، وعدم وجود

فروق في السعادة والرضا عن الحياة تعزى للجنس. ووجود علاقة ارتباطية بين السعادة والرضا عن الحياة.

وهدفت دراسة أحمد (٢٠١٤) إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة وكل من الشعور بالسعادة والتفاؤل لدي عينتي الدراسة من المطلقات والمتزوجات، واشتملت عينة الدراسة على (٧٨) سيدة. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات والمتزوجات في جودة الحياة والشعور بالسعادة والتفاؤل لصالح المتزوجات، ووجود علاقة دالة بين جودة الحياة والشعور بالسعادة والتفاؤل لدى عينتي الدراسة من المتزوجات والمطلقات.

وفي دراسة زابريسكي ووارد (Zabriskie & Ward, 2013) التي هدفت إلى قياس مدى الرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من الآباء والأمهات، وتكونت عينة الدراسة من (١٥) أسرة. أظهرت النتائج أن مستويات الرضا عن الحياة الأسرية تختلف من أسرة لأخرى، وأن الرضا عن الحياة الأسرية الإيجابية ارتبط بالناحية النفسية السليمة.

أما دراسة راميش وساثيان وسينو وكيرانماي (Ramesh, Sathian, Sinu & Kiranmai, 2013) فقد هدفت إلى التعرف على آثار ممارسة التأمل في التفكير الإيجابي والسعادة المحققة للرضا الذاتي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) فرداً مقسمين إلى مجموعتين. أظهرت النتائج أن درجات السعادة كانت أعلى للأفراد المتأملين، وأن درجاتهم على الرضا الذاتي كانت أعلى مقارنة بغير المتأملين، وأنه لا يوجد ارتباط بين العمر وسنوات ممارسة التأمل مع السعادة أو الرضا الذاتي.

وهدفت دراسة نوا (Nua, 2013) إلى التعرف على العلاقة بين الرفاه والرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من الأسر الكندية، وتكونت عينة الدراسة من (٩٤٣) أسرة. أظهرت النتائج أن الرفاه أقوى المؤشرات على أداء الأسر ورضاها عن الحياة، وأن الرفاه الأسري هو القوة الدافعة في تفسير التباين في رضا الأسرة، وأن هناك علاقة إيجابية بين المشاركة في الترفيه الأسري والرضا عن الحياة الأسرية.

وفي دراسة رحيم واسحاق وشفيا وشافعي (Rahim, Ishak, Shafia & Shafiai, 2013) التي هدفت إلى التعرف على العوامل التي تؤثر في الرضا عن الحياة الأسرية بين الآباء والأمهات في ماليزيا، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٠٨) من الآباء والأمهات. أظهرت النتائج أن الأداء في الأسرة، والمرونة الأسرية، وقضاء الوقت مع الأسرة، له تأثير كبير ومباشر في الرضا عن الحياة الأسرية باستثناء مشاركة الوالدين فلم يكن لها تأثير.

وتناولت دراسة كالديرون ونارانجو وفلبتو (Calderón, Naranjo & Felpeto, 2012) الرضا الشخصي للمرأة متوسطة العمر وتحليل انعكاساتها على نوعية الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٦) امرأة. أظهرت النتائج أن النساء الراضيات عن ذواتهن بلغن (١٨,٠٧٪) بمتوسط حسابي (٢٥,٣٠٪).

وقام باندورا وكابرارا وباربارانيلي وريجاليا وسكابيني (Bandura, Caprara, Barbaranelli, Regalia & Scabini, 2011) بدراسة هدفت لمعرفة أثر معتقدات الكفاءة الأسرية على جودة الوظائف الأسرية والرضا عن الحياة الأسرية، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٢) أسرة. توصلت الدراسة أن هناك تأثيرًا للكفاءة الأسرية على جودة الوظائف الأسرية، ويختلف باختلاف الأداء الوظيفي ومستوى ورضا الأسرة، وأظهرت النتائج أن المعتقدات الأسرية لها أثر كبير في جودة أداء الأسرة والرضا عن حياتهم الأسرية، إن ارتفاع كفاءة الأسرة المدركة يرافقه ارتفاع لمستوى الرضا عن الأسرة. وتم ربط كفاءة الزوجين والأبناء الذي يسهم في الرضا الأسري، وساهمت كفاءة الأسرة في إرضاء الآباء والأمهات والمراهقين مع حياتهم الأسرية، سواء بشكل مباشر أو من خلال تأثيرها على جودة وظيفة الأسرة.

وفي دراسة ليوبيت وايفيلا وفاراس وكونيت (Llobet, Ávila, Farràs & Canut, 2011) التي هدفت إلى تحديد مستوى جودة الحياة والسعادة والرضا عن الحياة، وتألفت عينة الدراسة من (٢٦) زوجاً في أسبانيا. أظهرت النتائج أن (٧٦,٩٪) من الأفراد عينة الدراسة أظهروا مستوى جيدًا من الرضا عن الحياة، وكانت الأسباب الرئيسية المتعلقة بها هي: صحة الأسرة، والعلاقات الاجتماعية، والقدرة على التكيف، وكانت العلاقات الاجتماعية الأسرية الجيدة الأكثر أهمية في تشكيل نوعية الحياة والسعادة. وأظهرت النتائج أن الأفراد أفادوا بأنهم سعداء جداً ونسبت إلى حقيقة أنهم كانوا راضين عن حياتهم مع أطفالهم، وصحة أسرتهم، ولديهم القدرة على التكيف مع ظروفهم الأسرية بشكل عام.

وفي دراسة رحيم (٢٠١٠) التي هدفت إلى معرفة معنى الحياة لدى المرأة العراقية، وتحديد المصادر التي تستقي منها المرأة وعمقها، وكذلك التعرف على معنى الحياة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، واشتملت عينة البحث على (٥٠٣) من النساء. أشارت نتائج الدراسة إلى أن عينة البحث تدرك معنى الحياة بشكل سلبي متأثرة بما مر بها من ظروف عصيبة، ولم يكن هناك فروق دالة تعزى لمتغيرات الدراسة: العمر، والتحصيل، والحالة الزواجية، عدد سنوات الزواج، وعدد الأبناء.

من خلال ما تم استعراضه من دراسات سابقة، لوحظ وجود العديد من الدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة الأسرية مع متغيرات مثل معتقدات الكفاءة الأسرية، والرفاه، والرضا الذاتي. وربطها بمتغير السعادة. وهناك دراسات عربية تناولت معنى الحياة لدى الزوجات في فلسطين والعراق في ضوء متغيرات: العمر، والتحصيل، والمستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج، وعدد الأبناء. ودراسات أخرى بحثت العلاقة بين السعادة وجودة الحياة، والتفاؤل، والرضا الذاتي. وفي دراسات أخرى بحثت السعادة والرفاهية الذاتية والقيم والدوافع الذاتية. وتأتي هذه الدراسة لبحث معنى الحياة والسعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية لدى عينة من المتزوجين. وبحد -وفي حدود علم الباحث- إن هذا النوع من الدراسات محدودة للغاية، لذلك تأتي هذه الدراسة، للتعرف على الرضا عن الحياة الأسرية وتأثيره بمعنى الحياة والسعادة، مع دراسة مدى وجود فروق وعلاقات تعزى لمجموعة من المتغيرات الديموغرافية.

مشكلة الدراسة

تواجه البنية الأسرية في الوقت الحاضر العديد من المشكلات الناجمة عن التغييرات التي حصلت في الآونة الأخيرة على الحياة الاجتماعية والديموغرافية باعتبارها عاملاً قوياً لاستقرار الأسرة وتوازنها، فجوانب الحياة المختلفة أثرت بشكل واضح على تنظيم الأسرة، ودورها في تحقيق السعادة لأفرادها، وقد شكلت خطراً على رضا الأفراد في الأسرة، ومدى سعادتهم. فرغبة الأفراد في الحصول على السعادة والمعنى للحياة من الأهداف المهمة والأكثر انتشاراً، وفقدان المعنى الإيجابي للحياة يؤثر بلا شك على نمو الفرد النفسي والاجتماعي، وعلى مدى رضاه عن الحياة التي يعيشها، فتظهر المشكلات النفسية التي تؤدي إلى اختلال مستوى الاتزان الانفعالي للفرد، واضطراب علاقته بمن حوله.

فالسعادة والبحث عن معنى للحياة لهما دور فاعل في تحقيق الانسجام الشخصي والأسري بين الأفراد، باعتبارهما الحافز المهم للصحة النفسية لهم، وغيابهما سيؤدي بالتأكيد إلى اضطراب الشخصية، وزعزعة مستوى رضاهم عن الأسرة. فالرضا عن الحياة الأسرية هو أحد الجوانب المهمة في المؤسسة الأسرية التي يجب الحفاظ عليه، وهو مؤشر رئيسي لنوعية الحياة الأسرية. وقد يرافق عدم الرضا عن الحياة الأسرية مشكلات اجتماعية وصعوبات عاطفية، وعدم تحقيق معنى للحياة وصعوبة في الحصول على السعادة، وأن أي جهد يبذله الفرد لتحقيق شيء ينقصه يخلق لديه شعورا بأن الحياة ذات معنى. لذا فإن البحث الحالي يهدف إلى تسليط الضوء على دور الرضا عن الحياة الأسرية كمنبئ في معنى الحياة والسعادة لدى عينة من المتزوجين.

أسئلة الدراسة

حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما مستوى الرضا عن الحياة الأسرية، ومعنى الحياة، والسعادة لدى عينة الدراسة؟
- هل هناك فروق بين الجنسين في مستوى الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة ومستوى السعادة؟
- ما نسبة التباين المفسر الذي يفسره الرضا عن الحياة الأسرية بمعنى الحياة ومستوى السعادة لدى أفراد عينة الدراسة؟

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى:

- الكشف عن مستوى كل من الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة ومستوى السعادة لدى عينة من المتزوجين في شمال الأردن.
- الكشف عن الفروق في مستوى كل من الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة لدى عينة من المتزوجين في شمال الأردن تبعاً لمتغير الجنس.
- التعرف على العلاقة بين الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة ومستوى السعادة لدى عينة من المتزوجين في شمال الأردن.
- الكشف عن مقدار التأثير للرضا عن الحياة الأسرية في معنى الحياة ومستوى السعادة لدى عينة من المتزوجين في شمال الأردن.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

تكمن الأهمية النظرية للدراسة في تناولها لموضوع لم يحظَ باهتمام الكثير من الباحثين على الصعيدين المحلي والعربي، وهذا ما لاحظه الباحث من خلال مراجعته للأدب والدراسات السابقة لهذا الموضوع، وخصوصاً فيما يتعلق بالرضا عن الحياة الأسرية. كما أنها سوف توفر المعلومات الضرورية للمختصين في مجالات الإرشاد الأسري والنفسي. وستعمل الدراسة على لفت أنظار المسؤولين في الشؤون الأسرية إلى أهمية الرضا عن الحياة الأسرية ودوره في تحقيق معنى الحياة والسعادة كجزء من الصحة النفسية بالنسبة لهذه الفئة من الأفراد، وبالتالي فإن رضاهم يساهم في بناء جيل متمتع بصحة نفسية يؤدي وظائفه بكفاءة وفاعلية.

الأهمية التطبيقية

سوف تساعد نتائج هذه الدراسة المختصين في بناء الخطط العلاجية والتركيز على الجانب الإيجابي في حياة الأزواج وأسرهم ومساعدتهم على الاهتمام بمستوى رضا أفراد الأسرة. وستعمل الدراسة على تزود المرشدين التربويين والعاملين في مجال الإرشاد والعلاج الأسري بوضع تصور للنتائج السلبية المرتبطة بانخفاض مستوى الرضا عن الحياة الأسرية على معنى الحياة ومستوى السعادة، وأثر ذلك في التكيف مع الآخرين والنجاح في الحياة. كما تزود الدراسة العاملين في المجالين الأسري والنفسي بأدوات قياس جديدة تساعدهم في قياس الرضا عن الحياة الأسرية، ومعنى الحياة، والسعادة. كما أن الدراسة الحالية قد تحفز الباحثين لإجراء دراسات جديدة على عينات أخرى من بيئات مختلفة.

التعريفات الإجرائية

الرضا عن الحياة الأسرية: هو تحقيق الشعور بالسعادة والرضا الذاتي النابع عن تماسك أفراد الأسرة ومرونة التواصل فيما بينهم (Zabriskie & Ward, 2013)، ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب/ة على مقياس الرضا عن الحياة الأسرية المستخدم في الدراسة الحالية.

معنى الحياة: هو شعور الفرد بقيمة الحياة، وتوقعاتهم الإيجابية نحوها (Hamidi, Yetkin & Yatkin, 2010) ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب/ة على مقياس معنى الحياة المستخدم في الدراسة الحالية.

السعادة: هي حالة نفسية ثابتة نسبياً من الشعور العام بالرضا وتحقيق الذات، والبهجة والاستمتاع واللذة، وانعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وشدة هذه الانفعالات (Hills & Argyl, 2001)، ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب/ة على مقياس السعادة المستخدم في الدراسة الحالية.

حدود الدراسة

يتحدد نطاق تطبيق الدراسة الحالية على ما يأتي:

الحدود البشرية: اقتصرت هذه الدّراسة على عينة من المتزوجين بشمال الأردن.

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة في إقليم الشمال في الأردن، ولم تشمل الأقاليم الأخرى.

الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة خلال شهر تشرين الأول من عام ٢٠١٨م.

الحدود الموضوعية: تتحدد هذه الدراسة بموضوعها الذي يبحث في العلاقة بين الرضا عن الحياة الأسرية كمنبئ بمعنى الحياة ومستوى السعادة لدى عينة من المتزوجين في الأردن.

متغيرات الدراسة

المتغيرات المستقلة: الجنس وله فئتان (ذكر، انثى).

المتغيرات التابعة: الرضا عن الحياة الأسرية، معنى الحياة، السعادة.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، لكونه المنهج الملائم للدراسة الحالية، وذلك بجمع البيانات والتعبير عنها كمياً، وإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة حسب أسئلة الدراسة ومتغيراتها لبحث معنى الحياة ومستوى السعادة كمنبئات بالرضا عن الحياة الأسرية.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع المتزوجين (الأسر) بإقليم الشمال في الأردن (إربد، وجرش وعجلون، والمفرق)، والبالغ عددهم الإجمالي (١,٠٨٠,٢٨٤) أسرة.

عينة الدراسة

تتألف عينة الدراسة من (٩١٨) زوجاً، بواقع (٤٥٩) زوج و(٤٥٩) زوجة، وجدول (١) يبين التكرارات والنسب المئوية لكل من الذكور والإناث بحسب متغيرات الدراسة.

جدول (١)
توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغيرات الدراسة

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	٤٥٩	٥٠٪
	أنثى	٤٥٩	٥٠٪
	الكلي	٩١٨	١٠٠٪

أدوات الدراسة

أولاً: الرضا عن الحياة الأسرية

قام الباحث بقياس الرضا عن الحياة الأسرية من خلال استخدام البنود الفرعية لمقياس التكيف والتماسك الأسري الخامس (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale – FACES-IV)، الذي قام بإعداده أولسون (Olson, 2011)، وتم استخدام البنود الفرعية الخاصة بمجال الرضا عن الحياة الأسرية، والمكونة من (١٠) فقرات. يقيِّم هذا المقياس مدى رضا أفراد الأسرة فيما يتعلق بتماسك ومرونة الأسرة، وطرق الاتصال فيما بينهم، حيث يتم تقييم الرضا عن نظام الأسرة الحالي.

صدق المقياس

قام أولسون (Olson, 2011) بحساب معامل الارتباط المصحح حيث تراوحت معاملات الرضا الأسري ما بين (٠,٤٩-٠,٧٠)، وجودة الحياة ما بين (٠,٤٥-٠,٦٧)، ورأى الباحث أن هذه القيم مناسبة لتطبيق المقياس.

أما في الدراسة الحالية فقد قام الباحث بإجراء صدق المحتوى للمقياس بصورته الحالية؛ من خلال عرضه فقراته باللغة العربية، مزوداً بالنسخة الأصلية بالإنجليزية، وبالتعريفات الإجرائية الخاصة به على مجموعة من المحكّمين، تألفت من (٧) محكمين من أقسام علم النفس، والإرشاد والصحة النفسية، لبيان مدى وضوح المعنى في العبارات، ومدى دقة العبارات ومستوى انسجامها ومناسبته للبيئة الأردنية، وقد تم الأخذ بالفقرات التي حصلت على (٩٠٪) فما فوق من التقييم الإيجابي. وبناءً على ذلك تم إعداد الصورة النهائية للمقياس. كما قام الباحث باستخراج صدق البناء للمقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٣٦) زوجاً وزوجة من خارج عينة الدراسة، ومن ثم حسبت قيم معاملات الارتباط المصحح للفقرات مع المقياس ككل، كما هو مبين في جدول (٢).

جدول (٢)

قيم معاملات الارتباط (المصحح) لفقرات مقياس الرضا عن الحياة الأسرية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٧٥	٥	٠,٧٩	٩	٠,٧١
٢	٠,٧٠	٦	٠,٧٣	١٠	٠,٧١
٣	٠,٧٣	٧	٠,٧٥		
٤	٠,٧٩	٨	٠,٨١		

يلاحظ من البيانات الواردة في جدول (٢) أن قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس تراوحت بين (٠,٧٠-٠,٨١)، وجميعها قيم دالة إحصائياً. وقد اعتمد الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالبُعد والقائمة ككل عن (٠,٣٠).

ثبات المقياس

قام أولسون (Olson, 2011) بحساب تقديرات معاملات الاتساق الداخلي للمقياس ككل، حيث بلغت قيمة كرونباخ ألفا (٠,٩٢)، وفي إعادة الاختبار بلغ الثبات (٠,٨٥).

أما الدراسة الحالية فقد قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى بتطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٦) زوجاً وزوجة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٩٤)، والثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٩٠). ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام المقياس لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (٣) يظهر ذلك.

جدول (٣)
معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس الرضا عن الحياة الأسرية وثبات الإعادة

المقياس	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
الرضا عن الحياة الأسرية	٠,٩٤	٠,٩٠

تصحيح المقياس

تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي التدريج (Likert)، المكون من خمس درجات للموافقة مرتبة تنازلياً على النحو الآتي (٥= أوافق بشدة؛ ٤= أوافق، ٣= محايد، ٢= لا أوافق، ١= لا أوافق بشدة)، وتعطي النتيجة الإجمالية من (١٠-٥٠). أعلى درجة إذ يشير إلى أن الفرد أكثر ارتياحاً مع الحياة الأسرية، ولتقدير مستوى الرضا عن الحياة الأسرية لدى أفراد عينة الدراسة، تم اعتماد ثلاثة مستويات للمتوسطات الحسابية على النحو التالي: من (١-٢,٣٣) مستوى منخفض من الرضا عن الحياة الأسرية؛ ومن (٢,٣٤-٣,٦٧) مستوى متوسط من الرضا عن الحياة الأسرية؛ ومن (٣,٦٨-٥) مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة الأسرية، وقد تم حساب مدى الفئة من خلال المعادلة التالية: (الحد الأعلى – الحد الأدنى) / عدد المستويات وبالتالي فإن مدى الفئة = (٥-١) /٣ = ١,٣٣٣. وجميع فقرات المقياس موجبة.

ثانياً: مقياس معنى الحياة

استخدم الباحث المقياس المستخدم في دراسة ستيغر و وفرايزر وأويشي وكالر (Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006) وهو مقياس مكون من (١٠) أسئلة تم تصميمه لقياس أبعاد المعنى في الحياة؛ (٥) فقرات تقيس وجود المعنى (مدى شعور المستجيبين بحياتهم له معنى) وهي: (١، ٤، ٥، ٦، ٩)، و(٥) فقرات تقيس البحث عن المعنى (كم عدد المجيبين الذين يجتهدون للعثور على المعنى والفهم في حياتهم) وهي (٢، ٣، ٧، ٨، ١٠). وجميع الفقرات على موجبة على جميع الأبعاد.

صدق المقياس

قام ستيغر وزملاؤه (Steger et al., 2006) بالتأكد من صدق المقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين للحكم على مدى صحة التقارب والتمييز للفقرات، حيث تم الاتفاق على ما نسبته (٨٠٪). وقاموا أيضاً باستخراج معامل الارتباط المصحح للفقرات، حيث تراوحت المعاملات لبُعد وجود المعنى (٠,٦٥-٠,٧٢)، و(٠,٦٣-٠,٧٧) لبُعد البحث عن المعنى، ويرى الباحثون أن هذه القيم مناسبة لتطبيق المقياس.

أما الدراسة الحالية فقد قام الباحث بإجراء التحقق من صدق مقياس معنى الحياة عن طريق عرضه على لجنة من المحكمين وعددهم (٧) محكمين مختصين في الإرشاد الأسري، وعلم النفس والعلاج النفسي، وطلب منهم تقييم درجة ملاءمة فقرات المقياس لما صمم له، وانتمائها للمجال الذي تنتمي إليه، ودرجة وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، واقتراح التعديلات المناسبة، واعتبروا الفقرات مناسبة واقترحوا تعديل صياغة بعض الفقرات. حيث بلغت نسبة اتفاق (٨٥٪)، وبناءً على ذلك تم إعداد الصورة النهائية للمقاييس. كما قام الباحث باستخراج صدق البناء للمقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٣٦) زوجاً وزوجة من خارج عينة الدراسة، ومن ثم حسبت قيم معاملات الارتباط المصحح للفقرات مع المقياس ككل، كما هو مبين في جدول (٤).

جدول (٤)
قيم معاملات الارتباط (المصحح) لفقرات مقياس معنى الحياة

بُعد وجود المعنى		بُعد البحث عن معنى	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٥٤	٢	٠,٧٣
٤	٠,٣٩	٣	٠,٧٣

تابع الجدول (٤)

بُعد وجود المعنى		بُعد البحث عن معنى	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
٥	٠,٥٢	٧	٠,٧٠
٦	٠,٧٩	٨	٠,٧٣
٩	٠,٣٣	١	٠,٥٧

يلاحظ من البيانات الواردة في جدول (٤) أن قيم معاملات ارتباط فقرات لبُعد وجود المعنى تراوحت ما بين (٠,٣٣-٠,٥٤)، و(٠,٥٧-٠,٧٣) لبُعد البحث عن المعنى. وجميعها قيم دالة إحصائياً. وقد اعتمد الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالبُعد والقائمة ككل عن (٠,٣٠).

ثبات المقياس

قام ستيغر وزملاؤه (Steger et al., 2006) بحساب تقديرات معاملات الاتساق الداخلي للمقياس ككل، حيث بلغت قيمة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي على النحو التالي: الفترة الزمنية الأولى كانت معاملات الثبات لبُعد وجود المعنى (٠,٨١)؛ ولبُعد البحث عن المعنى (٠,٨٤)، وفي الفترة الثانية كانت معاملات الثبات لبُعد وجود المعنى (٠,٨٦)؛ ولبُعد البحث عن المعنى (٠,٩٢). أما في ثبات الاختبار وإعادة الاختبار كانت معاملات الثبات لبُعد وجود المعنى (٠٧٠)؛ ولبُعد البحث عن المعنى (٠,٧٣)، وفي الفترة الثانية كانت معاملات الثبات لبُعد وجود المعنى (٠,٨٦)؛ ولبُعد البحث عن المعنى (٠,٨٧). وكان الثبات الكلي للمقياس على النحو التالي: (٠,٨٨، ٠,٩٣) على التوالي.

أما الدراسة الحالية فقد قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى بتطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٦) زوجاً وزوجة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٨٦)، والثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٨٢). ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام المقياس لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (٥) يظهر ذلك.

جدول (٥)
معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس معنى الحياة وثبات الإعادة

المقياس	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
وجود المعنى	٠,٦٩	٠,٦٥
البحث عن المعنى	٠,٨٦	٠,٨١
المقياس ككل	٠,٨٦	٠,٨٢

تصحيح المقياس

تكون المقياس من (١٠) فقرات، وفق تدريج ليكرت السباعي (١= لا تنطبق عليّ إطلاقاً، إلى ٧= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً). وقام الباحث في هذه الدراسة بتحويل التدريج السباعي إلى خماسي على النحو التالي: (٥= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً؛ ٤= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة؛ ٣= تنطبق عليّ بدرجة متوسطة؛ ٢= تنطبق عليّ بدرجة منخفضة؛ ١= تنطبق عليّ بدرجة منخفضة جداً). وقد تم اعتماد ثلاثة مستويات للمتوسطات الحسابية على النحو التالي: من (١-٢,٣٣) مستوى منخفض لمعنى الحياة؛ ومن (٢,٣٤-٣,٦٧) مستوى متوسط لمعنى الحياة؛ ومن (٣,٦٨-٥) مستوى مرتفع لمعنى الحياة، وقد تم حساب مدى الفئة من خلال المعادلة التالية: (الحد الأعلى – الحد الأدنى) / عدد المستويات وبالتالي فإن مدى الفئة= (٥-١) /٣ = ١,٣٣٣. وجميع فقرات المقياس موجبة.

ثالثاً: مقياس السعادة

إعداد: الباحث

قام الباحث بالرجوع إلى الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بالرضا الذاتي، كدراسة ليوبوميرسكي وليبر (Lyubomirsky & Lepper, 1999)؛ ودراسة مغني وكازاريان (Moghnie & Kazarian, 2011)؛ ودراسة تشو وليم (Chou & Lim, 2010). وذلك من أجل إعداد مقياس السعادة.

صدق المقياس

تحقق الباحث من صدق المحتوى بعرض المقياس بصورته المعربة على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (٧) محكمين مختصين في الإرشاد الأسري، وعلم النفس والعلاج النفسي، للتأكد من مدى مناسبة فقرات المقياس لهذه الفئة التي سوف تطبق عليها الدراسة، حيث أجمع المحكمون على الفقرات بنسبة (٨٥٪)، وهذه النسبة يمكن الاعتماد عليها لإجراء الدراسة.

كما قام الباحث باستخراج صدق البناء للمقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٣٦) زوجاً وزوجة من خارج عينة الدراسة، ومن ثم حسبت قيم معاملات الارتباط المصحح للفقرات مع المقياس ككل، كما هو مبين في جدول (٦).

جدول (٦)
قيم معاملات الارتباط (المصحح) لفقرات مقياس السعادة

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٧٢	٥	٠,٦٩
٢	٠,٧٠	٦	٠,٦٩
٣	٠,٦٧	٧	٠,٧٧
٤	٠,٤٧		

يلاحظ من البيانات الواردة في جدول (٦) أن قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس تراوحت بين (٠,٤٧-٠,٧٧)، وجميعها قيم دالة إحصائياً. وقد اعتمد الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالبُعد والقائمة ككل عن (٠,٣٠).

ثبات المقياس

تحقق الباحث من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى بتطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٦) زوجاً وزوجة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٨٧)، والثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٨٤). ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام القائمة لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (٧) يظهر ذلك.

جدول (٧)
معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس السعادة وثبات الإعادة

المقياس	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
السعادة	٠,٨٧	٠,٨٤

تصحيح المقياس

يتكون المقياس من (٧) فقرات، مكونة من تدريج خماسي على النحو التالي: (٥= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً؛ ٤= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة؛ ٣= تنطبق عليّ بدرجة متوسطة؛ ٢= تنطبق عليّ بدرجة منخفضة؛ ١= تنطبق عليّ بدرجة منخفضة جداً). وقد تم اعتماد

ثلاثة مستويات للمتوسطات الحسابية على النحو التالي: (من ١-٢,٣٣) مستوى منخفض من السعادة؛ ومن (٢,٣٤-٣,٦٧) مستوى متوسط من السعادة؛ ومن (٣,٦٨-٥) مستوى مرتفع من السعادة، وقد تم حساب مدى الفئة من خلال المعادلة التالية: (الحد الأعلى – الحد الأدنى) / عدد المستويات، وبالتالي فإن مدى الفئة = (٥-١) /٣ = ١,٣٣٣.

الإجراءات

لتحقيق أهداف الدراسة، تم إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية بعد التحقق من مؤشرات صدقها وثباتها، وبعدها تم توزيع المقياس على الأزواج في شمال الأردن في شهر تشرين الأول عام (٢٠١٨)، من خلال استبانة إلكترونية في (Google Drive). حيث استغرقت الإجابة عنها من قبل أفراد العينة (٨) أيام، وتم التأكيد لهم أن مشاركتهم طواعية، وأن البيانات التي سيدلون بها ستعامل بسرية تامة، وسوف تستخدم لأغراض البحث العلمي. وبعد إجراء الدراسة الاستطلاعية اتضح أن الوقت الذي استغرقه أفراد العينة الاستطلاعية في استجاباتهم للمقياس تراوحت ما بين (١٠-٢٠) دقيقة، وتم تفريغ الإجابات من الموقع على برنامج (SPSS)، ثم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة وفقاً لبرنامج (SPSS) للإجابة عن أسئلة الدراسة.

تحليل البيانات

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من مستوى الرضا عن الحياة الأسرية ومستوى معنى الحياة، ومستوى السعادة. واستخدام اختبار t-test للفروق بين الجنسين، واستخدام معامل الارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين مستوى الرضا عن الحياة الأسرية وكل من معنى الحياة ومستوى السعادة. بالإضافة إلى استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن قدرة معنى الحياة والسعادة في التنبؤ عن الرضا عن الحياة الأسرية لدى كل من الجنسين.

النتائج

فيما يأتي عرض النتائج المتعلقة بكل سؤال من الأسئلة التي حاولت الدراسة الإجابة عنها.

أولاً: نتائج السؤال الأول

نص السؤال الأول على: ما مستوى الرضا عن الحياة الأسرية، ومعنى الحياة، والسعادة لدى عينة الدراسة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة لدى المتزوجين في شمال الأردن، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة والسعادة لدى المتزوجين في شمال الأردن ن= ٩١٨

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مقياس الرضا عن الحياة الأسرية	٣,٥٦	٠,٩٤
وجود المعنى	٣,٣٦	٠,٧٨
البحث عن المعنى	٣,٧٢	٠,٨٩
مقياس معنى الحياة	٣,٥٤	٠,٧٦
مقياس السعادة	٣,٤٤	٠,٨٨

يلاحظ من جدول (٨) امتلاك أفراد العينة لمستوى متوسط لكل من الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة، إذ بلغ المتوسط الحسابي للرضا عن الحياة الأسرية ككل (٣,٥٦)، وانحراف معياري (٠,٩٤). أما معنى الحياة فكان المتوسط الحسابي ككل (٣,٥٤)، وانحراف معياري (٠,٧٦). وفي الأبعاد، يلاحظ أن بُعد البحث عن المعنى جاء في المرتبة الأولى بمستوى مرتفع، حيث بلغ المتوسط الحسابي (٣,٧٢)، وانحراف معياري (٠,٨٩)، ثم تلاه بُعد وجود المعنى بمتوسط حسابي (٣,٣٦) بمستوى متوسط. وفيما يتعلق بالسعادة فكان المتوسط الحسابي (٣,٤٤)، وانحراف معياري (٠,٨٨).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى عدة عوامل أهمها المستوى الجيد من التواصل والتفاعل الأسري، بالإضافة إلى تحمل المسؤولية الأسرية من قبل الزوجين وتوزيعهما للأعمال والواجبات والمشاركة فيها، وأن فاعلية الزوجين داخل الأسرة وملء كل منهما لأدوارهِ، وعلاقتهما الإيجابية مع الأولاد تزيد من مستوى إحساس الأسرة بالرفاه وتعزز مستوى الرضا عن حياتهم الأسرية. وأن توافق الظروف الاقتصادية والاجتماعية للأسرة مع المعايير والتوقعات الخاصة بالزوجين، ووجود مستوى من الترفيه الذي تتمتع به الأسر في الأردن ساهم بشكل مقبول في الرضا لدى هؤلاء الأزواج. وحصول العينة على مستوى متوسط لمعنى الحياة يأتي من خلال الاحتفاظ الدائم بوجود أهداف أسرية من الحياة والسعي إليه من خلال إدراك الخبرات الحياتية وتكاملها، فمشاعر الحب والسعادة والدفء والاهتمام بأفراد الأسرة يدفع إلى اكتشاف المعنى من الحياة والهدف منها، فالمستوى المقبول من الرضا عن الحياة الأسرية يقلل من التناقضات

بين ما هو عليه وما يريد الوصول إليه من أهداف، ويساعد على إدراك الأزواج لمعنى حياتهم وشعورهم بالرضا عنها والإحساس بالمسؤولية تجاه أسرتهم. فالروابط الأسرية والاجتماعية الجيدة لأفراد الأسرة، وما تقدمه الأسرة من دعم ومساندة لهم يضيف بعداً جديدًا لمعنى الحياة من خلال رضا الفرد عن حياته الأسرية. فتوفير الأمان والحب يخلق مستوى مقبولاً من الرضا عن الحياة الأسرية للوصول لتحقيق الأهداف الذاتية، حينها يكون الأزواج قادرين على إدراك المعنى لحياتهم والهدف منها، مما يترتب عليه شعور بالسعادة والرضا. ومن هنا يمكن الإشارة إلى أولوية الاهتمام في الرضا عن الحياة الأسرية في المملكة الأردنية الهاشمية، من خلال تداخلات الإرشاد الأسري لأفراد المجتمع، وفي المدارس والجامعات، وتقديم خدمات الإرشاد الأسري بشكل عام. واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة زيادة (٢٠١٨) التي أشارت لوجود مستوى متوسط في الرضا عن الحياة الأسرية، ودراسة السعدي (٢٠١٦) التي أشارت إلى أن معنى الحياة لدى الزوجات الفلسطينيات كان متوسطاً.

ثانياً: نتائج السؤال الثاني

نص السؤال الثاني على: هل هناك فروق بين الجنسين في مستوى الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة؟

لمعرفة ما إذا كان هناك فروق بين الجنسين على مقياس الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة، والسعادة، تم استخدام اختبار (ت). ويبين جدول (٩) المتوسطات والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار (ت).

جدول (٩)
نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات الجنسين على مقاييس الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة والسعادة ن= ٩١٨

المقياس	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة الأسرية	الذكور	٣,٧٣	٠,٩٠	٣,٢٥	٠,٠٠١
	الإناث	٣,٣٩	٠,٩٤		
معنى الحياة	الذكور	٣,٦٧	٠,٦٥	٣,١٣	٠,٠٠٢
	الإناث	٣,٤٠	٠,٨٣		
السعادة	الذكور	٣,٥١	٠,٨٣	١,٥٣	٠,١٢٦
	الإناث	٣,٣٦	٠,٩٢		

يظهر جدول (٩) أن هناك فروقًا بين الجنسين على مقياس الرضا عن الحياة الأسرية، إذ بلغت قيمة (ت= ٣,٢٥)، وبدلالة إحصائية ($P < ٠,٠٠٠١$)، ويتضح من الجدول أن متوسط

درجات الذكور أعلى من متوسط درجات الإناث. ويظهر الجدول أن هناك فروقًا بين الجنسين على مقياس معنى الحياة، إذ بلغت قيمة (ت= ٣,١٣)، وبدلالة إحصائية (P < ٠,٠٠٠١)، ويتضح من الجدول أن متوسط درجات الذكور أعلى من متوسط درجات الإناث. ويلاحظ من الجدول عدم وجود فروق بين الجنسين على مقياس السعادة، إذا بلغت قيمة (ت= ١٢٦,٠).

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى التركيب الفسيولوجي للذكور التي تمكنهم من تحمل الأعباء الجسدية والضغوط النفسية بدرجة أكبر من الإناث، والعادات والتقاليد والثقافة السائدة والقيود الاجتماعية التي يفرضها المجتمع والذي يحيط الإناث بحماية زائدة ولا يسمح لهن بالحرية المطلقة في المجتمع. بالإضافة إلى طبيعة المجتمع الأردني القائمة على تحمل الزوج مسؤولية الأسرة وإدارتها ورعاية شؤونها، فالأزواج الذكور هم الذين يتولون المسؤولية ويسعون لأثبات ذواتهم والبحث عن العمل وتكوين الأسرة. فهم قادرون على تحديد أهداف واضحة على أساس نقاط قوتهم، وأولوياتهم واهتماماتهم في الحياة وتحديد إطار زمني لتحقيق الناتج النهائي، ويحددون طبيعة هدفهم إذا ما كان هدفًا مهنيًا أو ماديًا أو أي شيء آخر. كما يعزو عدم وجود فروق بين الجنسين في السعادة إلى أن الزوجين يتعايشان مع بعض في نفس الظروف الترفيهية، وأن الجو الذي يسود الأسرة من طرق في التعامل في تكوين علاقات إيجابية وشعور الفرد بالرضا، ومشاركة الزوجين الانسجام والتكامل واتساق الذات وتخفيف التوتر والقلق والمساعدة على تحمل أعباء الحياة ومشاقها تعمل على إخفاء الفروق بين الزوجين في السعادة. وهذا يشكل مصادر القوة داخل الأسرة، وتطوير رؤية مشتركة بين أفراد الأسرة الواحدة، ووضع خطط وبرامج أسرية تحقق الرضا عن الحياة الأسرية، وترفع من مستوى السعادة لجميع أفراد الأسرة، وتشكل أيضاً معنى حياة إيجابي، وإشراك جميع أفراد الأسرة في عملية وضع وتقييم هذه الخطط ومتابعة تنفيذها.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كتلو (٢٠١٥) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في السعادة تعزى للجنس. وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة زيادة (٢٠١٨) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة الأسرية لصالح الإناث. ودراسة كتلو (٢٠١٥) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى للجنس.

ثالثاً: نتائج السؤال الثالث

نص السؤال الثالث على: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الرضا عن الحياة الأسرية ومعنى الحياة ومستوى السعادة؟

للإجابة عن هذا السؤال، حسبت معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل مقياس الرضا عن الحياة الأسرية، ودرجاتهم على مقياسي معنى الحياة والسعادة، وجدول (١٠) يبين ذلك.

جدول (١٠)
معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة الأسرية ودرجاتهم على مقياسي معنى الحياة والسعادة ن= ٩١٨

المقاييس	العينة الكلية	الذكور	الإناث	قيمة Z
معنى الحياة	٠,٦٥**	٠,٥٧**	٠,٦٩**	٤,٠١*
السعادة	٠,٥٢**	٠,٤٧**	٠,٥٤**	٣,٧٤**

P** < ٠,٠١ P* < ٠,٠٥

يظهر جدول (١٠) أن هناك علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الرضا عن الحياة الأسرية وكل من معنى الحياة والسعادة، وأن هذه العلاقة لدى الإناث أقوى مما هي لدى الذكور. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى نوعية الحياة الأسرية السائدة في المجتمع الأردني التي تقوم على إشباع الحاجات النفسية، والتفاعلات الإيجابية داخل الأسرة، وانعدام المشكلات الأسرية، وتوفير الدعم والمساندة في المواقف المختلفة، ومدى ملائمة الجوانب الاقتصادية، وأداء المهام والوجبات الأسرية لكل من الزوجين، والجوي الأسري القائم على تكامل العلاقة والاهتمام وحل المشكلات الأسرية، الأمر الذي يؤدي إلى تحقيق معنى الحياة والشعور بالسعادة لدى الأزواج.

كما أن الدعم الأسري يؤدي إلى شعور كل زوج بأهميته وقيمته في هذه الحياة، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة مستوى السعادة لدى الزوجين، فالقدرة على إشباع الحاجات الأساسية المختلفة هي إحدى المكونات الرئيسة لنوعية الحياة. ووجود مستوى جيد من الجوانب الحياتية يزيد من شعور الزوجين بالسعادة والقدرة على تحقيق أهداف ذاتية، فهذا التفاعل يظهر العلاقة الإيجابية بين الحياة الأسرية وكل من معنى الحياة والسعادة. كما أن الرضا عن الحياة الأسرية ينعكس على مستوى السعادة الناشئة من إدراك الزوج لحياته وهدفه منها، وبذلك يكون الرضا عن الحياة الاسرية مصدراً لحياة ذات معنى وشعور الزوج بالسعادة، ويظهر هذا من خلال ما يعيشه المجتمع الأردني من نهضة علمية وثقافية، وانفتاح، ومساواة، ومواكبة التطور الحديثة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (كتلو، ٢٠١٥؛ Ramesh, et al., 2013; Bandura, et al., 2011; Zabriskie & Ward, 2013). اللواتي أشرن لوجود علاقة بين السعادة ومستوى الرضا عن الحياة الأسرية، كما أشار كل من (Llobet, et al.,

2011) إلى وجود علاقة بين معنى الحياة ومستوى السعادة. وهنا يجب أن تعمل الأسرة على ترسيخ الظروف والمواقف الدائمة والمستمرة ضمن حياة الأسرة، لأنها ذات تأثير طويل في تحقيق السعادة، كأن تقوم الأسرة بتوفير الحب، النشطات الداخلية، والأنشطة الترفيهية، والحياة المتوازنة لأفرادها.

رابعاً: نتائج السؤال الرابع

نص السؤال الرابع على: ما نسبة التباين المفسر الذي يفسره كل من معنى الحياة ومستوى السعادة بالرضا عن الحياة الأسرية لدى أفراد عينة الدراسة؟

للإجابة عن هذا السؤال، أُجري تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة معنى الحياة والسعادة في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى كل من الجنسين. ويبين جدول (١١) نتائج هذا التحليل لدى الذكور.

جدول (١١)
نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لمدى مساهمة مغيري معنى الحياة والسعادة في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الذكور ن = ٤٥٩

المتغير التابع	المتنبئات	المعامل B	الارتباط المتعدد R	التباين R2	F	الاحتمالية
الرضا عن الحياة الأسرية	معنى الحياة	٠,٦١	٠,٥٧	٠,٣٢	٧١,١٨٢	٠,٠٠٠*
	السعادة	٠,٢٧	٠,٦٠	٠,٣٦	٤٢,٩٦٠	٠,٠٠٠*

*P < ٠,٠٠٠١

يُظهر جدول (١١) أن متغيري معنى الحياة والسعادة، قد وضحا معاً حوالي (٣٦٪) من التباين في الرضا عن الحياة الأسرية لدى الذكور. فقد وضح متغير معنى الحياة (٣٢٪) من التباين، وأضاف متغير السعادة (٤٪)، وبذلك يكون هذان المتغيران قد ساهما بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الذكور (P<٠,٠٠٠١).

كما أجري تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة معنى الحياة والسعادة في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الإناث، ويبين جدول (١٢) نتائج هذا التحليل.

جدول (١٢)
نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لمدى مساهمة مغيري معنى الحياة والسعادة في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الإناث ن = ٤٥٩

المتغير التابع	المتنبئات	المعامل B	الارتباط المتعدد R	التباين R2	F	الاحتمالية
الرضا عن الحياة الأسرية	البحث عن معنى الحياة	٠,٥٩	٠,٧٠	٠,٤٩	١٤٢,١٤٤	٠,٠٠٠*
	السعادة	٠,٢٢	٠,٧٢	٠,٥٢	٨٠,٣٠٣	٠,٠٠٠*

*P < ٠,٠٠٠١

يُظهر جدول (١٢) أن متغيري بُعد البحث عن معنى الحياة والسعادة، قد وضحا معاً حوالي (٥٢٪) من التباين في الرضا عن الحياة الأسرية لدى الإناث. فقد وضح متغير البحث عن معنى الحياة (٤٩٪) من التباين، وأضاف متغير السعادة (٣٪) وبذلك يكون هذان المتغيران قد ساهما بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الإناث (P<٠,٠٠٠١).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن مستوى السعادة ومعنى الحياة مهم لمستوى الرضا عن الحياة الأسرية، إضافة إلى نظام المساواة داخل الأسر في المجتمع الأردني، حيث تشارك المرأة الرجل في أمور الأسرة والحياة العملية، إضافة إلى استقلال المرأة، والمساواة بين الجنسين، كما أن هذا التباين يمكن تفسيرهُ من خلال حقيقة أن الأسرة غالباً ما تقدم علاقات حميمة ووثيقة تشكل الرضا لأفرادها وخصوصاً الزوجين، أما ارتفاع مستوى التباين في التنبؤ بالرضا عن الحياة الأسرية لدى الإناث لأنهن في الغالب تتحمل مسؤولية أكبر عن الحياة الأسرية، والرجال أكثر انخراطا في حياة العمل، وهذا يعكس أهمية المحافظة على الحياة الأسرية لدى الإناث في ظل مجتمع محافظ، وهذا يدعم فكرة أن المرأة يجب أن تتحمل المسؤولية الرئيسية عن الأسرة في حين أن الرجال يجب أن يكونوا المعيل الرئيسي. إضافة إلى انخراط المرأة في المجتمع الأردني بالعمل والرفع من مستوى قدرتها على مواجة التحديات والضغوطات، وقدرتها المادية لمواجهة احتياجاتها واحتياجات أطفالها، والتواصل والانفتاح، الأمر الذي يرفع من ثقتها بنفسها وزيادة توازنها الأسري والنفسي وقدرتها على تحمل الأدوار الأسرية، مما يساعد على ايجاد حالة من الاستقرار من الرضا الأسري والسعادة. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة نوا (Nua, 2013)؛ وأن الرفاه هو القوة الدافعة في تفسير التباين في رضا الأسرة.

التوصيات

في ضوء هذه النتائج يوصي الباحث بما يلي:

- العمل على إجراء المزيد من الدراسات التحليلية، التي ترتط مستويات الرضا في الأسرة والحياة العملية بالسعادة في البيئات المختلفة، وإجراء دراسات تأخذ متغيرات أخرى مستقلة غير المدرجة في هذه الدراسة.
- الاهتمام بتنمية الرضا عن الحياة الأسرية لدى أفراد المجتمع عامة، لما له من دور فاعل في تحقيق السعادة النفسية، ومعنى الحياة.
- زيادة الاهتمام بإجراء البرامج الأسرية الخاصة للأشخاص المقبلين على الزواج، والتي من شأنها تنمية الشعور بالسعادة ومعنى الحياة.
- ضرورة إشراك الأبناء في الأسر في مناقشة القضايا الخاصة بالأسرة، وتوجيههم إلى كيفية تحقيق أهدافهم وإرشادهم إلى كيفية تحقيق الرضا عن الحياة الأسرية بطريقة سليمة وبناءة.
- عمل دورات إرشادية لطلاب الجامعة تعمل على تمكينهم من حل المشكلات، وتنمية معنى الحياة والتسامي بالذات، وكيفية التعامل مع الضغوط والمشكلات الأسرية، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الذات والشعور بالسعادة.

المراجع

أحمد، أسماء (٢٠١٤). جودة الحياة وعلاقتها بكل من الشعور بالسعادة والتفاؤل لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بني سويف، مصر.

رحيم، خلود (٢٠١٠). معنى الحياة كما تدركه المرأة العراقية. المؤتمر الإقليمي الثاني لعام النفس - رابطة الأخصائيين النفسيين. جامعة بغداد، في الفترة ما بين ١١/٢٩ — ١٢/١، ص ٧٥٥-٧٧٢.

زيادة، احمد (٢٠١٨). مستوى الرضا عن الحياة الأسرية والرضا الذاتي لدى عينة من اللاجئين السوريين بالأردن. المجلة العربية للعلوم ونشر للأبحاث - مجلة العلوم التربوية والنفسية. ٦(٢)، ٧٢-٩٠.

السعدي، رحاب (٢٠١٦). معنى الحياة لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين: دراسة ميدانية في محافظة جنين. مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث. ١(٢)، ٥٩-٩٦.

كتلو، كامل (٢٠١٥). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. دراسات - العلوم التربوية. ٤٢(٢)، ٦٦١-٦٧٩.

Achor, S. (2010). *The happiness advantage: The seven principles of positive psychology that fuel success and performance at work*. New York: Crown Business.

Bahmani, S. (2010). *Relationship between emotional intelligence and happiness and professional burnout of Marvdasht graduate school administrators*. Master's thesis, Azad university of Arsanjan.

Bandura, A., Caprara, G., Barbaranelli, C., Regalia, C. & Scabini, E. (2011). Impact of family efficacy beliefs on quality of family functioning and satisfaction with family life. *Applied Psychology: An International Review, 60*(3), 421–448.

Baumeister, R., Vohs, K., Aaker, J. & Garbinsky, E. (2012). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *Journal of Positive Psychology, 8*(6), 505-516.

Belsky, J., Jaffee, S., Hsieh, K. & Silva, P. (2001). Child-rearing antecedents of intergenerational relations in young adulthood: A prospective study. *Developmental Psychology, 37*(6), 801-813.

Bowen, G. (1988). Family life satisfaction: A value-based approach. *Family Relations, 37*(4), 458-462.

Calderón, M., Naranjo, I. & Felpeto, R. (2012). Self-satisfaction of the mean age woman and its relation to other factors of daily life. *Revista Cubana de Ginecologíay Obstetricia, 38*(2), 199-213.

Chou, A. & Lim, B. (2010). A framework for measuring happiness in online social networks. *Issues in Information Systems, 11*(1), 198-203.

Das Gupta, S. & Kumar, D. (2010). Psychological correlates of happiness. *Indian Journal of Social Science Researches, 7*(1), 60-66.

Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54,* 403-425.

Frisch, M. (1998). Quality of life therapy and assessment in health care. *Clinical Psychology: Science & Practice, 5*(1), 19–40.

Gilman, R. & Huebner, E. (2001). Review of life satisfaction measures for adolescents. *Behaviour Change, 17*(3), 178–195.

Hamidi, S., Yetkin, A. & Yatkin, Y. (2010). The meaning of life: health, disease, and the naturopathy. *Journal of Psychology and Counselling, 2*(1), 9-16.

Heinz, W. (2006). Environment and happiness: Valuation of air pollution using life satisfaction data. *Ecological Economics, 58*(4), 801-813.

Heisel, M. & Flett, G. (2004). Purpose in life, satisfaction with life and suicide ideation in clinical sample. *Journal of Psychopathology & Behavioral Assess, 26*(2), 127-135.

Hills, P. & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion–extraversion and happy introverts. *Personality & Individual Differences, 30*(4), 595-608.

Kashdan, T. (2004). The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire). *Personality & Individual Differences, 36*(5), 1225–1232.

Linley, P., Maltby, J., Wood, A., Osborne, G. & Hurling, R. (2009). Measuring happiness: The higher order factor structure of subjective and psychological well-being measures. *Personality & Individual Differences, 47*(8), 878-884.

Llobet, M., Ávila, N., Farràs, J. & Canut, M. (2011). Quality of life, Happiness and satisfaction with life of individuals 75 years old or older cared for by a home health care program. *Revista Latino-Americana de Enfermagem, 19*(3), 467-475.

Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist, 56*(3), 239-249

Lyubomirsky, S. & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research, 46*(2), 137-155.

Lyubomirsky, S., Tkach, C. & DiMatteo, M. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem?. *Social Indicators Research, 78*(3), 363-404.

Macdonald, M., Wong, P. & Gingras, D. (2012). Meaning-in-life measures and development of a brief version of the personal meaning profile. In P. T. P. Wong (Ed.), *Personality and clinical psychology series*. *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (pp. 357-382). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.

Medvedev, O., Siegert, R., Mohamed, A., Shepherd, D., Landhuis, E. & Krägeloh, C. (2017). The oxford happiness questionnaire: transformation from an ordinal to an interval measure using rasch analysis. *Journal of Happiness Studies, 18* (5), 1425-1443.

Moghnie, L. & Kazarian, S. (2011). Subjective happiness of Lebanese college youth in Lebanon: Factorial structure and invariance of the Arabic subjective happiness scale. *Social Indicators Research, 109*(2), 203-210.

Nua, S. (2013). *Canadian family leisure, family functioning, and family satisfaction: A family perspective*. Master thesis, Brigham Young University, USA.

Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital & Family Therapy, 37*(1), 64-80.

Olson, D. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy, 22* (2), 144-167.

Pavez, P., Santander, N., Carranza, J. & Vera-Villarroel, P. (2009). Familial risk factors for suicide among adolescents with depression. *Revista Médica de Chile, 137*(2), 226-233.

Pavot, W. & Diener, E. (2003). Well-being (including life satisfaction). In R. Fernandez- Ballesteros (Ed.), *Encyclopedia of psychological assessment, 2,* 1097–1101.

Proulx, T. & Heine, S. (2008). Death and black diamonds: Meaning, mortality, and the meaning maintenance model. *Psychological Inquiry, 17*(4), 309–318.

Rahim, M., Ishak, I., Shafia, S. & Shafiai, R. (2013). Factors influencing family life satisfaction among parents in Malaysia: The structural equation modeling approach (SEM). *Journal of Humanities and Social Science, 17*(4), 78-85.

Reker, G. & Wong, P. (1988). *Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning*. In J. E. Birren & V. L. Bengston (Eds.), Emergent theories of aging (pp. 214–246). New York, NY: Springer.

Rice, K. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review. *Journal of Youth & Adolescence, 19*(5), 511-538.

Ramesh, M., Sathian, B., Sinu, E. & Kiranmai, S. (2013). Efficacy of Rajayoga meditation on positive thinking: An index for self-satisfaction and happiness in life. *Journal of Clinical and Diagnostic Research, 7*(10), 2265-2267.

Steger, M. & Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology, 52*(4), 574–582.

Steger, M., Frazier, P., Oishi, S. & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80–93.

Uchida, Y., Norasakkunkit, V. & Kitayama, S. (2004). Cultural construction of happiness: Theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies, 5*(3), 223–239.

Valois, R., Zullig, K., Huebner, E. & Drane, J. (2001). Relationship between life satisfaction and violent behaviors among adolescents. *American Journal of Health Behavior, 25*(4), 353–366.

Waterman, A., Schwartz, S. & Conti, R. (2008). The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and Eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 41-79.

Watson, D. (2002). Positive affectivity: The disposition to experience pleasurable emotional states. In C.R Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 106-119). New York: Oxford University press.

Weinstein, N., Ryan, R. & Deci, E. (2012). Meaning, motivation, and wellness: A self-determination perspective on the creation and internalization of personal meanings and life goals. In P. T. P. Wong (Ed.), *Personality and clinical psychology series*. *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd Ed.) (pp. 81–106).

Westerhof, G., Bohlmeijer, E. & Valenkamp, M. (2004). In search of meaning: A reminiscence program for older persons. *Educational Gerontology, 30*(9), 751–766.

Zabriskie, R. & Ward, P. (2013). Satisfaction with family life scale. *Marriage & Family Review, 49*(5), 446-463.