

Self-Transcendence and Altruism as Predictors of Psychological Well-being among University Students in some Arab Countries

Atef Mosaad Elsherbiny* 

Department of Psychological Sciences, College of Education, Qatar University, Qatar.

Received: 28/4/2021

Revised: 2/6/2021

Accepted: 17/6/2021

Published: 15/9/2022

* Corresponding author:

atef.mossad@qu.edu.qa

Citation: Elsherbiny, A. M. (2022). Self-Transcendence and Altruism as Predictors of Psychological Well-being among University Students in some Arab Countries. *Dirasat: Educational Sciences*, 49(3), 223–243. <https://doi.org/10.35516/edu.v49i3.1999>

Abstract

Objectives: The current research aims at exploring the relationship between self-transcendence, altruism, and the psychological well-being of university students in some Arab countries.

Methods: This research utilized a descriptive correlational approach. The sample of the research, which was chosen from several Arab countries, included 1144 students. The researcher used several international standards approved in the study and presented the standards to a group of mental health and psychology experts for feedback.

Results: The results show statistically significant differences attributed to gender in favor of males, statistically significant differences due to specialization in favor of humanities faculties, and statistically significant differences due to academic level in favor of elementary grades on the total score of psychological well-being, altruism, and self-transcendence. Finally, the results indicate that self-transcendence and altruism can predict psychological well-being.

Conclusions: Based on the results, the study recommends including the dimensions of self-transcendence, altruism, and psychological well-being in the curricula of secondary schools and university students.

Keywords: Self-transcendence, altruism, well-being.

التسامي بالذات والإيثار كمؤشرين للتنبؤ بالهناء النفسي لدى طلاب الجامعة في بعض الدول العربية

عاطف مسعود الشربيني*

قسم العلوم النفسية - كلية التربية - جامعة قطر.

ملخص

الأهداف: هدف البحث معرفة العلاقة بين التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. المنهجية: اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تكونت عينة الدراسة من 1144 من طلاب الجامعة في بعض الدول العربية.

النتائج: أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للنوع على مقياس التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لصالح الذكور، كما ظهرت فروق تعزى للتخصصات على مقياس التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لصالح الكليات الإنسانية، بينما ظهرت فروق تعزى للمستويات الدراسية على مقياس التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لصالح المستويات الأولية. وأخيراً، أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالهناء النفسي من خلال التسامي بالذات والإيثار. التوصيات: بناء على النتائج يوصي بضرورة تضمين أبعاد التسامي بالذات، وأبعاد الإيثار، وأبعاد الهناء النفسي في المقررات الدراسية لطلاب المرحلة الثانوية، والجامعية.

الكلمات الدالة: التسامي بالذات، الإيثار، الهناء النفسي.



© 2022 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

المقدمة:

يعد مفهوم التسامي بالذات من المفاهيم التي تنتمي لعلم النفس الإيجابي والتي تهتم بفضائل الإنسان، وحيويته نحو سعيه لتحقيق الصحة النفسية والهناء النفسي وتطوير حياته بشكل أفضل على كافة المستويات النفسية، والاجتماعية، والاقتصادية. وتؤكد دراسة أوسين وآخرين (Osin et al., 2016) في أن التسامي بالذات هو الخاصية المميزة للوجود الإنساني، والوعي بالذات لتحقيق المعاني السامية التي تتخطى حدود الذات؛ مما يساهم في تنمية الهناء النفسي بشكل عام.

عرف هاوجان وآخرون (Haugan et al., 2014) التسامي بالذات بأنه عملية نمائية ومصدرا حيويًا للهناء في مرحلة البلوغ المتأخر. وعرفت ريد Reed التسامي بأنه: قدرة الفرد على تطوير ذاته من خلال بعدين أحدهما يشمل العلاقة مع الآخرين، والثاني يتعلق بداخل شخصيته من خلال مزج الماضي مع المستقبل لإضفاء معنى للحاضر (Pena-Gayo et al., 2018). وكانت نظرية ريد (Reed, 1986, 1991, 2009) في التسامي بالذات تطبق في مجال الصحة النفسية للمسنين، أو للعاملين في مجال التمريض، ثم تطورت النظرية فأصبحت تطبق على نطاق كبير في مراحل الحياة المختلفة للأفراد العاديين، وجميع الثقافات المختلفة. (Haugan, 2014)

وأكد ليو وآخرون (Liu et al., 2021) أن التسامي بالذات يحقق نتائج إيجابية بين الأشخاص ويعمل على تطوير شخصيتهم، خاصة في عصر 19-COVID حيث يعاني الناس من ضغوط نفسية هائلة، ودلت الدراسة على العلاقة الإيجابية بين المراهقين الذين يملكون مستويات عالية من التسامي بالذات يتمتعون بدرجة عالية من الصحة النفسية والهناء النفسي، ولذلك كان لديهم القدرة على تجاوز الذات والاهتمام بالآخرين وقت الأزمات. ويرى ونج (Wong, 2016) أن مستويات التسامي بالذات يمكن تلخيصها كالآتي: البحث عن المعنى النهائي وعن المثل العليا من خير، وأخيرا عن السعي إلى الكمال للوصول إلى ما هو أسعى من تحقيق الذات، ومن خلال المساهمة بشيء له قيمة للآخرين. وذكرت إيكل (Eckl, 2017) خطوات لتحقيق التسامي بالذات منها: النوم جيدا، وممارسة التأمل، وتخصيص وقت للإبداع، وكتابة الأفكار والمشاعر، والاستمتاع بالطبيعة.

ونظرية التسامي بالذات عند ريد (Reed, 2014) تختلف عن النظريات النمائية في جانبين هما:

أولا: أن التسامي بالذات طاقة متصلة عند وصول الإنسان لمرحلة الرشد، وبالرغم من ذلك ممكن أن تكون في بواكير حياة الإنسان إذا مر بأزمة كبيرة تشعره بالضعف، ثانيا: تسليط الضوء على أن التسامي بالذات يتجاوز النظر من فوق إلى العالم، وإنما ربط البشر بأنفسهم والمحيطين وبالبيئة هنا والآن.

كما يتضمن نموذج مكارثي وآخرين (McCarthy et al., 2018) المجالات الأساسية للتسامي بالذات وهي: الابتكار، والعلاقات، والاستبطان، والتأمل، والروحانية، ويشمل كل مجال أنشطة تعزز التسامي وتعتبر مؤشرات على الهناء النفسي، وقد أكدت دراسة هيريديا وسانشيز (Heredia & Sanchez, 2016) على قوة العلاقة بين التسامي بالذات والهناء النفسي.

ويشير كاهي وآخرون (Khahi et al., 2017) أن التسامي بالذات إلى تحسين الصحة البدنية والرضا عن الحياة والهناء النفسي، وتدعم دراسة جديد ميلاني وآخرين (Jadidmilani et al., 2015) تعزيز العلاقة بين التسامي بالذات والتحسين في مستوى الهناء النفسي، كما تشير نتائج دراسة كامكيران (Camkiran, 2018) وجود علاقة ارتباطية دالة بين التسامي بالذات والهناء النفسي، وأن التسامي بالذات يتنبأ بالرضا عن الحياة والهناء النفسي، كما تؤكد زايد وآخرون (2021) على أهمية الرياضة، وتعزيزها للهناء النفسي لطلبة الجامعة.

وظهرت عديد من النظريات التي حاولت تقديم تفسير للهناء النفسي، مثل أولا: نموذج نظريات السعادة إلى ثلاث فئات، نظرية الإعجاب، ونظرية الرغبة، ونظرية الحاجة، وثانيا: نموذج استمرارية الصحة العقلية الذي يشير إلى التدرج من الحالة السيئة إلى الحالة الجيدة، وثالثا: نظرية السعادة الحقيقية لسليجمان التي تهدف لزيادة الرضا عن الحياة (Seligman, 2012)، وأخيرا: نموذج رايف (Ryff, 2014) الذي ركز على تنمية مفهوم الهناء النفسي في الحياة العملية، وهو النموذج الذي استفاد منه الباحث وعمل على تعديله.

يميز نيجوفان (Negovan, 2010) بين الهناء النفسي والهناء الذاتي، حيث يعنى الهناء النفسي السعي لإدراك إمكانات الفرد الحقيقية، بينما الهناء الذاتي يشير إلى اختيار الشعور بالسعادة أكثر من اختيار الشعور بالألم، كما أن الهناء النفسي أكثر رسوخا وثباتا من الهناء الذاتي؛ لتأثيره المحدود والآني.

وتنوعت المتغيرات المرتبطة بالتسامي بالذات كما تنوعت عينات الدراسة مثل: دراسة (زهرا، وزهران، 2020) التي اهتمت بعلاقة التسامي بالذات مع الدافعية الذاتية، كما أظهرت النتائج إلى إسهام الضغوط النفسية والمهنية في التنبؤ بالدافعية الذاتية والتسامي بالذات. ودراسة جوشانلو وآخرين (Joshannloo et al., 2016) حيث درست العلاقة بين التسامي ومفاهيم السعادة والرضا عن الحياة، ودراسة نج ويو (Ng & Ye, 2016) التي أكدت على أن التسامي بالذات من العوامل المنبئة بالتوافق مع الحياة الجامعية، ودراسة هونغ (Hong, 2008) التي أشارت للعلاقة بين التسامي بالذات ومعنى الحياة والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. وكشفت نتائج دراسة باباستيليانو ولامبريديس (Papastilianou & Lampridis, 2016) عن وجود فروق بين طلاب الكليات التطبيقية مقارنة بطلاب الكليات الإنسانية في التسامي بالذات، كما أشارت إلى وجود فروق بين متوسطات درجات الطلاب الذكور والإناث لصالح الإناث في التسامي بالذات. وأظهرت نتائج دراسة (الذهبي، والسلماني، 2018) أن طلبة الجامعة

يتمتعون بتسامي الذات، ويتفوق الذكور على الإناث في التسامي بالذات. ومن الدراسات التي جمعت بين التسامي بالذات والهناء النفسي دراسة (أبو دراز، 2019) التي أكدت على وجود علاقة إيجابية بين التسامي بالذات، والهناء النفسي، كما تنبأ التسامي بالذات بالهناء النفسي. مما سبق تتضح أهمية دراسة المستويات للتسامي بالذات لدى طلاب الجامعة في وطننا العربي في هذا العصر؛ نظرا لكثرة الأعباء الحياتية والأكاديمية؛ مما يشعر الطلبة بحالة من القلق ونقص الأمن والسلام النفسي، حيث يعبر التسامي بالذات عن حالة السلام النفسي والهدوء والإيجابية، ويعتبر حماية نفسية للطلبة من أعباء وهموم الحياة الاجتماعية والأكاديمية.

والإيثار هو أفضل أنواع الجود، فهو الجود بكل ما تحبه النفس من الأموال والمنافع وغيرها. وذكر موريس (Morris, 2009) في تعريفه للإيثار بأنه فعل كل شيء لتقديم العون والخير للآخر، وأن تكرار العطاء للآخر يعود على الفرد بالشعور الإيجابي. ووضع روبنسون وكيري (Robinson & Curry, 2007) نموذجا لتحديد كيف يتطور الإيثار، وذكر أن الإيثار يتطور من خلال أربعة عوامل هي: العامل البيولوجي، العامل المعرفي، عامل التعلم الاجتماعي، وأخيرا العامل الديني أو الروحي. كما أكدت نظرية التعلم الاجتماعي بأن السلوك الإيثاري مكتسب من خلال التفاعلات الاجتماعية والنمذجة. (Kokkonen et al., 2013) وتنوعت المتغيرات النفسية المرتبطة بالإيثار مثل: دراسة شيلر (Sheeler, 2020) التي أهتمت بالعوامل التي تسهم في الإيثار منها: الفنون المختلفة، والإبداع، والعمل التعاوني مما يعزز وينمي الإيثار لدى الأفراد. ودراسة (رمضان وآخرين، 2020) التي اهتمت بعلاقة الإيثار بالمسؤولية الاجتماعية، حيث يعتبر الشعور بالمسؤولية الاجتماعية من دوافع السلوك الإيثاري خلال فترة المراهقة، ودراسة (شاهين، 2010) التي أظهرت النتائج أن السلوك الإيثاري لا يختلف باختلاف المتغيرات الديموجرافية (النوع، الثقافة الفرعية، نوع التعليم). وأكد نوسباوم (Nussbaum, 2002) أن الإيثار في التعامل مع الآخر يشعره بالهناء، ومن يتصف به، تصبح لديه القدرة على تكوين علاقات مثمرة وسلسلة مع من حوله. كما أشارت دراسة (الخطيب، والقرعان، 2020) أن الإيثار مع الناس يؤثر على المرء وسعادته، فالأفراد السعداء هم من يتميزون بالعطاء والإيثار.

كما أصبح مفهوم الهناء النفسي في السنوات القليلة الماضية موضع اهتمام الباحثين؛ لأنه مفهوم ذو طابع جدي، يختلف مضمونه باختلاف الثقافات، ويندرج تحته العديد من المعاني مثل: السعادة، وتحقيق الذات، كما اختلف الباحثون في ترجمته من جودة الحياة، وطيب العيش، والهناء النفسي وغيرها. ويبدو نموذج رايف وكيز (Ryff & Keyes, 1995) عن الهناء النفسي Psychological Well-being من أكثر النماذج التي رسخت لهذا المفهوم وقياسه، وأهم مكوناته. كما قامت رايف بعدة دراسات بمفردا أو مع غيرها لتطوير النموذج والمقياس (Ryff, 2014). (Ryff et al., 2004) وتعرف رايف (Ryff, 1989) الهناء النفسي، بأنه مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته. وهذه الفكرة الأساسية لنموذج الهناء النفسي. كما عرف دينر وآخرون ((Diener et al., 2002)) الهناء النفسي بأنه تقدير الشخص وتقويمه لحياته الشخصية من الجانبين المعرفي والانفعالي، ويتضمن خبرة الانفعالات الإيجابية ودرجة مرتفعة من الرضا عن الحياة. وأشارت رايف (Ryff, 1989: 1071) للأبعاد المختلفة للهناء النفسي وحصرتها فيما يلي: أولا: تقبل الذات، ويعني الشعور الإيجابي للذات، وثانيا: النمو الشخصي، ويعني استمرار الفرد في تطوير إمكاناته نحو تحقيق الذات، وثالثا: الاستقلالية، ويقصد بها تقييم نفسه حسب معايير الشخصية دون الالتفات لآراء الآخرين، ورابعا: المعنى من الحياة، ويشير إلى هدف الفرد من وجوده وحياته، وخامسا: العلاقة المثمرة مع الآخرين، وتشير إلى المشاعر الطيبة لجميع البشر، والعلاقة الجيدة معهم، وأخيرا التمكن البيئي، وتعني قدرة الفرد على إنشاء بيئات مناسبة والمشاركة الفعالة في البيئة، وقد اتفق الأنصاري (AlAnsari, 2020) مع رايف في تلك الأبعاد الستة، وقد حاول الباحث تطوير النموذج: كي يتناسب مع البيئة العربية وذلك بإضافة بعدا جديدا يتمثل في الصلة بالله؛ كي يتحقق الهناء النفسي على كافة المستويات النفسية والوجدانية والمعرفية والسلوكية، والذي لا يمكن توفره من خلال النفس والآخر والتمكن البيئي دون أن يستمد الفرد قوته وراحته من إله قوي يلجأ إليه ويبث شكواه له، وقد تم التحقق إحصائيا من انتماء بعد الصلة بالله إلى الهناء النفسي. وقد حدد سفياتكو وآخرون (Sfeatcu et al., 2014) الهناء النفسي في جانبين، أحدهما شخصي، والآخر موضوعي يشمل تجارب حياة الفرد، ومقارنة ظروفه بالقيم الاجتماعية، فالهناء النفسي يتعلق بالصحة ونتيجة ومؤشر لها في نفس الوقت.

وزاد اهتمام الباحثين سوسانتي وسوبرادانيا (Susanti & Supradania, 2018)، وباناها وآخرين (Panahi et al., 2016)، بدراسة مفهوم الهناء النفسي لدى الطلاب بصفة عامة وطلاب الجامعة بصفة خاصة؛ لأنه من المتغيرات النفسية الإيجابية التي تشير للصحة النفسية لطلاب الجامعة. وتنوعت نتائج دراسات الهناء النفسي حيث أسفرت نتائج دراسة الأنصاري (AlAnsari, 2020) إلى عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في الهناء النفسي، كما أن الهناء النفسي تكمن أهميته في جعل الأفراد مبدعين في حياتهم الاجتماعية، مما ينعكس إيجابا على المجتمع. كما أشارت دراسة سوسانتي وسوبرادانيا (Susanti & Supradania, 2018) أن الهناء النفسي مرتبط بشعور الناس وقدراتهم على السيطرة والاستمتاع بحياتهم وأنشطتها المختلفة، كما أكدت على ذلك دراسة بلومينسكي وبيرنز (Plominski & burns, 2018)، وأسفرت نتائج دراسة (علي، 2019) إلى وجود فروق دالة إحصائية في كل من الأمل والهناء النفسي ترجع لمتغير النوع لصالح الذكور، كما أكدت نتائج الدراسة أن الهناء النفسي من الركائز الأساسية للصحة النفسية في كل مراحل العمر بصفة عامة، وحياة الطالب الجامعي بصفة خاصة.

الدراسات السابقة:

دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021) هدفت الكشف عن العلاقة بين التسامي بالذات والصحة النفسية لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من 750 من المراهقين، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التسامي بالذات ومقياس الصحة النفسية، وأشارت النتائج على وجود علاقة دالة إحصائية بين المستويات العالية من التسامي والصحة النفسية لدى المراهقين.

دراسة (الخطيب والقرعان، 2020) هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الهناء الذاتي لدى طلبة جامعة مؤتة وعلاقته بمستوى الطموح والإيثار، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس مستوى الهناء الذاتي، ومقياس مستوى الطموح، ومقياس الإيثار، وتكونت عينة الدراسة من 755 طالباً وطالبة من طلبة جامعة مؤتة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن: مستوى الهناء الذاتي لدى طلبة جامعة مؤتة كان مرتفعاً ومستوى الطموح والإيثار كانا متوسطين، وأشارت النتائج إلى أنه يوجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين متغير مستوى الهناء الذاتي ومستوى الطموح والإيثار لدى طلبة جامعة مؤتة، وعدم وجود فروق في كل من مستوى الهناء الذاتي والإيثار لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى لنوع الكلية.

دراسة كامكيران (Camkiran, 2018) هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين التسامي بالذات والرضا عن الحياة (المكون المعرفي للهناء النفسي) وتكونت عينة الدراسة من 617 من الشباب، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التسامي بالذات، ومقياس الرضا عن الحياة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين التسامي بالذات والهناء النفسي، وأن التسامي بالذات يتنبأ بالرضا عن الحياة والهناء النفسي.

دراسة (الحري، 2018) هدفت فحص علاقة التسامي بالذات بسمات الشخصية، وإمكانية التنبؤ التسامي بالذات من سمات الشخصية، بالإضافة إلى التعرف على اختلاف تسامي الذات باختلاف كل من: الجنس، والتخصص الأكاديمي والدرجة العلمية، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التسامي بالذات (ترجمة وتعريب الباحث)، ومقياس سمات الشخصية (الشوربي والحري، 2011) على (120) عضواً من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية. توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس في الجامعات السعودية في تسامي الذات باختلاف متغيرات: الجنس (ذكور/إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/إنساني)، كما أشارت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين تسامي الذات وكل من الانبساطية، والضمير اليقظ، والمقبولية، والانفتاح على الخبرة، وأخيراً أشارت النتائج إمكانية التنبؤ بالتسامي بالذات من خلال الانفتاح على الخبرة، والضمير اليقظ، والمقبولية.

دراسة نج ويو (Ng&Ye, 2016) هدفت الكشف عن العلاقة بين قيم تعزيز الذات، والتسامي بالذات، مع الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من 242 من طلاب الجامعة، واشتملت أدوات الدراسة عن مقياس التسامي بالذات، ومقياس الرضا عن الحياة الجامعية، وأشارت النتائج أن تعزيز الذات لم يتنبأ بشكل كبير برضا أعلى في الحياة الجامعية، بينما أشارت النتائج أن التسامي بالذات تنبأت بشكل كبير برضا عن الحياة الجامعية.

دراسة جوشانلو وآخرين (Joshi et al., 2016) هدفت معرفة العلاقة بين التسامي بالذات والتعزيز الذاتي بمفاهيم السعادة والرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من 2715 طالباً جامعياً، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التسامي بالذات إعداد الباحثين، وأظهرت النتائج أن التسامي بالذات والسعادة ينبثقان بالرضا عن الحياة بشكل كبير.

لوحظ من عرض الدراسات السابقة ارتباط متغير التسامي بالذات بعدد من متغيرات علم النفس الإيجابي فمثلاً ارتبط بمتغير الصحة النفسية في دراسة ليو وآخرون (Liu et al., 2021)، وبمتغير الرضا عن الحياة في دراسة كامكيران (Camkiran, 2018)، وبمتغير سمات الشخصية في دراسة (الحري، 2018)، وبمتغير تعزيز الذات في دراسة نج ويو (Ng&Ye, 2016)، وبمتغير السعادة في دراسة جوشانلو وآخرين (Joshi et al., 2016)، بينما كشفت دراسة (الخطيب والقرعان، 2020) أهمية العلاقة بين الهناء الذاتي، والإيثار. ومن خلال عرض الدراسات السابقة لم يجد -في حدود علم الباحث- دراسة جمعت بين متغيرات البحث الثلاثة وخصوصاً في مرحلة الجامعة في وطننا العربي مما دفع الباحث لعمل البحث، لتوضيح مستويات التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة، والتعرف على العلاقة بينها، ومعرفة مقدار التنبؤ من خلالها، كما أراد الباحث الكشف عن أهمية الهناء النفسي لدى طلاب الجامعة في وطننا العربي في وقتنا الحاضر، فهم مستقبل الأوطان العربية؛ ولأنهم أكثر عرضة لمواجهة الاضطرابات النفسية في حال عدم قدرتهم على مواجهتها؛ ولذلك فالهناء النفسي يعتبر ركناً أساسياً من أركان الصحة النفسية، ومطلباً مهماً لتحقيقها.

مشكلة البحث:

من خلال تعامل الباحث مع طلاب الجامعة في الشعب المختلفة وتدريب بعض المقررات العامة على مستوى الجامعة، فقد لوحظ أن كثيراً منهم تختلف مستويات التسامي بالذات، ومستويات الإيثار، ومستويات الهناء النفسي، رغم ضغوط الحياة المختلفة الدراسية، والمنزلية، والصحية، والاقتصادية، وقد أكدت نتائج دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021) ودراسة هاوجان (Haugan, 2014) أن التسامي بالذات يعمل

على تعزيز المعنى في الحياة والرضا عنها مما يشعر المرء بالهناء النفسي، وأكد كان (Can, 2013: 17) أن التسامي بالذات يساعد الفرد على التأقلم الفعال في الحياة ويزيد من الاستمتاع بها، كما يعتبر التسامي بالذات من الأمور المهمة للصحة النفسية. وقد أكدت دراسة شيلر (Sheeler, 2020) على العلاقة الموجبة بين الشباب المتمتعين بالإيثار والهناء النفسي. كما كشفت دراسة بلومينسكي وبيرنز (Plominski & Burns, 2018) تمتع طلاب الجامعة بصفة عامة، والموهوبين منهم بصفة خاصة بخصائص فريدة تجعلهم يتمتعون بمستويات مرتفعة من الهناء النفسي أكثر من غيرهم.

وأكد كل من كومار وسينج (Kumar & Singh, 2014) أن الحياة الجامعية تتميز بعدد من التغيرات النفسية والبدنية لدى الطالب من أجل تحقيق الاستقلالية عن الوالدين، ومحاولة التمكن البيئي، والسعي الدائم نحو تحقيق الهدف من وجوده، وتطوير نفسه، وتضيف نتائج دراسة يلاه (Ullah, 2017) أن الهناء النفسي من الركائز الأساسية للصحة النفسية والحياة المثمرة في كل مراحل العمر بصفة عامة، وحياة الطالب الجامعي بصفة خاصة، واعتبر كل من برين وآخرين (Breen et al., 201) أن الهناء النفسي بمعنى الرضا عن الحياة من عوامل الإيجابية والصحة النفسية لدى الطالب الجامعي. ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة لاحظ الباحث ندرة في دراسة المتغيرات المرتبطة بأفراد العينة على مستوى الوطن العربي مثل: النوع، والتخصص، والصف الدراسي، كما لم توجد -في حدود علم الباحث- دراسة جمعت بين التسامي والإيثار والهناء النفسي على مستوى الوطن العربي، ومحاولة الكشف عن مستويات التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة في الوطن العربي، وخلو الدراسات السابقة الخاصة بمتغير الهناء النفسي من وجود بعد الصلة بالله، وهو أمر مستغرب في بلادنا العربية حيث الدين والصلة بالله من الركائز الأساسية في التكوين النفسي والعقلي والعقدي لشبابه الجامعي؛ مما دفع الباحث إلى دراسة هذا الموضوع لأهميته من ناحية، وقلة البحوث التي أجريت عليه في البيئة العربية من ناحية أخرى. كما أن التسامي بالذات يرتبط إيجابياً بالصحة النفسية، وأكد ماليناوسكاس (Malinauskas, 2017, 3) أن تدني تقدير الذات قد يشعر الفرد بقلّة الهناء النفسي؛ مما يترتب عليه تعريض سلامته النفسية للخطر، وبالتالي يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في الأسئلة الآتية:

- 1- هل توجد فروق في مستويات التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لاختلاف متغير النوع (ذكور/إناث)، ومتغير السنة الدراسية المستويات الأولى وتشمل (الأولى/الثانية)، والمستويات العليا وتشمل (الثالثة/الرابعة/الخامسة)، ومتغير التخصصات (الإنسانية/التطبيقية)، على مقياس التسامي بالذات، والإيثار والهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين التسامي بالذات والهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث؟
- 4- هل توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين الإيثار والهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث؟
- 5- هل يمكن التنبؤ بالهناء النفسي من خلال التسامي بالذات والإيثار لدى عينة البحث؟

أهداف البحث:

وتتمثل فيما يلي:

أولاً: الكشف عن مستويات التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة، والكشف عن الفروق في التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي كدرجة كلية وكأبعاد.

ثانياً: الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي، وتعريف ما إذا كان الهناء النفسي ينشأ بالتسامي بالذات والإيثار.

أهمية البحث:

وتتمثل أهمية البحث في الجانبين التاليين:

أولاً- الأهمية النظرية: يعتبر طلبة الجامعة أمل الوطن العربي نحو التقدم والبناء. وقد اهتم كثير من الباحثين بمفهوم الهناء النفسي الذي يعتبر من أهم العوامل التي تعين الطلبة على الوصول لقدر كبير من الصحة النفسية، إذ أن شعور الفرد بالهناء النفسي والتسامي بالذات والإيثار مفيد لطلبة الجامعة في وطننا العربي؛ كي يحيوا حياة طيبة، مما يجعله ركناً أساسياً لهم في سنوات الدراسة الجامعية وهي الخطوة الأساسية قبل الانتقال للحياة العملية. وتتمثل أهمية البحث في دراسة وفحص متغيرات إيجابية في مجال علم النفس: التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة. وتبرز أهمية البحث الحالي من أهمية تلك المرحلة العمرية؛ فبداية كل مرحلة عمرية تمثل مرحلة "أزمة"، وهو ما يستوجب الاهتمام بدراسة العمليات النفسية المختلفة، التي تشكل شخصية الفرد. كما تبرز أهمية البحث من التحقق من صدق وثبات مقياس التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي على عينة من طلاب الجامعة.

ثانيا- الأهمية التطبيقية: تتمثل في إعداد ثلاثة مقاييس هي: مقياس التسامي بالذات، ومقياس الإيثار، ومقياس الهناء النفسي، والتحقق من صدقها وثباتها. كما تظهر أهمية البحث في ندرة الدراسات التي اهتمت بمعرفة مستوى التسامي، والإيثار، والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة في بعض البلاد العربية، والاستفادة منها نحو صحة نفسية أفضل.

مصطلحات البحث:

1-التسامي بالذات Self-transcendence: هو قدرة الفرد على تقبل ذاته وتطويرها والتغلب على صعاب الحياة، وتجاوز أحداث الحياة المؤلمة، وإيجاد معنى مثمر يجعل الحياة تستحق أن تعاش، ومن ناحية أخرى التوافق والاستمتاع بالحياة مع الآخرين، وتبادل الخبرات مع المحيطين به على أساس من الحب والتعاون والمشاركة، وتقديم العون لهم وخصوصا المرضى منهم، ويقاس إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على المقياس.

2-الإيثار Altruism: هو الوعي بمشاعر الآخرين والرغبة في تقديم العون لهم، واقتسام ما لديه معهم لرفع المعاناة عنهم وتخفيف الأهم، وتفضيلهم على ذاته برضا نفس وعن طيب خاطر ويجب دون انتظار منفعة تعود عليه منهم، رغبة في العطاء، مع تقديم العون والخير غير المشروط للجميع. ويقاس إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على المقياس.

3-الهناء النفسي Well-being Psychological: هو حسن الصلة بالله، والإيمان به، وحسن إدارة تنظيم الفرد لشئون حياته، وتحقيق مستوى جيد من الرضا عن حياته وذاته، وسعيه الدائب ليحقق أهدافه مما يجعل لحياته معنى هادف، والاستقلالية في اختيار مسار حياته، وقدرته على التكيف مع بيئته، وإقامة علاقة بينه وبين الآخر مبنية على الثقة المتبادلة، وإقامته علاقات اجتماعية مثمرة وإيجابية، مما ينتج لدى الفرد شعور عام بالبشر والهدوء والهناء النفسي. ويقاس إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على المقياس.

حدود ومحددات البحث:

تتمثل محددات البحث بالآتي:

-المحدد البشري: طلاب الجامعة في سبع دول عربية.

-المحدد الزمني: تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي خريف 2020.

اقتصرت تعميم نتائج الدراسة بطبيعة الأدوات والمقاييس المستخدمة في هذا البحث من حيث صدقهما وثباتهما.

الطريقة والإجراءات: منهجية البحث:

يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي باعتباره الأنسب للتحقق من فروض وأهداف البحث، وجمع البيانات حول متغيرات

البحث. كما يهتم بدراسة الظواهر الطبيعية والاجتماعية وارتباطها بالظواهر الأخرى.

مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من طلاب جامعة عين شمس (جمهورية مصر العربية)، جامعة جازان (المملكة العربية السعودية)، جامعة قطر (قطر)، جامعة

بابل (العراق)، جامعة صنعاء (اليمن)، الجامعة الهاشمية (الأردن)، جامعة السلطان قابوس (سلطنة عُمان).

عينة البحث:

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من عدد 414 من طلاب الجامعة للتحقق من الصدق والثبات، بينما كانت عينة البحث الأساسية عينة مناسبة

تم إرسال المقاييس لهم عبر رابط إلكتروني من طلاب الجامعة عدد 1289 من طلاب الجامعة، في الفصل الدراسي خريف 2020، وتم استبعاد استجابات

145 منهم لعدم استكمال الاستجابة على المقاييس الثلاثة، فأصبحت عينة البحث الأساسية 1144 طالبا من طلاب الجامعة من عدة دول عربية شملت:

مصر (229)، والسعودية (112)، وقطر (120)، والعراق (384)، واليمن (103)، والأردن (153)، وسلطنة عُمان (43)، ويمكن توزيع العينة وفقاً لمتغيرات

النوع، والتخصص، والمستويات الدراسية وجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1) توزيع أفراد عينة البحث الأساسية وفقاً للنوع والتخصص والمستويات الدراسية

المجموع	إناث	ذكور	النوع	التخصص / المستوى الدراسي
334	218	116		التخصص الإنسانية / المستويات الأولى
197	130	67		التخصص الإنسانية / المستويات العليا
368	235	133		التخصص التطبيقي / المستويات الأولى
245	158	87		التخصص التطبيقي / المستويات العليا
1144	741	403		المجموع

أدوات البحث:

وقد قام الباحث بعرض المقاييس على مجموعة من خبراء الصحة النفسية وعلم النفس لتحكيم المقياس عددهم عشرة، والحكم على انتماء الأبعاد للمقاييس، وإبداء وجهات النظر في انتماء العبارات لكل بعد، وحذف غير المناسب منها. وتم التحقق من الخصائص السيكو مترية كالتالي:

أولاً: مقياس التسامي بالذات **Self-transcendence** (إعداد الباحث):

قام الباحث بالاطلاع على عديد من المقاييس منها مقياس التسامي بالذات لريد (Reed, 1986) وترجمه إلى العربية (هيبه، 2014)، ومقياس التسامي بالذات (الذهبي، والسلماني، 2018)، ومقياس التسامي بالذات (زهران، وزهران، 2020)، وغيرها من المقاييس، ويتكون المقياس من عاملين هما: التسامي بالذات على المستوى الشخصي، والتسامي بالذات على المستوى الاجتماعي، وجميع فقراته موجبة، وتتم الإجابة على كل بند من بنود المقياس من خلال خمسة بدائل تتراوح بين تنطبق تماماً= 5 إلى لا تنطبق تماماً=1. وأن عدد فقراته بلغت (20) وتتراوح درجاته ما بين (20-100) درجة، وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من تسامي الذات.

أ- صدق المقياس: الصدق العاملي:

عرض الباحث المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين، الذين أبدوا رأيهم بمناسبة الفقرات للمقياس، ومدى ملائمة الصياغة اللغوية، وبعد الأخذ بالملاحظات استقر المقياس على عشرين فقرة، وبعد ذلك تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي exploratory factor analysis على فقرات مقياس التسامي بالذات (20 فقرة)، على العينة الاستطلاعية (414). وذلك باستخدام طريقة تحليل المكونات الأساسية principal component analysis وذلك للوصول لأقل عدد من العوامل التي تكون بنية المفهوم، وحدد الباحث عدد العوامل المستخلصة من التحليل بعاملين بناءً على الأدبيات التي تناولت المفهوم، وتم استخدام التدوير المتعامد بطريقة Varimax وتم حذف الفقرات التي يقل تشعبها بالعامل عن 40.0. وهذا ما أكد عليه ستيفين Stevens (1992) في (تيفزه، 2012، 77).

وللتأكد من إمكانية إجراء التحليل العاملي تم التحقق من كفاية العينة باختبار Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) وبلغت قيمته 860.0 وهي أكبر من المحك 50.0، وللتحقق من أن مصفوفة الارتباطات تتعد عن مصفوفة الوحدة تم استخدام اختبار الكروية لـ Bartlett وبلغت قيمة 2ك (21,1833) وهي دالة عند مستوى (0,000) بدرجات حرية 190 وكلما كانت الدلالة أقل من 0,05 يتحقق هذا الشرط بمعنى أن هناك حد أدنى من الارتباطات يسمح بالتحليل العاملي عليها، وتم التأكد من خلو المصفوفة من الاعتماد المتعامد بحساب المحدد، حيث بلغت قيمته (0,011) وهي أكبر من (0,00001) مما يدل على عدم وجود اعتماد متعامد بين المتغيرات. وأسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن وجود عاملين فسرا 34,50% من التباين الكلي.

جدول (2) يوضح قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين المفسرة لكل عامل قبل وبعد التدوير

العامل	قبل التدوير			بعد التدوير		
	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	التباين الكلي	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	التباين الكلي
الأول	5,10	25,50%	34,50%	3,64	18,20%	34,50
	1,80	9%		3,26	16,30%	
الثاني	5,10	25,32%	34,28	3,64	18,18%	34,28
	1,80	8,96%		2,22	16,10%	

وقد تشبعت فقرات المقياس العشرين على العاملين بحيث تكون العامل الأول من (10) فقرات تمثل الجانب الذاتي لتسامي الذات، والعامل الثاني تكون من (9) فقرات مثلت الجانب الاجتماعي لتسامي الذات، وتم حذف الفقرة رقم (15) لأن تشبعها أقل من 0,40. وجدول (3) يوضح تشبعت فقرات المقياس على العاملين.

جدول (3) تشبعت فقرات مقياس التسامي بالذات على العاملين المستخلصين من التحليل العاملي

تشبعت الفقرات على العاملين		الفقرات
الأول	الثاني	
	0,691	8
	0,676	2
	0,665	3
	0,622	5
	0,503	6
	0,492	9
	0,492	7
	0,481	1
	0,467	10
	0,443	4
0,688		16
0,659		12
0,655		19
0,648		13
0,524		17
0,472		14
0,462		20
0,453		11
0,422		18

وهذا يشير إلى التحقق من البنية المفترضة لمقياس التسامي بالذات.

ب- ثبات المقياس:

تم التحقق من الثبات من خلال حساب معامل ألفا- كرونباك والتجزئة النصفية لكل بعد والمقياس ككل، وجدول (4) يوضح النتائج الآتية:

جدول (4) معاملات ألفا - كرونباك لمقياس التسامي بالذات لدى العينة الاستطلاعية

الأبعاد	معامل ألفا- كرونباك
الجانب الذاتي	0,778
الجانب الاجتماعي	0,760
المقياس ككل	0,838

اتضح من جدول (4) أن معاملات ألفا تجاوزت 0,70 لكلا البعدين وللمقياس ككل مما يعني تمتع المقياس بالثبات.

كما تم استخدام التجزئة النصفية وذلك بحساب الارتباط بين نصفي الاختبار لكلا البعدين وللأختبار ككل لدى العينة الاستطلاعية وأعقب ذلك

تطبيق معادلة سبيرمان - براون Spearman- Brown للتصحيح من أثر التجزئة، ويتضح ذلك من الجدول التالي:

جدول (5) ثبات مقياس التسامي بالذات باستخدام التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان - براون
الجانب الذاتي	0,565	0,722
الجانب الاجتماعي	0,578	0,732
المقياس ككل	0,551	0,710

يتضح من خلال جدول النتائج (4، 5) تحقق الثبات لمقياس التسامي بالذات

ثانياً: مقياس الإيثار **Altruism** (إعداد الباحث):

قام الباحث بالاطلاع على عديد من المقاييس منها مقياس الإيثار (الخطيب، والقرعان، 2020)، ومقياس الإيثار (رمضان، وآخرين، 2020)، وغيرها من المقاييس، ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد، هي: التعاطف، والمشاركة، وحب العطاء، وجميع فقراته موجبة وتتم الإجابة على كل بند من بنود المقياس من خلال خمسة بدائل تتراوح بين دائماً=5 إلى أبداً=1. وأن عدد فقراته بلغت (32) وتتراوح درجاته ما بين (32-160) درجة، وتعتبر الدرجة المرتفعة في المقياس عن مستوى مرتفع من الإيثار.

أ- صدق المقياس: الصدق العاملي:

عرض الباحث المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين، الذين أبدوا رأيهم بمناسبة الفقرات للمقياس، ومدى ملائمة الصياغة اللغوية، وبعد الأخذ بالملاحظات تم حذف فقرة من فقرات المقياس لعدم الملائمة استقر المقياس على (32) فقرة، وبعد ذلك تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي على فقرات مقياس الإيثار (32 فقرة)، على العينة الاستطلاعية (414)، وذلك باستخدام طريقة تحليل المكونات الأساسية، وتم التحقق من كفاية العينة باختبار (KMO) وبلغت قيمته 0,922 وهي أكبر من المحك 0,50 وتم استخدام اختبار الكروية لـ Bartlett وبلغت قيمة كاس (5442,77) وهي دالة عند مستوى (0,000) بدرجات حرية مما يعني أن هناك حد أدنى من الارتباطات يسمح بالتحليل العاملي عليها، وتم التأكد من خلو المصفوفة من الاعتماد المتعامد بحساب المحدد، حيث بلغت قيمته (0,011) وهي أكبر من (0,00001) مما يدل على عدم وجود اعتماد متعامد بين المتغيرات. وأشارت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي إلى أن العوامل الثلاثة التي حددت سلفاً فسرت 42,6% من التباين الكلي.

جدول (6) يوضح قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين المفسرة لكل عامل قبل وبعد التدوير

العامل	قبل التدوير		بعد التدوير	
	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر
الأول	10,34	30,4%	5,60	16,47%
الثاني	2,55	7,5%	4,50	13,23%
الثالث	1,60	4,7%	4,40	12,9%
				42,6%

جدول (7) يوضح تشعبات فقرات المقياس على العوامل الثلاثة فيما يأتي:

جدول (7) تشعبات فقرات مقياس الإيثار على العوامل المستخلصة من التحليل العاملي

الفقرات	تشعبات الفقرات على العوامل		
	الأول	الثاني	الثالث
31	0,691		
23	0,667		
28	0,651		
30	0,627		
25	0,586		
26	0,574		
27	0,553		
24	0,528		
22	0,476		
21	0,422		
18		0,730	
13		0,645	
19		0,560	
16		0,560	
15		0,541	
14		0,469	
12		0,425	

تشبعات الفقرات على العوامل			الفقرات
الثالث	الثاني	الأول	
0,813			4
0,731			7
0,673			5
0.589			2
0,543			10
0,421			6
0,415			3

من خلال جدول (7) يتضح أن العامل الأول تشبع عليه (10 فقرات) تنتمي جميعها إلى بعد حب العطاء والمساعدة، في حين تشبع على العامل الثاني (7 فقرات) تنتمي إلى بعد المشاركة، أما العامل الثالث فيعبر عن بعد التعاطف حيث تشبع (7 فقرات) عليه. وفي ضوء النتائج أصبحت فقرات المقياس 24 فقرة.

ب- ثبات المقياس: تم التحقق من الثبات من خلال حساب معامل ألفا-كرونباك والتجزئة النصفية لكل بعد والمقياس ككل (24 فقرة)، و جدول (9.8) يوضح النتائج التالية:

جدول (8) معاملات ألفا - كرونباك لمقياس التسامي بالذات لدى العينة الاستطلاعية

معامل ألفا- كرونباك	الأبعاد
0,786	التعاطف
0,761	المشاركة
0,839	حب العطاء والمساعدة
0,892	المقياس ككل

اتضح من جدول (8) أن معاملات ألفا تجاوزت 0,70 لكل الأبعاد وللمقياس ككل مما يعني تمتع المقياس بالثبات.

جدول (9) ثبات مقياس الإيثار باستخدام التجزئة النصفية

معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان - براون	الأبعاد
0,611	0,758	التعاطف
0,588	0,740	المشاركة
0,661	0,795	حب العطاء والمساعدة
0,681	0,810	المقياس ككل

يتضح من خلال جدول النتائج (9) تحقق الثبات لمقياس التسامي بالذات

ثالثاً: مقياس الهناء النفسي Psychological Well-being (إعداد الباحث):

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المقاييس منها مقياس الهناء النفسي رايف (Ryff, 1989)، ومقياس الهناء النفسي لوي وفرناندو (Lui & Fernando, 2018)، ومقياس الهناء النفسي الأنصاري (Al Ansari, 2020)، وغيرها من المقاييس، ويتكون المقياس من سبعة أبعاد هي: الصلة بالله، والاستقلالية، والتمكين البيئي، والنضج الشخصي، والعلاقة المثمرة مع الآخرين، والمعنى الهادف في الحياة، وتقبل الذات، وجميع فقراته موجبة وتتم الإجابة على كل بند من بنود المقياس من خلال خمسة بدائل تتراوح بين دائماً=5 إلى أبداً=1. وأن عدد فقراته بلغت (54) وتتراوح درجاته ما بين (54-270) درجة وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الهناء النفسي.

1- الصدق: الصدق العاملي:

عرض الباحث المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين، الذين أبدوا رأيهم بمناسبة الفقرات للمقياس، ومدى ملائمة الصياغة اللغوية، وبعد الأخذ بالملاحظات تم حذف فقرتين من فقرات المقياس لعدم الملائمة واستقر المقياس على (54) فقرة، تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي على فقرات مقياس الهناء النفسي (54 فقرة)، على العينة الاستطلاعية (414)، وتم التحقق من كفاية العينة باختبار (KMO) وبلغت قيمته 0,962 وهي أكبر

من المحك 0,50 وتم استخدام اختبار الكروية لـ Bartlett وبلغت قيمة كاسي (36602,13)² وهي دالة عند مستوى (0,000) بدرجات حرية 1378 مما يعني أن هناك حد أدنى من الارتباطات يسمح بالتحليل العاملي عليها، وتم التأكد من خلو المصفوفة من الاعتماد المتعامد بحساب المحدد، حيث بلغت قيمته (0,00541) وهي أكبر من (0,00001) مما يدل على عدم وجود اعتماد متعامد بين المتغيرات. وأشارت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي إلى أن العوامل السبعة المحددة سلفاً فسرت 58% من التباين الكلي.

جدول (10) يوضح قيمة الجذر الكامن، ونسبة التباين المفسرة لكل عامل قبل وبعد التدوير

العامل	قبل التدوير		بعد التدوير	
	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر
الأول	17,682	32,27%	8,285	15,34%
الثاني	5,685	10,34%	7,168	13,27%
الثالث	2,186	4,04%	4,383	8,11%
الرابع	1,825	3,37%	3,040	5,62%
الخامس	1,511	2,80%	3,039	5,62%
السادس	1,300	2,61%	2,846	5,27%
السابع	1,136	2,41%	2,561	4,74%

وجداول (10) يوضح تشعبات فقرات مقياس الهناء على العوامل السبعة المستخلصة من التحليل العاملي.

جدول (11) تشعبات فقرات مقياس الهناء النفسي على العوامل المستخلصة من التحليل العاملي

الفقرات	تشعبات الفقرات على العوامل					
	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
10	0,838					
12	0,808					
14	0,805					
13	0,804					
11	0,792					
3	0,781					
9	0,767					
5	0,756					
4	0,753					
8	0,737					
7	0,708					
2	0,667					
6	0,523					
51		0,758				
49		0,748				
48		0,748				
47		0,717				
45		0,707				
43		0,657				
50		0,600				
46		0,584				
54		0,580				

تشبعات الفقرات على العوامل						الفقرات
الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	
	0,574					52
	0,564					42
	0,536					53
	0,501					44
		0,677				21
		0,658				18
		0,602				19
		0,583				16
		0,566				17
		0,553				20
		0,439				15
			0,643			25
			0,574			27
			0,556			26
			0,477			24
			0,435			23
		0,713				30
		0,701				31
		0,690				29
		0,632				28
		0,566				32
0,765						40
0,751						37
0,733						39
0,584						38
0,410						41
0,685						35
0,633						36
0,614						33
0,614						34

من خلال نتائج جدول (11) يتضح أن العامل الأول يتشبع عليه 13 فقرة كانت جميعها تنتهي إلى "بعد الصلة بالله"، أما العامل الثاني تشبع عليه 13 فقرة جمعت بين فقرات بعد الحياة الهادفة (7 فقرات) وبعد التمكن (6 فقرات) وكانت أعلى التشبعات للفقرات (48 / 49 / 51) وبناء على ذلك يمكن تسمية هذا العامل "حسن إدارة وتنظيم الفرد لشؤون حياته"، في حين تشبع على العامل الثالث (7 فقرات) تنتهي جميعها لبعدها تقبل الذات، وتشبع على العامل الرابع (5 فقرات) تنتهي لبعده النمو الشخصي، أما العامل الخامس فتشبع عليه الفقرات الخمس لبعده الاستقلالية، وبالنسبة للعامل السادس والسابع فتشبع عليهما الفقرات التسع لبعده العلاقة المثمرة مع الآخرين، وفي ضوء مضمون الفقرات التي تشبع على العامل السادس يمكن تسميته الثقة المتبادلة بين الفرد وأصدقائه، ويسمى العامل السابع العلاقة الإيجابية بين الفرد والآخرين.

ب- ثبات المقياس: تم التحقق من الثبات من خلال حساب معامل ألفا- كرونباك والتجزئة النصفية لكل بعد والمقياس ككل، وجدول (12،13)

يوضح النتائج الآتية:

جدول (12) معاملات ألفا - كرونباك لمقياس التسامي بالذات لدى العينة الاستطلاعية

الأبعاد	معامل ألفا- كرونباك
الصلة بالله	0,934
حسن إدارة وتنظيم الفرد لشؤون حياته	0,933
تقبل الذات	0,878
النمو الشخصي	0,848
الاستقلالية	0,845
الثقة المتبادلة	0,812
العلاقة الإيجابية	0,755
المقياس ككل	0,921

اتضح من جدول (12) أن معاملات ألفا تجاوزت 0,70 للأبعاد السبعة وللمقياس ككل مما يعني تمتع المقياس بالثبات.

جدول (13) ثبات مقياس الهناء النفسي باستخدام التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان - براون
الصلة بالله	0,781	0,877
حسن إدارة وتنظيم الفرد لشؤون حياته	0,752	0,858
تقبل الذات	0,761	0,864
النمو الشخصي	0,756	0,861
الاستقلالية	0,721	0,837
الثقة المتبادلة	0,745	0,853
العلاقة الإيجابية	0,662	0,796
المقياس ككل	0,844	0,915

اتضح من جدول (13) أن معامل الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان-براون تجاوزت 0,70 للأبعاد السبعة وللمقياس ككل مما يعني تمتع المقياس بالثبات.

إجراءات البحث:

إعداد أدوات البحث وعرضها على المحكمين والتحقق من الصدق والثبات لها، ثم تطبيق أدوات الدراسة، والتأكيد على الطلاب بضرورة التزام الموضوعية والجديّة وحذف استجابات الطلاب غير المكتملة، والتأكيد على أن المعلومات ستبقى سرية ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط، ثم تفرغ البيانات، وتحليل النتائج وفقاً لأسئلة البحث.

نتائج البحث:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: والذي ينص على أنه "هل توجد فروق في مستويات التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة؟" وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي لاستجابات طلاب الجامعة على فقرات المقاييس الثلاثة، حيث تم إعطاء الدرجة (1) للاستجابة أبداً، الدرجة (2) للاستجابة نادراً، والدرجة (3) للاستجابة أحياناً، والدرجة (4) للاستجابة غالباً، والدرجة (5) للاستجابة دائماً. وفي ضوء ذلك تم تحديد مستويات الطلاب في المتغيرات وفقاً لقيم المتوسطات كما يلي:

مدى الدرجات	1 : 1,80	1,81 : 2,60	2,61 : 3,40	3,41 : 4,20	4.21 : 5
الاستجابة	أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
المستوى	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً

وجداول (14) يوضح النتائج الآتية:

جدول (14) يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلاب على فقرات المقاييس الثلاثة ككل

المقاييس	المتوسطات	الانحرافات المعيارية	المستوى
التسامي بالذات	4,33	9,70	مرتفع
الإيثار	4,08	13,10	مرتفع
الهناء النفسي	4,37	25,66	مرتفع

يتضح من جدول (11) أن متوسط استجابات الطلاب على المقاييس الثلاثة على التوالي (4,33، 4,08، 4,27).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: والذي ينص على أنه "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لاختلاف متغير النوع (ذكور/إناث)، ومتغير المستويات الدراسية (الأولى/العليا)، ومتغير التخصص (الإنسانية/التطبيقية) على مقياس التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث؟" وللإجابة عن هذا السؤال أمكن استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين لحساب الفروق بين متوسطي كل مجموعتين وفقاً للمتغير التصنيفي (النوع/التخصص/المستوى الدراسي) في المتغيرات الثلاثة وتتضح النتائج المتعلقة بذلك في الجداول (15، 16، 17).

جدول (15) نتائج اختبار "ت" لحساب الفروق في التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي وفقاً لمتغير النوع

المتغيرات المقاسة	الطلاب		الطالبات		درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م			
التسامي بالذات	9,46	83,70	9,75	81,49	1142	3,71	0,01
الإيثار	13,14	99,36	13,01	97,10	1142	2,83	0,01
الهناء النفسي	26,45	230,34	25,10	225,82	1142	2,86	0,01

ملحوظة: حيث "ن" للطلاب = 403، "ن" للطالبات = 741

جدول (16) نتائج اختبار "ت" لحساب الفروق في التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي وفقاً لمتغير التخصص الدراسي (التخصصات

الإنسانية/التخصصات التطبيقية)

المتغيرات المقاسة	التخصصات الإنسانية		التخصصات التطبيقية		درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م			
التسامي بالذات	9,86	83,07	9,51	81,57	1142	2,65	0,01
الإيثار	12,65	98,78	13,43	97,11	1142	2,16	0,05
الهناء النفسي	24,67	229,83	26,31	225,31	1142	2,98	0,01

ملحوظة: حيث "ن" لطلاب التخصصات الإنسانية = 531، "ن" لطلاب التخصصات التطبيقية = 613

جدول (17) نتائج اختبار "ت" لحساب الفروق في التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي وفقاً

لمتغير المستويات الدراسية (الأولى / العليا)

المتغيرات المقاسة	المستويات الأولية		المستويات العليا		درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م			
التسامي بالذات	9,68	82,61	9,72	81,73	1142	1,49	0,565
الإيثار	12,85	99,55	13,41	96,83	1142	2,17	0,05
الهناء النفسي	25	228,78	26,62	225,24	1142	2,28	0,01

ملحوظة: حيث "ن" لطلاب المستويات الأولى (الفرقة الأولى والثانية) = 702، "ن" لطلاب المستويات العليا = 442

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: والذي ينص على أنه "هل توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين التسامي بالذات والهناء النفسي لدى أفراد عينة

البحث؟" وللإجابة عن هذا السؤال أمكن استخدام معامل الارتباط بطريقة بيرسون، وبلغت قيمة معامل الارتباط 0,634 وكانت دالة عند مستوى 0,01.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: والذي ينص على أنه "هل توجد علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين الإيثار والهناء النفسي لدى أفراد عينة البحث؟" وللإجابة عن هذا السؤال أمكن استخدام معامل الارتباط بطريقة بيرسون، وبلغت قيمة معامل الارتباط 0,645 وكانت دالة عند مستوى 0,01.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: والذي ينص على أنه "هل يمكن التنبؤ بالهناء النفسي من خلال التسامي بالذات والإيثار لدى أفراد عينة البحث؟" وللإجابة عن هذا السؤال أمكن استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression Analysis بالطريقة القياسية (enter) على اعتبار أن التسامي بالذات والإيثار متغيران مستقلان والهناء النفسي متغير تابع، والجدول الآتي يوضح هذه النتائج.

جدول (18) نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد لمتغيري التسامي بالذات والإيثار في التنبؤ بالهناء النفسي

المتغيرات	قيم بيتا غير المعيارية	الخطأ المعياري	قيم بيتا المعيارية	قيمة T	دلالة T	معامل تضخم التباين	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R ²	قيمة F
التسامي بالذات	1,166	0,078	0,441	14,99	0,000	2,02	0,716	0,512	598,93
الإيثار	0,650	0,058	0,331	11,27	0,000	2,02			0,001
الثابت	67,86	4,66	-	14,56	0,000	-			حيث دح = 1141, (2)

اتضح من جدول (18) أن نموذج الانحدار دال إحصائياً حيث كانت قيمة (598,93) F وهي دالة عند مستوى (0,000)، كما يوضح الجدول نتائج اختبار التعددية الخطية حيث تبين أن قيمتي معاملات تضخم التباين أصغر من (3) مما يشير إلى عدم وجود مشكلة تعددية خطية بين متغيرات النموذج. وبلغت قيمة معامل التحديد R² (0,512) والتي تمثل نسبة التباين المفسر لمتغيري التسامي بالذات والإيثار في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي. وعن الإسهام النسبي المفسر لمتغيري التسامي بالذات والإيثار في التنبؤ بالهناء النفسي، اتضح أن التسامي بالذات أكثر إسهاماً حيث بلغت قيمة معامل الانحدار المعياري له (0,441) وكانت قيمة T (14,99) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0,000) ويعني ذلك أنه كلما زاد التسامي بالذات لدى الطالب بمقدار وحدة زاد الهناء النفسي بمعدل (0,441)، في حين اتضح أن الإيثار له إسهامه في الهناء النفسي حيث بلغت قيمة معامل الانحدار المعياري له (0,331) وكانت قيمة T (11,27) دالة إحصائياً عند مستوى (0,000) ويعني ذلك أنه كلما زاد الإيثار لدى الطالب بمقدار وحدة زاد الهناء النفسي بمعدل (0,331). ويستخلص الباحث معادلة الانحدار التي تحدد التنبؤ بدرجة المفحوص في الهناء النفسي في ضوء درجتيه في التسامي بالذات والإيثار كما يلي: درجة المفحوص في الهناء النفسي = الثابت (67,86) + (1,66 × درجة التسامي بالذات) + (0,650 × درجة الإيثار).

مناقشة النتائج:

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: أظهرت نتائج هذا البحث أن طلاب الجامعة في الثقافة العربية لديهم مستويات مرتفعة في التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي، ويفسر الباحث ذلك في ضوء طبيعة المجتمعات العربية التي يغلب عليها التماسك الاجتماعي، التي تحت على مساعدة الآخرين وتقديم يد العون لهم، واعتبار ذلك ركن أساسي في العلاقات الاجتماعية بين الناس، ويتجلى ذلك واضحاً لدى طلاب الجامعة التي يتشارك فيها الطلاب الخبرات الاجتماعية وتظهر السمات الشخصية الإيجابية لديهم، كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة كامكيران (Camkiran, 2018)، ودراسة (الذهبي، والسلماني، 2018)، التي كشفت نتائجها تمتع طلاب الجامعة بمستوى مرتفع من التسامي بالذات. وكشفت نتائج دراسة (زهران، وزهران، 2020) أنه كلما زادت الضغوط النفسية مثلت خطراً على الصحة الجسمية والنفسية؛ فينتج عنها آثار سلبية تنعكس على انخفاض مستوى التسامي لديه. ويؤكد الباحث أن التسامي بالذات والشعور بالمسؤولية يتم تعلمه عن طريق الخبرات الشخصية والتنشئة الاجتماعية التي يمر بها الفرد، وعلى ذلك تؤثر الخبرات الحياتية السلبية التي يمر بها طلاب الجامعة بشكل سلب على التسامي بالذات. وتوضح هذه النتيجة أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة الجامعة مرتفع، مع نتائج دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021)، دراسة (الخطيب والقرعان، 2020)، ودراسة سوسانتي وسوبرادانيا (Susanti & Supradania, 2018)، ونتائج دراسة روسلان (Roslan, 2017)، كما يمكن تفسير مستوى الهناء النفسي كدرجة كلية وكأبعاد لدى طلبة الجامعة مرتفع؛

طبيعة فترة الشباب التي تتسم بالنشاط، والشعور بالاستقلالية، والقدرة على تنفيذ أهدافهم، مما يبعث الطاقة الإيجابية لديهم، مما يمنحهم الهناء النفسي.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

كشفت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0,01 في متغيرات التسامي بالذات والإيثار والهناء النفسي تعزى لاختلاف متغير النوع (طلاب- طالبات)، حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي (3,71، 2,83، 2,86) وكانت الفروق لصالح الطلاب حيث كانت المتوسطات لديهم في المتغيرات الثلاثة أكبر في قيمتها مقارنة بالطالبات. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021)، ودراسة (زهرا، وزهران، 2020)، دراسة (الخطيب والقرعان، 2020)، ودراسة (على، 2019)، ودراسة (الذهبي، والسلماني، 2018)، وتختلف هذا النتيجة مع دراسة باباستيليانو ولامبريديس (Papastylianou & Lampridis, 2016) التي كشفت نتائجها وجود فروق في التسامي لصالح الإناث. ولعل ذلك راجعا من وجهة نظر الباحث أن الذكور يقومون بسلوك الإيثار ومساعدة الآخرين كي يحافظوا على أنفسهم، ولتوقعهم مساعدة الآخرين لهم عندما يحتاجون لذلك، كما يرجع ذلك لوجود الاستقلالية لدى الذكور عن البنات في اتخاذ القرارات والاعتماد على النفس، بالإضافة إلى أن البيئة العربية تشجع تنشئة الذكور على البذل والسخاء والتسامي عن الدنيا، وتمدح من يقوم بذلك بصفته المسئول في الأسرة عن الإنفاق، ومن ناحية أخرى هناك عديد من الأحاديث والآيات التي تحث الفرد على الإيثار والتسامي بالذات وجعلته من أسس الإيمان من خلال جعل الفرد لن يبلغ درجة الإيمان حتى يحب لأخيه ما يحبه لنفسه؛ ولذلك وجدناه لدى طلاب البحث في الدول العربية السبع الذي أجري عليها البحث سمة واضحة.

كما أوضحت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0,01 في متغيرات التسامي بالذات والهناء النفسي وعند 0,05 بالنسبة لمتغير الإيثار تعزى لاختلاف متغير التخصص الدراسي (التخصصات الإنسانية/ التخصصات التطبيقية)، حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي (2,65، 2,16، 2,98) وكانت الفروق لصالح طلاب التخصصات الإنسانية حيث كانت المتوسطات لديهم في المتغيرات الثلاثة أكبر في قيمتها مقارنة بطلاب التخصصات التطبيقية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (أبو دراز، 2019)، ودراسة (الذهبي، والسلماني، 2018)، ودراسة باباستيليانو ولامبريديس، (Papastylianou & Lampridis, 2016)، بينما أشارت نتيجة دراسة (الخطيب، والقرعان، 2020)، إلى عدم وجود فروق بين التخصصات الإنسانية والتخصصات التطبيقية؛ ولعل ذلك راجعا إلى أن طلاب التخصصات الإنسانية يمتلكون نظرة واسعة نحو الأمور والتميز بينها، وتعميق الفهم وتقدير وجهات نظر الآخرين، وتحسين مهارات التواصل معهم ويتميز في أي عمل له علاقة بالتعاملات الاجتماعية، وقد يجد طلاب الجامعة سعادتهم الكبرى في مساعدة الآخرين، والتخلي بسمات التعاطف والوعي بالذات.

كما كشفت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0,05 في متغير الإيثار وفروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,01 في متغير الهناء النفسي تعزى لاختلاف متغير المستوى الدراسي (الأولى / العليا) حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي (2,17، 2,28) وكانت الفروق لصالح طلاب المستويات الدراسية الأولى (الفرقة الأولى والثانية) حيث كانت المتوسطات لديهم في المتغيرات الثلاثة أكبر في قيمتها مقارنة بطلاب التخصصات التطبيقية، في حين أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التسامي بالذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي حيث بلغت قيمة "ت" 1,49 وكان مستوى الدلالة (0,565) أكبر من مستوى 0,05. ولعل ذلك راجعا أن طلاب السنوات العليا يفكرون كثيرا في الحصول على وظيفة حتى يتحقق استقلاله الاقتصادي الذي يمكنه من تكوين أسرة خاصة به، وهي فترة صعبة على الطلاب في السنوات العليا من الجامعة على عكس طلاب المستويات الأولية البعيدين عن أزمة الاستقلال الاقتصادي والبحث عن وظيفة، وفي هذه المرحلة يتمركز الطالب حول ذاته ويهتم بما يظنه الآخرون عنه ولذلك يتفانى في خدمة الآخرين وإيثارهم عن نفسه، كما يشعر الطالب بمسئوليته تجاه الجماعة والآخرين في كثير من الأمور.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين التسامي بالذات والهناء النفسي مع دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021)، ودراسة شلير (Sheeler, 2020)، ودراسة (أبو دراز، 2019)، دراسة كامكيران (Camkiran, 2018)، ودراسة (الذهبي، والسلماني، 2018)، ودراسة جوشانلو وآخرين (Joshi et al., 2016)، ودراسة أوسين وآخرين (Osin et al., 2016)، ودراسة هونغ (Hong, 2008)؛ ولعل ذلك راجعا من وجهة نظر الباحث أن التسامي بالذات يرتبط إيجابيا بالكفاءة الشخصية والقدرة على الإنتاجية العالية لدى الفرد، والصحة النفسية له مما يسهم في هناء الشخص النفسي وتفاعله المثمر مع أحداثها المختلفة، ومن ناحية أخرى فالتسامي بالذات له دلالة في الصحة النفسية، والوعي بالذات، والعلاقات المثمرة مع الآخرين، والحرص على مساعدتهم، مما يساعده على الاستمتاع بالحياة. ويرى الباحث أن الشخصية السوية المتمتع بالصحة النفسية تتصف بالرضا والراحة والتوازن وتقديم العون للآخر، والتعاطف معه واستبشار المستقبل والإقبال عليه، والقدرة على تجاوز الذات والعمل على مساعدة الآخرين وخصوصا وقت الأزمات. وقد أكدت نتائج دراسة (الضبيع، 2019) أن البعد الذاتي للتسامي يطلق عليه الوعي المتسامي، ويشمل وعيا أكبر لدى الفرد بقيمه وأرائه، ويعد التسامي بالذات مصدرا شخصيا يساعد الفرد على اكتشاف المعنى في مواقف حياته، مما يساعده على الاندماج في عمله، ويصاحب ذلك الاستمتاع الشخصي والهناء. وكشفت دراسة شلير (Sheeler, 2020)، ودراسة مكارثي وآخرين (McCarthy et al., 2015) أنه يمكن تنمية مفهوم

التسامي بالذات لدى عديد من أفراد المجتمع استنادا على خبرات وتجارب الحياة المتنوعة، وتعزيز القنوات التي تعزز النمو الوجداني والمعرفي، ومن الطرق التي تدعم وتعزز التسامي بالذات لدى الأفراد: التأمل، والإيثار، والهناء النفسي، والتعلم مدى الحياة. كما يرى الباحث أن العلاقات المثمرة مع الآخرين، وقدرة الطالب الجامعي على أن يقيم الصداقات، ويتواصل مع غيره، ويحبه ويثق به ويتجاوز ذاته ليساعده دون مصلحة أو فائدة وغيرها من مظاهر التسامي، تعد كلها من مؤشرات الهناء النفسي.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

أكدت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين الإيثار والهناء النفسي مع دراسة شيلر (Sheeler, 2020)، ودراسة (الخطيب، والقرعان، 2020)، ودراسة كوكونن (Kokkonen, et al., 2013)، ودراسة نوسباوم (Nussbaum, 2002) وهو ما أكدته دراسة (رمضان وآخرين، 2020) أن المسؤولية الاجتماعية من أهم السمات التي يتصف بها أفراد المجتمع، وترتبط مع السلوك الإيثاري بعلاقة وثيقة الذي يقدم فيه الفرد العون للآخر دون انتظار مكافأة شخصية، وأن أهمية أساليب التنشئة وخصوصا في المراحل الأولى من حياة الأطفال في تنمية سلوك الإيثار من أجل الارتقاء بالعلاقات الاجتماعية بين البشر؛ لأن الإيثار من أرقى درجات السلوك الاجتماعي الإيجابي حيث تقدم فيه للآخر المساعدة حتى في حال الاحتياج للشيء وحبه له، دون انتظار المقابل. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الشافعي، 2021) التي أشارت أن مرحلة المراهقة تمثل فترة النمو الأساسية للإيثار والتعاطف والمشاركة والتضحية مما يساعد المراهق للوصول للرضا عن الحياة والهناء فيها. وتفسير ذلك لعله راجع من وجهة نظر الباحث إلى أن الطلاب الذين يشعرون بالهناء، ينبع من رضاهم عن ذاتهم، وتقديرهم لها مما ينعكس إيجابيا من خلال الشعور بالبهجة والهناء؛ لأن الهناء ترجمة للوقت الحاضر للفرد، وانعكاسا للعلاقة الإيجابية والمثمرة مع الآخرين، وحسن الظن بهم، بالإضافة إلى أن الإيثار يرجع لتعاطف الإنسان مع غيره الذي يحتاج إلى المساعدة والعون؛ ولأن التعاطف استجابة وجدانية تتصف باللطف والرقّة وتبني وجهة نظر الطرف الآخر الذي قد يرتبط به من خلال القرب الاجتماعي أو المكاني من صداقة أو قرابة أو عمل أو جيرة، كما أن الأفراد الذين يتصفون بنسيان الذات خلال الانغماس الكلي والاندماج الفعال في مهمة ما، والتوحد مع مهام خارج الذات، واللبذل والإيثار من أجل الآخر يرفع من مستوى الهناء النفسي لديهم.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

أسفرت نتائج البحث في مدى إسهام التسامي بالذات، والإيثار في التنبؤ بالهناء النفسي مع دراسة ليو وآخرين (Liu et al., 2021)، ودراسة (الشافعي، 2021)، ودراسة (الضبيع، 2019)، ودراسة (أبو دراز، 2019)، ودراسة (على، 2019)، ودراسة جوشانلو وآخرين (Joshi et al., 2016)، ودراسة كوكونن (Kokkonen, et al., 2013)، ودراسة هونج (Hong, 2008) ويفسر الباحث ذلك بأن التسامي بالذات يعني تجاوز الفرد ذاته وترفعه عن حدود الذات الضيقة ومنح الآخرين ما يحتاجون إليه دون مصلحة أو منفعة تعود على شخصه وتلك الأهداف السامية تمنحه حالة من الرضا والسعادة والهناء. ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كان (Can, 2013) فالأشخاص المتمتعون بالتسامي بالذات لديهم انفعالات إيجابية، ورضا عن الحياة وقدرة على الحب ويعملون بجد ونشاط لتحقيق الهناء، والتسامي بالذات حالة واعية مثمرة مميزة للأفراد الذين يتسمون بنكران ونسيان الذات عبر الاندماج والانغماس الكلي في موضوع ما، والتوحد معه، والنظر إلى المعاناة والأعباء كفرصة للنمو والارتقاء، وتجاوز حدود النفس الضيقة، وإثارة الحماسة لديهم لبذل الجهد والتفوق دراسيا وأكاديميا واجتماعيا مع زملائهم، ويرى الباحث أن الإنسان الذي يتمتع بدرجة عالية من الإيثار قد بلغ درجة عالية من النمو الشخصي، والثقة بالنفس، والتمكين في العلاقة مع الآخر، جعله يعطي دون مقابل ودون انتظار منفعة؛ مما ينعكس على سمو نفسه ورضاه بكل ما يقدم من خير للآخرين وهو ما يؤكد أن الإيثار يصل بالمرء لأعلى درجات التسامي، حيث يتسم الفرد المتميز بالإيثار بتفضيله مصالح الآخرين على نفسه، كما أن تحقيق الهناء النفسي لدى طلاب المرحلة الجامعية أمر في غاية الضرورة؛ لأن الهناء النفسي بعدا أساسيا من أبعاد البناء النفسي والانفعالي لطالب الجامعة، وسمة من سمات الشخصية الفعالة لديهم؛ وظهر إسهام التسامي بالذات، والإيثار واضحا على التنبؤ بالهناء النفسي لدى عينة البحث.

توصيات البحث:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- 1- ضرورة اهتمام الجامعات بالأنشطة الاجتماعية، وذلك بغرض تنمية التسامي بالذات والمشاركة الاجتماعية لدى الشباب، مما يشعرهم بالهناء النفسي.
- 2- ضرورة تضمين أبعاد التسامي بالذات، وأبعاد الإيثار، وأبعاد الهناء النفسي في المقررات الدراسية لطلاب المرحلة الثانوية، والجامعية أو في مقر منفصل.
- 3- تنمية التسامي بالذات، والإيثار، والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة بصفة خاصة، مما ينعكس إيجابا على المجتمع بصفة عامة.

المصادر والمراجع

- أبو دراز، غ. (2019). تسامي الذات والسكينة النفسية كمنبئات بالبناء النفسي لدى طلاب جامعة الأقصى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأقصى، غزة.
- تيغزه، م. (2012). *التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الحري، ن. (2018). العلاقة بين تسامي الذات وبعض عوامل الشخصية لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات السعودية. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، 98، 213-243.
- الخطيب، ل.، والقرعان، ج. (2020) مستوى البناء الذاتي وعلاقته بالطموح والإيثار لدى طلبة جامعة مؤتة. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، 9 (1)، 1-17.
- الذهبي، ج.، والسلماني، ع. (2018) تسامي الذات وعلاقته بالتفكير الناقد لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية الأساسية*، 101 (24)، 799-834.
- رمضان، ر.، وغنيم، م.، ومنشار، ك.، وعبد الخالق، م. (2020). المسئولية الاجتماعية وعلاقتها بالإيثار لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية*، 31 (121)، 211-232.
- زايد، ك.، والخصاونة، غ.، وعمارة، إ.، والشملي، ع.، وعزب، م.، والحراملة، أ.، وحسن، م.، والرواحي، ن.، والعطية، أ. (2021). الرياضة في أثناء أوقات الفراغ تعزز الصحة النفسية لدى طلبة بعض الجامعات العربية. *مجلة دراسات، العلوم التربوية*، 48 (2)، 257-269.
- زهرا، م.، وزهران، س. (2020). مدى إسهام الضغوط النفسية والمهنية في التنبؤ بكل من الدافعية والتسامي بالذات لدى أعضاء الهيئة المعاونة بالجامعات المصرية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 30 (108)، 279-326.
- الشافعي، أ. (2021) ارتقاء سلوك الإيثار في مراحل الطفولة المتأخرة والمراهقة المبكرة والمتأخرة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 31 (111)، 37-72.
- شاهين، هـ. (2010) الحب الوالدي كما يدركه طلبة الجامعة وعلاقته بسلوكهم الإيثاري. *دراسات نفسية*، 20 (1)، 53-98.
- الضبع، ف. (2019) التسامي بالذات والشغف والكمالية العصابية كمنبئات بالبناء الذاتي في العمل لدى معلمات رياض الأطفال. *المجلة التربوية*، 63، 27-97.
- على، أ. (2019). النموذج البنائي للعلاقات بين الأمل والتسامح والبناء النفسي لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 29 (102)، 26-75.
- هيبة، م. (2014) بنية تسامي الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة عين شمس للقياس والتقويم*، 4، 67 - 103.

References:

- Al Ansari, B. (2020). Psychometric Characteristics of the Ryff 'S Psychological Well-being scale (PWB-42) of A sample of Kuwaitis (PWB-42) (in Arabic). *BAU Journal-Society, Culture, and Human Behavior*, 2(1), p2-34.
- Al Zahbi, G., and Al Salmani, A. (2018). Self-transcendence and its relationship to critical thinking among university students (in Arabic). *Journal of College of Basic Education*, 101 (24), 799-834.
- Alazzam, A., & Alzoubi M. (2021). Psychological cases and their relationship to mental health from an Islamic point of view. *Dirasat: Educational Sciences*, 48(1), 542-560.
- Al-Harayzeh, J. (2020). Level of Psychological Immunity and its Relationship to Psychological Health among Athletes Students in Al-Balqa Applied University. *Dirasat: Educational Sciences*, 47(1), 118-127
- Ali, A. (2019). Structural modeling of the relationships among hope, forgiveness, and psychological well-being among postgraduate students in the College of Education (in Arabic). *The Egyptian Journal of Psychological studies*, 29 (102), p26-75.
- Al-Shafei, A. (2021). The development of altruistic behavior in late childhood, and early and late adolescence (in Arabic). *The Egyptian Journal of Psychological Studies*, 31 (111), 37-72.
- Breen, W. E., Kashdan, T. B., Lenser, M. L., & Fincham, F. D. (2010). Gratitude and forgiveness: Convergence and divergence on self-report and informant ratings. *Personality and Individual Differences*, 49(8), 932-937.
- Camkiran, S. (2018) An Investigation of the Relationship Between Self-Transcendence, Meaning in Life, and Life Satisfaction: A Cross-Sectional Study. Unpublished master's thesis, Faculty of Social and Behavioral Sciences, Utrecht University.
- Camkiran, S. (2018). *An Investigation of the Relationship Between Self-Transcendence, Meaning in Life, and Life Satisfaction: A Cross-Sectional Study*. Unpublished master's thesis, Faculty of Social and Behavioral Sciences Theses, Utrecht University.
- Can, C. (2013, February). The Relationship between Materialism and Self-Transcendence in University Students Sample. In

- Yeni Symposium*, 51(1), p 12-22.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. *Handbook of Positive Psychology*, 2, 63-73.
- Eckl, C. (2017). 7 Ways to Enhance Self-Transcendence. Step into the light of your own true being. <https://www.cheryleekl.com/>
- El Daba, F. (2019). Self-transcendence, passion and perfectionism as predictors of subjective well-being at work among teachers of Kindergartens (in Arabic). *The Educational Journal*, 63, p27-97.
- El Harby, N. (2018). The relationship between self-transcendence and some personality factors among Saudi Universities faculties (in Arabic). *Journal of Arab Studies in Education and Psychology*, 98, 213-243.
- El Khateeb, L. & El Qaraan, G. (2020). Levels of subjective well-being and their relationship to aspiration and altruism among Mutah University students (in Arabic). *The Specialized International Educational Journal*, 9(1) , p1-17.
- Haugan, G. (2014). The relationship between nurse–patient interaction and meaning-in-life in cognitively intact nursing home patients. *Journal of Advanced Nursing*, 70(1), p107-120.
- Haugan, G., Rannestad, T., Hammervold, R., Garåsen, H., & Espnes, G. A. (2014). The relationships between self-transcendence and spiritual well-being in cognitively intact nursing home patients. *International Journal of Older People Nursing*, 9(1), 65-78
- Hayba, M. (2014) The structure of self-transcendence among university students (in Arabic). *Ain Shams Journal of Measurement and Evaluation*, 4(7), 67-103.
- Hong, L. (2008). College stress and psychological well-being: Self-transcendence meaning of life as a moderator. *College Student Journal*, 42(2), p531-541.
- JadidMilani, M., Ashktorab, T., AbedSaeedi, Z., & AlaviMajd, H. (2015). The impact of self-transcendence on physical health status promotion in multiple sclerosis patients attending peer support groups. *International Journal of Nursing Practice*, 21(6), 725-732.
- Joshanloo, M., Rizwan, M., Khilji, I. A., Ferreira, M. C., Poon, W. C., Sundaram, S., & Demir, M. (2016). Conceptions of happiness and life satisfaction: An exploratory study in 14 national groups. *Personality and Individual Differences*, 102, p145-148.
- Khahi, A. M., Mohseny, M., Soleimany, F., Vejdani, M., Keshvardoost, A., & Amiri, P. (2017). Relationship between self-transcendence and physically-healthy patients under hemodialysis in participating in peer-support group; a randomized clinical trial. *Journal of Renal Injury Prevention*, 6 (4), 253-258.
- Kokkonen, J. A., Kokkonen, M. T., Telama, R. K., & Liukkonen, J. O. (2013). Teachers' behavior and pupils' achievement motivation as determinants of intended helping behavior in physical education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 57(2), 199-216.
- Kumar, U., & Singh, R. (2014). Resilience and Spirituality as Predictors of Psychological Well-Being among University Students. *Journal of Psychosocial Research*, 9(2), 227-235.
- Liu, P., Wang, X., Li, D., Zhang, R., Li, H., & Han, J. (2021). The Benefits of Self-Transcendence: Examining the Role of Values on Mental Health Among Adolescents Across Regions in China. *Frontiers in Psychology*, 12, 243. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.630420>
- Liu, P., Wang, X., Li, D., Zhang, R., Li, H., & Han, J. (2021). The Benefits of Self-Transcendence: Examining the Role of Values on Mental Health Among Adolescents Across Regions in China. *Frontiers in Psychology*, 12, 243. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.630420>
- Lui, P., and Fernando, G. (2018). Development and initial validation of a multidimensional scale assessing subjective well-being: The Well-Being Scale (WeBS). *Psychological Reports*, 121(1), p135-160. DOI: 10.1177/0033294117720696
- McCarthy, V. L., Bowland, S., Hall, L. A., & Connelly, J. (2015). Developing the PATH Program: An intervention to foster self-transcendence and well-being in community-dwelling older adults. *International Journal of Aging & Human Development*, 82(1),3-29. <https://doi.org/10.1177/0091415015623549>
- McCarthy, V. L., Hall, L. A., Crawford, T. N., & Connelly, J. (2018). Facilitating self-transcendence: an intervention to enhance

- well-being in late life. *Western Journal of Nursing Research*, 40(6), 854-873.
- Momani, F., & Oudat, F. (2020). Mental health among Syrian refugees in Jordan. *Dirasat: Educational Sciences*, 47(3), 296-317.
- Morris, I. (2009). *Learning to ride elephants: Teaching happiness and well-being in schools*. London: Continuum.
- Negovan, V. (2010). Dimensions of Students' Psychosocial Well-Being and Their Measurement: Validation of a Students' Psychosocial Well Being Inventory. *Europe's Journal of Psychology*, 6, 85-104.
- Ng, T. K., & Ye, S. (2016). Human values and university life satisfaction among Hong Kong Chinese university students: A cross-lagged panel analysis. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 453-461.
- Ng, T. K., & Ye, S. (2016). Human values and university life satisfaction among Hong Kong Chinese university students: A cross-lagged panel analysis. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 453-461.
- Nussbaum, E. (2002). How introverts versus extroverts approach small-group argumentative discussions. *Elementary School Journal*, 102(3), p183-197.
- Osin, E., Malyutina, A., & Kosheleva, N. (2016). Self-transcendence facilitates meaning-making and flow: Evidence from a pilot experimental study. *Psychology in Russia: State of the Art*, 9(2), p80-96. <https://doi.org/10.11621/pir.2016.0207>
- Papastilianou, D., and Lampridis, E. (2016). Social values priorities and orientation towards individualism and collectivism of Greek university students. *Journal of Beliefs & Values*, 37(1), p40-54.
- Pena-Gayo, A., González-Chordá, V., Cervera-Gasch, Á., & Mena-Tudela, D. (2018). Cross-cultural adaptation and validation of Pamela Reed's Self-Transcendence Scale for the Spanish context. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 1-10. DOI: 10.1590/1518-8345.2750.3058
- Plominski, A. P., & Burns, L. R. (2018). An investigation of student psychological wellbeing: Honors versus nonhonors undergraduate education. *Journal of Advanced Academics*, 29(1), p5-28.
- Ramadan, R.; Ghoneim, M.; Menshar, K. & Abdel Khaliq, M. (2020). Social responsibility and its relationship to altruism among secondary stage students (in Arabic). *Journal of College of Education*, 31(121), 211-232.
- Reed, P. (1986). Developmental resources and depression in the elderly. *Nursing Research*, 35, p368-374.
- Reed, P. (2009). Demystifying self-transcendence for mental health nursing practice and research. *Archives of Psychiatric Nursing*, 23(5), p397-400.
- Reed, P.G. (1991). Toward a nursing theory of self-transcendence: Deductive reformulation using developmental theories. *Advances in Nursing Science*, 13(4), 64-77.
- Robinson, E. H., & Curry, J. R. (2007). Altruism at Broadmead: Reflections from the past on the manifestation and development of unselfish caring. *Thresholds*, 68-73.
- Roslan, S., Ahmad, N., Nabilla, N., & Ghiami, Z. (2017). Psychological well-being among postgraduate students. *Acta Medica Bulgarica*, 44(1), p35-41.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. Doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), p10-28.
- Ryff, C. D., Singer, B. H., Love, G. D. (2004). Positive health: Connecting well-being with biology. *Biological Sciences*, 359, 1383-1394. Doi:10.1098/rstb.2004.1521
- Ryff, C., and Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, p719-727.
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
- Sfeatcu, R., Cernuşcă-Miţariu, M., Ionescu, C., Roman, M., Cernuşcă-Miţariu, S., Coldea, L., & Burcea, C. C. (2014). The concept of wellbeing in relation to health and quality of life. *European Journal of Science and Theology*, 10(4), 123-128.
- Shaheen, H. (2010). Parental love as perceive by university students and its relationship to altruistic behavior. *Psychological Studies*, 20 (1), p53-98.

- Sheeler, E. (2020). *Guerrilla Altruism: Maximizing Acts of Kindness for Well-Being*. Unpublished master's thesis, University of Pennsylvania.
- Susanti, S., & Supradaniati, S. (2018). Psychological Well-Being among Indonesian Students Studying Abroad. *Idea Nursing Journal*, 9(2), p50-54.
- Tighze, M. (2012). *Exploratory and confirmatory factor analysis*. Amman: Dar Al Masirah for Publishing and Distribution.
- Ullah, F. (2017). Personality factors as determinants of psychological well-being among university students. *Int. J. Indian Psychology*, 4(2), 5-16, DOI: 10.25215/0402.061.
- Wong, P. (2016). Meaning seeking, self-transcendence, and well-being. In *Logotherapy and existential analysis*. Springer, Cham.
- Zahran, M., & Zahran, S. (2020). Contribution of psychological and professional stress in predicting motivation and self-transcendence among teaching assistants in Egyptian universities (in Arabic). *The Egyptian Journal of Psychological Studies*, 30 (108), p 279-326.
- Zayed, K., Al Khasawna, Gh., Emara, E., Al Shamly, A., Azab, M., Al Haramlah, A., Hassan, M., Al Rawahi, & N., Al Attiyah, A. (2021). Leisure-time exercise improves the well-being of Arab undergraduates' students. *Dirasat: Educational Sciences*, 48(2), 257-269.