معدلات السعادة وارتباطها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين

أحمد محمد عبد الخالق
aabdel-khalek@hotmail.com
قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية- مصر

تيسير عبد الله
tabdallah07@gmail.com
جامعة القدس فلسطين

ناهدة العرجا
narja@bethlehem.edu
كلية العلوم الاجتماعية، جامعة بيت لحم، فلسطين

ملخص

هدفت هذه الدراسة، إلى بحث معدلات السعادة، وارتباطاتها بمتغيرات الحياة الطيبة، والتدين، لدى عينة من طلاب الجامعة الفلسطينيين من الجنسين، الذين يدرسون في مدينة القدس (ن = 385)، وقد أجابوا عن المقياس العربي للسعادة، ومتغيرات الحياة الطيبة، كما تقاس بالتقدير الذاتيّ للصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا، بالإضافة إلى تقدير التدين. وأسفرت النتائج عن حصول الطلبة على متوسطات أعلى جوهريًا من الطالبات، في السعادة، والصحة النفسية، في حين كان متوسط الطالبات في التقدير الذاتيّ للتدين، أعلى جوهريًا من نظيره عند الطلبة. وكانت جميع معاملات "بيرسون" المتبادلة، بين مقاييس الدراسة، دالة إحصائيًا، وموجبة، إلا معاملين لدى الذكور. وكشف تحليل المكونات الأساسية، عن عاملين لدى الذكور، سميا: "الحياة الطيبة والصحة النفسية"، و"التدين والصحة الجسمية"، في حين استُخرج عامل واحد، في عينة الإناث، سمي "الحياة الطيبة والتدين". واعتمادًا على بيانات هذه العينة، تخلص هذه الدراسة، إلى أن الأشخاص الذين يعدون أنفسهم سعداء، هم أكثر تدينًا، ولاسيما الإناث.

الكلمات المفتاحية: السعادة؛ الحياة الطيبة؛ الرضا عن الحياة؛ التدين؛ فلسطين.

Happiness and its relationship with well-being and religiosity among a sample of college students from Palestine

Ahmed M. Abdel-Khalek
aabdel-khalek@hotmail.com
Department of Psychology, Faculty of Arts, Alexandria University, Egypt

Taisir Abdallah
tabdallah07@gmail.com
alquds University

Nahida Al-Arja
narja@bethlehem.edu
Social sciences Department, Arts, Bethlehem University

Abstract

The main objective of this study was to investigate rates of happiness and it's associations with well-being and religiosity among a sample of Palestinian college students (*N* = 385). They responded to the Arabic Scale of Happiness (ASH), well-being rating scales of physical health, mental health, happiness, and satisfaction with life, as well as religiosity. Results indicated that men obtained statistically significant higher mean scores on happiness and mental health than did their female counterparts. Women obtained a significantly higher mean score on religiosity than did their male peers. All the Pearson correlation coefficients, except two, were statistically significant and positive between the study scales. A principal component analysis retained two factors in men and labeled "Well-being and mental health", and "Religiosity and physical health". Among women, one factor was extracted and labeled" Well – being and religiosity". Based on the responses of the present sample, it was concluded that persons consider themselves as happy are more religious, particularly women.

Keywords: happiness; well-being; satisfaction with life; religiosity; Palestine.

مقدمة

مر قرن من الزمان على وعد بلفور المشئوم، الذي يتلخص في "إعطاء من لا يملك، من لا يستحق". وبزيادة معدل العمليات الاستشهادية (الانتحارية) في أواخر القرن العشرين، والسنين القليلة الأولى من القرن الجديد، خصصت المجلة الموسومة: "أرشيف بحوث الانتحار"، العدد الأول، من المجلد الثامن، في العام 2004، لموضوع واحد تحت عنوان "انتحاريو الحزام الناسف" Suicide bombers، وهو عدد مستكتب من أشخاص محددين، أي أنه لم يعرض لكل المتخصصين، حتى يسهموا فيه ببحوثهم. وكتب أحد الباحثين العرب مقالاً، نشر تحت عنوان: "لا هو انتحار إيثاريّ، ولا إرهاب، بل استشهاد"، وركز هذا المقال على الحالة الفلسطينية (Abdel-Khalek, 2004)، والسبب في اختيار هذه الحالة، أن مشاهد العنف والعدوان الصهيونيّ ضد الفلسطينيين، والتعدي على حقوق الإنسان، أثارت مشاعر غضب عارم، وذلك أكثر من أي منطقة مضطربة أخرى في العالم، في ذلك الوقت، وفي حديث للسفير البريطانيّ في تل أبيب، في العام 2002، ذكر أن المناطق الفلسطينية، تعد أكبر "معسكرات اعتقال" في العالم.

وفرَّق الباحث في المقال المذكور، بين الانتحار، والاستشهاد، فالانتحار بوصفه اضطرابًا نفسيًا، له دوافع عدة، وليس مجرد استجابة للضغوط، كما أن الانتحار موضوع شخصي، فلم نسمع عن شخص انتحر في سبيل شخص آخر، أو بدلاً منه. وأما الاستشهاد، فيعني دفاع الشخص عن أرضه، بإيقاع خسائر لدى العدو والمعتدي، وقتله. ويعتمد الاستشهاد على اعتقاد راسخ، مرتبط بالجهاد Jihad، بوصفه حربًا مقدسة، وواجبًا دينيًا؛ للدفاع عن الأرض؛ ومن ثم فإن الاستشهاد، أحد وسائل تحرير الأرض، وطريقة للمقاومة، وصولاً إلى تحقيق الاستقلال.

لقد كانت نسبة السكان اليهود في فلسطين، في عام 1852، 4 %، ووصلت في عام 1914 إلى 8 %، كانوا يملكون - في هذا الوقت – 2 % من أرض فلسطين، ثم زادت الهجرة اليهودية إلى فلسطين، بعد الحرب العالمية الثانية (1939 – 1945)، ولاسيما بعد المحرقة Holocaust، وأُعلن قيام دولة إسرائيل في عام 1948، بعد إراقة بحور من الدماء الفلسطينية، وارتكبت مذابح بشعة، وطُرِدَ خمسة ملايين فلسطينيّ؛ ليحل محلهم أربعة ملايين يهوديّ، وأصبح الفلسطينيون من دون مأوى أو مورد رزق. ويحكي "إدوارد سعيد"، المفكر الفلسطينيّ الأصل، الأمريكيّ الجنسية، في مذكراته- شعوره بفقد أرضه، وهويته؛ نتيجة تنقله من مكان إلى آخر، وهو ما انعكس على حياة مليئة بالصراعات، التي تحكي عمق الجرح الفلسطينيّ التاريخيّ (إدوارد سعيد، الأهرام، 9 سبتمبر، 2002، ص 28). وبسبب تعنت إسرائيل، فيبدو أنه لا حل لهذه المشكلة، في الأفق المنظور. ولكن ما علاقة ذلك بهذه الدراسة التي نقدم لها؟

لقد أصبحت غالبية الشعب الفلسطينيّ الآن، في الشتات؛ خارج أرض فلسطين التاريخية، ومع ذلك فلا تزال نسبة من هذا الشعب، تقيم في بلدها الأصليّ المغتصب، الذي يسمى الآن بدولة إسرائيل؛ ومن ثم فإن السؤال المهم الآن على النحو الآتي: ما الأحوال النفسية للفلسطينيين في الداخل، اعتمادًا على استجابات عينة من الطلبة والطالبات الجامعيين؟

وبسبب وجود مشروع بحثيّ، عن معدلات السعادة في بعض الدول العربية، فقد شمل هذا المشروع عينة فلسطينية، مع افتراض عام مفاده، أن معدلات السعادة، لدى هذه العينة، يمكن أن تعكس الحالة النفسية لهم، ومدى توافقهم، مع إمكانية مقارنة هذا المعدل مع بقية الدول العربية، التي اكتملت بياناتها، في هذا المشروع الموسوم: معدلات السعادة، وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين. ويندرج هذا المشروع البحثيّ، تحت مظلة التوجه الجديد: علم النفس الإيجابيّ (انظر: داينر، وبزواس – داينر، 2011؛ لوبيز، وسنايدر، 2013؛ Seligman, 2000; Sheldon & King, 2001; Veenhoven, 2003, 2011b).

والافتراض العام في هذا المشروع البحثيّ له شقان، أولهما- أن الفروق دالة إحصائيًا في معدلات السعادة، بين هذه الدول العربية؛ إذ إن هذه المعدلات، يمكن أن ترتبط بعدد من المتغيرات، من مثل: متوسط دخل الفرد، ومعدلات البطالة، والظروف السياسية، والاجتماعية، والاستقرار الأمنيّ، وغير ذلك من المتغيرات، وثانيهما- افتراض أن العلاقات إيجابية بين السعادة، والحياة الطيبة Well – being (كما تقاس بالتقدير الذاتيّ لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة)، فضلا عن التدين، وذلك على الرغم من الفروق المفترضة في السعادة بين هذه الدول، ولكن ما تعريف السعادة؟

يعرف "فينهوفن" (Veenhoven, 2011a)، السعادة بأنها الدرجة التي يحكم بها الشخص ويقيّم حياته عامة، تقييمًا إيجابيًا. وقد دلت بحوث عدة (انظر: Argyle, Martin, & Lu, 1995; Diener, 1984)؛ أن للسعادة ثلاثة مكونات على النحو الآتي: (1) وجود الانفعالات الإيجابية، و(2) الغياب النسبيّ للانفعالات السلبية كالقلق والاكتئاب، و(3) والرضا عن الحياة.

الانفعالات الإيجابية إذن، مكون أساسيّ من مكونات السعادة، وهدف الانفعالات الإيجابية، أبعد من مجرد المشاعر الجميلة التي تحملها لنا، وتوسع من مواردنا sources: العقلية، والفيزيقية، والاجتماعية المحدودة، وتبني مخزونًا يمكن الاعتماد عليه حينمايواجهنا خطر. وحينما نكون في حالة مزاجية إيجابية، يحبنا الناس أكثر، ويزداد احتمال توثق الصداقات، والحب، والتحالفات، وتصبح توجهاتنا العقلية، أكثر توسعًا، وتحملاً، وإبداعية، ونصبح أكثر انفتاحًا على الأفكار والخبرات الجديدة (سيليجمان، 2005، ص 51).

والانفعال الإيجابيّ، يمكن أن يكون حول الماضي، أو الحاضر، أو المستقبل، وتتضمن الانفعالات الإيجابية حول المستقبل: التفاؤل، والأمل، والإيمان، والثقة. أما الانفعالات الإيجابية حول الحاضر، فتتضمن البهجة، والنشوة، والسكينة، والحيوية، والحماسة أو الفوران، واللذة، وأكثر الانفعالات أهمية هو التدفق Flow، وهو الانفعال الذي يعنيه معظم الناس، حينما يتحدثون عادة عن السعادة، وإن كانت السعادة في الحقيقة أوسع من ذلك. أما الانفعالات الإيجابية حول الماضي، فتشمل الرضا، والقناعة، والإنجاز، والفخر، والإخلاص، والصفاء، وليس من الضروريّ أن ترتبط هذه الانفعالات معًا ارتباطًا دائمًا (سيليجمان، 2005، ص87).

ومن أبرز الباحثين في مجال السعادة، "ميشيل أرجايل" (1993)، وقد أجرى دراسات كثيرة في هذا المجال، عن العلاقة بين السعادة وكل من: العلاقات الاجتماعية، والعمل، ووقت الفراغ، والمال، والشخصية، والصحة، والطبقة الاجتماعية، والثقافة، والفروق في السعادة بين الجنسين، وبين الأعمار، والتأثير السلبيّ للبطالة في السعادة (Argyle, 2002).

والبحوث العربية عن السعادة ليست كثيرة، ونشير إلى بعضها على النحو الآتي: أجرت مشيرة اليوسفي (1989) دراسة عاملية لمفهوم السعادة لدى طلاب الجامعة، ودرست مايسة النيال، وماجدة خميس (1995) السعادة وعلاقتها بمتغيرات نفسية وشخصية لدى المسنين، وقدمت سهير سالم (2001) رسالتها للماجستير، عن علاقة السعادة ببعض المتغيرات النفسية، ودرس عبد الخالق، ومراد (2001) ارتباطات السعادة بالشخصية، وكانت علاقة الشعور بالسعادة ببعض السمات الشخصية، موضوع دراسة العنزيّ (2001)، ودرس هريديّ، وفرج (2002) مستويات السعادة المدركة في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتدين، ودرس عبد الخالق وزملاؤه (2003) معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من الكويتيين، ودرس الفنجريّ (2006) معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع المصري، ونشرت نجوى اليحفوفيّ (2006) دراسة عن السعادة والاكتئاب لدى طلاب الجامعة اللبنانيين، ودرست أحلام محمود (2007) مستويات السعادة ومصادر إشباعها لدى المسنين، ودرست أمسية الجنديّ (2009) مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجدانيّ، وبحث عبد الخالق (2010) وعبد الخالق، ودويدار (2010) العلاقة بين التدين، والحياة الطيبة، والصحة النفسية، ونشر عبد الخالق (2015) دراسة عن مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة، ومعدلات السعادة عند المصريين (عبد الخالق، 2017)، ويلحظ أن البحوث العربية التي قارنت بين أكثر من دولة في معدلات السعادة قليلة العدد.

وأما مفهوم الحياة الطيبة Well – being، فيعرف في هذه الدراسة، بأنه التقدير الذاتيّ لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، وقد أشارت بحوث كثيرة، إلى العلاقات الإيجابية المرتفعة بين هذه المتغيرات الأربعة، التي يشملها مفهوم الحياة الطيبة (انظر: عبد الخالق، Abdel-Khalek, 2006b, Argyle, 2002, Carr, 2004; Diener, Lucas, &Oishi, 2010؛ 2002). كما كشفت دراسات كثيرة، عن علاقة موجبة بين متغيرات الحياة الطيبة والتدين (انظر:

Abdel-Khalek, 2006b, 2007b, 2011a, 211b, 2012a, 2012c, 2014a; Koenig, King, & Carson, 2012; Seybold, 2007).

وعلى الرغم من أن البحوث النفسية للدين، قد بدأت منذ أكثر من قرن وثلث (انظر: Galton, 1872; Hall, 1882; James, 1902; Starbuck, 1899)، فقد اختفت هذه الدراسات النفسية قرابة قرن من الزمان (Jones, 1994). ولكن العقود القليلة الأخيرة، شهدت زيادة سريعة في الدراسة النفسية العلمية للتدين (انظر: Argyle, 2000; Emmons & Paloutzian, 2003; Hill & Pargament, 2003;Paloutzian, 2016; Pargament, 1997; Spilka, Hood, Hunsberger, &Gorsuch, 2003; Verhagen, van Praag, López – Ibor, Cox, & Moussaoui, 2010; Wills, 2009; Wulff, 1997).

ومن بين أسباب هذا الاهتمام بالدراسة النفسية للتدين، نتائج عدد كبير من البحوث، التي كشفت عن علاقات إيجابية بين التدين، وكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والحياة الطيبة، والمعدلات المنخفضة من القلق والاكتئاب، وطول العمر (انظر: Abdel – Khalek, 2012a; Koenig et al., 2012; Seybold, 2007).

أهداف الدراسة

أجريت هذه الدراسة على عينة من طلاب جامعتين منفلسطين من الجنسين، واشتملت على المتغيرات الآتية: (1) السعادة كما تقاس بالمقياس العربيّ للسعادة، (2) الحياة الطيبة كما تقاس بالتقدير الذاتيّ لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، (3) التقدير الذاتي للتدين. وسيطلق عليها جميعًا تعبير: "متغيرات الدراسة"؛ ومن ثم تتلخص الأهداف الأربعة لهذه الدراسة على النحو الآتي:

1- تقدير معدلات السعادة لدى الجنسين.
2- استكشاف الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة.
3- فحص العلاقات بين متغيرات الدراسة.
4- بحث المكونات الأساسية للارتباطات بين متغيرات الدراسة.

أسئلة الدراسة

تهدف هذه الدراسة إذن إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1- ما معدلات السعادة لدى العينة الفلسطينية من الجنسين، والفروق بينها ودول عربية أخرى؟
2- ما الفروق بين الجنسين من الفلسطينيين؟
3- ما العلاقات بين متغيرات الدراسة؟
4- هل يمكن استخراج عامل واحد من معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة؟

أهمية الدراسة

خطط عدد من الباحثين العرب لدراسة السعادة ومعدلاتها وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين، ونشر عن هذا المشروع البحثي ست دراسات، وقبل للنشر ثلاث، وبقية البحوث مقدمة للنشر بما فيها هذه الدراسة على العينة الفلسطينية. وأجريت هذه الدراسات – بما فيها الدراسة الحالية- على عينات من ثلاث عشرة دولة. ومن الأهمية بمكان استخراج نتائج على العينة الفلسطينية لما لها من ظروف خاصة، إذ يعد الفلسطينيون شعبًا اغتصبت أرضه، ويعيش تحت الاحتلال والفصل العنصري، وإن معدلات السعادة لديه مقارنة ببقية الدول التي أجريت هذه الدراسات عليها لهو أمر مهم في هذه النقطة الفارقة من تاريخ المجتمعات العربية.

المنهج والإجراءات

العينة

اشتملت عينة هذه الدراسة على 385 طالبًا (ن = 121) وطالبة (ن = 264)، من جامعتي: بيت لحم، والقدس، من مختلف الكليات، والفرق الدراسية، وكان متوسط العمر لدى الذكور 20,11 (ع = 2,54)، والإناث 19,58 (ع = 2,29)، وهي عينة متاحة.

المقاييس

1- المقياس العربيّ للسعادة

يشتمل هذا المقياس على (20) عبارة موجزة، من بينها (15) عبارة تقيس السعادة، بالإضافة إلى خمس عبارات تعد "حشوًا" Fillers، والأخيرة ذات مضمون "مَرضَي"، حتى لا يجيب بعض المبحوثين عن عبارات المقياس على وتيرة واحدة. ويجاب عن كل بند على أساس مقياس "ليكرت" الخماسيّ، الذي يتراوح بين لا (1)، وكثيرًا جدًا (5)، ولذا تتراوح الدرجة الممكنة في المقياس بين 15، و75، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع السعادة. ويناسب هذا المقياس الراشدين والمراهقين، وهو مقياس سمة وليس حالة. وكشف التحليل العامليّ لبنود المقياس عن عاملين سميا: السعادة العامة، والحياة الناجحة. وتراوحت الارتباطات بين البند والدرجة الكلية بعد عزل البند بين 0,42، و0,77، وتراوحت معاملات ثبات ألفا "كرونباخ"، وإعادة التطبيق بين 0,82، و0,94، إشارة إلى ارتفاع الاتساق الداخليّ، والاستقرار عبر الزمن، وتراوح الصدق المرتبط بالمحك (ثلاثة محكات) بين 0,55 و0,79، كما ارتبط المقياس العربيّ للسعادة ارتباطات جوهرية موجبة بمقاييس: الصحة النفسية، والرضا عن الحياة، والتفاؤل، وحب الحياة، وتقدير الذات، دليلاً على صدق المقياس. ولهذا المقياس صيغتان: عربية، وإنجليزية، وهو مؤلف وليس مترجمًا (Abdel – Khalek, 2013a). وقد وصل معامل ثبات ألفا من وضع "كرونباخ"، في هذه العينة الفلسطينية، إلى 0,915، و0,921 للذكور والإناث على التوالي.

2- مقاييس التقدير الذاتيّ

استُخدمت خمسة مقاييس تقدير ذاتيّ Self – rating scales مستقلة، في صيغة أسئلة؛ لتقدير كل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والرضا عن الحياة، والسعادة، والتدين، وكانت صياغتها على النحو الآتي:

1- ما تقديرك لصحتك الجسمية بوجه عام؟
2- ما تقديرك لصحتك النفسية بوجه عام؟
3- إلى أي درجة أنت راض عن حياتك بوجه عام؟
4- إلى أي درجة تشعر بالسعادة بوجه عام؟
5- ما درجة تدينك بوجه عام؟

ويلي كل سؤال، سلسلة من الأرقام، من صفر إلى 10، ويُطلب من المبحوث ما يلي:

أ- أن يجيب تبعًا لشعوره وتقديره عامة، وليس تبعًا لحالته الحالية.
ب- أن يعلم أن صفر أقل درجة، وأن 10 أعلى درجة.
ج- يضع دائرة على الرقم الذي يرى أنه يصف مشاعره الفعلية بدقة.

وتشير الدرجة المرتفعة إلى وجود الخاصية أو السمة بدرجة مرتفعة. وتراوح ثبات إعادة التطبيق لهذه المقاييس الخمسة، بين 0,78، و 0,88، وتشير هذه المعاملات إلى استقرار مرتفع عبر الزمن، وتدعم القول:إن هذه المقاييس تنتمي إلى السمة أكثر من الحالة، وقد أشار عدد من الدراسات، إلى الصدق المرتبط بالمحك لهذه المقاييس الخمسة؛ إذ تراوح بين 0,49، و 0,73 (انظر: Abdel – Khalek, 2006c, 2007a, 2012a, 2014a).

إجراءات الدراسة

طُبعت مقاييس الدراسة على وجه ورقة واحدة، وطبقت في جلسات جمعية، اشتملت على مجموعات صغيرة من الطلبة والطالبات معًا، وتم ذلك في أثناء اليوم الجامعيّ، وفي قاعات الدراسة بالجامعة، وقام بالتطبيق باحثون مدربون، وكان تعاون المبحوثين ممتازًا؛ بسبب أمرين وهما:أولاً- سهولة المهمة؛ لاشتمالها على صفحة واحدة، فلم يستغرق التطبيق سوى دقائق قليلة، وثانيًا- الطبيعة الإيجابية للمقاييس.

النتـائج

لبيان النسبة المئوية، للدرجات المرتفعة، في المقياس العربيّ للسعادة، حسبت النسب المئوية للطلاب، الحاصلين على درجات تفوق المئين Percentile 75، و90، و95، فكانت 27,3%، و11,6، و6,6 للطلبة، و28,5%، و11,1%، و6,1% للطالبات، على التوالي.

ولبيان الفروق بين الجنسين، حسبت الإحصاءات الوصفية، وقيم "ت" بين متغيرات الدراسة، ويتضح من قراءة الجدول (1)، أن الفرق بين متوسطي الجنسين كان دالاً إحصائيًا، في ثلاثة مقاييس،وهي: المقياس العربيّ للسعادة، والتقدير الذاتيّ للسعادة، والصحة النفسية، وكان متوسط الطلبة أعلى من الطالبات، في هذه المقاييس الثلاثة، في حين كان متوسط الطالبات أعلى من الطلبة، في التقدير الذاتيّ للتدين.

جدول (1): المتوسط (م) والانحراف المعياريّ (ع)، وقيمة "ت" لمقاييس البحث لدى الذكور والإناث الفلسطينيين

المتغيرات	الذكور (ن = 121)		الإناث (ن = 264)		ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
مقياس السعادة	49,59	11,67	46,22	11,04	2,73	0,007
الصحة الجسمية	7,48	2,02	7,08	1,97	1,81	-
الصحة النفسية	6,69	2,68	5,85	2,60	2,91	0,004
تقدير السعادة	6,80	2,46	6,18	2,41	2,32	0,02
تقدير الرضا	6,73	2,73	6,29	2,46	1,56	-
تقدير التدين	5,28	2,76	6,06	1,96	3,20	0,005

ولفحص العلاقات بين متغيرات الدراسة، حسبت معاملات ارتباط "بيرسون"، ويتضح من الجدول (2)، أن جميع الارتباطات دالة إحصائيًا لدى الطالبات، وكذلك الحال لدى الطلبة، فيما عدا الارتباط بين التدين، وكل من: المقياس العربيّ للسعادة، والتقدير الذاتيّ للصحة النفسية.

جدول (2): معاملات ارتباط "بيرسون" بين مقاييس الدراسة لدى الذكور (ن = 121؛المثلث العلويّ)، والإناث (ن = 264؛ المثلث السفليّ) الفلسطينيين

المتغيرات	1	2	3	4	5	6
1- مقياس السعادة	-	**0,388	**0.677	**0.723	**0.652	0.045
2- الصحة الجسمية	**0,462	-	**0.484	**0.405	**0.403	**0.321
3- الصحة النفسية	**0,685	**0,554	-	**0.712	**0.706	0.148
4- تقدير السعادة	**0,747	**0,526	**0,758	-	**0.655	**0.239
5- تقدير الرضا	**0,775	**0,507	**0,713	**0,775	-	*0.189
6- تقدير التدين	**0,263	**0,247	**0,305	**0,264	**0,326	-

* دال عند مستوى 0,05.

** دال عند مستوى 0,01 وما بعده.

وبهدف حساب المكونات الأساسية، للارتباطات بين متغيرات الدراسة، استخدم التحليل العامليّ الاستكشافيّExploratory، بطريقة المكونات الأساسية Principal components (SPSS, 2009).

واستخدم محك "كايزر"؛ لتحديد العوامل الدالة. ويبين لنا الجدول (3)، استخراج عاملين لدى الذكور، سميا: "الحياة الطيبة، والصحة النفسية"، و"التدين والصحة الجسمية"، في حين استخرج عامل واحد، من عينة الإناث، سمي "الحياة الطيبة والتدين".

جدول (3): تحليل المكونات الأساسية لمعاملات الارتباط بين المقاييس لدى الذكور (بعد التدوير المتعامد) والإناث الفلسطينيين

المقاييس	ذكور (ن = 121)		إناث (ن = 264)
	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الأول
مقياس السعادة	0,888	0,002	0,863
الصحة الجسمية	0,461	0,597	0,691
الصحة النفسية	0,871	0,170	0,874
تقدير السعادة	0,846	0,215	0,894
تقدير الرضا	0,831	0,177	0,894
تقدير التدين	0,008	0,931	0,430
الجذر الكامن	3,165	1,330	3,770
% للتابين	52,757	22,163	62,837
مجموع التباين	74,921		

مناقشة النتائج

لا بد - بادئ ذي بدء – من بحث أهم الجوانب، التي يمكن على أساسها، الوثوق في نتائج هذه الدراسة، على العينة الفلسطينية، ومن بين هذه الجوانب، العينة، والمقاييس، وفيما يختص بالعينة، يلحظ أن حجمها كبير (ن = 385)، يسمح بإمكانية التعميم. وأما المقاييس المستخدمة، فلها خواص سيكومترية جيدة، فقد حسب معامل ألفا، من وضع "كرونباخ"، للمقياس العربيّ للسعادة، فوصل إلى 0,91، و0,92 لدى الطلبة والطالبات، على التوالي، دليلاً على ارتفاع الاتساق الداخليّ لهذا المقياس (Kline, 2000; Nunally, 1978)، وارتبط هذا المقياس، بالتقدير الذاتيّ للسعادة، اعتمادًا على العينة الحالية، بمقدار 0,72، و0,75 عند الذكور والإناث، على التوالي، إشارة إلى ارتفاع الصدق المرتبط بالمحك. وأما الخواص السيكومترية لمقاييس التقدير، فقد تراوح ثبات إعادة التطبيق، والصدق المرتبط بالمحك، بين المتوسط والمرتفع (انظر فقرة المقاييس).

وقد حققت هذه الدراسة، الأهداف التي بدأت بها، وفيما يختص بالهدف الأول، وهو مختص بتقدير معدلات السعادة، في عينة طلاب الجامعة من فلسطين، فقد أسفرت النتائج عن ارتفاع متوسط طلبة فلسطين، في المقياس العربيّ للسعادة، عن طلبة مصر، والعراق، والأردن، وانخفاض هذا المتوسط عن طلاب قطر، والسعودية، والكويت، وسلطنة عمان. وفيما يختص بالطالبات، فقد انخفض متوسط السعادة لديهم، عن طالبات الخليج العربيّ.

ومن الواضح أن طلبة فلسطين وطالباتها، يعيشون تحت الاحتلال الإسرائيليّ، ومن المتوقع أن ينخفض متوسط درجاتهم في السعادة، عن نظرائهم ممن يعيشون في بلاد تتسم بالاستقرار السياسيّ، والرخاء الاقتصاديّ، كدول الخليج العربيّ.

ومن ناحية أخرى، فإن متوسط طلبة فلسطين الذكور، في المقياس العربيّ للسعادة، أعلى من متوسطات كل من مصر، والعراق، والأردن. ويغلب أن تتسم هذه الدول الثلاث الأخيرة، بانخفاض الدخل القوميّ (مصر، والأردن)، وبعدم الاستقرار السياسيّ، والعمليات العسكرية (العراق)، وهو ما انعكس على انخفاض متوسط طلبة الجامعة في السعادة، في هذه الدول، عن نظيره لدى طلبة فلسطين.

ومن نافلة القول- أن نذكر أن الفلسطينيين يعيشون تحت الاحتلال الإسرائيليّ، ويتعرضون لظروف صعبة في حياتهم اليومية، ولاسيما في مدينة القدس، التي تزمع إسرائيل أن تجعلها عاصمة لها، فكان

التوقع أن تنخفض معدلات السعادة، لدى طلاب فلسطين، بالمقارنة بكل الدول العربية، ولكن ذلك لم يتحقق، فهناك دول عربية، لطلابها متوسطات في السعادة، أقل من طلاب فلسطين، ما التفسير إذن؟

إن التعرض لظروف حياتية قاسية، وضغوط يومية، تستمر فترة طويلة من الزمن (احتلت إسرائيل القدس منذ عام 1967)، يمكن لهذه الظروف، أن تعمل بالطريقة نفسها، التي يعمل بها مبدأ العلاج النفسيّ: الفيض أو الغمر Flooding. ويتسق ذلك مع دراسة عن قلق الموت لدى اللبنانيين، أجريت في قلب الحرب الأهلية، وأسفرت عن حصول اللبنانيين على متوسط في قلق الموت، إما أنه أقل، وإما أنه مساو، لمتوسط الطلاب في دول مستقرة، ولا تعاني من الحرب الأهلية، وهي مصر، والكويت، والولايات المتحدة. وفي دراسة أخرى على اللبنانيين، قورن قلق الموت في أثناء الحرب الأهلية (عام 1986)، وبعد توقفها (عام 1991)، لم تظهر فروق دالة إحصائيًا بين مجموعتي المبحوثين في هاتين السنتين (Abdel-Khalek, 1991, 2006a)، وهو ما يشير كذلك، إلى تأثير الطاقات التكيفية، والإمكانات الكبيرة للتوافق؛ نتيجة تنشيط بعض سمات الشخصية، ومن أهمها الصمود Resilience.

وفي دراسة تحت النشر، أجرتها ناهد العرجا، أظهرت أن حب الحياة لدى الطلاب الفلسطينيين مرتفع، مع رغبة في العيش، على الرغم من الظروف الصعبة التي يمر بها الشعب الفلسطينيّ. وقد فسرت هذه الباحثة، ارتفاع حب الحياة لدى الطلاب الفلسطينيين، بأنه قد مرت بالشعب الفلسطينيّ، نكبات متتالية، ابتداء من الحكم العثماني (من 1516 – 1916)، والانتداب البريطانيّ (1948)، وحرب عام 1967م، والانتفاضة الأولى (1987)، والهبة الجماهيرية الأخيرة (عام 2015)، وعلى الرغم من ذلك، فلا يزال لدى الفلسطينيين حب للحياة، وتمسك بها.

وفيما يختصبالهدف الثاني لهذه الدراسة، وهو استكشاف الفروق بين الجنسين في مقاييس الدراسة؛ فقد أسفرت النتائج، عن حصول الطلبة على متوسطات أعلى جوهريًا من الطالبات، في ثلاثة مقاييس: السعادة كما قيست بالمقياس العربيّ للسعادة، وبالتقدير الذاتيّ للسعادة، والتقدير الذاتيّ للصحة النفسية.وتتفق هذه النتيجة، مع النتائج العربية، التي استخدمت المقاييس نفسها (انظر: عبد الخالق، 2017، عبد الخالق، وزملاؤه، 2003؛ Abdel – Khalek, 2006b, 2007b, 2011b, 2012a, 2012c, 2015; Baroun, 2006).

ويمكن أن تفسر هذه الفروق الدالة إحصائيًا، بين الجنسين، في السعادة، والصحة النفسية، اعتمادًا على العلاقة بين الشخصية، وهذين المتغيرين، ولاسيما بعد العُصابية Neuroticism، والقلقAnxiety؛ إذ يرتبطان سلبًا بكل من السعادة، والصحة النفسية، وقد كشفت دراسات عدة، عن ارتفاع معدل العُصَابية، والقلق، جوهريًا، لدى الإناث مقارنة بالذكور (انظر: أيزنك، وأيزنك، 2015؛ Abdel – Khalek, 2000, 2012b, Abdel – Khalek&Alansari, 2004).

ومن الممكن كذلك، تفسير ارتفاع متوسط السعادة لدى الذكور بالنسبة للإناث الفلسطينيات، بالعلاقة بين السعادة وتكوين الصداقات، فمن الملاحظ أن صداقات الذكور أكثر من صداقات الإناث، بسبب الحرية المتاحة للذكور الفلسطينيين بالنسبة للإناث، وذلك كما يلاحظ المؤلفين الثاني والثالث لهذه الدراسة ويذكر "أرجايل" (1993، ص 33)، أن ما يوفره الأصدقاء لأصدقائهم، هو التحسين الفوريّ للحالة المعنوية، ويكون ذلك إما بتوفير جو من المرح في حالة الأطفال والشبان، وإما بنوع من الإشباع الهادئ بالنسبة للكبار. وتشير البحوث الأجنبية، التي تهدف إلى حصر الأحداث الاجتماعية الإيجابية، ومصادر البهجة، إلى أن عقد الصداقات الجديدة، ورؤية الأصدقاء القدامى، يتصدران قوائم هذه الأحداث. وفي دراسة عربية أحدث (عبد الخالق، 2015)، رأى طلاب بالجامعة المصريين من الجنسين، أن "الصداقة الحقة"، من مصادر السعادة.

ومن ناحية أخرى، كشفت نتائج هذه الدراسة، عن ارتفاع متوسط الطالبات – جوهريًا- عن الطلبة، في التقدير الذاتيّ للتدين، وتتفق هذه النتيجة، مع بعض الدراسات السابقة (انظر: الأنصاريّ، وعبد الخالق، 2012؛ Abdel – Khalek, 2006b, Miller, 2003; p. 49; Spilka et al., 2003, p. 154; Sullins, 2006; Yates &Phillai, 2003). ويرى المؤلفان الثاني والثالث، اعتمادًا على التعامل المستمر، والعيش المشترك مع طلاب الجامعة الفلسطينيين، أن الإناث أكثر التزامًا بالصلاة والصوم من

الشباب، وذلك بسبب الوضع السياسيّ الصعب، الذي يجعل الذكور، يركزون على مقاومة الاحتلال الإسرائيليّ.

وقد تحقق الهدف الثالث لهذه الدراسة، إلى حد بعيد، فكانت جميع معاملات الارتباط، بين جميع مقاييس الدراسة لدى الإناث، دالة إحصائيًا، وموجبة، وانطبقت النتيجة نفسها، على معاملات الارتباط بين المقاييس لدى الذكور، فيما عدا مقياسين (السعادة، والصحة النفسية)؛ إذ لم يكن الارتباط بينهما والتقدير الذاتيّ للتدين، دالاً إحصائيًا. وتتفق هذه النتيجة، مع الدراسات السابقة، التي ربطت بين السعادة، والحياة الطيبة، والتدين (انظر: عبد الخالق، 2017؛ Abdel-Khalek, 2006b, 2013b, 2014b; Chatters, 2000; Ferriss, 2002; Hackney & Sanders, 2003; Harris, 2002; Koenig et al., 2012: Seybold, 2007). ويمكن أن تشير هذه النتيجة، المختصة بالارتباط الإيجابيّ بين مقاييس هذه الدراسة، إلى صدق هذه المقاييس، بسبب التغير المصاحب Covariation بينها، وهو ما يعنيه الارتباط الموجب.

وفيما يتصل بالهدف الرابع والأخير، لهذه الدراسة، وهو استكشاف المكونات الأساسية، الكامنة وراء معاملات الارتباط، فقد اختلفت نتيجة الطلبة عن الطالبات؛ إذ استُخرج عاملان في عينة الذكور، سمي العامل الأول: "الحياة الطيبة والصحة النفسية"، وأعلى تشبعاته لمقاييس السعادة، والصحة النفسية، وسمي العامل الثاني "التدين والصحة الجسمية". وفي عينة الطالبات، استُخرج عامل واحد، سمي: "الحياة الطيبة والتدين". ويغلب أن يرجع الاختلاف بين نتيجة الطلبة والطالبات، إلى الاختلاف بينهما في قيم معاملات الارتباط، مع ملاحظة أن التقدير الذاتيّ للتدين، في عينة الطلبة، ارتبط ارتباطات دالة إحصائيًا، وموجبة، بثلاثة مقاييس فقط، ولم يكن الارتباط دالاً، مع مقياسين آخرين، في حين كان الارتباط بين التدين، وبقية المقاييس، دالاً إحصائيًا، وموجبًا في عينة الإناث.

ويجب النظر إلى نتائج هذه الدراسة، في حدود العينة، والأدوات، وعلى الرغم من الخواص السيكومترية الجيدة للأدوات، فإن عينة طلاب الجامعة دائمًا عينة ذات خواص محددة، من نواح عدة، أهمها المدى العمريّ المحدود، والذكاء، والتعليم المرتفعين بالنسبة للجمهور العام؛ ومن ثم يوصي بتكرار هذه الدراسة على عينات أخرى، ذات خواص ديموجرافية مختلفة، عن هذه العينة.

خلاصة

هذه الدراسة، التي أجريت على عينة فلسطينية، من طلاب الجامعة، الذين يدرسون في مدينة القدس، أظهرت أن معدل السعادة لديهم، يرتفع على معدلات طلاب مصر، والعراق، والأردن، في حين أنه ينخفض عن معدلات طلاب الخليج العربيّ، وأن متوسط الذكور في السعادة، والصحة النفسية، أعلى منه لدى الإناث، في حين أن متوسط الطالبات أعلى جوهريًا في التدين، وكانت كل معاملات الارتباط المتبادلة بين مقاييس الدراسة، لدى الإناث، دالة إحصائيًا، وموجبة، وينطبق ذلك على عينة الذكور، فيما عدا معاملي ارتباط، وكشف تحليل المكونات الأساسية، عن عاملين لدى الطلبة، سميا: "الحياة الطيبة والصحة النفسية"، و"التدين والصحة الجسمية"، واستُخرج عامل واحد لدى الطالبات، سمي: "الحياة الطيبة والتدين". واعتمادًا على هذه الارتباطات، والعوامل، يمكن القول، إن الشخص الذي يحصل على درجات مرتفعة في السعادة، والصحة النفسية، يميل إلى أن يكون متدينًا.

المراجع

أرجايل، مايكل (1993). سيكولوجية السعادة. ترجمة: فيصل يونس. الكويت: المجلس الوطنيّ للثقافة والفنون والآداب: عالم المعرفة.

أيزنك، هانز؛ وأيزنك، سيبل (2015). استخبار أيزنك للشخصية: دليل تعليمات الصيغة العربية (للأطفال والراشدين). ترجمة وإعداد: أحمد عبد الخالق، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

جريدة الأهرام (1 سبتمبر، 2002): إدوارد سعيد يطلب من كتاب العالم مساندة القضية الفلسطينية. ص 28.

الجنديّ، أمسية السيد (2009). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجدانيّ لطلاب كلية التربية – جامعة الإسكندرية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 19 العدد 62، صص. 11 – 69.

داينر، إد، وبيزواس- داينر، روبرت (2011). السعادة: كشف أسرار الثروة النفسية. ترجمة: مها بكير، مراجعة: معتز سيد عبد الله. القاهرة: المركز القومي للترجمة.

سالم، سهير (2001). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية. رسالة ماجستير (غير منشورة). معهد البحوث التربوية، جامعة القاهرة.

سيليجمان، مارتن (2005). السعادة الحقيقية: استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك من إمكانات لحياة أكثر إنجازًا. ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء الدين كفافي، وعزيزة السيد، وفيصل يونس، وفادية علوان، وسهير غباشي. القاهرة: دار العين للنشر.

عبد الخالق، أحمد (2010). التدين والحياة الطيبة والصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة الكويتيين. دراسات نفسية، 20 (3)، صص. 503-520.

عبد الخالق، أحمد (2015). مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكيوالإرشادي، 3، 1-15.

عبد الخالق، أحمد (2017). معدلات السعادة وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 27 ، العدد 95، صص. 1–21.

عبد الخالق، أحمد؛ ودويدار، عبد الفتاح (2010). العلاقات بين التدين والحياة الطيبة والصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين. المجلة المصرية للعلوم الإنسانية، تصدر عن المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية، 4 (2)، صص. 9-35.

عبد الخالق، أحمد؛ والشطي، تغريد؛ والذيب، سماح؛ وعباس، سوسن؛ وأحمد، شيماء؛ والثويني، نادية؛ والسعيدي، نجاة (2003). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي. دراسات نفسية، 13 (4)، 581 – 612.

عبد الخالق، أحمد، ومراد، صلاح (2001). السعادة والشخصية: الارتباطات والمنبئات. دراسات نفسية، 11 (3)، صص. 337 – 349.

العرجا، ناهدة (تحت النشر). حب الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلبة المدارس والجامعات في الضفة الغربية.

العنزي، فريح عويد (2001). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية: دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. دراسات نفسية، 11 (3)، صص. 351 – 377.

الفنجري، حسن (مارس، 2006). معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع المصري. مؤتمر التعليم والتنمية في المجتمعات الجديدة، صص. 265. – 282.

لوبيز، شين، وسنايدر، ك (2013). القياس في علم النفس الإيجابي: نماذج ومقاييس. ترجمة: صفاء الأعسر، ونادية شريف، وعزيزة السيد، وأسامة أبو سريع، وميرفت شوقي، وعزة خليل، وهبة سري، ومنى الصواف. مراجعة: صفاء الأعسر. القاهرة: المركز القومي للترجمة.

محمود، أحلام حسن (2007). مستويات ومصادر إشباع السعادة كما يدركها المسنون في ضوء درجة تمسكهم بالقيم الدينية وبعض المتغيرات الأخرى. المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 56، صص. 115 – 193.

النيال، مايسة، وخميس، ماجدة (1995). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات: دراسة سيكومترية مقارنة. مجلة علم النفس، 36، صص. 22 – 40.

هريدي، عادل، وفرج، طريف شوقي (2002). مستويات السعادة المدركة في ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتدين وبعض المتغيرات الأخرى. مجلة علم النفس، العدد 61، السنة 16، ص ص 46 – 78.

اليحفوفي، نجوى (2006). السعادة والاكتئاب لدى طلاب الجامعة وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموجرافية. دراسات عربية في علم النفس، 4، صص. 945– 972.

اليوسفي، مشيرة (1989). دراسة عاملية لمفهوم السعادة لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، تصدرها كلية التربية، جامعة المنيا، 3 (1)، صص. 137 – 173.

Abdel-Khalek, A. M. (1991). Death anxiety among Lebanese samples. Psychological Reports, 68, pp. 924 - 926.

Abdel-Khalek, A. M. (2000). The Kuwait University Anxiety Scale: Psychometric properties. Psychological Reports, 87, pp. 478-492.

Abdel-Khalek, A. M. (2004). Neither altruistic suicide, nor terrorism but martyrdom: A muslim perspective. Archives of Suicide Research, 8, pp. 99-113.

Abdel-Khalek, A. M. (2006a). Comparison of death anxiety in two groups tested during and after (1986 and 1991) the Lebanese civil war. Psychological Reports, 98, pp. 712-714.

Abdel-Khalek, A. M. (2006b). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. Mental Health, Religion and Culture, 9, pp. 85 – 97.

Abdel-Khalek, A. M. (2006c). Measuring happiness with a single item scale. Social Behavior and Personality, 34, pp. 139-149.

Abdel-Khalek, A. M. (2007a). Assessment of intrinsic religiosity with a single item measure in a sample of Arab Muslims. Journal of Muslim Mental Health, 2, pp. 211-215.

Abdel-Khalek, A. M. (2007b). Religiosity, happiness, health and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. Mental Health, Religion and Culture, 10, pp. 571-583.

Abdel-Khalek, A. M. (2011). Subjective well-being and religiosity in Egyptian college students. Psychological Reports, 108, pp. 54-58.

Abdel-Khalek, A. M. (2012a). Associations between religiosity, mental health, and subjective well - being among Arabic samples from Egypt and Kuwait. Mental Health, Religion and Culture, 15, pp. 741-758.

Abdel-Khalek, A. M. (2012b). Convergent validity of the Arabic Scale of Mental Health (ASMH). Psychological Reports, 110, pp. 16-24.

Abdel-Khalek, A. M. (2012c). Subjective well-being and religiosity: A cross-sectional study with adolescents, young and middle-age adults. Mental Health, Religion and Culture, 15, pp. 39-52.

Abdel-Khalek, A. M. (2013a). The Arabic Scale of Happiness(ASH): Psychometric characteristics. Comprehensive Psychology, 2, article 5.

Abdel-Khalek, A. M. (2013b). The relationships between subjective well-being, health, and religiosity among young adults from Qatar. Mental Health, Religion and Culture, 16, pp. 306-318.

Abdel-Khalek, A. M. (2014a). Happiness, health. and religiosity: Significant associations among Lebanese adolescents. Mental Health, Religion, and Culture17, pp. 30-38.

Abdel-Khalek, A. M. (2014b). Religiosity, health, and happiness: Significant relations in adolescents from Qatar. International Journal of Social Psychiatry, 60, pp. 656 – 661.

Abdel-Khalek, A. M. (2015). Happiness, health, and religiosity among Lebanese young adults. Cogent Psychology, 2(1), 1035927

Abdel-Khalek, A. M. ,&Alansari, B. M. (2004). Gender differences in anxiety among undergraduates from ten Arab countries. Social Behavior and Personality, 32,pp. 649-655.

Argyle, M. (2000). Psychology of religion: An introduction. London: Routledge.

Argyle, M. (2002). The psychology of happiness (2nd ed.). London: Methuen.

Argyle, M., Martin, M., & Lu, L. (1995). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In C. D. Spielberger& I. G. Sarason (Eds.), Stress and emotion (Vol. 15; pp. 173-187). Washington, DC: Taylor & Francis.

Baroun, K. A. (2006). Relations among religiosity, health, happiness and anxiety for Kuwaiti adolescents. Psychological Reports, 99, pp. 717-722.

Carr, A. (2004). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. London: Routledge.

Chatters, L. M. (2000). Religion and health: Public health research and practice. Annual Review of Public Health, 21, pp. 335-367.

Diener, E. (1984). Subjective well – being. Psychological Bulletion, 95, pp. 542 -575.

Diener, E., Lucas, R. E., &Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.

Emmons, R. A., &Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. Annual Review of Psychology, 54, pp. 377-402.

Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. Journal of Happiness Studies, 3, pp. 199-215.

Galton, F. (1872). Statistical inquiries into the efficacy of prayer. Fortnightly Review, 12, pp. 125-135.

Hackney, C. H., & Sanders, G. S. (2003). Religiosity and mental health: A meta analysis of recent studies. Journal for the Scientific Study of Religion, 42, pp. 43-55.

Hall, G. S. (1882). The moral and religious training of children The Princeton Review, 9, pp. 26-48.

Harris, S. J. (2002). Religiosity and psychological well-being among older adults: A meta-analysis. Proquest Dissertations and Theses, Section 1355, Part 0622, 89 pages.

Hill, P. C., &Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. American Psychologist, 58, pp. 64-74.

James, W. (1902). The varieties of religious experience: A study on human nature. Cambridge, Mass: Harvard University Press.

Jones, S. L. (1994). A constructive relationship for religion with the science and profession of psychology: Perhaps the boldest model yet. American Psychologist, 49, pp. 184-189.

Kline, P. (2000). Handbook of psychological testing. (2nd ed.) London: Routledge.

Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. (2012). Handbook of religion and health. (2nd ed). New York: Oxford University Press.

Miller, G. (2003). Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy: Theory and technique. New York: Wiley.

Nunnally, J. C. (1978). Psychometric theory (2nd edition). San Francisco: Jossey-Bass.

Paloutzian, R. F. (2016). Invitation to the psychology of religion (3rd ed.). New York: Guilford Press.

Pargament, K. I. (1997). The psychology of religion and coping: Theory, research, practice. New York: Guilford Press.

Seligman, M. E. P. (2002). Authentic happiness. New York: Free Press.

Seybold, K.S. (2007). Physiological mechanisms involved in religiosity/spirituality and health. Journal of Behavioral Medicine, 30, 303 – 309.

Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. American Psychologist, 56, pp. 216 – 217.

Spilka, B., Hood Jr. R.W., Hunsberger, B., &Gorsuch, R. (2003). The psychology of religion: An empirical approach (3rd ed.). New York: Guilford.

SPSS, Inc. (2009). SPSS: Statistical data analysis: Base 18.0, Users Guide. Chicago, IL: SPSS Inc.

Starbuck, E. (1899). Psychology of religion. London: Walter Scott.

Sullins, P. (2006). Gender and religiousness: Deconstructing universality constructing complexity. American Journal of Sociology, 112, pp. 838 – 880.

Veenhoven, R. (2003). Happiness. The Psychologist, 16, pp. 128 – 129.

Veenhoven, R. (2011a). Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so how? In K. Sheldon, T. Kashdan, & M. Steger (Eds.), Designing positive psychology: Taking stock and moving forward (pp. 396 – 409). New York: Oxford University Press.

Veenhoven, R. (2011b). World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam, The Netherlands, htt://worlddatabaseofhappiness.eur.nl.

Verhagen, P. J., van Praeg, H. M., Lopez – Ibor, J. J., Cox, J. L., & Moussaoui, D. (2010). Religion and psychiatry: Beyond boundaries. London: Wiley.

Wills, E. (2009). Spirituality and subjective well-being: Evidences for a new domain in the personal well-being index. Journal of Happiness Studies, 10, pp. 49-69.

Wulff, D. M. (1997). Psychology of religion: Classic and contemporary (2nd ed.). New York: Wiley.

Yates, D., & Pillai, V. (2003, Aug). Female vs. male morality: Religiosity and delinquency revisited. The 16th annual meeting of the American Sociological Association, Atlanta, USA. Retrieved May 29th, 2010, from http://www.allacademic.com.