

## السعادة وارتباطها بالحياة الطيبة والتدين

لدى عينة من طلبة الجامعة في الجزائر

أحمد محمد عبد الخالق، جامعة الإسكندرية (مصر)

سليمة حموده، جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزائر)

فارس زين العابدين، جامعة جيلالي ليايس سيدي بلعباس (الجزائر)

## ملخص:

استهدفت هذه الدراسة، استكشاف معدلات السعادة، وعلاقتها بمتغيرات الحياة الطيبة، والتدين، لدى عينة من طلاب جامعتين في الجزائر (ن = 701)، أجابوا عن المقياس العربي للسعادة، و متغيرات الحياة الطيبة، كما تقاس بالتقدير الذاتي للصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، بالإضافة إلى تقدير التدين، وبلغ معدل السعادة لدى الذكور والإناث على التوالي 25,2%، و 29,4%، مقابل المئين 75. وحصل الذكور على متوسطات أعلى جوهرياً من الإناث، في أربعة متغيرات: المقياس العربي للسعادة، وتقدير الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة. وكانت جميع معاملات ارتباط "بيرسون" بين المقاييس، جوهرياً إحصائياً وموجبة. واستخرج عامل واحد لدى الجنسين منفصلين، سمي "الحياة الطيبة، والتدين"، وخلصت هذه الدراسة، إلى أن من يعدون أنفسهم سعداء، هم أكثر تديناً، ولاسيما الذكور.

**المصطلحات الأساسية:** السعادة، الحياة الطيبة، الرضا عن الحياة، الصحة الجسمية، الصحة النفسية، التدين، طلاب الجامعة، الجزائر.

## Abstract:

The present study aimed to explore happiness rates and its association with well – being variables and religiosity. A sample (N = 701) of college students from two universities in Algeria was recruited. They responded to the Arabic Scale of Happiness (ASH), the self – rating scales to assess physical health, mental health, happiness, and satisfaction with life, as well as religiosity. Results indicated that males obtained significantly higher mean scores on the ASH, the self – ratings of physical health, mental health, and happiness than did their female counterparts. All the Pearson correlations between the scales were statistically significant and positive. A single factor was retained separately in men and women and labeled "Well – being and religiosity". It was concluded that those who consider themselves as happy reported higher religiosity, particularly men.

**Key words:** Happiness, well – being, satisfaction with life, physical health, mental health, religiosity, college students, Algeria.

## مقدمة:

استهدفت مجموعة من الباحثين في علم النفس، دراسة معدلات السعادة، وعلاقتها بكل من الحياة الطيبة، والتدين، لدى طلبة الجامعة وطالباتها، في عدد من الدول العربية، وتلخصت افتراضات هذه السلسلة من الدراسات على النحو الآتي: أولاً- توجد فروق دالة إحصائياً في السعادة، بين العينات العربية المختلفة، وذلك اعتماداً على الفروق بين هذه الدول، في الدخل القومي، ودخل الفرد، والاستقرار السياسي، ومدى تحقق الأمن، ومعدلات البطالة ... وغير ذلك من المتغيرات المؤثرة في معدلات السعادة، وثانياً- أن العلاقات بين السعادة و متغيرات الحياة الطيبة، والتدين، دالة إحصائياً وموجبة، في كل دولة على حدة، على الرغم من الفروق بين الدول العربية في معدلات السعادة. ولكن ما السعادة؟ يعرف "فينهوفن" السعادة Happiness، بأنها "الدرجة التي يحكم فيها الشخص إيجابياً على نوعية حياته الحاضرة عامة، وبكلمات أخرى فإن السعادة تشير إلى حب الشخص الحياة التي يعيشها، واستمتاعه بها، وتقديره الذاتي لها كلها".

ويضيف المؤلف نفسه، أن السعادة قيمة مهمة، وهي الغاية القصوى في بعض الفلسفات. وعلى سبيل المثال، فإن الفلسفة النفعية Utilitarianism، التي وضعتها المدرسة الأسكتلندية، أعلنت أن القيمة الأخلاقية لكل الأفعال، يجب أن يحكم عليها اعتمادًا على تحقيقها أعظم سعادة، لأكبر عدد من الناس (Veenhoven, 2001). كما بين لنا "فينهوفن" أن السعادة حالة شعورية، يمكن أن تُستنتج من الحالة المزاجية للفرد، وأن عملية تحقيق درجة أكبر من السعادة، أمر ممكن، وفي متناول الفرد (Veenhoven, 2003).

وتقع دراسات السعادة، في قلب علم النفس الإيجابي، الذي يرى بعض علماء النفس أنه توجه حديث، في حين يرى "ألن كار" (Carr, 2004, p. xvii)، أن علم النفس الإيجابي فرع جديد من فروع علم النفس، يختص - في المقام الأول - بالدراسة العلمية لجوانب القوة في الإنسان، والسعادة، والتعرف إلى العوامل التي تطور الحياة الطيبة وتدعمها. كما يهتم علم النفس الإيجابي بدراسة المشاعر الإيجابية، والشخصية الإيجابية، والأنظمة والمؤسسات التي تتسم بمناخ العمل الإيجابي. ويقف هذا العلم بين نوعين من فروع العلم والمعرفة، هي علم البيولوجيا الإيجابية، الذي يمثل الأساس البيولوجي، الذي يقوم عليه علم النفس الإيجابي، والمعرفة الأخرى هي الفلسفة الإيجابية، أو علوم الدين الإيجابية، التي يطمح علم النفس الإيجابي، إلى أن يسمو؛ لتحقيق قيمها ومبادئها (سيليجمان، 2005، ص 324).

ويعد "مارتن سيليجمان" من أهم رواد هذا العلم وأعلامه، وهو يذكر أن علم النفس الإيجابي، يمكن أن يضطلع بأدوار مهمة، في كل من البحوث والتطبيقات، كالوقاية، والعلاج، ويقع في مجال البحوث موضوعات كثيرة، من مثل: السعادة، والرضا عن الحياة، والتفاؤل، والأمل، ومواجهة الضغوط، ونوعية الحياة، ويندرج في مجال العلاج، جوانب على درجة كبيرة من الأهمية، يتعين على المعالج تحقيقها، من مثل: الشجاعة، والمهارات الاجتماعية، والعقلانية، والاستبصار، والتفاؤل، والأمانة، والمتابعة، والواقعية، والقدرة على الاستمتاع، والتوجه نحو المستقبل، والبحث عن هدف، والفضيلة، والإبداع (Seligman, 2002) ... وغير ذلك كثير (انظر أيضًا: أرجايل، 1993، داينر، وبزواس - داينر، 2011).

وتأتي السعادة الحقيقية، من تحديد جوانب القوة الأساسية لدى الإنسان، وتمييزها، واستخدامها في مختلف جوانب الحياة اليومية، كالعمل، والحب، واللعب، ومع الأبناء (ص 9)، ودرس "جورج فايبلانت" Vaillant مصادر القوة لدى الإنسان، وسمى هذه المصادر الدفاعات الناضجة Mature defenses، وتشتمل على: الغيرية، والقدرة على تأجيل الإشباع، والتوجه المستقبلي، وروح الفكاهة. وقد وجد أن أفضل المنبئات بالشيخوخة الناجحة: الدخل، والصحة الجسمية، والفرح بالحياة، وكانت الدفاعات الناضجة أفضل المنبئات بالفرح بالحياة، والدخل المرتفع، والنشاط في السن المتقدم (ص 21) (سيليجمان، 2005).

وقد أوضحت بحوث "داينر"، و"أرجايل" وزملائهم، أن للسعادة ثلاثة مكونات على النحو الآتي: 1- الانفعالات الإيجابية: كالفرح، والسرور، وهذا مكون وجداني، 2- الرضا عن الحياة، وهذا جانب معرفي، 3- عدم وجود الانفعالات السلبية أو وجودها بدرجة منخفضة (أرجايل، 1993؛ Argyle, 2002; Argyle, Martin, & Lu, 1995; Diener, Lucas, & Oishi, 2002).

والانفعالات أو الوجدان الإيجابي Positive affect، مكون أساسي من مكونات السعادة، ويرتبط الوجدان الإيجابي بالانبساط Extraversion بوصفه بعدًا في الشخصية، في حين يرتبط الوجدان السلبي بالعصابية Neuroticism، وتتراوح هذه الارتباطات بين 0,4 و 0,9، والوجدان الإيجابي والوجدان السلبي لهما خاصية وراثية، ومعاملات القابلية للوراثة Heritability قرابة 0,5، ومع ذلك، فإن التأثيرات البيئية يمكن أن تحسن من الوجدان الإيجابي، ويرتبط الوجدان الإيجابي بارتفاع الرضا المهني، والرضا الزوجي، في حين يرتبط الوجدان الإيجابي المنخفض، بمدى واسع من الاضطرابات النفسية (Carr, 2004, p. 3). ويمكن أن يتحسن الوجدان الإيجابي، بالاندماج

في التمرينات الرياضية بشكل منتظم، والحصول على قدر كاف من النوم، وإقامة صداقات قوية، والالتقاء بالأصدقاء بصورة متكررة، والعمل تجاه تحقيق أهداف ذات قيمة (Watson, 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 النبال، 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 العنزي (2001)، ودرس هريدي، 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 الفنجري (2006) معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع المصري، ونشرت نجوى اليحفوفي (2006) دراسة عن السعادة والاكئاب لدى طلاب الجامعة اللبنانيين، ودرست أحلام محمود (2007) مستويات السعادة ومصادر إشباعها لدى المسنين، ودرست أمسية الجندي (2009) مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني، ونشر عبد الخالق (2010، 2015، 2017) ثلاث دراسات عن التدين والحياة الطيبة، وعن مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة، وأخيراً دراسة عن معدلات السعادة وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى المصريين. ونشر عبد الخالق، ودويدار (2010)، دراسة عن العلاقات بين التدين، والحياة الطيبة، والصحة النفسية. ويلحظ أن البحوث العربية التي قارنت بين أكثر من دولة في معدلات السعادة قليلة العدد.

وقد حظيت متغيرات علم النفس الإيجابي، باهتمام كبير من الباحثين على مستوى العالم، بما في ذلك البحوث العربية، إلى الدرجة التي وصف فيها هذا العصر، بأنه عصر علم النفس الإيجابي (انظر: لوبيز، وسنايدر، 2013؛ Sheldon & King, 2001; Veenhoven, 2011).

وفي علم النفس الإيجابي، توجد مصطلحات عدة، يرى بعض علماء النفس أنها مترادفة، في حين يفرق بينها آخرون، ومنها: السعادة Happiness، والحياة الشخصية الطيبة Subjective well – being (SWB)، ويرى "لو" وزملاؤه (Lu, Shih, Lin, & Lu, 1997) أنهما مترادفان، وكذلك الرضا عن الحياة Satisfaction with life، وهو حالة معرفية، أو معتمدة على الحكم على هذه الحياة (Tsou & Liu, 2001)، ويفرق "كامينز" (Cummins, 1998) بين الرضا، والسعادة، في أن السعادة حالة انفعالية حساسة للتغيرات المفاجئة في المزاج Mood، في حين أن الرضا حالة معرفية. ومن ناحية أخرى، يركز بعض الباحثين، على متغير محدد، ويستخدمه في بحثه، من مثل "فينهوفن" (Veenhoven, 2011)، الذي يصر على استخدام مصطلح السعادة، في حين أن "داينر"، يرى أن مفهوم الحياة الشخصية الطيبة SWB أدق، ويعتقد أنه مرادف لما يدعوه غير المتخصصين بالسعادة أو الرضا (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). ويستخدم مصطلح الحياة الشخصية الطيبة SWB في هذه الدراسة، بوصفه مفهوماً شاملاً (مثل المظلة)، ليشمل التقييم الوجداني والمعرفي للحياة، ويشمل هذا التقييم، الأراجاع الانفعالية للأحداث، بالإضافة إلى الأحكام المعرفية لمدى الرضا أو الإشباع. ويرى "داينر" وزملاؤه (Diener et al., 2002) أن هذا المفهوم العريض يتضمن المرور بخبرة الانفعالات السارة، والمستويات المنخفضة من الانفعالات السلبية، والدرجة المرتفعة من الرضا عن الحياة.

ويعرف مفهوم الحياة الطيبة في هذه الدراسة - على مستوى المقاييس - بأنه التقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، وتشتمل هذه المتغيرات الأربعة، على مكونات معرفية (الرضا عن الحياة)، ووجدانية (السعادة، والصحة النفسية)، وبدنية (تقدير الصحة الجسمية)، ويتفق هذا التحديد لمفهوم الحياة الطيبة - في جانب منه - مع أهم عناصر تعريف منظمة الصحة العالمية، للصحة؛ بأنها حالة من الرفاهة، أو العافية، أو السلامة؛ الجسمية، والنفسية، والاجتماعية (World Health Organization, 2014). وقد دلت بحوث كثيرة،

على العلاقات الجوهرية الإيجابية بين هذه المتغيرات الأربعة، التي يشملها مفهوم الحياة الطيبة (انظر: عبد الخالق، 2010؛ Diener et al., 2002; Carr, 2004; Argyle, 2002; Abdel – Khalek, 2006a, 2013b).

وفيما يختص بالتدين Religiosity، فقد بدأت بحوثه في علم النفس، من قرابة قرن ونصف (انظر: Galton, 1899; Starbuck, 1882; Hall, 1872; James, 1902)، ثم اختلفت 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; Paloutzian, 2016; Pargament, 1997; Spilka, Hood, Hunsberger, & Gorsuch, 2003; Verhagen, van Praag, López – Ibor, Cox, & Moussaoui, 2010; Wills, 2009; Wulff, 1997) وهناك أسباب عدة لندرة اهتمام علماء النفس بالدراسة السيكولوجية للدين، والتدين، عند نشأة علم النفس بوصفه نظاماً علمياً منهجياً، ومن بين هذه الأسباب، الرأي السلبي الذي قدمه "فرويد" عن الدين، فرأى أنه يولد الشعور بالذنب، ويرتبط بكبت الدوافع الجنسية، ويولد عدم التحمل، ويناهض التفوق الذهني، ويشجع التسلطية. ولكن الدراسات التالية بينت لنا الآثار الإيجابية للدين، والإيمان، فالمتدين أقل عرضة لتعاطي المخدرات، أو ارتكاب الجرائم، أو الطلاق، أو الانتحار، وللمتدين صحة جسمية أقوى، ويعيش حياة أفضل، وعمرًا أطول؛ ومن ثم فإن المتدين أكثر سعادة ورضا عن حياته، مقارنة بغير المتدين (سيليجمان، 2005، ص ص 83 – 84). (انظر أيضاً: Abdel-Khalek, 2014a, 2014b; Koenig, King, & Carson, 2012; Seybold, 2007, Wulff, 1997).

والدراسات السيكولوجية في هذا المجال، التي استخدمت عينات جزائرية، قليلة العدد، ونذكر دراستين مثلاً لها، فقد درس عبد الخالق، وفريدة ناصر (Abdel – Khalek & Naceur, 2007)، العلاقة بين التدين، والانفعالات: الإيجابية، والسلبية، لدى عينة من طلاب الجامعة الجزائريين (ن = 244)، وأظهرت النتائج، أن التدين، والرضا عن الحياة أعلى لدى الطالبات عن الطلبة، وارتبط التدين لدى الطلبة، ارتباطاً دالاً إحصائياً، بالصحة النفسية، وارتبط التدين لدى الطالبات، ارتباطاً دالاً، بالصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، والتفؤل. في حين ارتبط التدين سلباً، بكل من القلق، والتشاؤم. ودرس "تيلوين، وبلجوميدي" (Tiliouine & Belgoumidi, 2009)، التدين وعلاقته بالحياة الطيبة ومعنى الحياة، لدى عينة من الطلبة المسلمين في الجزائر (ن = 495)، وبينت لنا النتائج، أن الاعتقاد الديني، والإيثار الديني، يمدان الأفراد بمعنى للحياة، وكشف تحليل الانحدار المتدرج، عن أن الاعتقاد الديني وحده، يمثل إضافة ذات دلالة، لكل من الرضا عن الحياة، ومعنى الحياة.

**أهداف الدراسة:** أجريت هذه الدراسة على عينة من طلاب جامعتين في الجزائر من الجنسين، واشتملت على المتغيرات الآتية: (1) السعادة كما تقاس بالمقياس العربي للسعادة، (2) الحياة الطيبة كما تقاس بالتقدير الذاتي لكل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، والرضا عن الحياة، (3) التقدير الذاتي للتدين. وسيطلق عليها جميعاً 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.

#### المنهج والإجراءات

**العينة:** استخدمت عينة متاحة (ن = 701) من طلاب جامعة جيلالي ليايس (ن = 380)، بمدينة سيدي بلعباس، تراوحت أعمارهم بين 17، و34 عاماً، وكان متوسط أعمارهم 21.58 (ع = 2.63)، وجامعة قاصدي مرباح (ن = 321)، بمدينة ورقلة، تراوحت أعمارهم بين 18، و45 عاماً، وكان متوسط أعمارهم 22.77 (ع = 2.83)، واستمدت

هذه العينات من مختلف كليات الجامعتين، ومن مختلف التخصصات، والمستويات الدراسية، وطبقت مقاييس الدراسة على الطلبة الجامعيين، في الكليات الآتية:

- 1- كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية (قسم العلوم الاجتماعية، وقسم العلوم الإنسانية، وقسم الإعلام والاتصال، وقسم اللغات الأجنبية).
- 2- كلية العلوم الطبيعية والحياة (قسم البيولوجية).
- 3- كلية العلوم التطبيقية (قسم الإلكترونيك، وقسم البيترولوية).
- 4- كلية الطب.
- 5- كلية الاقتصاد.
- 6- كلية الهندسة.

وُطِّبَتْ في جلسات جماعية وفردية، ولم يجبر أي طالب على الإجابة عن المقاييس، بل كان ذلك طوعاً. وكل أفراد هذه العينة يحملون الجنسية الجزائرية، أما فيما يختص بالتنوع الجغرافي، فإن ولاية ورقلة، تقع في الجنوب الشرقي للجزائر، وتمتاز بطبيعتها الصحراوية، أما مدينة بلعباس فتقع في منطقة سهلية، تتصف بسلاسل جبلية، ومن ناحية التركيبة السكانية، فكلا المدينتين فيهما مزيج من العرب، والأمازيغ، والبربر، وغالبيتهم من المسلمين.

#### المقاييس:

**1- المقياس العربي للسعادة:** يشتمل هذا المقياس على (20) عبارة موجزة، من بينها (15) عبارة تقيس السعادة، بمؤشرات إيجابية، بالإضافة إلى خمس عبارات إضافية تعد "حشواً" Fillers، والأخيرة ذات مضمون "مَرَضِي"، حتى لا يجيب بعض المبحوثين عن عبارات المقياس على وتيرة واحدة. ويجاب عن كل بند على أساس مقياس "ليكرت" الخماسي، الذي يتراوح بين لا (1)، وكثيراً جداً (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 العاملي لبند المقياس عن عاملين سميًا: 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 الداخلي، والاستقرار عبر الزمن، وتراوح الصدق المرتبط بالمحك (ثلاثة محكات) بين 0,55 و0,79، كما ارتبط المقياس العربي للسعادة ارتباطات جوهرية موجبة بمقاييس: الصحة النفسية، والرضا عن الحياة، والتفاؤل، وحب الحياة، وتقدير الذات؛ ومن ثم كان دليلاً على صدق المقياس. ولهذا المقياس صيغتان متكافئتان: عربية، وإنجليزية، وهو مؤلف وليس مترجماً (Abdel – Khalek, 2013a). وقد وصل معامل ثبات ألفا من وضع "كرونباخ"، في هذه العينة الجزائرية، إلى 0,87، و0,85 للذكور والإناث على التوالي.

**2- مقاييس التقدير الذاتي:** استخدمت خمسة مقاييس تقدير ذاتي 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 تبعاً لشعوره وتقديره عامة، وليس تبعاً 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 الصدف المرتبط بالمحك لهذه المقاييس الخمسة، إذ تراوح بين 0,49، و 0,73 (انظر: (Abdel – Khalek, 2006b, 2007a, 2012a, 2014a).

**إجراءات التطبيق:** طبقت المقاييس على العينة في حجرات الدراسة، فوزعت المقاييس على جميع الطلبة الحاضرين، وقرئت التعليمات، ومن ثم شرح القائم بالتطبيق، الهدف من الدراسة بإيجاز، ويتعاون مع الأساتذة بالقسم، ثم جمعت المقاييس فور الانتهاء من ملئها من طرف الطلبة، وكانت عبارات المقاييس واضحة، فلم يقدم أي استفسار من جانب الطلبة. وبعض الحالات القليلة، طبقت المقاييس بالمكتبة الجامعية، على الطلبة الموجودين بمكتبة كلية العلوم الطبيعية والحياة.

**نتائج الدراسة:** من الأهمية بمكان، التعرف إلى توزيع الدرجات المرتفعة، في المقياس العربي للسعادة، في عينة الطلاب الجزائريين، فحسبت النسبة المئوية للطلاب الحاصلين على درجات تفوق المئين Percentile: 75، و 90، و 95، فكانت -على التوالي- 25,2%، و 10,8%، و 7,0% لدى الذكور، وكانت هذه النسبة 29,4%، و 12,0%، و 5,5% عند الإناث. ويبين لنا الجدول (1)، الإحصاءات الوصفية، وقيم "ت" للفروق بين متوسطات مقاييس الدراسة، ومن قراءة هذا الجدول، يتضح أن الفروق الدالة إحصائياً، توجد في أربعة مقاييس، وهي: المقياس العربي للسعادة، ومقاييس تقدير كل من: الصحة الجسمية، والصحة النفسية، والسعادة، وكان متوسط الذكور فيها أعلى من الإناث، في حين لم يكن الفرق دالاً إحصائياً في التقدير الذاتي للرضا عن الحياة، والتدين.

**الجدول (1): المتوسط (م) والانحراف المعياري (ع)، وقيمة "ت" لمقاييس البحث لدى الذكور والإناث الجزائريين**

| المتغيرات     | الذكور (ن = 286) |       | الإناث (ن = 415) |       | ت    | الدلالة |
|---------------|------------------|-------|------------------|-------|------|---------|
|               | ع                | م     | ع                | م     |      |         |
| مقياس السعادة | 10,61            | 51,35 | 9,37             | 48,86 | 3,20 | 0,001   |
| الصحة الجسمية | 2,26             | 7,26  | 2,38             | 6,79  | 2,63 | 0,009   |
| الصحة النفسية | 2,55             | 6,78  | 2,58             | 6,16  | 3,11 | 0,002   |
| تقدير السعادة | 2,34             | 6,88  | 2,44             | 6,29  | 3,20 | 0,001   |
| تقدير الرضا   | 2,61             | 6,96  | 2,53             | 6,67  | 1,46 | -       |
| تقدير التدين  | 2,29             | 6,29  | 2,17             | 6,38  | 0,55 | -       |

ويقدم الجدول (2) مصفوفة معاملات الارتباط، بين مقاييس الدراسة، لدى الطلبة الجزائريين من الجنسين. ومن ملاحظة هذا الجدول، يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً.

**الجدول (2): معاملات ارتباط "بيرسون" بين مقاييس الدراسة لدى الذكور (ن = 286؛**

**المتثل العلوي)، والإناث (ن = 415؛ المتثل السفلي) الجزائريين**

| المتغيرات        | 1       | 2       | 3       | 4       | 5       | 6       |
|------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 1- مقياس السعادة | -       | **0,334 | **0,546 | **0,602 | **0,563 | **0,304 |
| 2- الصحة الجسمية | **0,218 | -       | **0,545 | **0,452 | **0,357 | **0,361 |
| 3- الصحة النفسية | **0,557 | **0,415 | -       | **0,632 | **0,541 | **0,425 |
| 4- تقدير السعادة | **0,605 | **0,285 | **0,640 | -       | **0,620 | **0,432 |
| 5- تقدير الرضا   | **0,567 | **0,239 | **0,475 | **0,617 | -       | **0,418 |
| 6- تقدير التدين  | *0,131  | *0,112  | *0,163  | **0,140 | **0,186 | -       |

\* دال عند مستوى 0,05.

\*\* دال عند مستوى 0,01 وما بعده.

ثم حلت مصفوفة الارتباط عاملًا، لدى الجنسين مستقلين، واستخدمت طريقة تحليل المكونات الأساسية، واستخدم محك "كايزر" للعامل الدال، وهو ما كان جذره الكامن 1,0 (SPSS, 2009)، ويعرض النتيجة، الجدول (3)، ويتضح من هذا الجدول، استخراج عامل واحد لدى الجنسين مستقلين، استوعب نسبة من التباين مقدارها 56%، و 49% (بعد حذف الكسور)، لدى الذكور والإناث على التوالي، ويمكن تسمية هذا العامل لدى الجنسين: "الحياة الطيبة والتدين".

### الجدول (3): تحليل المكونات الأساسية لمعاملات الارتباط بين المقاييس

لدى الذكور (ن = 286) والإناث (ن = 415) الجزائريين

| العامل الأول |        | المقاييس      |
|--------------|--------|---------------|
| الإناث       | الذكور |               |
|              |        | مقياس السعادة |
| 0.794        | 0.753  | الصحة الجسمية |
| 0.496        | 0.660  | الصحة النفسية |
| 0.820        | 0.828  | تقدير السعادة |
| 0.850        | 0.844  | تقدير الرضا   |
| 0.782        | 0.785  | تقدير التدين  |
| 0.284        | 0.627  | الجذر الكامن  |
| 2.964        | 3.409  | % للتباين     |
| 49.393       | 56.821 |               |

### مناقشة النتائج:

تعتمد الثقة في نتائج أي دراسة، على مجموعة من الشروط، لعل من بينها - على الأقل - جانبين، وهما: العينة، والمقاييس. وفيما يختص بعينة هذه الدراسة، فهي كبيرة الحجم (ن = 701)، فضلاً عن اختيارها من جامعتين مختلفتين في الجزائر، وهما: جامعة جيلالي ليايس، بمدينة سيدي بلعباس، في غرب الجزائر، وتبعد عن البحر المتوسط بمسافة 60 كيلو متراً، في منطقة سهلية وجبلية، وجامعة قاصدي مرباح، بمدينة ورقلة، في صحراء الجزائر، وتبعد عن البحر المتوسط بمسافة 500 كيلو متراً، ينتميان إلى منطقتين جغرافيتين مختلفتين، إحداهما سهلية وجبلية، والأخرى صحراوية، وهو ما يفيد التنوع، عبر الجنسية الجزائرية. وقد ضُمت العينتان، بسبب عدم وجود فروق دالة إحصائية بينهما في كل المقاييس إلا واحداً، هو التقدير الذاتي للرضا عن الحياة، ولم يكن الفارق كبيراً.

وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية لمقاييس هذه الدراسة، ولاسيما المقياس الأساسي، وهو المقياس العربي للسعادة، فقد كان معامل ثبات ألفا، من وضع "كرونباخ"، باستخدام العينة الجزائرية، 0,87، و 0,85 لدى الذكور والإناث، على التوالي. ويعد هذان المعاملان مرتفعين، إذ تحدد مراجع القياس النفسي، أن معامل 0,7، هو بداية المعامل المقبول للمقاييس (Kline, 2000, Nunnally, 1978)، ومن الملاحظ أن هذين المعاملين يزيدان على هذا الحد، ومن ثم، يمكن القول إن المقياس العربي للسعادة يتسم بثبات داخلي مرتفع. وأما الصدق المرتبط بالمحك لهذا المقياس نفسه، فهو مرتفع كذلك؛ إذ ارتبط - في العينة الجزائرية الحالية - بالتقدير الذاتي للسعادة، بمقدار 0,602، و 0,605 لدى الذكور والإناث على التوالي، وهي معاملات دالة عند مستوى 0,001، إشارة إلى صدق هذا المقياس.

وأما مقاييس التقدير الخمسة، فمعاملات ثبات إعادة التطبيق لها مرتفعة، كما سبق توضيحه في فقرة أدوات الدراسة (تراوحت بين 0,78، و 0,88 لدى الذكور والإناث)، مع ملاحظة مهمة، مفادها أن كل مقياس تقدير منها، يشتمل على بند مفرد، وليس بنوداً عدة. وتجدر الإشارة إلى أن هذه المعاملات تشير إلى سمة، وليس إلى حالة، بسبب

ارتفاعها. كما تراوحت معاملات الصدق المرتبط بالمحك لمقاييس التقدير هذه - كما بينا - بين 0,49، و0,73، وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0,001، إشارة إلى صدق مرتفع بالمحك؛ ومن ثم يمكن القول بالثقة في نتائج هذه الدراسة، من ناحية الخصائص السيكومترية للمقاييس.

وقد تلخص الهدف الأول لهذه الدراسة، في تقدير معدلات السعادة لدى الجنسين، في هذه العينة الجزائرية، اعتماداً على المقياس العربي للسعادة. ومن مقارنة نتائج هذه الدراسة، بنتائج البحوث العربية التي استخدمت المقياس نفسه، وهي غير منشورة، ينضح أن متوسط السعادة لدى الجزائريين، الذكور أعلى من متوسطات المصريين، والأردنيين، والعراقيين، في حين أن متوسط الجزائريين - أقل من متوسطات طلاب الكويت، والسعودية. وفيما يتصل بالجزائريات، فمتوسط السعادة لديهن أقل من متوسطات عمان، والسعودية، والكويت، وأعلى من متوسطات العراق، ومصر.

وتتسق هذه النتائج، عامة، مع التقرير العالمي للسعادة، الصادر عام 2017 (Helliwell, Layard, & Sachs, 2017)، فقد حصلت بعض الدول العربية، على المواقع المرتفعة الآتية: قطر (35)، والسعودية (37)، والكويت (39)، في حين وقعت بعض الدول العربية الأخرى، في ترتيب متأخر، ومنها: الأردن (74)، ومصر (104)، والعراق (117)، مع ملاحظة أن موقع الجزائر كان رقم (53).

ومن الممكن أن يعزى ارتفاع متوسط السعادة، لدى الجزائريين، بالنسبة لبعض الدول العربية، المشار إليها أعلاه، إلى استتباب الأمن في الجزائر، بعد سنوات الإرهاب، والعنف المسلح (بين عامي 1991، و2000)، والتي سميت بال عشرية السوداء، وطويت بمصالحة وطنية شاملة، أعادة للشعب الجزائري الشعور بالأمن وراحة البال، هذا فضلاً عن العوامل الاقتصادية، المرتبطة بنمو الاقتصاد الجزائري، في مجال تصدير النفط، كما قامت الحكومة بإنشاء المساكن، ورفع أجور العمال، ودعم المشاريع الصغيرة للشباب، وإيجاد فرص عمل، وفتح باب الحوار مع الشباب.

وصيغ الهدف الثاني، لاستكشاف الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة، وأسفرت النتائج، عن ارتفاع متوسطات الذكور، ارتفاعاً دالاً إحصائياً، مقارنة بمتوسطات الإناث، في السعادة، والصحة الجسمية، والصحة النفسية، وتتفق هذه النتيجة، مع بعض النتائج العربية (انظر: عبد الخالق، 2017، عبد الخالق وزملاؤه، 2003 - Abdel - Khalek, 2006a, 2007b, 2011b, 2012a, 2012b, 2015, Baroun, 2006)

وقد يرجع انخفاض متوسط الجزائريات في السعادة، والصحة النفسية، إلى أسلوب المعاملة الوالدية، وعلى الرغم من أن الأسرة الجزائرية، تعيش نمطاً معاصراً، فلا تزال معاملة الإناث تقليدية؛ إذ تعامل الأنثى بصرامة، فهي مصدر محتمل للمشكلات، والعنصر الحساس الذي يمكن أن يهدد شرف العائلة ومقامها؛ ومن ثم يرى المربون، ضرورة الضغط عليها، حتى تشعر بالخطر (Boutefnouchet, 1984)، ويضيف مظهر (2003)، أن الأسرة الجزائرية، لا تزال تقليدية، وما زالت الممارسات التسلطية تمارس ضد الفتاة، من طرف جميع أفراد أسرتها، وهي تشعر بالتهديد، والمراقبة المستمرة لسلوكها، ويضيف "هاشيلافي" (Hachelafi, 2010)، أن نسبة الاضطرابات النفسية، مرتفعة لدى الإناث، أكثر من الذكور، في المجتمع الجزائري.

ويمكن تفسير هذه الفروق بين الجنسين - من ناحية أخرى - على أساس العلاقة بين السعادة وأحد أبعاد الشخصية، وهو العصبية، أو القلق؛ إذ يرتبطان سلباً بالسعادة، ودلت دراسات عدة، على ارتفاع القلق والعصبية لدى الإناث، مقارنة بالذكور (انظر: أيزنك، وأيزنك، 2015؛ Abdel - Khalek & Alansari, 2000, Abdel - Khalek, 2004). ولبحث الهدف الثالث في هذه الدراسة، وهو فحص العلاقات بين متغيرات الدراسة، حسب معاملات ارتباط بيرسون، وظهر أنها جميعاً دالة إحصائياً، وموجبة، لدى الجنسين كل على حدة. وتتفق هذه النتائج مع عدد كبير من الدراسات السابقة، التي أسفرت عن النتيجة نفسها (انظر: Abdel - Khalek, 2006a, Koenig et al., 2012;

(Seybold, 2007). ويمكن تفسير هذه النتائج، بأن الشخص الذي يشعر بالسعادة، من المتوقع أن يقدر حالته الجسمية، والنفسية، ورضاه عن حياته، تقديرًا مرتفعًا؛ إذ يتمتع مثل هذا الشخص، بشعور إيجابي نحو نفسه، ويتسم بمختلف المشاعر الإيجابية، وتشير هذه النتيجة كذلك، إلى التغير المصاحب Co-variation بين مختلف مكونات الحياة الطيبة، بالمعنى الواسع للمصطلح، متضمنة السعادة، بوصفها مكونًا أساسيًا للحياة الطيبة. وأخيرًا، يمكن أن تشير هذه النتائج إلى صدق المقاييس التي تقيس هذه المفاهيم.

وأما الارتباط الجوهرية الإيجابية بين مختلف متغيرات الحياة الطيبة والسعادة في جانب، والتقدير الذاتي للتدين في الجانب الآخر، فيتسق مع عدد كبير من البحوث السابقة (انظر مثلاً: Abdel – Khalek, 2011b, 2012b; Chatters, 2000; Ferriss, 2002; Hackney & Sanders, 2003; Harris, 2002; Hill & Pargament, 2003) ويذكر "سيليجمان" (2005، ص 84)، أن العلاقة السببية بين التدين، والصحة، والحياة الاجتماعية الأفضل، ليست غامضة، فالدين يعارض تعاطي المخدرات، وارتكاب الجرائم، واقتراف الخيانة، ويحث على الأفعال الحسنة، وعلى الاعتدال في السلوك، وعلى العمل الجاد، كما أن الدين يزرع الأمل، ويعطي الحياة معنى. ومن النتائج اللافتة للنظر، في الجدول (2)، أن معاملات الارتباط بين التدين وبقية المقاييس (السعادة، والحياة الطيبة)، لدى الذكور، أعلى منها عند الإناث، فكان وسيط الارتباطات 0,418، و0,140 لدى الذكور والإناث على التوالي، مع ملاحظة أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا، وموجبة، ومن الممكن أن يعني ذلك تغيرًا مصاحبًا أعلى، بين التدين وبقية المقاييس، لدى الذكور أكثر من الإناث، ومع ذلك فليس من المقبول أن نستنتج أن التدين لدى الذكور، أهم منه عند الإناث؛ لأن الفرق بين متوسط الجنسين في التدين، لم يكن دالًا إحصائيًا (انظر الجدول 1). وما يمكن أن يستخلص من هذه النتيجة فقط؛ أن علاقة التدين بالسعادة وبالحياة الطيبة، أعلى لدى الذكور عن الإناث. وتتسق هذه النتيجة -بطبيعة الحال- مع تشبع التقدير الذاتي للتدين بالعامل الوحيد؛ إذ كان مرتفعًا لدى الذكور (0,627)، ومنخفضًا عند الإناث (0,284).

وفيما يختص بالهدف الرابع لهذه الدراسة، فقد تحقق تحققًا كاملاً، فباستخدام التحليل العاملي الاستكشافي، بطريقة المكونات الأساسية، استُخرج - من معاملات الارتباط لدى الجنسين منفصلين - عامل واحد، سمي "الحياة الطيبة والتدين"، تشبعت به جميع المقاييس، تشبعت مرتفعة، باستثناء التقدير الذاتي للتدين لدى الإناث، وكانت أقل التشبعت - لدى الجنسين - للتقدير الذاتي للتدين، والصحة الجسمية.

ويمكن أن نخلص من هذه الدراسة، التي أجريت على عينة كبيرة الحجم من طلاب الجامعات الجزائرية، أن متوسط السعادة لديهم، كما قيس بالمقياس العربي للسعادة، أعلى من بعض البلاد العربية، وأقل من البلاد الخليجية. وللذكور متوسطات أعلى جوهريًا من الإناث في السعادة، والصحة الجسمية، والصحة النفسية، وكانت جميع معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة دالة إحصائيًا، وموجبة، واستُخرج عامل واحد لدى الجنسين منفصلين، سمي "الحياة الطيبة والتدين"، واعتمادًا على البيانات المستمدة من هذه العينة الجزائرية، يمكن أن نستنتج أن من يعدون أنفسهم سعداء، هم أكثر تدينًا، ولاسيما الذكور.

### المراجع:

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

أيزنك، هانز؛ وأيزنك، سيبيل (2015). اختبار أيزنك للشخصية: دليل تعليمات الصيغة العربية (للأطفال والراشدين) (ط2). ترجمة وإعداد: أحمد عبد الخالق، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

الجندي، أمسية السيد (2009). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لطلاب كلية التربية - جامعة الإسكندرية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 19، العدد 62، ص ص 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.
- سليجمان، مارتن (2005). السعادة الحقيقية: استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك من إمكانيات لحياة أكثر إنجازًا. ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء الدين كفاي، 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)، 520-503.
- عبد الخالق، أحمد (2015). مصادر السعادة لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، 3، 1-15.
- عبد الخالق، أحمد (2017). معدلات السعادة وعلاقتها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 27، العدد 95، ص ص 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)، 9-35.
- عبد الخالق، أحمد؛ والشطي، تغريد؛ والذيب، سماح؛ وعباس، سوسن؛ وأحمد، شيماء؛ والثويني، نادية؛ والسعيد، نجاه (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)، 337 - 349.
- العنزي، فريح عويد (2001). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية: دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. دراسات نفسية، 11 (3)، 351 - 377.
- الفنجري، حسن (مارس، 2006). معدلات السعادة لدى عينات مختلفة من المجتمع المصري. مؤتمر التعليم والتنمية في المجتمعات الجديدة، ص ص 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، ص ص 115 - 193.
- مظهر، سليمان (2010). نظرية المواجهة النفسية الاجتماعية: مصدر المواجهة. الجزائر: دار تالة للنشر.
- النيل، مايسة، وخميس، ماجدة (1995). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات: دراسة سيكومترية مقارنة. مجلة علم النفس، العدد 36، ص ص 22 - 40.
- هردي، 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 والاكنتاب لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموجرافية. دراسات عربية في علم النفس، 4، 945-972.
- اليوسفي، مشيرة (1989). دراسة عملية لمفهوم السعادة لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، تصدرها كلية التربية، جامعة المنيا، 3 (1)، 137 - 173.
- Abdel-Khalek, A. M. (2000). The Kuwait University Anxiety Scale: Psychometric properties. Psychological Reports, 87, 478-492.

- Abdel-Khalek, A. M. (2006a). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion and Culture*, 9, 85 – 97.
- Abdel-Khalek, A. M. (2006b). Measuring happiness with a single item scale. *Social Behavior and Personality*, 34, 139-149.
- Abdel-Khalek, A. M. (2007). Assessment of intrinsic religiosity with a single item measure in a sample of Arab Muslims. *Journal of Muslim Mental Health*, 2, 211-215.
- 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, 741-758.
- Abdel-Khalek, A. M. (2012b). Subjective well-being and religiosity: A cross-sectional study with adolescents, young and middle-age adults. *Mental Health, Religion and Culture*, 15, 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, 306-318.
- Abdel-Khalek, A. M. (2014a). Happiness, health. and religiosity: Significant associations among Lebanese adolescents. *Mental Health, Religion, and Culture* 17, 30-38.
- Abdel-Khalek, A. M. (2014b). Religiosity, health, and happiness: Significant relations in adolescents from Qatar. *International Journal of Social Psychiatry*, 60, 656 – 661.
- Abdel-Khalek, A. M. (2015). Happiness, health, and religiosity among Lebanese young adults. *Cogent Psychology*, 2: 1035927
- Abdel-Khalek, A. M. , & Alansari, B. M. (2004). Gender differences in anxiety among undergraduates from ten Arab countries. *Social Behavior and Personality*, 32, 649-655.
- Abdel-Khalek, A. M. , & Naceur, F. (2007). Religiosity and its association with positive and negative emotions among college students from Algeria. *Mental Health, Religion and Culture* 10, 159-170.
- Argyle, M. (2000). *Psychology of religion: An introduction*. London: Routledge.
- Argyle, M. (2002). *The psychology of happiness* (2<sup>nd</sup> 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, 717-722.
- Boutefnouchet, M. (1987). *Système social et changement social en Algérie*. Alger: Office Des Publications Universitaires.
- 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*, 21,335-367.
- Cummins, R. A. (1998). The second approximation to an international standard for life satisfaction. *Social Indicators Research*, 43, 307-334.
- 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.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluation of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Emmons, R. A., & Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54, 377-402.
- Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 3, 199-215.
- Galton, F. (1872). Statistical inquiries into the efficacy of prayer. *Fortnightly Review*, 12, 125-135.
- Hachelafi, H. (2010). *Violence en secteur social – etude sur secteur de la santé*. Oran; Algeria: Dar El – Ghareeb.
- 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, 43-55.
- Hall, G. S. (1882). The moral and religious training of children *The Princeton Review*, 9, 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.
- Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J. (2017). World happiness report 2017, update (Vol. 1). New York: Sustainable Development Solutions Network. [www.http://worldhappiness.report/#happiness2017](http://worldhappiness.report/#happiness2017).
- <http://dx.doi.org/10.1080/23311908.2015.1035927>.
- 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, 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, 184-189.
- Kline, P. (2000). *Handbook of psychological testing*. (2<sup>nd</sup> ed.) London: Routledge.
- Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. (2012). *Handbook of religion and health*. (2<sup>nd</sup> ed). New York: Oxford University Press.
- Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y. Y., & Ju, L. S. (1997). Personal and environmental correlates of happiness. *Personality and Individual Differences*, 23, 453-462.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd edition). San Francisco: Jossey-Bass.
- Paloutzian, R. F. (2016). *Invitation to the psychology of religion* (3<sup>rd</sup> 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, 216 – 217.
- Spilka, B., Hood Jr. R.W., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach* (3<sup>rd</sup> 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.
- Tiliouine, H., & Belgoumidi, A. (2009). An exploratory study of religiosity, meaning in life and subjective wellbeing in Muslim students from Algeria. *Applied Research in Quality of Life*, 4, 109 – 127.
- Tsou, M. W., & Liu, J. T. (2001). *Happiness and domain satisfaction in Taiwan*. Tamkang University.
- Veenhoven, R. (2001). Are the Russians as unhappy as they say they are? *Journal of Happiness Studies*, 2, 111-136.
- Veenhoven, R. (2003). Happiness. *The Psychologist*, 16, 128 – 129.
- Veenhoven, R. (2011). *World Database of Happiness*, Erasmus University Rotterdam, The Netherlands, <http://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.
- Watson, D. (2002). Positive affectivity: The disposition to experience positive emotional states. In C. R. Snyder & S. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 106 – 119). New York: Oxford University Press.
- Wills, E. (2009). Spirituality and subjective well-being: Evidences for a new domain in the personal well-being index. *Journal of Happiness Studies*, 10, 49-69.
- World Health Organization (2014). *Mental health: A state of well – being*. <http://www.who.int/features/factfiles/mentalhealth/en>.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of religion: Classic and contemporary* (2nd ed.). New York: Wiley.