

القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة

مريم الزيادات^(١)

أحمد الشريطين^(٢)

تاريخ تسلّم البحث: ٢٠١٨/٨/٨م

تاريخ قبوله للنشر: ٢٠١٨/١٢/٣٠م

ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة. تألفت عينة الدراسة من (٢٥٠) مراهقاً ومراهقة تم اختيارهم عشوائياً من طلبة مدارس مديرية قصبة إربد خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨م ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية بشكل عام، ومقياس إكسפורد للسعادة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية ومستوى السعادة لدى المراهقين كان متوسطاً، وقد أسهمت جميع المتغيرات المُتنبئة (الاستقلالية، والكفاءة، والارتباط) إسهاماً ذا دلالة إحصائية في تفسير التباين في مستوى السعادة لدى العينة ككل، فقد فسّرت مجتمعة ما نسبته ٢٠.٠% وكانت النسبة الأعلى لبعده الارتباط، في حين فسّر بعد الارتباط ما نسبته ٣٦.١% من السعادة لدى الذكور، وفسر ما نسبته ٨.٨% من السعادة لدى الإناث. وفي ضوء ذلك تم استخلاص معادلة تحليل الانحدار الخطي المعيارية التي يمكن بواسطتها التنبؤ بمستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة. وقد أوصت الدراسة بعقد برامج إرشادية وتوعوية من أجل توعية الطلبة وأولياء الأمور بأهمية إشباع الحاجات النفسية الأساسية وارتباطها بالنمو النفسي السليم مستقبلاً.

الكلمات المفتاحية: القدرة التنبؤية، الحاجات النفسية الأساسية، السعادة، المراهقة المتأخرة.

Abstract

This study aimed at exploring the prediction capability of the basic psychological needs satisfaction in happiness among students in late adolescence. The sample of the study consisted of (250) students in late adolescence who were chosen by the Stratified Random Method from Irbid schools through the first semester 2017-2018. To achieve the aims of this study, the Satisfaction of Basic and Psychological Needs Scale and Oxford Scale for Happiness were used. The results showed that the levels of basic psychological

(١) الجامعة الأردنية.

(٢) جامعة اليرموك.

needs satisfaction and happiness were moderate among students in late adolescence. Furthermore, it showed that all predictable variables (Autonomy, Competence, and Relatedness) have a significant contribution (20%) in explaining the variance in happiness level. And relatedness reached the highest percentage (36.1%) among males, and (8.8%) among femals. In accordance to the previous, analyzing linear regression formul were achieved. This study recommended holding counseling, awareness programs in order to aware students and their parents about the importance of satisfying basic psychological needs and its relationship with proper psychological development in the future.

Keywords: Predictability, Basic Psychological Needs, Happiness, late adolescence.

المقدمة والخلفية النظرية.

تشهد مرحلة المراهقة العديد من التغيرات الجسمية والمعرفية والنفسية والاجتماعية، إضافة إلى تغيرات في طبيعة الدور، الأمر الذي قد يؤدي إلى فقدان التوازن في حياة المراهق، ويحتاج المراهق باستمرار إلى إشباع حاجاته النفسية الأساسية كالأستقلالية والكفاءة والارتباط. فإذا ما تم إشباعها من خلال الأسرة والمدرسة وغيرها فإن الفرد سيشعر عندها بالاتزان النفسي والسعادة. تُعد المراهقة المتأخرة التي تمتد في العمر بين (١٥-١٩) سنة مرحلة انتقالية حرجة بين الطفولة والرشد يواجه خلالها المراهق تحديات نمائية نفسية مختلفة مثل: الانتقال من الاعتماد على الوالدين إلى الأستقلالية والتنظيم الذاتي؛ إذ يبدأ خلالها المراهق بتذويت واكتساب معايير وممارسات محددة توجه تصرفاته، كما يبدأ في بناء علاقات أكثر ديمومة مع الأسرة والأشخاص المهمين في حياته (Leversen, Danielsen, Birkeland & Samdal, 2012; United Nations Children Fund (UNICEF), 2011). وتشير العلوم النفسية إلى المراهقة كفترة عاصفة وضاعطة يحاول خلالها المراهق توظيف سلسلة من الأساليب التكيفية النفسية، الجسمية، الانفعالية والاجتماعية لتحقيق وإعادة الاتزان الذاتي (Datu & Mateo, 2012).

لذلك تبرز الحاجة إلى تمكين المراهقين نفسياً ليحققوا الاتزان والنمو النفسي السوي، وهذا يتطلب مراعاة الأسس النفسية لرعاية المراهقين، والعمل على إشباع حاجاتهم النفسية التي تؤدي إلى نمو الأنا بطريقة إيجابية تضمن قيامها بالأدوار المتوقعة مستقبلاً وبشكل متزن، وتتمثل الأسس النفسية في رعاية المراهقين بما يلي: تنمية الثقة بالنفس لدى المراهق، ومساعدته على التغلب على المخاوف المكتسبة في الماضي أو تلك المرتبطة بالمرحلة الحالية، وتهيئة المناخ الأسري السوي، وتنمية الميول والاهتمامات

من خلال ممارسة الأنشطة الترفيهية، وأيضاً تعزيز الاستقلالية والاعتماد على الذات (Schniering, Hudson & Rapee, 2000).

وتشير نظرية تقرير المصير الذاتي (Self-determination Theory (STD) إلى أن الإنسان بطبيعته مبادر، ونشط، ولديه ميل تجاه النمو، والأداء الكامل، والسيطرة على القوى والمؤثرات الداخلية والخارجية. وتفترض وجود ثلاث حاجات نفسية فطرية أساسية وعالمية يجب إشباعها جميعاً بكافة الأعمار كي يتمكن الفرد من الوصول إلى النمو الصحي الآمن، والتكامل، والحياة النفسية الهانئة. وهذه الحاجات هي: الكفاءة؛ والتي تتضمن الشعور بالقدرة على استكشاف البيئة والسيطرة عليها. حاجة الارتباط؛ والتي تتضمن الشعور بالإنتماء، والتواصل، وتطوير العلاقات المُقرّبة الدائمة مع الآخرين، وبناء روابط التعلق الآمن، وكذلك أن يكون الفرد مُتفهماً من قبل الآخرين. حاجة الاستقلالية؛ وهي الحكم والسيطرة الذاتية و بعبارة أخرى هي مدى شعور الفرد أنه هو من يوجه ويتحكم بتصرفاته (Deci & Vansteenkiste, 2004; Demir & Ozdemir, 2010; Downie, Mageau & Koestner, 2008).

وتتضمن نظرية تقرير المصير الذاتي ثلاثة إفتراضات هي: أولاً؛ أن الإنسان مبادر بالفطرة أي لديه إمكانية التصرف، والسيطرة على القوى الداخلية (الحوافز أو المحركات، والانفعالات)، والقوى الخارجية (العوامل البيئية التي يواجهها) بدلاً من كونه مُسيطر عليه سلبياً من خلال هذه القوى. ثانياً؛ إن الإنسان كنظام منظم ذاتياً وموجه نحو التطور، والأداء المتكامل، والصحة، والاتخراط في بيئته الداخلية والخارجية بطرق تُسهل حصول النتائج الإيجابية. وثالثاً؛ بالرغم من أن النمو النشط يعد فطرياً في الإنسان إلا أنه لا يعمل تلقائياً. وبالتالي لتحقيق ذلك فإنه يحتاج إلى التغذية والظروف المناسبة والداعمة من البيئة الاجتماعية. وفي حال تم إعاقة النمو نتيجة للبيئة المسيطرة والرافضة ستحصل النتائج السلبية وغير المرغوبة (Deci & Vansteenkiste, 2004).

تتصف الحاجات النفسية الأساسية (الكفاءة، والاستقلالية، والارتباط) بالتكامل والتداخل فيما بينها ويتم إشباعها ضمن السياق الاجتماعي الذي يزود الفرد بالبيئة المناسبة لذلك. فقد وجد أن المراهقين يتجهون نحو المواقف التي تسمح بإرضاء الحاجات، ويتعدون عن تلك المحبطة لها. وتشير الأبحاث في هذا المجال إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الاستقلالية، والارتباط بالوالدين لدى المراهقين (Patrick, Knee, Canevello & Lonsbary, 2007)؛ فعندما يكون لدى المراهق علاقات داعمة قوية مع الوالدين فإنه يبدأ بالتفرد، ويصبح مُنظماً ذاتياً وأكثر استقلالية (Vansteekist, Ryan & Deci, 2008)، إضافة لذلك فقد استنتج الباحثان أن الاستقلالية يجب أن ترتبط بالكفاءة والتي بدورها تتطلب وجود

علاقات داعمة ومُهتمة لإشباعها (Chirkov, Ryan, Kim & Kaplan, 2003; Vansteekist, Ryan & Deci, 2008).

وفي هذا الإطار أيضاً يرى علم النفس الايجابي أن الناس مبادرين بالفطرة بمعنى أن لديهم الإمكانية للسيطرة على قواهم الداخلية والخارجية التي يواجهونها، كما أنهم يعتبرون انظمة موجهة ومنظمة ذاتياً بمعنى أن لديهم ميل فطري نحو التطور والتكامل وليس فقط هم نتاج التعلم الاجتماعي أو البرمجة إنما موجهون نحو النمو والصحة والانخراط في البيئة الداخلية والخارجية (Deci & Vansteenkiste, 2004).

وينتج عن إشباع الحاجات النفسية الأساسية عددٌ من النتائج المرغوبة مثل: السلوك الاجتماعي، والإلتزام الاخلاقي، والإنجاز، وتقدير الذات المرتفع (Damon, Menon & Bronk, 2003)، والحياة الهانئة الذاتية أو السعادة (Chen, Vansteenkiste., Beyers., Boone., Deci., Kaap-Deeder., Duriez, & Verstuyf, 2015; Datu & Mateo, 2012; Downie, Mageau & Koestner, 2008).

وتعد السعادة مفهوماً مهماً في علم النفس الايجابي - من مؤسسيه العالم سيلجمان Seligman - والذي شجع العديد من الباحثين على فحص قضايا تهتم بالقوى البشرية والنتائج الايجابية. ولقد حاول الباحثان في علم النفس الايجابي العمل على تحديد العوامل الاجتماعية والشخصية التي تُغذي قوى الفرد وفضائلهم وتطورهم، كما أن علم النفس الايجابي إهتم بفحص العوامل التي تعزز قدرات الفرد وتطوره وحياته الهانئة (Deci & Vansteenkiste, 2004).

وهناك العديد من النظريات التي تناولت الحاجات النفسية، ومن هذه النظريات: نظرية موراي (Murray) والذي يرى بأن الحاجة مفهوم افتراضي مبني على أساس فلسفي، فالحاجة ترفع من مستوى التوتر لدى الفرد، وهي تستثار بسبب عوامل داخلية أو مثيرات خارجية، وقد وضع قائمة تتضمن عشرين حاجة منها: الانجاز، والعدوان، والاستقلال الذاتي، والسيطرة للعب وغيرها. وقد حدد موراي أنماطاً للحاجات كالحاجات الأولية والحاجات الثانوية، الحاجات الظاهرة والحاجات الباطنة، وكذلك الحاجات المتمركزة والحاجات المنتشرة، وحاجات الأداء، وحاجات النفع، وأيضاً حاجات الكمال. ويرى موراي أن الحاجات لا تعمل بمعزل عن بعضها البعض، وقد يكون هناك تدرج لهذه الحاجات (Meehl, 1992).

في حين صنف ماسلو (Maslow) الحاجات وفق تسلسل هرمي، ويرى بأن الفرد مدفوع لإشباع هذه الحاجات، وقد تم تعديل هرم ماسلو بحيث يشمل الحاجات الآتية: الحاجات

الفيولوجية كالماء والهواء، والحاجة إلى الأمن، والحاجة إلى الحب والانتماء، والحاجة إلى التقدير والاحترام، والحاجات المعرفية (Cognitive)، والحاجات الجمالية (Aesthetic)، والحاجة إلى تحقيق الذات (Self-actualization)، والحاجة إلى السمو الذاتي (Self-transcendence). ويرى ماسلو أن الحاجات تتدرج في قوتها وسيطرتها، فلا بد من اشباع الحاجات وفق تسلسلها الهرمي ابتداءً من الحاجات الفسيولوجية (Citation, 2007). أما روجرز (Rogers) فيرى أن الحاجة الأساسية لدى الفرد هي الحاجة إلى تحقيق الذات، ويرى أن الناس جديرون بالثقة، ولديهم القدرة لفهم أنفسهم وحل مشكلاتهم دون تدخل، وقادرون على إدارة نموهم وارتقائهم إذا توفر لهم نوع معين من العلاقة (Hall., Lindzey, & Campbell, 2004). أما مورفي (Murphy) فيرى أن الحاجة هي نقطة البداية لإثارة دافعية الفرد وتحفيز طاقاته، وهذا يدفعه إلى العمل على اشباعها وقد صنف مورفي الحاجات إلى: الحاجة إلى التقدير، والحاجة إلى الإرشاد والتوجيه، والحاجة إلى الاستقلال، والحاجة إلى العمل، والحاجات الاجتماعية، والحاجة إلى الأمن والاستقرار، والحاجة إلى الحب والعطف، والحاجة إلى السلطة، والحاجة إلى الانتماء، وقد ميز مورفي بين الحاجات البيولوجية والحاجات الاجتماعية.

وتشير مراجعة أدب الموضوع إلى اختلاف مستويات السعادة عبر الوقت والمواقف متأثرة في الحاجات المحددة، والمهام، والتوقعات الاجتماعية. فقد دلت الأبحاث التي أجريت على المراهقين باختلاف معنى ومستويات السعادة عبر فترات المراهقة؛ ففي إحدى الدراسات تبين أن الأفراد في مرحلة المراهقة المبكرة (11-13) عاماً قد حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس السعادة مقارنة بالمشاركين بمرحلة المراهقة المتأخرة (Clark- Lempers, Jacques & Ho, 1991)، وبعبارة أخرى يميل اليافعون إلى ربط السعادة مع عناصر المستقبل كالإثارة إلا أنهم عندما يكبرون يميلون أكثر لربط السعادة بعوامل الحاضر خاصة السلام الداخلي (Mogilner, Kamvar & Aaker, 2011).

وتُعرّف السعادة بأنها التقييم المعرفي، والوجداني لحياة الفرد وتتضمن: الرضا الكلي عن الحياة، والوجدان الإيجابي، وغياب الوجدان السلبي (Demir & Davidson, 2012; Demir, & Ozdemir, 2013; Hassenzahl, Eckoldt, Diefenbach, Laschke, Lenz, & Kim, 2010)، كما يعرفها ريان (Ryan, 2009) بأنها الأداء الكامل والحيوي للفرد. ويعرف دينر ورفاقه (Diener, 1999) السعادة بأنها تجمع بين عنصرين هما: العنصر الوجداني (انخفاض الحالات المنكررة من الوجدان السلبي وتكرار حالات الوجدان الإيجابي)، والعنصر المعرفي (مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة). ومن هنا فإن معنى السعادة هو حكم ذاتي إلى حد بعيد (Mogilner, Kamvar & Aaker, 2011).

(Aaker, 2011). وعليه فإنه يمكن اعتبار السعادة بأنها حالة عقلية معرفية تتسم بالإيجابية وتتضمن الرضا والحب والمنفعة، والسرور، ويكون هذا الشعور موجهاً لذات الفرد والآخرين. ويرى داينر (Tay & Diener, 2011) أن السعادة تتميز بعدد من الخصائص، وهي: الخبرة الذاتية، والقياسات الإيجابية والتقييم الشامل. فالخبرة الذاتية تنبثق من داخل الفرد، وهذا يعني أن العوامل الذاتية هي الأكثر تأثيراً في شعور الفرد بالسعادة، أما القياسات الإيجابية؛ وهي تتضمن طبيعة العلاقة بين العوامل السلبية والعوامل الإيجابية التي يتعرض لها الفرد، حيث أن وجود أحد هذه العوامل يبطل فاعلية العامل الآخر. ويتناول التقييم الشامل، كافة جوانب الحياة، بمعنى أن قياس السعادة يشتمل على كافة جوانب شخصية الفرد.

يعد تحقيق السعادة هدفاً مهماً للأفراد، لذلك فإن المراهقين يتعلمون حول عالمهم وأنفسهم من خلال اكتشاف ما يجعلهم سعداء، ويوجد دليل على أن الناس السعداء ربما يخلقون لأنفسهم عدداً أكبر من الأحداث المفضلة، وتفكيراً أكثر ايجابية تجاه أنفسهم، ولديهم ضبط ذاتي أكثر، وثقة بأنفسهم، ويؤمنون بالخبرات في حياتهم، ويميلون ليكونوا أقل تأثراً بمزاجهم (Lyubomirsky & Tucker, 1998)، فالفرد السعيد هو القادر على العمل، والإنتاج، وتحقيق التوافق مع الذات والآخرين.

وقد حاولت العديد من النظريات تفسير السعادة، ومن هذه النظريات: نظرية الهدف، وترى هذه النظرية أن الفرد يشعر بالسعادة عندما يحقق أهدافه التي يسعى إليها، ويدرك حقيقتها، وأهميتها بالنسبة له، وعليه فإن مستوى الشعور بالسعادة يختلف بين الأفراد باختلاف مستوى تحقيقهم لأهدافهم. أما نظرية المقارنات الاجتماعية؛ فترى أن الفرد غالباً ما يقارن نفسه بغيره في محيطه الاجتماعي، وهو يشعر بالسعادة إذا كانت ظروفه أفضل من ظروف غيره في نفس المحيط (Emmons, 1986). في حين تفسر نظرية النشاط السعادة في ضوء قيام الفرد بأداء الأنشطة المفضلة لديه شريطة أن لا يكون النشاط سهلاً للغاية لأن ذلك سيصيب الفرد بالملل، في حين يكون النشاط أكثر متعة حين ينطوي على تحدٍ ينسجم مع قدرات الفرد وإمكاناته (Csikszentmihaly & Figuwski, 1982). وأخيراً تشير نظرية التكيف أن السعادة تعتمد على مستوى تكيف الفرد مع المستجدات المحيطة به، فعندما يتكيف الفرد بسهولة مع الظروف المحيطة يكون أكثر سعادة مقارنة بغيره من الأفراد ممن لا يستطيعون التكيف بسهولة أو يواجهون صعوبات في عملية التكيف.

ولقد اهتمت الدراسات مؤخراً بالعملية التي تكمن وراء الشعور بالسعادة من حيث أسبابها وديمومتها (Lyubomirsky & Tukur, 1998). حيث تم فحص دور أهداف الفرد، والحاجات النفسية الأساسية،

وطرق التكيف وغيرها في تحقيق السعادة (Diener, et al., 1999). ومع ذلك فالكثير من التباين في السعادة خاصة خلال سنوات المراهقة المتأخرة ما زال غير واضح (Uusitalo – Malmivaara, 2014)، وينفس الوقت يوجد القليل من الأبحاث التي ركزت على العوامل المساهمة والمُعززة للسعادة خاصة في مرحلة المراهقة المتأخرة (Telef & Furlong, 2017; Sheldon & Lyubomirsky, 2006).

مشكلة الدراسة وأسئلتها.

وتشير مراجعة أدب الموضوع إلى أهمية اشباع الحاجات النفسية الأساسية (الاستقلالية، والكفاءة، والارتباط) في مرحلة المراهقة وذلك للوصول إلى المستوى الملائم من النمو الاجتماعي والمعرفي (Ryan & Deci, 2000; Telef & Furlong, 2017). والتي بدورها تسهم في شعور الفرد بالسعادة والحياة الهانئة (Schueller & Seligman, 2010; Tay & Diener, 2011). ومع ما تشير إليه الدراسات السابقة من وجود ارتباطات إيجابية بين اشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة؛ فقد وجد أن اشباع الحاجات النفسية الأساسية يعد مؤشراً قوياً للسعادة (Demir & Davidson, 2012; Demir & Ozdemir, 2010; Patrick, et al., 2007; Chirkov, et al., 2003; Reis, Sheldon, Gable, Roscoe & Ryan, 2000; Sheldon & Lyubomirsky, 2006; Vansteekiste, Ryan & Deci, 2008; Wei, Shaffer, Young & Ozakalik, 2005). إلا أنه لا تزال هناك حاجة لفحص العلاقة بين اشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة (Chaplin, 2009; Holder & Coleman, 2009) وخاصة في البيئة العربية والمحلية في حدود علم الباحثين. ومن هنا تأتي الدراسة الحالية للإسهام في التعرف على العلاقة بين اشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة. وتتلخص مشكلة الدراسة بالسؤال الرئيس الآتي: ما القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة؟

اسئلة الدراسة.

- ١- ما مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة في ضوء متغير الجنس؟
- ٢- ما مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة في ضوء متغير الجنس؟
- ٣- ما القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية في مستوى السعادة لدى الطلبة

في مرحلة المراهقة المتأخرة؟

٤- هل تختلف القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية في مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة باختلاف الجنس؟

أهداف الدراسة.

هدفت الدراسة إلى ما يأتي:

- الكشف عن مستوى إشباع الحاجات الأساسية ومستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة.
- الكشف عن القدرة التنبؤية لكل بُعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، في مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة.
- الكشف عن مدى الاختلاف في القدرة التنبؤية لكل بُعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، في مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة باختلاف الجنس.

أهمية الدراسة.

تتبع أهمية الدراسة الحالية من بعدين: نظري وتطبيقي؛ إذ هدفت إلى فحص علاقة الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة.

وتكمن الأهمية النظرية للدراسة في تناولها لمفهوم رئيس في علم النفس الإيجابي وهو السعادة التي لها ارتباط وثيق بالتكيف الإيجابي للفرد والنمو النفسي السليم وتخطي صعوبات مرحلة المراهقة المتأخرة وتلبية متطلباتها وعلاقة ذلك بالحاجات النفسية الأساسية التي تسهم بشكل خاص في السعادة والنمو النفسي وذلك خلال مرحلة المراهقة المتأخرة.

إضافة إلى أن الدراسة تتناول مرحلة نمائية مهمة وهي مرحلة المراهقة والذي يلعب التكيف خلالها دور مهم في مستوى تكيف وسعادة المراهق في مرحلته الراهنة وفي المراحل النمائية اللاحقة. مما يسهل بدوره في معرفة أهم العوامل التي تسهم في السعادة وبالتالي توفر مادة علمية تحتوي على المعلومات النفسية والعلمية التي يمكن أن تثري المكتبة الأردنية.

أما فيما يتعلق بالبعد التطبيقي فتُعد الدراسة الحالية من الدراسات النادرة في البيئة العربية، والمحلية والتي تناولت علاقة الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة - في حدود ما توصل إليه الباحثان - وهذا يُسهم في فتح المجال لدراسات مستفيضة، ووضع

برامج وقائية، وعلاجية في هذا السياق، وإثراء البرامج الأكاديمية بالأنشطة والتحديات الأكاديمية الإيجابية لتمكين الطالب المراهق من اشباع الحاجات النفسية الأساسية ضمن هذا الإطار، وكذلك رفع مستوى تكيفه وسعادته.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية.

الحاجات النفسية الأساسية: الحاجة هي شعور بالحرمان يلح على الفرد؛ مما يدفعه إلى القيام بما يساعده للقضاء على هذا الشعور لإشباع حاجته. وإشباع الحاجات النفسية من المتطلبات الضرورية لتحقيق النمو والتكامل والصحة (Reis, et al., 2000). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الحاجات النفسية الأساسية بشكل عام المستخدم لأغراض الدراسة الحالية.

السعادة: هي التقييم المعرفي والوجداني لحياة الفرد وتتضمن الرضا عن الحياة ككل، والوجدان الإيجابي، وغياب الوجدان السلبي (Demir & Davidson, 2012; Demir & Ozdemir, 2010; Hassenzahl, et al., 2013). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس اكسفورد للسعادة المستخدم لأغراض الدراسة الحالية.

القدرة التنبؤية: استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتغيرات للكشف عن قدرة بعض المتغيرات المتنبئة على تفسير التباين في متغيرٍ متنبئٍ به، وفي هذه الدراسة فقد كانت المتغيرات المتنبئة (أبعاد مقياس الحاجات النفسية الأساسية) أما المتغير (التابع) المتنبأ به فكان السعادة.

الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة: هي طلبة الصف العاشر والحادي عشر في مدارس مديرية تربية قصبه إربد، محافظة إربد، المملكة الأردنية الهاشمية.

حدود ومحددات الدراسة.

حدود الدراسة.

الحدود المكانية: تحدد الإطار المكاني للبحث في المدارس الثانوية بقصبه إربد بالمملكة الأردنية الهاشمية.

الحدود الزمنية: ارتبطت الحدود الزمنية بفترة إجراء البحث من أيار/ ٢٠١٧م ولغاية شباط/ ٢٠١٨م.
الحدود البشرية: تتحدد هذه الدراسة ونتائجها بأفراد الدراسة الذين تم تطبيق أدوات الدراسة عليهم وهم عينة اختبرت بالطريقة العشوائية من طلبة الصف العاشر والحادي عشر في مرحلة المراهقة المتأخرة في مديرية تربية قصبه إربد.

محددات الدراسة.

- تحددت نتائج الدراسة بالأدوات التي طبقت وهي: مقياس للتعرف إلى مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية، ومقياس لقياس مستوى السعادة لدى طلبة مرحلة المراهقة المتأخرة، وما تتمتع به هذه الأدوات من خصائص سيكومترية.
- تحددت نتائج الدراسة في ضوء المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في هذه الدراسة وما تتضمنه من مجالات وأبعاد مختلفة.
- تتحدد نتائج الدراسة بالمنهجية المستخدمة، وهي دراسة تنبؤية من نوع الدراسات الارتباطية.

الدراسات السابقة.

يتضمن هذا الجزء عرض الدراسات السابقة والمتوفرة في أدب الموضوع والتي بحثت العلاقة بين اشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة وذلك لدى عينات دراسية متنوعة. والتي عرضها من الأحدث إلى الأقدم.

أجرى ديمرواوزديمير (Demir & Ozdemir, 2010) دراستين هدفنا إلى فحص اشباع الحاجات النفسية الأساسية كوسيط للعلاقة بين نوعية الصداقة والسعادة. تألفت عينة الدراسة الأولى من (٤٢٤) مشاركاً من طلبة الكلية في جامعة المنتصف الغربي. تم استخدام مقياس تقدير الصداقات الأفضل، ومقياس نوعية الصداقة الأفضل، ومقياس اشباع الحاجات النفسية الأساسية، ومقياس السعادة. أشارت نتائج الدراسة إلى ارتباط اشباع الحاجات النفسية مع السعادة. تألفت عينة الدراسة الثانية من (١٧٦) مشاركاً من طلبة الكلية في جامعة المنتصف الغربي. تم استخدام نفس المقاييس في الدراسة الأولى. دعمت نتائج الدراسة الثانية نتائج الدراسة الأولى، كما أشارت إلى أن إشباع الحاجات النفسية الأساسية في الصداقات المُقربة يتوسط العلاقة بين نوعية الصداقات والسعادة.

وأجرى هويل وتشينوت وهل وهويل (Howell, Chenot, Hill & Howell, 2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن السعادة اللحظية كوظيفة للإشباع اللحظي للحاجات النفسية. تألفت عينة الدراسة من (١٤٤) مشاركاً من طلبة علم النفس بمرحلة البكالوريوس في جامعة جنوب أمريكا الحكومية. تم استخدام مقياس الرضا عن الحياة والسعادة والمسح اليومي والمفكرة اليومية لـ ١٨ ساعة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن التقدير ساعة بساعة لإشباع الحاجات النفسية الأساسية ارتبط مع السعادة اللحظية مع وجود فروق فردية بذلك حيث ارتبط الارتباط والاستقلالية ايجابياً مع السعادة بينما ارتبطت الكفاءة سلبياً مع السعادة.

وأجرى ديمر ودافيدسون (Demir & Davidson, 2012) دراسة هدفت إلى فحص دور الاهتمام المدرك وإرضاء الحاجات النفسية الأساسية في الصداقات المفضلة من نفس الجنس في السعادة لدى الرجال والنساء. تألفت عينة الدراسة من (٤.٣٨٢) مشاركاً من جامعة الجنوب الغربي في أمريكا. تم استخدام مقياس تقدير الصداقات الأفضل، ومقياس الاهتمام المدرك، ومقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، ومقياس السعادة. أشارت نتائج الدراسة إلى أنه على الرغم من أن جميع متغيرات الصداقة ارتبطت إيجابياً مع السعادة بدرجات متنوعة إلا أن إشباع الحاجات النفسية الأساسية ظهر ليكون المتنبئ الأقوى بالسعادة. كما أشارت النتائج إلى أن إشباع حاجة الكفاءة هو الأكثر أهمية بين الحاجات النفسية الأساسية في التنبؤ بالسعادة.

أجرى تشين ورفاقه (Chen, et al., 2015) دراستين هدفنا إلى فحص فيما إذا كان إشباع وإحباط الحاجات النفسية الأساسية يرتبط بالحياة الهانئة الذاتية (السعادة). تألفت عينة الدراسة الأولى من (٦٨٥) مشاركاً بمرحلة المراهقة المتأخرة، متوسط أعمارهم (١٧) عاماً من الصين وبلجيكا. تم استخدام مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، ومقياس تقييم الحاجة، ومقياس الحياة النفسية الهانئة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن الاستقلالية والكفاءة ترتبط مع الحياة الهانئة (السعادة). وتألفت عينة الدراسة الثانية من (١٠٥١) مشاركاً متوسط أعمارهم (٢٠) عاماً من جنسيات متنوعة من الصين وبلجيكا وأمريكا والبيرو. تم استخدام مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، ومقياس تقييم الحاجة، ومقياس الحياة النفسية الهانئة. أشارت نتيجة الدراسة إلى أن إشباع كل حاجة قد ساهم بشكل متفرد في التنبؤ في الحياة الهانئة الذاتية (السعادة).

وتتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة المتوفرة في أدب الموضوع بأنها تناولت الهدف الأساسي وهو القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة إلا أنها تميزت بأنها استخدمت عينة مناسبة وأجريت على طلبة المدارس في مرحلة المراهقة المتأخرة في الأردن مقارنة بعينات الدراسات السابقة والذي كان من النادر توفره في الدراسات السابقة في حدود علم الباحثين مما قد يشكل إضافة علمية جديدة على صعيد البحث العربي والأردني خاصة لدى طلبة المدارس بمرحلة المراهقة المتأخرة.

وكما يتبين من مراجعة أدب الموضوع فإن معظم الدراسات المتوفرة والتي فحصت القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة وعلاقتها ببعضها البعض قد أجريت على طلبة الكلية والراشدين وفي المجتمع الغربي. وفي هذه الدراسة زدنا امتداد هذه النتائج والذي يتوقع أن يسهم في الأدب المتعلق بإشباع الحاجات النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة والسعادة خاصة في البيئة

العربية والمحلية وذلك من خلال فحص هذه الارتباطات.

الطريقة والإجراءات.

منهجية الدراسة.

تعد الدراسة الحالية تنبؤية من نوع الدراسات الارتباطية، حيث تهدف إلى التعرف على العلاقات بين المتغيرات من أجل الوصول إلى فهم معمق للسعادة، وليس مجرد وصفها؛ فهي تتقصى فيما إذا كانت التغيرات في المتغيرات المستقلة المتنبئة (أبعاد مقياس الحاجات النفسية الأساسية) تقترن بتغيرات في السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة (المتغير التابع) المتنبأ به.

مجتمع الدراسة.

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الصف العاشر والحادي عشر في المدارس التابعة لمديرية تربية لواء قصبه اربد خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨م، والبالغ عددهم كما تشير سجلات مديرية التربية والتعليم لقصبه اربد الى (١٦٦٨٤) طالباً وطالبة، (٨٠٠٨) طالباً، و(٨٦٧٦) طالبة.

عينة الدراسة.

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية العنقودية، حيث شملت عينة الدراسة (٦) مدارس. وتم اختيار بعض الشعب في كل مدرسة حيث بلغ عدد الشعب التي تم اختيارها (١٠) شعب. يبين الجدول (١) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير الجنس.

الجدول (١):

توزيع مجتمع الدراسة وأفراد عينتها وفق متغير الجنس، والمدرسة والشعب.

المجتمع	العدد	العينة	العدد	مدارس العينة	العدد	الشعب
ذكور	٨٠٠٨	ذكور	١٢٨	ذكور	٣	٥
إناث	٨٦٧٦	إناث	١٢٢	إناث	٣	٥
المجموع	١٦٦٨٤	المجموع	٢٥٠	المجموع	٦	١٠

أدوات الدراسة.

مقياس اشباع الحاجات النفسية الأساسية بشكل عام.

تم استخدام مقياس اشباع الحاجات النفسية الأساسية بشكل عام الذي أعده جونسون وفييني (Johnston & Finney, 2010). وقد تكون المقياس بصورته الأصلية من (٢١) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: الاستقلالية، والكفاءة، والارتباط. ويستجيب المفحوص على المقياس وفق تدرج خماسي، وبذلك كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية. ويتمتع المقياس بصورته الأصلية بخصائص سيكومترية مناسبة وقد تم التحقق من خصائصه السيكومترية بأكثر من دراسة، حيث تم إجراء التحليل العاملي والذي أشارت نتائجه إلى أحادية البعد للمقياس ووجود ثلاثة أبعاد، كما تم التحقق من ثبات الإعادة وثبات الإتساق الداخلي، حيث أشارت نتائج جميع الدراسات التي تحققت من ثبات المقياس أنه يتمتع بقيم ثبات مرتفعة.

صدق المقياس وثباته بصورته الحالية.

تم ترجمة فقرات مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية إلى اللغة العربية، وبعد ذلك تم إعادة ترجمته إلى اللغة الإنجليزية؛ بهدف التحقق من صحة الترجمة وعدم تغيير محتوى الفقرات، كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو الآتي:

الصدق الظاهري.

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وأبعاده؛ بعرضه على مجموعة محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس التربوي، والإرشاد النفسي، في جامعة اليرموك والجامعة الأردنية، والبالغ عددهم (١٠) محكمين، بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس من حيث: درجة قياس الفقرة للبعد، وضوح الفقرات، الصياغة اللغوية، ومناسبتها لقياس ما وضعت لأجله، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يروونه مناسباً على الأبعاد أو الفقرات.

وفي ضوء ملاحظات وآراء المحكمين التي تم استعراضها أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بإعادة صياغة أغلب الفقرات، ومنها (٢١، ٢٠، ١٧، ١٣، ١١، ١٣، ١١، ٧، ٦، ٣، ٢) لتصبح أكثر وضوحاً، وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول أو إعادة صياغتها هو حصولها على إجماع المحكمين ونسبة (٨٠%) وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (٢١) فقرة، موزعة على: الاستقلالية، الكفاءة، والارتباط.

مؤشرات صدق البناء: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بلغت (٤٠)

مراهقاً، وقد تم استخراج معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس والدرجات على كل بعد من أبعاده، كما هو مبين في الجدول (٢).

جدول (٢):

قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس اشباع الحاجات النفسية الأساسية من جهة وبين الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد التي تتبع له من جهة أخرى

الارتباط مع:	رقم الفقرة	مضمون فقرات توكيد الذات	الارتباط مع:	
			المقياس	البعد
الاستقلالية	١	أشعر أن لدي الحرية في أن أقرر طريقة حياتي.	٠.٤٧	٠.٥١
	٤	أشعر بأنني مضغوط في حياتي. (عكسية)	٠.٤٣	٠.٤٦
	٨	أعبر عن رأيي وأفكاري بحرية.	٠.٤٧	٠.٥٢
	١١	أنجز ما يطلب مني فقط (عكسية)	٠.٥٣	٠.٦٠
	١٤	بأخذ الآخرين ممن اتعامل معهم يوماً مشاعري بعين الاعتبار.	٠.٤٦	٠.٥٨
	١٧	أعبر عن رأيي بصراحة عندما لا أحصل على خدمات مناسبة.	٠.٤٥	٠.٤٩
الكفاءة	٢٠	أحتاج للحصول على فرصة لأقرر كيف أقوم بعمل الأشياء في حياتي (عكسية)	٠.٥٢	٠.٥٤
	٣	أشعر أن كفاءتي منخفضة. (عكسية)	٠.٥٣	٠.٦٢
	٥	يخبرني الناس الذين أعرفهم بأنني جيد بما أقوم به.	٠.٥١	٠.٥٦
	١٠	لدي القدرة لتعلم مهارات جديدة وممتعة.	٠.٦٤	٠.٧١
	١٣	أعمل على إنجاز عمالي رغم مواجهتي الصعوبات.	٠.٤٧	٠.٥٤
	١٥	أحتاج لأحصل على فرصة من أجل إظهار قدراتي. (عكسية)	٠.٤١	٠.٤٦
الارتباط	١٩	أشعر أنني منهك القوى. (عكسية)	٠.٤٠	٠.٤٩
	٢	أحب الأشخاص الذين اتفاعل معهم.	٠.٥٥	٠.٦٣
	٦	أكون على وفاق مع الناس الذين أتواصل معهم.	٠.٤٢	٠.٤٨
	٧	أتجنب التواصل مع الآخرين (عكسية)	٠.٤٣	٠.٥٢
	٩	أعتبر من أتعامل معهم باستمرار أنهم أصدقائي.	٠.٤٥	٠.٥٩
	١٢	يهتم بي الناس الذين أعيش معهم.	٠.٤٥	٠.٥٦
	١٦	أشعر بأن الأشخاص القريبين مني عددهم محدود. (عكسية)	٠.٤٠	٠.٤٢
	١٨	يبدو أن الآخرين لا يحبونني (عكسية)	٠.٤١	٠.٤٥
٢١	أعتبر الناس ودودون معي.	٠.٤٣	٠.٤٨	

يلاحظ من الجدول (٢) أن قيم معاملات ارتباط فقرات بعد الاستقلالية مع البعد تراوحت بين (٠.٤٦-٠.٦٠)، وتراوحت بين (٠.٤٣-٠.٥٣) مع الدرجة الكلية للمقياس. وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بعد الكفاءة مع البعد بين (٠.٤٦-٠.٧١)، وتراوحت بين (٠.٤٠-٠.٦٤) مع الدرجة الكلية للمقياس. أما قيم معاملات ارتباط فقرات بعد الارتباط مع البعد فتراوحت بين (٠.٤٢-٠.٦٣)، وتراوحت بين (٠.٤٠-٠.٥٥) مع الدرجة الكلية للمقياس. يلاحظ من مؤشرات صدق البناء أن معامل ارتباط جميع الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس بالإضافة لدرجة البعد قد بلغ أكثر من (٠.٣٠) وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها عن (٠.٣٠)، وفق ما أشار إليه هتي (Hattie, 1985)، وبذلك قبلت جميع فقرات المقياس.

إضافة إلى ما سبق تم حساب معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون، ويتضح ذلك من خلال الجدول (٣).

جدول (٣):

قيم معاملات أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية مع المقياس ككل،
ومعاملات الارتباط البينية لأبعاد المقياس

العلاقة بين:	الإحصائي	الاستقلالية	الكفاءة	الارتباط
الكفاءة	معامل الارتباط	٠.٤٧		
	الدلالة الإحصائية	٠.٠٠		
الارتباط	معامل الارتباط	٠.٣٧	٠.٤٠	
	الدلالة الإحصائية	٠.٠٠	٠.٠٠	
الكلية للمقياس	معامل الارتباط	٠.٥٩	٠.٥٦	٠.٦٤
	الدلالة الإحصائية	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٠٠

يلاحظ من الجدول (٣) أن قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد والمقياس ككل تراوحت بين (٠.٥٦-٠.٦٤)، أما بين أبعاد المقياس فقد تراوحت بين (٠.٣٧-٠.٤٧). وجميعها قيم دالة إحصائياً.

دلالات الثبات.

ثبات الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على عينة تكونت من (٤٠) مراهقاً، وقد بلغت قيمة معامل كرونباخ- ألفا لمقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية (٠.٩٠)، وتراوحت دلالات الاتساق

الداخلي للأبعاد الفرعية ما بين (٠.٨٢-٠.٨٦)، وتدل القيم على مستوى جيد للاتساق الداخلي. ثبات الإعادة: تم تطبيق المقياس على عينة تكونت من (٤٠) مراهقاً، ثم أعيد تطبيقه بعد أسبوعين على العينة نفسها. بلغ معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٦) وللأبعاد الفرعية ما بين (٠.٧٨-٠.٨٢)، وهو مقبول لأغراض الدراسة الحالية.

تصحيح المقياس.

تكوّن مقياس اشباع الحاجات النفسية الأساسية من (٢١) فقرة، يجاب عليها بتدرج خماسي يشتمل على الدرجات من (١-٥) وتعطى هذه الدرجات لجميع فقرات المقياس باستثناء الفقرات المصاغة بشكل سالب وهي (٢٠، ١٩، ١٨، ١٦، ١٥، ١١، ٤، ٣) فيعكس التدرج عند تصحيحها. وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (٢١-١٠٥)؛ أي أنه كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية. وقد صنف الباحثان استجابات أفراد الدراسة إلى ثلاث فئات، على النحو الآتي: مرتفع ويعطى للحاصلين على درجة أكبر من (٣.٦٦)، متوسط ويعطى للحاصلين على درجة تتراوح من (٢.٣٤) وحتى (٣.٦٦)، منخفض ويعطى للحاصلين على درجة أقل من (٢.٣٤).

مقياس السعادة.

تم استخدام مقياس إكسفورد للسعادة من اعداد هلز وأرجايل (Hills & Argyle, 2002) والمكون من (٣٥) فقرة، وقد تم التحقق من صدق وثبات المقياس بصورته الأصلية من خلال تطبيقه على عينة مكونة من (١٧٢) فرداً، وتم حساب معامل الثبات فكان (٠.٩١)، كما تم حساب معاملات ارتباطه مع عدد من المحكات للتأكد من الصدق التلازمي وقد تراوحت القيم بين (٠.٧٧-٠.٩٠)، وقد اعتبرت هذه القيم مؤشر على تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة تؤهله للاستخدام في الدراسات الأخرى.

الخصائص السيكومترية لمقياس اكسفورد للسعادة بصورته الحالية.

تم ترجمة فقرات مقياس السعادة إلى اللغة العربية، وبعد ذلك تم إعادة ترجمته إلى اللغة الإنجليزية؛ بهدف التحقق من صحة الترجمة وعدم تغيير محتوى الفقرات، كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو الآتي:

الصدق الظاهري.

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بصورته الأولى (٣٥) فقرة، بعرضه على مجموعة محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس التربوي، والإرشاد النفسي، في جامعة اليرموك والجامعة الأردنية، وبالبالغ عددهم (١٠) محكمين، بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس من حيث: درجة قياس الفقرة للسمة، وضوح الفقرات، الصياغة اللغوية، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يروونه مناسباً على الفقرات.

وفي ضوء ملاحظات وآراء المحكمين التي تم استعراضها أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بإعادة صياغة الفقرات (٣٣، ٣٢، ٣١، ٣٠، ٢٩، ٢٦، ٢٣، ٢٢، ٢١، ١٨، ١٧، ١٤، ١١، ٨، ٥) لتصبح أكثر وضوحاً، وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول أو إعادة صياغتها هو حصولها على إجماع المحكمين وبنسبة (٨٠%) وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (٣٥) فقرة تقيس درجة كلية للسعادة.

مؤشرات صدق البناء: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بلغت (٤٠) مراهقاً، وقد تم استخراج معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس، وذلك ما يوضحه الجدول (٤).

جدول (٤):

قيم معاملات ارتباط الفقرة المُصحح مع الدرجة الكلية لمقياس السعادة.

الرقم	مضمون فقرات السعادة	معامل الارتباط المصحح	الرقم	مضمون فقرات السعادة	معامل الارتباط المصحح
١	أشعر أن الحياة أعطتني الكثير.	٠.٣١	١٩	أشعر بالرضا عن وضعي المالي.	٠.٣٩
٢	أتمنى للآخرين ما أتمنى لنفسي.	٠.١٥	٢٠	أشعر برغبة إسعاد من حولي.	٠.٤٥
٣	أقوم بالأعمال الخيرية.	٠.٤٤	٢١	أشعر بأن حياتي آمنة.	٠.٥٤
٤	أشعر بعدم التفاؤل نحو المستقبل.	٠.٥٢	٢٢	أشعر بأن مزاجي مستقر.	٠.٤٨
٥	أشعر بالمتعة في معظم الأشياء.	٠.٤٠	٢٣	أشعر بأن التكريرات المزعجة لا تفارقني.	٠.٤٧
٦	أشعر بأن الحياة حلوة.	٠.٤٩	٢٤	أشعر بالقناعة في كل شيء أحصل عليه.	٠.٤٩
٧	أشعر بالسعادة عند التخطيط للمستقبل.	٠.٤٦	٢٥	أشعر بالرضا عن مستوى تحقيق أهدافي.	٠.٥٦
٨	أشعر أن شكلي غير جذاب.	٠.٣٩	٢٦	أشعر بعدم الانسجام مع ذاتي.	٠.٤٢
٩	أشعر بأن الأمور تحصل بغير ما أتمناه.	٠.٤١	٢٧	أشعر برغبة التواصل الاجتماعي مع الآخرين.	٠.٦٣

الرقم	مضمون فقرات السعادة	معامل الارتباط المصحح	الرقم	مضمون فقرات السعادة	معامل الارتباط المصحح
١٠	أشعر بالسعادة في معظم أوقاتي.	٠.٥٩	٢٨	أسعى لإسعاد نفسي والآخرين بأبسط الأشياء.	٠.٤٦
١١	أشعر أنه لا يوجد شيء في الحياة يسر البال.	٠.٦١	٢٩	أشعر بأنني شخص إيجابي.	٠.٣٩
١٢	أشعر بجمال الأشياء من حولي.	٠.٥٣	٣٠	أشعر بالإحباط بسبب ضغوط الحياة.	٠.٤٨
١٣	اتكيف بسهولة مع ما يحدث حولي.	٠.٤٦	٣١	أثأثر بالمزاج السيء للآخرين.	٠.٤٣
١٤	أشعر أنه لا معنى للحياة.	٠.٣٩	٣٢	أعتقد أنني شخص محبوب من الآخرين.	٠.٤١
١٥	أشعر بالعديد من المشاكل الصحية.	٠.٣٧	٣٣	أواجه صعوبة في ترتيب أمور حياتي.	٠.٥٢
١٦	أشعر أنه لا يوجد لدي ذكريات سعيدة.	٠.٤٩	٣٤	أشعر بالرضا عن أسلوب حياتي.	٠.٥٥
١٧	أشعر بالرضا بما قسمه الله لي.	٠.٦٦	٣٥	أشعر بالرضا عن وضعي المالي.	٠.٥٧
١٨	أحسن إلى من أساء الي.	٠.٦٣			

يلاحظ من الجدول (٤) أن قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (٠.١٥-٠.٦٦)، يلاحظ من مؤشرات صدق البناء السابقة؛ أنّ جميع الفقرات بلغ معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس درجة أعلى من (٠.٣٠)، باستثناء الفقرة (٢) وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها عن (٠.٣٠)، وفق ما أشار إليه هنتي (Hattie, 1985)، وبذلك قبلت جميع فقرات المقياس، باستثناء فقرة (٢) تم حذفها.

دلالات الثبات

ثبات الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على عينة تكونت من (٤٠) مراهقاً، وقد بلغت قيمة معامل كرونباخ- ألفا (Cronbach Alpha) للمقياس ككل (٠.٨٩).
ثبات الإعادة: تم تطبيق المقياس على عينة تكونت من (٤٠) مراهقاً، ثم أعيد تطبيقه بعد أسبوعين على العينة نفسها. وقد بلغ معامل ثبات الإعادة للمقياس ككل (٠.٨٦).

تصحيح المقياس.

تكون المقياس بصورته النهائية من (٣٤) فقرة تقيس الدرجة الكلية للسعادة. يستجيب لها الفرد وفق تدرج خماسي يشتمل على البدائل التالية: (دائماً: وتعطى عند تصحيح المقياس (٥) درجات، غالباً: وتعطى (٤) درجات، أحياناً: وتعطى (٣) درجات، نادراً: وتعطى درجتين، أبداً: وتعطى درجة واحدة). وهذه الدرجات تنطبق على جميع الفقرات ذات الاتجاه الموجب، في حين تعكس الأوزان في

الفقرات ذات الاتجاه السالب - بعد حذف الفقرة ٢ وإعادة ترتيب فقرات المقياس -، وهي (٣٣، ٣١، ٣٠، ٢٦، ٢٣، ١٦، ١٥، ١٤، ١١، ٩، ٨، ٤، ٢)، وبذلك تتراوح درجات المقياس ككل من (٣٤-١٧٠) درجة، بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع مستوى السعادة. وقد صنف الباحثان استجابات أفراد الدراسة إلى ثلاث فئات، على النحو الآتي: مرتفع ويعطى للحاصلين على درجة أكبر من (٣.٦٦)، متوسط ويعطى للحاصلين على درجة تتراوح من (٢.٣٤) وحتى (٣.٦٦)، منخفض ويعطى للحاصلين على درجة أقل من (٢.٣٤).

إجراءات الدراسة.

تمت الدراسة الحالية وفق الإجراءات والخطوات الآتية:

- ترجمة مقياسي الدراسة ومطابقة الترجمة، ومن ثم اعداد المقياسين بصورتها الأولية، والحصول على كتاب تسهيل مهمة من عمادة كلية التربية في جامعة اليرموك.
- زيارة المدارس المستهدفة والعمل على توضيح هدف الدراسة للمعنيين من أجل ضمان التعاون والحصول على استجابات موثوقة.
- إعداد مقياسي الدراسة بصورتها النهائية من خلال تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة، واستخراج قيم معاملات الصدق والثبات، وذلك للتحقق من الصدق الظاهري لمقياسي الدراسة وإخراجهم بالصورة النهائية.
- توزيع مقياسي الدراسة على أفراد العينة، مع التوضيح للمفحوصين مدى أهمية البحث وأهدافه، والتأكيد على أفراد العينة بمدى أهمية الدقة في الإجابة، مع التأكيد على سرية المعلومات، واستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط.
- إدخال البيانات إلى جهاز الحاسوب، واستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة وفقاً لنظام الرزم الإحصائي للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Science) (SPSS)، والإجابة على أسئلة الدراسة والوصول إلى النتائج وتفسيرها.

متغيرات الدراسة.

- أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية (الاستقلالية، الكفاءة، الارتباط).
- مستوى السعادة.

تصميم الدراسة.

تم استخدام المنهج الوصفي التنبؤي للكشف عن مستوى كل من إشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة، بالإضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة.

نتائج الدراسة.

يتناول هذا الجزء من الدراسة الوصف التحليلي لنتائج المعالجات الإحصائية التي أجريت للإجابة عن أسئلة الدراسة الهادفة للكشف عن القدرة التنبؤية لإشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة، وفيما يأتي عرض لهذه النتائج وفق الأسئلة:
أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية بالسعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة في ضوء متغير الجنس؟ يبين الجدول (٥) المتوسطات لحسابية والانحرافات المعيارية على مقياس إشباع الحاجات النفسية ككل.

الجدول (٥):

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس إشباع الحاجات النفسية الأساسية وفق متغير الجنس.

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
ذكور	٢.٨٣٩٣	.٤٩٠٣٤	متوسط
إناث	٣.٠٥٢٣	.٤٠٥٨٨	متوسط
الكلي	٢.٩٤٣٢	.٤٦٢٦٨	متوسط

يلاحظ من الجدول (٥)، أن أعلى متوسط حسابي على مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة وفق متغير الجنس للإناث، حيث بلغ (٣.٠٥٢٣) بانحراف معياري (٠.٤٠٥٨٨) وبمستوى متوسط، في حين بلغ أدنى متوسط حسابي للذكور (٢.٨٣٩٣) بانحراف معياري (٠.٤٩٠٣٤) وبمستوى متوسط، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (٢.٩٤٣٢) بانحراف معياري (٠.٤٦٢٦٨)، وبمستوى متوسط. وبهدف التحقق من دلالة الفرق الظاهري بين الوسطين، تم إجراء اختبار ت للكشف عن دلالة الفرق بين الوسطين على مقياس إشباع الحاجات النفسية تبعاً لمتغير الجنس والجدول (٦) يوضح ذلك.

الجدول (٦):

نتائج اختبارات للمقارنة بين وسطي الذكور والإناث على مقياس إشباع الحاجات النفسية.

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
ذكور	١٢٨	٢.٨٣٩٣	.٤٩٠٣٤	٤.٥٣١٩	.٠٠٣
إناث	١٢٢	٣.٠٥٢٣	.٤٠٥٨٨		

يلاحظ من خلال الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) في مستوى إشباع الحاجات النفسية بصورته الكلية تعزى للجنس ولصالح الإناث، أي أن الإناث أكثر إشباعاً لحاجتهن النفسية من الذكور.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة في ضوء متغير الجنس؟ ويبين الجدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مقياس السعادة ككل.

جدول (٧):

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس السعادة وفق متغير الجنس.

الجنس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
ذكور	٢.٥٨٨٠	.٣٤٣٨٤	متوسط
إناث	٢.٤٥٨٥	.٣٥٤٢٥	متوسط
الكلية	٢.٥٢٤٨	.٣٥٤٢٤	متوسط

يلاحظ من الجدول (٧)، أن أعلى متوسط حسابي على مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة وفق متغير الجنس للذكور، حيث بلغ (٢.٥٨٨٠) بانحراف معياري (.٣٤٣٨٤)، وبمستوى متوسط، في حين بلغ أدنى متوسط حسابي للإناث (٢.٤٥٨٥) بانحراف معياري (.٣٥٤٢٥)، وبمستوى متوسط، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (٢.٥٢٤٨) بانحراف معياري (.٣٥٤٢٤)، وبمستوى متوسط. ويهدف التحقق من دلالة الفرق الظاهري بين الوسطين، تم إجراء اختبارات للكشف عن دلالة الفرق بين الوسطين على مقياس السعادة تبعاً لمتغير الجنس، والجدول (٨) يوضح ذلك.

الجدول (٨):

نتائج اختبارات للمقارنة بين وسطي الذكور والإناث على مقياس السعادة.

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
ذكور	١٢٨	٢.٥٨٨٠	٠.٣٤٣٨٤	٢.٩٣٩	.٠٠٦
إناث	١٢٢	٢.٤٥٨٥	٠.٣٥٤٢٥		

يلاحظ من خلال الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) في مستوى السعادة بصورته الكلية تعزى للجنس ولصالح الطلبة الذكور، أي أن الذكور أكثر سعادة من الذكور.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث: ما القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية في مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة؟ بهدف الكشف عن القدرة التنبؤية للمتغير المُتنبئ بالمتغير المتنبأ به؛ فقد تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب إدخال المتغيرات المُتنبئة إلى المعادلة الانحدارية بطريقة الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (٩).

الجدول (٩):

نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغير المتنبئ ومعامل الارتباط المتعدد له ومقدار تفسيره حسب أسلوب إدخال المتغيرات المُتنبئة على المعادلة الانحدارية.

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	R	R ²	R ² المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير				
							R ² التغير	ف المحسوبة للتغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	
السعادة	1	أ	٠.٣٨٤	٠.١٤٨	٠.١٤٤	٠.٣٢٨	٠.١٤٨	٤٢.٩٨٤	١	٢٤٨	٠.٠٠
		ب	٠.٤٠٨	٠.١٦٧	٠.١٦٠	٠.٣٢٥	٠.١١٩	٥.٥٦٨	١	٢٤٧	٠.٠١
		ج	٠.٤٤٧	٠.٢٠٠	٠.١٩٠	٠.٣١٩	٠.٠٣٣	١٠.٢٤١	١	٢٤٦	٠.٠٠
		أ	المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ الارتباط								
		ب	المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ الارتباط؛ الكفاءة								
		ج	المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ الارتباط؛ الكفاءة، الاستقلال الذاتي								

يتضح من الجدول (٩)، أن النموذج التنبؤي الخاص بالمتغيرات المستقلة (المتنبئة: الارتباط، والكفاءة، والاستقلالية) والمتغير المتنبأ به (الشعور بالسعادة) قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بأثر نسبي مُفسراً ما مقداره ٢٠.٠% من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: السعادة ككل).

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية، وأوزان الانحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المتنبئة [المستقلة: الاستقلالية، الكفاءة، الارتباط] بالمتغير المتنبأ به [التابع: السعادة] وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المتنبئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (١٠).

الجدول (١٠):

الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المتنبئة بالمتغير المتنبأ به (السعادة).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت المحسوبة الإحصائية	الدلالة
				B	الخطأ المعياري	B		
السعادة الحياتية	١	٣	(ثابت الانحدار)	١.٦١١	٠.١٢٦		١٢.٧٦٢	٠.٠٠
			الارتباط	٠.٤٤٣	٠.٠٧٨	٠.٧٥٩	٥.٦٥٥	٠.٠٠
			الكفاءة	٠.٢٥٨-	٠.٠٧٣	٠.٥١٣-	٣.٥٣٧-	٠.٠٠
			الاستقلال الذاتي	٠.١٣٤	٠.٠٤٢	٠.٢٢٠	٣.٢٠٠	٠.٠٠

يتضح من الجدول (١٠)، أن النتائج الخاصة بالنماذج التنبؤية قد كانت على النحو الآتي: كلما زاد [بعد الارتباط] لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن [السعادة ككل] تزداد بمقدار ٠.٧٥٩ من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبأ به قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$. كذلك كلما زاد [بعد الكفاءة] لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن [السعادة ككل] تزداد بمقدار ٠.٥١٣- من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبأ به قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$. إضافة إلى ذلك كلما زاد [بعد الاستقلالية] لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن [السعادة ككل] تزداد بمقدار ٠.٢٢ من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبأ به قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$.

إن معادلة الانحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول،

هي:

$$Y = 1.611 + 0.443 X_3 - 0.258 X_2 + 0.134 X_1$$

حيث إن: X_1 : ترمز إلى الاستقلالية، X_2 : ترمز إلى الكفاءة، X_3 : ترمز إلى الارتباط.

علمًا بأن معادلة الانحدار المعيارية لأغراض تنبؤية، هي:

$$z = 0.759 z_3 - 0.513 z_2 + 0.220 z_1$$

حيث إن: Z_1 : ترمز إلى الاستقلالية، Z_2 : ترمز إلى الكفاءة، Z_3 : ترمز إلى الارتباط.

رابعًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرابع: هل تختلف القدرة التنبؤية لكل بعد من أبعاد مقياس إشباع الحاجات النفسية في مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة باختلاف الجنس؟

أولاً: الذكور.

تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب إدخال المتغيرات المُتنبئة إلى المعادلة

الانحدارية بطريقة الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (١١).

الجدول (١١):

نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغير المتنبئ ومعامل الارتباط المتعدد له ومقدار تفسيره حسب

أسلوب إدخال المتغيرات المُتنبئة على المعادلة الانحدارية.

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	R	R ²	R ² المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير			
							F	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة
السعادة	1	أ	٠.٦٠١	٠.٣٦١	٠.٣٥٦	٠.٢٧٦	٧١.٧٦	١	١٢٦	٠.٠٠٠
							المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ الارتباط			

يتضح من الجدول (١١)، أن النموذج التنبؤي الخاص بالمتغيرات المستقلة (المتنبئة): بعد

الارتباط) والمتغير المُتنبأ به (الشعور بالسعادة) قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

بأن نسبة مفسراً ما مقداره ٣٦.١% من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به

(التابع: السعادة ككل).

بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية، وأوزان الانحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المُتنبئة [المستقلة: الاستقلالية، الكفاءة، الارتباط] بالمتغير المتنبأ به [التابع: السعادة] وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المُتنبئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (١٢).

الجدول ١٢:

الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المُتنبئة بالمتغير المتنبأ به (السعادة).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
				B	الخطأ المعياري	B		
السعادة الحياتية	١	١	(ثابت الانحدار)	١.٦٢٦	٠.١١٦		١٣.٩٦٤	٠.٠٠
			الاستقلال الذاتي	٠.٣٤٠	٠.٠٠٤	٠.٦٠١	٨.٤٤٥	٠.٠٠

يتضح من الجدول (١٢)، أن النتائج الخاصة بالنموذج التنبؤي قد كان على النحو الآتي: كلما زاد [الارتباط] لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة للذكور بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن [السعادة ككل] تزداد بمقدار (٠.٦٠١) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.005$).

إن معادلة الانحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول، هي:

$$Y = 1.626 + 0.340 X_3$$

حيث إن: X_1 : ترمز إلى الارتباط.

علماً بأن معادلة الانحدار المعيارية لأغراض تنبئية، هي:

$$z = 0.601 z_3$$

حيث إن: Z_3 : ترمز إلى الارتباط.

الاناث

يهدف الكشف عن القدرة التنبؤية للمتغير المُتنبئ بالمتغير المتنبأ به وفق المراهقات الاناث؛ فقد تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب إدخال المتغيرات المُتنبئة إلى المعادلة الانحدارية بطريقة الإدخال (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (١٣).

الجدول (١٣):

نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية للمتغير المتنبئ ومعامل الارتباط المتعدد له ومقدار تفسيره حسب أسلوب إدخال المتغيرات المتنبئة على المعادلة الانحدارية.

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	R	R ²	R ²	R ²	الخطأ المعياري للتقدير	إحصائيات التغير				
								F	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية للتغير	
السعادة	١	أ _١	٠.٢٩٧	٠.٠٨٨	٠.٠٨٠	٠.٣٤٠	٠.٠٨٨	١١.٥٨١	١	١٢٠	٠.٠٠	
			أ	المتنبئات: (ثابت الانحدار)؛ الارتباط								

يتضح أنّ النموذج التنبؤي الخاص بالمتغيرات المستقلة (المتنبئة: البعد الارتباط) والمتغير المتنبأ به (الشعور بالسعادة) قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بأثر نسبي مُفسراً ما مقداره ٨.٨% من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: السعادة ككل). بالإضافة إلى ما تقدم، تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية، وأوزان الانحدار المعيارية، وقيم (ت) المحسوبة للمتغيرات المتنبئة [المستقلة: الاستقلال الذاتي، الكفاءة، الارتباط] بالمتغير المتنبأ به [التابع: السعادة] وفقاً لطريقة إدخال المتغيرات المتنبئة إلى النموذج التنبؤي (Stepwise)، وذلك كما في الجدول (١٤).

الجدول ١٤:

الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المتنبئة بالمتغير المتنبأ به (السعادة).

المتنبأ به	النموذج الرئيس	النموذج الفرعي	المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
				B	الخطأ المعياري			
السعادة الحياتية	١	١	الكفاءة	١.٨٧٦	٠.١٧٥	(ثابت الانحدار)	١٠.٦٩٧	٠.٠٠
				٠.١٨٦	٠.٠٥٥	٠.٢٩٧	٣.٤٠٣	٠.٠٠

يتضح أن النتائج الخاصة بالنموذج التنبؤي قد كان على النحو الآتي: كلما زاد [الارتباط] لدى المراهقات (الإناث) بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن [السعادة ككل] تزداد بمقدار (٠.٢٩٧) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة

$$(\alpha=0.05).$$

إنّ معادلة الانحدار للتنبؤ بالأوزان البائية للأغراض التفسيرية الخاصة بالنموذج التنبؤي الأول، هي:

$$Y = 1.872 + 0.186 X_3$$

حيث إن: X_3 : ترمز إلى الارتباط.

علمًا بأن معادلة الانحدار المعيارية لأغراض تنبئية، هي:

$$z = 0.297 Z_3$$

حيث إن: Z_3 : ترمز إلى الارتباط.

مناقشة النتائج

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: أشارت نتائج هذا السؤال إلى أن مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة للذكور والإناث كان متوسطاً، وأن أعلى متوسط حسابي على مستوى إشباع الحاجات النفسية الأساسية لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة وفق متغير الجنس كان للإناث، وقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) في مستوى إشباع الحاجات النفسية بصورته الكلية تعزى للجنس ولصالح الإناث، أي أن الإناث أكثر إشباعاً لحاجاتهم النفسية من الذكور.

ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء معرفة الأسس النفسية لرعاية المراهقين وإشباع حاجاتهم الأساسية، والمتمثلة بالثقة بالنفس وتعزيز الاستقلالية لدى المراهقات الإناث وتكوين معتقداتهن واتجاهاتهن وسلوكياتهن التي تعزز اعتمادهن على نواتهن من خلال أساليب المعاملة الوالدية وحثهن على تحمل المسؤولية في بيئة أسرية مفعمة بالمحبة والألفة، فالأسر في المجتمع الأردني تحترم فردية المراهقين وتمنحهم الثقة وبشكل مقبول. إن تكليف الإناث بالقيام بالعديد من المسؤوليات المختلفة والاعمال المنزلية والاعتماد على أنفسهن في متابعة الدراسة ورعاية شؤون الأخوة الأصغر كل هذا قد يعزز من مستوى الكفاءة الذاتية والارتباط بالآخرين وإقامة علاقات فاعله تعزز من مستوى إشباعهن لحاجاتهن النفسية الأساسية.

إن الانفتاح الاعلامي والثقافي قد يساعد في تعزيز فرصة الإناث للتعبير عن حاجاتهن والسعي نحو إشباعها، والتعبير عن آرائهن وأفكارهن، كما أن ذلك قد يساعد المراهقات على اكتساب المهارات

الجديدة والممتعة والتي تعتبر جزءاً من عملية إشباع الحاجات النفسية، وهذا لا يعني أن الذكور بمعزل عن هذا إلا أن نمط المعاملة الوالدية لهم يختلف ويشكل ملاحظ عن الاناث فمستوى الاعتماد على الذات وانجاز الاعمال اليومية وانجاز الواجبات يطلب في العادة من الذكور وبمستوى أقل من المستوى الذي يطلب من الاناث، وما يؤكد على ذلك ما أشارت إليه نتائج الأبحاث في هذا المجال والتي أشارت إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الاستقلالية، والارتباط بالوالدين لدى المراهقين (Patrick, knee, Canevello & Lonsbary, 2007)، فقد وجد أن المراهقين يتجهون نحو المواقف التي تسمح بإرضاء الحاجات، وبيتعدون عن تلك المحببة لها. فعندما يكون للمراهق علاقات داعمة قوية مع الوالدين فإنه يبدأ بالتفرد، ويصبح مُنظماً ذاتياً و أكثر استقلالية، (Vansteekist, Ryan & Deci, 2008)، إضافة لذلك فقد استنتج الباحثان أن الاستقلالية يجب أن ترتبط بالكفاءة والتي بدورها تتطلب وجود علاقات داعمة ومُهتمة لإشباعها (Chirkov, Ryan, Kim & Kaplan, 2003; Vansteekist, Ryan & Deci, 2008).

وتتعارض نتيجة الدراسة الحالية مع ما تشير إليه دراسة ريان وديسك (Ryan & Deci, 2000) والتي ترى أن الفرد يمكن أن يكون مبادراً ونشطاً أو سلبياً وهذا لا يعكس فقط جانب الفروق البيولوجية إنما يشير إلى المدى الواسع من ردود الأفعال نحو البيئة الاجتماعية والتي تستحق الفحص المكثف.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: أشارت نتائج هذا السؤال إلى أعلى متوسط حسابي على مستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة وفق متغير الجنس كان للذكور، وبمستوى متوسط، في حين كان أدنى متوسط حسابي للإناث وبمستوى متوسط، أما العينة ككل فقد كان مستوى السعادة لديهم متوسطاً. وقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) في مستوى السعادة بصورته الكلية تعزى للجنس ولصالح الطلبة الذكور، أي أن الذكور أكثر سعادة من الإناث.

ومن الممكن أن تفسر حصول أفراد العينة على مستوى متوسط من السعادة في ضوء معرفة عينة الدراسة وطبيعة المرحلة العمرية التي يمروا بها. فقد يواجه هؤلاء الطلبة العديد من العوامل التي تؤثر على شعورهم بالسعادة، فمن المحتمل ان يكون هناك عدم رضا من قبل الطلبة المراهقين عن حياتهم الاسرية والاجتماعية خاصة في ظل معرفة الخصائص النمائية لهذه المرحلة والدور السلبي الذي من الممكن للأهل القيام به وبالتالي إتاحة المجال للمراهق بتكوين الصداقات أو قضاء الوقت المناسب معهم، وهذا قد ينتج عنه خلافات عائلية حيث تعد من أكثر الاسباب التي تحول دون تحقيق السعادة، وهذا ما يؤكد عليه ريشارد (Easterlin, 2005) والذي يرى بأن الخلافات العائلية تعد سبباً في

عدم تحقيق السعادة.

كما أن المشكلات اليومية وطبيعة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة والناطقة عن ضغوط أكاديمية أو ضغوط أسرية أو ضغط الأقران، جميعها تعد أسباباً تحول دون تحقيق الطلبة للسعادة التي يطمحون إليها، إضافة إلى ذلك فقد يكون لطبيعة المرحلة الدراسية وما تطوي عليه من قرارات مهمة تحدد مستقبل الفرد دورٌ في عدم شعور الطلبة بمستوى مرتفع من السعادة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء اعتبار مفهوم السعادة مفهوماً مُعقداً نسبياً ويتضمن ادراكات ذاتية؛ حيث تتداخل فيه مجموعة هائلة من الخبرات الإنسانية التي تمتد بين الإثارة والمتعة البسيطة ومن الحس بالإشباع والاستحقاق إلى الابتسامة العابرة (Datu & Mateo, 2012).

ويمكن تفسير وجود فروق في مستوى السعادة تعزى للجنس ولصالح الذكور في ضوء معرفة مستوى الحرية التي يتمتع بها المراهقون الذكور بجوانب معينة، ولا تمنحها عادات وتقاليده المجتمع للإناث، كما أن مستوى المسؤوليات التي تقع على كاهل المراهقات قد تكون من العوامل التي ربما ساهمت في انخفاض مستوى السعادة لديهن عن مستوى الذكور. وقد اعدت المتغيرات الديمغرافية كالجنس متغيرات ضعيفة بالسعادة، كما أن العديد من الدراسات أشارت إلى عدم وجود فروق بمستوى السعادة بين الذكور والإناث. ومع ذلك هذا لا يعني عدم تأثير متغير الجنس على السعادة؛ حيث تختلف عملية تشكل السعادة بين الذكور والإناث فقد وجد أن الإناث يعتمدن على الدعم الاجتماعي بشكل أكبر للتغلب على المزاج السيء مقارنة بالذكور. إلا أن تشيك ولوميرسكي (Tkach & Lyubomirsky, 2006)، وجد أن الإناث والذكور يتساوون في مستوى السعادة. وبعض الدراسات وجدت فروق بين الجنسين في مستوى السعادة (Chui & Wong, 2016)، وبالتالي مازال هناك حاجة لإجراء المزيد من الدراسات لفحص الفروق بين الجنسين في السعادة (Datu & Mateo, 2012).

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: أشارت نتائج السؤال إلى أن جميع أبعاد الحاجات النفسية الأساسية قد فسرت ما مقداره (٢٠.٠%) من التباين المُفسر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: السعادة ككل). ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة (Ryan & Deci, 2000; Telef & Furlong, 2017) والتي ترى بأن النمو الاجتماعي والمعرفي يكون نتاج إشباع الحاجات النفسية الأساسية في مرحلة المراهقة والمتمثلة بالاستقلالية، والكفاءة، والارتباط، ومن خلال معرفة خصائص عينة الدراسة فإن لديهم مستوى متوسطاً من إشباع الحاجات النفسية الأمر الذي يجعلهم يشعرون بالسعادة والحياة الهانئة، وهذا ما تؤكد نتائج العديد

من الدراسات (Schueller & Seligman, 2010; Tay & Diener, 2011). كما أن مستوى التكيف الاجتماعي والنفسي الذي من الممكن أن يشعر به المراهقون ووضوح أهدافهم المرحلية التي يسعون إلى تحقيقها في ضوء متابعتهم من قبل الاهل والآخرين ذوي الأهمية في حياتهم وما يرتبط به من مستوى إشباعهم لحاجاتهم النفسية الأساسية، قد يساعد في شعور المراهقين بالسعادة، ومع ذلك فالكثير من التباين في السعادة خاصة خلال سنوات المراهقة المتأخرة ما زال غير واضح (Uusitalo – Malmivaara, 2014)، وبنفس الوقت يوجد القليل من الأبحاث التي ركزت على العوامل المساهمة والمُعززة للسعادة خاصة في مرحلة المراهقة المتأخرة (Telef & Furlong, 2017; Sheldon & Lyubomirsky, 2006).

وهذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات الآتية: تشين ورفاقه (Chen, et al., 2015)، ودراسة ديمر ودافيدسون (Demir & Davidson, 2012)، ودراسة هوهل وتشينوت وهل وهويل (Howell, Chenot, Hill & Howell, 2011)، ودراسة تي ودينر (Tay & Diener, 2011)، ودراسة ديمرواوديمير (Demir & Ozdemir, 2010) التي أشارت إلى أن اشباع كل حاجة قد ساهم بشكل متفرد في التنبؤ بالسعادة. حيث أن اشباع الحاجات النفسية الأساسية هو الأساس لتكامل الفرد وسعادته. (Ryan & Deci, 2000).

رابعاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: أشارت نتائج السؤال إلى أن بعد الارتباط في مقياس الحاجات النفسية الأساسية قد فسر ما مقداره (٣٦.١%) من التباين المُفسّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: السعادة ككل) وفق عينة الذكور. في حين أشارت نتائج عينة الاناث إلى أن بعد الارتباط في مقياس الحاجات النفسية الأساسية قد فسر ما مقداره (٨.٨%) من التباين المُفسّر الكلي للنموذج التنبؤي الخاص بالمتنبأ به (التابع: السعادة ككل).

وربما يفسر ذلك ما تشير إليه الدراسات السابقة بأن السعادة تُعد مؤشراً مهماً للمراهق الذي يشبع حاجة الارتباط بطريقة ذات معنى ولديه شعور انه مهم ويستحق (Taniguchi, 2015; Telef & Furlong, 2017; Uusitalo – Malmivaara, 2014)، وبعبارة أخرى إن الخبرات الانفعالية الإيجابية تشجع المراهق للبحث والانخراط في خبرات جديدة وهذا ربما يزيد الأمور الغريبة ويشجع على التعلم والتكيف من خلال اصدار الأحكام الذاتية " إن حياتي تسير كما يرام" وبالتالي سيختبر نتائج مستقبلية ايجابية (Telef & Furlong, 2017).

إن للآباء أهمية كبيرة في تحقيق السعادة للآبناء في مراحل النمو المختلفة، فالارتباط بعلاقات

جيدة مع المراهقين تعمل على خفض مستوى الضغوط النفسية لديهم، وكلما كانت العلاقات الأسرية أفضل زاد شعور المراهق بالسعادة، لذلك لا بد من التعامل معهم كناضجين، وتقبلهم كما هم. وقد تفسر هذه النتيجة في ضوء ما أشارت إليه نظرية التكيف والتي ترى أن السعادة تعتمد على مستوى تكيف الفرد مع المستجبات المحيطة به، فعندما يتكيف الفرد بسهولة مع الظروف المحيطة يكون أكثر سعادة مقارنة بغيره من الأفراد ممن لا يستطيعون التكيف بسهولة أو يواجهون صعوبات في عملية التكيف.

مما سبق نجد أن الاستنتاج العام يؤكد على ارتباط اشباع الحاجات النفسية بالسعادة حيث أن لها قدرة تنبؤية ذات دلالة بمستوى السعادة لدى الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة. وربما يعود ذلك إلى أن التمثيل الكامل للإنسان يظهر بأن يكون حيويًا، ومحبًا للاطلاع، ومدفوع ذاتيًا، ويسعى لتطوير ذاته وتعلم المهارات الجديدة وتوظيفها بمسؤولية. وبالمقابل يمكن أن تتناقص أو تسحق هذه الطاقات وبالتالي يرفض الأفراد أحيانًا النمو وتحمل المسؤولية. إن مثل هذا الأداء للإنسان يمكن أن يُلاحظ ليس فقط في العيادات النفسية إنما أيضا بين ملايين الناس الذين يجلسون سلبيين لساعات خلال اليوم يتابعون التلفاز أو ينتظرون مجيء عطلة نهاية الأسبوع عندما يذهبون للعمل. (Ryan & Deci, 2000)

وبالتالي نجد أنه عندما يتم اشباع ودعم الحاجات النفسية الأساسية (الاستقلالية، الكفاءة، الارتباط) ضمن السياق الاجتماعي كالأُسرة والمدرسة فإن المراهق يكون أكثر حيوية ودافعية ذاتية وحياة هانئة (Ryan, 2009)، فقد وجد أن العلاقات الأسرية الجيدة تؤثر بمستوى سعادة المراهقين (Chui & Wong, 2016)

التوصيات.

- إجراء المزيد من الدراسات الارتباطية التي تتناول اشباع الحاجات النفسية الأساسية والسعادة لدى فئات أخرى، مثل: الراشدين، والمرضى النفسيين.
- إجراء دراسات تتناول علاقة اشباع الحاجات النفسية الأساسية بمتغيرات أخرى، مثل: تقدير الذات ونمط الشخصية، وأنماط التعلق، والمخططات المعرفية، والفاعلية الذاتية.
- عقد برامج إرشادية وتوعوية من أجل توعية الطلبة وأولياء الأمور بأهمية إشباع الحاجات النفسية الأساسية وإرتباطها بالنمو النفسي السليم مستقبلاً.

- تفعيل دور المرشدين في المدارس من خلال عقد الورش التدريبية للطلبة وأولياء الأمور والتي تساعد في التعرف على الطرق الموضوعية لإشباع الحاجات النفسية للوصول إلى السعادة المتوقعة.

المراجع.

- Chaplin, L. (2009). Please May I Have a Bike? Better Yet, May I Have a Hug? An Examination of Children's and Adolescents' Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 10 (5), 541 – 562.
- Chen, Beiwen. , Vansteenkiste, Maarten., Beyers, Wim., Boone, Liesbet., Deci, Edward. L., Kaap-Deeder, Jolene Van der., Duriez, Bart....., & Verstuyf. Joke. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motiv Emot*, 39(2), 216–236.
- Chirkov, Valery., Ryan, Richard M., Kim, Youngmee., & Kaplan, Ulas. (2003). Differentiating Autonomy From Individualism and Independence: A Self-Determination Theory Perspective on Internalization of Cultural Orientations and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1, 97–110. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.97>.
- Chui, W., & Wong, M. (2016). Gender Differences in Happiness and Life Satisfaction Among Adolescents in Hong Kong: Relationships and Self-Concept. *Social Indicators Research*, 125(3), 1035 – 1051.
- Citation: Huitt, W. (2007). *Maslow's hierarchy of needs*. *Educational Psychology Interactive*. Valdosta, GA: Valdosta State University. Retrieved 20/11/2018 from, <http://www.edpsycinteractive.org/topics/regsys/maslow.html>.
- Clark-Lempers, Dania., Jacques, Dania, S., & Ho, Camilla. (1991). Early, Middle, and Late Adolescents' Perceptions of Their Relationships with Significant Other. *Journal of Adolescent Research*, 6(3), 296-351.
- Csikszentmihalyi, M., & Figurski, T. (1982). Self-awareness and aversive experience in everyday life. *Journal of Personality*, 50(1), 15 – 24. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1982.tb00742.x>.
- Damon, William., Menon, Jenni., & Bronk, Kendall. Cotton. (2003). The Development of Purpose During Adolescence. *Applied Developmental Science*, 7, 3, 119–128.

- Datu, Jesus, Alfonso & Mateo, Nino. Jose (2012). Investigating Happiness Through A Psychoanalytic Social Lens: Perspectives from Filipino Adolescents. *Asian Journal of Social Sciences & Humanities*, 1,4, 232- 242.
- Deci, Edward.,& Vansteenkiste, Maarten. (2004). Self-Determination Theory and Basic Need Satisfaction: Understanding Human Development in Positive Psychology. *Riccerche di Psicologia*, 1,27, 23 – 40.
- Demir, Meliksah & Ozdemir, Metin (2010). Friendship, Need Satisfaction and Happiness, *Journal Happiness Stud*,11, 243–259.
- Demir, Meliksah., & Davidson, Ingrid. (2012). Toward a Better Understanding of the Relationship Between Friendship and Happiness: Perceived Responses to Capitalization Attempts, Feelings of Mattering, and Satisfaction of Basic Psychological Needs in Same- Sex Best Friendships as Predictors of Happiness, *Journal Happiness Stud*, 14, 525–550.
- Diener, Ed. Suh, Eunkook., & Oishi, Shigehiro. (2006). Recent Findings on Subjective Well- Being. University of Illinois, 1-24. Retrieved 22/١٠/2018, from https://intranet.newriver.edu/images/stories/library/Stennett_Psychology_Articles/Recent%20Findings%20on%20Subjective%20Well-Being.pdf.
- Diener, Ed. Suh, Eunkook.Lucas,Richard & Smith, Heidi. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Downie, Michelle. Mageau, Genevieve, A., & Koestner, Richard.(2008). What makes for a pleasant social interaction? Motivational Dynamics of Interpersonal Relations. *The Journal of Social Psychology*, 148(5), 523-534.
- Easterlin, R. (2005). Feeding the Illusion of Growth and Happiness: A Reply to Hagerty and Veenhoven. *Social Indicators Research*, 74 (3), 429 443.
- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058-1068. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.51.5.1058>
- Hall, C.S., Lindzey, G. & Campbell, J.B. (2004). *Theories of Personality* (Fourth Edition). New York: Wiley
- Hassenzahl, Marc., Eckoldt, Kai., Diefenbach, Sarah. Laschke, Matthias., Lenz, Eva., & Kim, Joonhwan. (2013). Designing Moments of Meaning and Pleasure. Experience Design and Happiness, *International Journal of Design*. 7, 3, 21-31.

- Hattie, J. (1985). Methodolgy review: assessing unidimensionality of tests and items. *Applied Psychological Measurement*, 9, 139-164.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Holder, M., & Coleman, B. (2009). The Contribution of Social Relationships to Children’s Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 10 (3), 329 – 349.
- Howell, R., Chenot, D., Hill, G., & Howell, C. (2011). Momentary Happiness: The Role of Psychological Need Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 12 (1), 1 – 15.
- Howell, Ryan T., Chenot, David., Hill, Graham., & Howell, Colleen J. (2011). Momentary Happiness: The Role of Psychological Need Satisfaction, *Journal Happiness Stud*, 12, 1–15.
- Johnston, M., & Finney, S. (2010). Measuring basic needs satisfaction: Evaluating previous research and conducting new psychometric evaluations of the Basic Needs Satisfaction in General Scale. *Contemporary Educational Psychology*, 35 (1) 280–296.
- Leversen, Ingrid., Danielsen, Anne G., Birkeland, Marianne. S., & Samdal, Oddrun. (2012). Basic Psychological Need Satisfaction in Leisure Activities and Adolescents’ Life Satisfaction. *Youth Adolescence*, 41,1588–1599.
- Lynch, Martin. (2010). Basic Needs and Well-Being: A Self-Determination Theory View, Retrieved 22/11/2018, from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_70.pdf.
- Lyubomirsky, S., & Tucker, K. L. (1998). Implications of individual differences in subjective happiness for perceiving, interpreting, and thinking about life events. *Motivation and Emotion*, 22, 155–186.
- Meehl, P. E. (1992). Needs (Murray, 1938) and state- variables (skinner, 1938). *Psychological Reports*, 70, 407-450.
- Mogilner, Cassie., Kamvar, Sepandar. D., & Aaker, Jennifer. (2011). The Shifting Meaning of Happiness, *Social Psychological and Personality Science*, 2(4), 395-502.
- Patrick, Heather., Knee, C. Raymond., Canevello, Amy., & Lonsbary, Cynthia. (2007). The Role of Need Fulfillment in Relationship Functioning and Well-

- Being: A Self-Determination Theory Perspective, *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 3, 434–457.
- Reis, Harry T., Sheldon, Kennon. M. ,Gable, Shelly L., Roscoe, Joseph., & Ryan, Richard M. (2000). Daily Well-Being: The Role of Autonomy, Competence, and Relatedness, *Personality and Social Psychology, Inc.* 26, 4, 419-435.
 - Ryan, Richard M., &Deci, Edward L. (2000). Self determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being, *American Psychological Association, Inc.* 55, 1, 68-78.
 - Ryan, Richard. (2009). Self-determination Theory and Wellbeing. Centre for Development Studies University of Bath, UK, 1-2. Retrieved 22/11/٢٠١٨, from <https://richarddehoop.nl/upload/file/self-determination.pdf>.
 - Schniering, C., Hudson, J. & Rapee, R. (2000). Issues in the diagnosis and assessment of anxiety disorders in children and adolescents. *Clinical Psychology Review*, 4(20), 453-478.
 - Schueller, Stephen. M., & Seligman, Martin. E.P. 2010. Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being, *The Journal of Positive Psychology*, 5, 4, 253–263
 - Sheldon, Kennon. M., & Lyubomirsky, Sonja. (2006). Achieving Sustainable Gains in Happiness: Change your Actions, not your Circumstances, *Journal of Happiness Studies*, 7,55-86.
 - Taniguchi, Hiromi. (2015). Interpersonal Mattering in Friendship as a Predictor of Happiness in Japan: The Case of Tokyoites, *Journal Happiness Stud*, 16,1475–1491.
 - Tay, L., & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 354-365. <http://dx.doi.org/10.1037/a0023779>
 - Telef, Bulent. Baki., & Furlong, Michael J. (2017). Social and Emotional Psychological Factors Associated With Subjective Well-Being: A Comparison of Turkish and California Adolescents, *Cross-Cultural Research*, 1-30.
 - Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How Do People Pursue Happiness?: Relating Personality, Happiness-Increasing Strategies, and Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 7 (2), 183 – 225.

- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2011). The State of The World's children 2011: Adolescence An Age of Opportunity. Retrieved 22/11/2018, from https://books.google.jo/books?hl=ar&lr=&id=_wdc1SCj4M4C&oi=fnd&pg=PR6&dq=The+State+of+The+World%E2%80%99s+children+2011:++Adolescence+An+Age+of+Opportunity.&ots=NHnb2M1wXe&sig=bmcLvEtSMEiETaMyVnPxQciDgaU&redir_esc=y#v=onepage&q=The%20State%20of%20The%20World%E2%80%99s%20children%202011%3A%20%20Adolescence%20A+n%20Age%20of%20Opportunity.&f=false.
- Uusitalo-Malmivaara, Lotta. (2014). Happiness Decreases during Early Adolescence—A Study on 12- and 15-Year-Old Finnish Students, *Psychology*, 5, 541-555.
- Vansteekist, Maarten., Ryan, Richard M., & Deci, Edward L.(2008). Self-Determination Theory and the Explanatory Role of Psychological Needs in Human Well-being, Oxford, UK: Oxford University. Retrieved ١٩/11/٢٠١٨, from <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1477878509104318>.
- Wei, Meifen., Shaffer, Philip. A. ,Young, Shannon. K., & Zakalik, Robyn. A. (2005). Adult Attachment, Shame, Depression, and Loneliness: The Mediation Role of Basic Psychological Needs Satisfaction. *Journal of Counseling Psychology* Copyright 2005 52, 4, 591–601.