

النموذج السببية للعلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

خلدون الدبابي*
جامعة الإمام عبد الرحمن
بن فيصل، السعودية

ورابعة الدبابي
جامعة العلوم والتكنولوجيا
الأردنية، الأردن

وعبد السلام عبد الرحمن
وكالة الغوث الدولية، الأردن

قُبِل بتاريخ: ٢٠١٨/٥/٢٨

اُسْتُلم بتاريخ: ٢٠١٨/١/١٠

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقات السببية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية؛ من خلال نمذجة سببية مقترحة تستند إلى أسس معرفية اعتمدت أسلوب تحليل المسار لتفسير السعادة، ولتحقيق هدف الدراسة استُخدم مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لجون ودوناو وكينتل (John, Donahue & Kentle, 1991)، ومقياس الكفاءة الذاتية العامة لشوارز وجيروزيلم (Schwarzer & Jerusalem, 1995)، وقائمة أكسفورد للسعادة، وتكوّنت عينة الدراسة من ٣٧٧ طالباً وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة. أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النموذج المقترح والنموذج المثالي لارتفاع مؤشرات المطابقة والتي كانت $AGFI=0,942$ ، $NFI=0,986$ ، $RMSEA=0,069$ ، $GFI=0,994$ ، $IFI=0,991$ ، $TLI=0,933$ ، $CFI=0,990$ والعلاقات التي تم اقتراحها وهو يعبر عن النموذج السببي الأمثل لمتغيرات الدراسة.

كلمات مفتاحية: العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، الكفاءة الذاتية، السعادة، تحليل المسار.

Causal Relationship Modeling of the Big-Five Factors, Self-Efficacy, and Happiness of Jordan University of Science and Technology Students

Khaldoun Al-Dababi*
Imam Abdulrahman Bin Faisal
University, Saudi Arabia

Rabe'a Al-Dababi
Jordan University of Science
& Technology, Jordan

Abdulsalam abdelrahman
UNRWA, Jordan

Abstract: The purpose of this study was to unveil the causal relationship of the big-five factors, self-efficacy and happiness for JUST students. Based on scientific foundations, it constructed a proposed causal relationship model using path analysis for interpreting happiness. To achieve this goal, the Big Five Factors by John, Donahue & Kentle, (1991), the General Self-Efficacy Scale of Schwarzer & Jerusalem, (1995), and Oxford Happiness Inventory were employed. The sample consisted of 377 students chosen on availability grounds. The results showed no statistically significant differences between the proposed and the optimal causal relationship models due to high matches on $AGFI=0.942$; $NFI=0.986$; $RMSEA=0.069$; $GFI=0.994$; $IFI=0.991$; $TLI=0.933$; and $CFI=0.990$. Thus, the model construes the relationships proposed and represents the optimal causal relationship model for the variables of the study.

Keywords: The big-five-factors; self-efficacy; happiness; path analysis.

*aa_salamhani@yahoo.com

النظام الذاتي التي تتفاعل مع البيئة ومع الآليات التحفيزية الأخرى (Haackett, 1987). فتوقعات الكفاءة الذاتية المرتفعة ترتبط بالسعادة الذاتية، كما ينظر إلى الكفاءة الذاتية على أنها تقييم القدرات الشخصية؛ للتغلب على المواقف والظروف الصعبة في المستقبل (Karademas, Kafetsios & Sideridis, 2007).

السعادة Happiness

معظم الدراسات النفسية في ميدان الانفعالات توجه اهتمامها نحو الاضطرابات النفسية (القلق والاكتئاب واضطرابات الشخصية وغيرها من الانفعالات السلبية)، أما السعادة بما تتضمنه من المشاعر والخبرات الإيجابية والقيم والمناقب الإنسانية فقد بقيت في دائرة التجاهل من قبل المعرفة المتراكمة في ميدان علم النفس لعقود من الزمن، أما في الوقت الحالي فقد شهدت دراسة السعادة اهتماماً ملحوظاً كونها هدفاً أساسياً يسعى لتحقيقه معظم الأفراد؛ فالأفراد السعداء من المحتمل أن يكونوا أكثر ازدهاراً داخلياً وخارجياً، لذا يُعدّ العمل على تحسين مستويات السعادة عند الأفراد هدفاً علمياً قيماً، ويتأتى ذلك الهدف بعد تحقيق الأمن النفسي والجسدي (Dogan & Cotok, 2011; Nistor, 2011).

ويعتبر مصطلح السعادة من المصطلحات العالمية التي غالباً ما يتداولها الناس فيما بينهم بتلقائية، إلا أنه مصطلح متعدد المعاني بتعدد ثقافات الأفراد، إذ يلاحظ أن كل فرد له مفهومه الخاص بالسعادة، ومن هنا أجمع العلماء على وضع معايير تتضمن مفهوم السعادة وهي: الفاعلية الإيجابية، والرضا عن الحياة، وغياب التأثير السلبي (Lu, 2001). ويمكن تعريف السعادة حسب منظمة الصحة العالمية بأنها الصحة وتعني حالة من الكمال الجسدي والعقلي والاجتماعي وليس مجرد غياب المرض أو

غدت السعادة واحدة من المفاهيم الأكثر أهمية في مجال علم النفس الإيجابي، لما لها من أثر في تحقيق التوافق الذاتي وإيجاد الحياة السعيدة مما يعود بالنفع على كل من الفرد والمجتمع على السواء في بناء الشخصية السوية والتي تتصف بالاتزان النفسي والخلو من الاضطرابات، ويلاحظ أن الدراسات المبكرة التي تناولت الموضوع ركزت أساساً على تحديد الظروف الخارجية التي تؤدي إلى السعادة، وتبين في هذا المجال أن العوامل الخارجية مثل الصحة والدخل والخلفية التعليمية والحالة الزوجية لا تمثل سوى إسهام بسيط من تباين درجات السعادة ومن هنا بدأ تحول الاهتمام لفهم أثر العوامل الداخلية في تحقيق السعادة كالشخصية، وهناك كثير من العلماء كرسوا أنفسهم لشرح ما هي السعادة في مجال علم النفس الإيجابي وعلاقتها بالشخصية فكل فرد لديه خصائص شخصية التي تفرده وتؤثر على كيفية استجابته لبيئته.

وتؤثر السمات الشخصية الإيجابية والسلبية على السعادة بشكل مباشر وغير مباشر من خلال الاستجابات الانفعالية للأفراد حيث إن الأفراد المقبولون بدرجة كبيرة يميلون إلى تجربة مستويات عالية من الإيجابية ولديهم ردود فعل عاطفية أقوى للأحداث الإيجابية ويميلون إلى الانخراط في المزيد من السلوكيات الاجتماعية مثل التعاون والتعاطف والدعم للآخرين أكثر من نظرائهم العصابيون الذين تكون تجربتهم أكثر سلباً وخصوصاً في ردود فعل الشديدة للأحداث السلبية (Graziano & Tobin, 2009).

فالشخصية بناء داخلي له تأثير كبير على الأنشطة البشرية والسلوكيات ومحدد مهم للأفكار كما تعتبر الكفاءة الذاتية من أهم مصادر تكيف الشخصية، حيث أنها ليست سمة سلبية أو مميزة ولكنها جانب ديناميكي من

وتتأثر السعادة بمجموعة من العوامل أهمها: العلاقات والتفاعلات الاجتماعية بما فيها العائلة والأصدقاء وما يسود بينهما من علاقات الامتنان والتسامح والمرح والكرم وتذوق اللحظات الممتعة والاعتزاز بالإنجازات لما لها من تأثير إيجابي على السعادة، أما الوضع الاقتصادي فله دور أساسي؛ إذ يعتقد كثير من الأفراد أن الثروة تؤدي لرفاه وازدهار اجتماعي مما يولد إقبالا على الحياة. ويضاف الزواج إلى جملة العوامل المؤثرة؛ فغالبا ما يؤثر الزواج إيجابيا في تحقيق السعادة بين الأفراد، أما التدين فيعتبر من أهم العوامل التي تؤثر في السعادة لما لها من أبواب رفع الروح المعنوية للفرء. ولثقافة دور إذ تختلف السعادة باختلاف الموروث الثقافي بين المجتمعات، أما نمط الشخصية يعد من العوامل المهمة التي تؤثر في السعادة؛ حيث إن الشخصية الانبساطية تمتاز بسعادة بشكل أكبر من الشخصية الانطوائية (Diener & Suh, 2000)، ويضاف إلى جملة العوامل التي يمكن أن يكون لها دور في سعادة الأفراد: العوامل الجينية، والظروف الاجتماعية، والأحداث الطارئة الشخصية، والبيئة المحيطة بالفرء Csikszentmihalyi & (Hunter, 2003). بناء على ما سبق تُعد السعادة حالة وليس سمة أي أنها تتغير تبعاً لأحداث الحياة السلبية أو الإيجابية، وليست مرتبطة بمتغيرات ديموغرافية معينة كالعمر أو الجنس أو الذكاء (Langevin, 2013).

الكفاءة الذاتية Self Efficacy

تعد اعتقادات الأفراد حول قدراتهم مكوناً أساسياً في تنمية دافعيتهم للإنجاز، فزي أواخر عقد السبعينات من القرن الماضي، بدأ الباحثون بتقييم اعتقادات الفرء بمهام محددة، وواحدة من هذه الاعتقادات هي الكفاءة الذاتية، حيث قدم باندورا (Bandura) عام ١٩٧٧ نظريته المعرفية الاجتماعية وفيها قدم إرشادات حول كيفية قياس الكفاءة

الوهن (World Health Organization, 1997). كما يُعرفها رايان وديسي (Ryan & Deci, 2001) بأنها مجموعة من شروط وظروف من تجارب وخبرات التكامل. أما سليجمان (Seligman, 2004) يعرفها: بأنها حالة ذهنية أو شعور يتضمن الرضا، والحب، والمنفعة، والسرور، وهذه التضمينات تكون موجهة للذات أولاً، وللآخرين، وللحياة أيضاً. ويرى باربر (Barber, 2010) السعادة على أنها حالة الشخص العامة من الإيجابية والتفاؤل واعتبار الذات، كما تشمل السعادة الخبرات المتكررة من الانفعالات الإيجابية.

إن السعادة لها مكونين الأول السعادة الذاتية أو اللذة (Subjective Well-) (SBW) Hedonic (Being)؛ والذي يركز على السعادة والمشاعر الإيجابية والمتعة. والمكون الثاني السعادة النفسية (Psychological) (PBW) Eudemonic (Well Being) التي تركز على تحقيق الإنسان لقدراته وتحقيق الغرض من الحياة، كما أن السعادة النفسية (PBW) هي حالة تتميز بالقبول، والتحقيق والتماسك والتكامل مع الآخرين، وإن مفهوم (PBW) يختلف عن (SWB) بأن الأولى لها ستة أبعاد (الاستقلال والنمو الشخصي وتقبل الذات والحياة الهادفة والاتقان والارتباط الإيجابي) وهذه الأبعاد الستة مرتبطة إيجابياً بالصحة العقلية والجسدية والتي ليس من الضروري أن تسهم فيها (SBW) (Padhy, Chelli & Padiri, 2015).

ويرى ريتشارد (Richard, 2005) أن هناك مجموعة من المقومات للسعادة وهي: الاستقرار: وتعني التمسك بأحكام السعادة عندما تتحقق، والتحديد: وهي قدرة الأفراد على تحديد الحياة الفضلى، والتأكيد على الوقت: وتعني تقييم للحياة، لذا يمكن الحكم على السعادة أنها تغطي الحاضر وتستمر من الماضي وتتوقع المستقبل، والوعي: وهو إدراك الفرء للسعادة في المواقف المختلفة.

التعامل مع الأحداث بفاعلية، ويتوقعون النجاح في التغلب على العقبات، وأن المثابرة على المهام تؤدي إلى مستوى عالٍ من الإنجاز، وهؤلاء الأفراد لديهم ثقة أكبر في قدراتهم على القيام بالمهام وينظرون إلى الصعوبات على أنها تحديات بدلاً من تهديدات، كما يسعون بنشاط نحو مواقف جديدة وقليلاً ما يخافون من الفشل وطموحاتهم مرتفعة ولديهم قدرة على التفكير التحليلي وحل المشكلات (Schultz & Schultz, 2009).

وتتطور معتقدات الكفاءة الذاتية اعتماداً على أربعة مصادر رئيسية هي (Maddux, Jones, 2011; Seifert & Sutton, 2009) (Schunk & Mullen, 2012; 1995):

خبرات الإتقان (Mastery Experiences) توفر تجارب النجاح السابقة مؤشرات مباشرة أن لدى الفرد مستوى من الإتقان والمهارة، كما أن الانجازات السابقة تثبت قدرات الفرد وتعزز الشعور بالكفاءة الذاتية في حين الفشل المتكرر وخاصة في مراحل الطفولة يؤدي إلى انخفاض الكفاءة الذاتية، ويعد تلقي ردود الفعل على التقدّم في الأداء مؤشراً مهماً لتحقيق الأداء، ففي دراسة أجراها لي ماكألوي وهامر دنكان تشاميتون (Li, McAuley, Harmer, Duncan & Chaumeton, 2001) لقياس أهمية ردود الفعل والتقدّم لتحقيق الأداء فقد وجدوا أن الذين تلقوا ردود فعل إيجابية على أدائهم كانت الكفاءة الذاتية عالية في مقابل الذين تلقوا ردود فعل سلبية كانت كفاءتهم الذاتية منخفضة. الخبرات والتجارب غير المباشرة (الابدالية) (Vicarious Experience) المصدر الثاني لاعتقادات الكفاءة تأتي من خبرة الإتقان الإبدالية، أو ملاحظة نجاحات الآخرين، وببساطة رؤية شخص آخر ينجح في مهمة، التأثير الأقوى عندما ينقص الملاحظ الخبرة على مهمة ما، وبالتالي يكون غير واثق في قدراته الذاتية. يكون التأثير أقوى عندما يكون النموذج هو شخص ما جدير بالاحترام، كالمعلم أو

الذاتية في مجالات متنوعة (Zimmerman, 2000)، حيث تتحدد الكفاءة الذاتية لدى الأفراد بمدى قدرتهم على تلبية المعايير السلوكية، ويرى باندورا أن الكفاءة الذاتية هي الإحساس أو الشعور بالكفاءة في التأقلم مع ظروف الحياة، وأن الحفاظ على مستوى المعايير في أداؤها يعزز الكفاءة الذاتية، وبمعنى آخر عرف الكفاءة الذاتية بأنها معتقدات الفرد أو تصوراتها عن ظروف الحياة ومدى سيطرته عليها (Schultz & Schultz, 2009).

إذ يسعى الأفراد إلى السيطرة على الأحداث التي تؤثر في حياتهم من خلال ممارسة التأثير في المجالات التي يسيطرون عليها، فوجود الكفاءة الذاتية تعطي الفرد القدرة على تلبية المطلوب والإحالة دون حدوث غير المرغوب فيه (Bandura, 1995).

ولتحقيق السيطرة على ظروف الحياة فوائد لا حصر لها على الصعيد الشخصي والاجتماعي؛ لأن القدرة على التأثير على النتائج تجعل الفرد أكثر قدرة على التنبؤ، وتعزز لديه الاستعداد للتكيف، ويجعله أكثر قدرة على ضبط الأشياء التي تؤثر سلباً على حياته كالخوف واليأس واللامبالاة (Schultz & Schultz, 2009).

أما الأفراد الذين يمتازون بالكفاءة الذاتية المنخفضة فيشعرون بالعجز وعدم القدرة على السيطرة على أحداث الحياة، ويعتقدون أن أي جهد يبذلونه غير مجدٍ، وعندما يتعرضون لمشكلة ما فإنهم لا يبدون أي محاولات لأنهم مقتنعون أن أي شيء سوف يفعلونه لن يحدث فرقاً وستبقى النتيجة واحدة، بمعنى آخر أن السبب غير مرتبط بالنتيجة (Bandura, 1995)

كما أن انخفاض الكفاءة الذاتية يُدمر الدوافع ويقلل من مستوى الطموح، مما يؤثر سلباً في الصحة العامة (السعادة)، في حين أن الأفراد الذين يمتازون بالكفاءة الذاتية المرتفعة يعتقدون أنهم قادرين على

نظرية الكفاءة الذاتية تقدم إطار عمل لفهم سلوك الفرد، فالأفراد لديهم القدرة على التحكم الهادف في سلوكهم وعلى بيئاتهم؛ لأن اعتقادات الكفاءة الذاتية تؤثر في الدافعية والتخطيط والكفاءة، فهذه الاعتقادات من أكبر العوامل تأثيراً في السلوك، ومن أجل الحصول على فهم أوضح لمعتقدات الكفاءة الذاتية لا بد من وصف علاقة معتقدات الكفاءة الذاتية مع جوانب أخرى من الذات والشخصية، والعمليات التي يتم من خلالها تشكيل معتقدات الكفاءة الذاتية (Jones, 2011).

العوامل الخمسة الكبرى الشخصية Big Five Factors

لقد حظي موضوع الشخصية في مجال علم النفس اهتمام كثير من العلماء والباحثين وقد تناولت العديد من الدراسات سمات الشخصية على اختلاف منطلقاتها حول الطبيعة البشرية، إذ أن كل شخص لديه خصائص شخصية تفرده عن الشخص الآخر وأن هذه الخصائص يمكن أن توصف بأنها تؤثر على كيفية الاستجابة للبيئة.

وتتميز الشخصية عن غيرها من موضوعات علم النفس بتركيزها على التنظيم الديناميكي المعقد داخل الفرد وارتباطها بالفروق الفردية في الوظائف النفسية، وتهتم بكيفية تصرف الفرد وطريقة تفكيره وشعوره، وتمتاز الشخصية أيضاً بالثبات والاستقرار النسبي، وأن الشخصية هي العامل الرئيسي في التكيف مع البيئة، وفي الوقت نفسه يسعى علماء نفس الشخصية للتوصل إلى قوانين عامة تنطبق على جميع البشر (التل، ٢٠٠٤؛ Eysenck, 2013).

ويختلف تعريف الشخصية باختلاف المنحى النظري الذي ينطلق منها، ولكن بنى الباحثون في علم النفس توافق في الآراء وأوجدوا قواسم مشتركة في التعريف مفهوم الشخصية إذ يعرفها ماكري وجون (John & McCrae, 1992, p176) بأنها "نموذج

الزميل ذوي القدرة. حتى في مثل هذه الظروف فإن الخبرة الإبدالية ليست في مثل تأثير الخبرة المباشرة، وهذا أمر ليس صعباً تصوره.

ويُعد الإقناع اللفظي (Verbal Persuasion) المصدر الثالث لاعتقادات الكفاءة الذاتية والذي هو التشجيع، من خلال إقناع شخص ما بكفاءته على القيام بمهمة، فالإقناع لا يكون كفاءة ذاتية مرتفعة في حد ذاته، لكنه غالباً يزيد أو يدعمها جنباً إلى جنب مع الخبرات المباشرة والخبرات الإبدالية، وخصوصاً عندما يأتي الإقناع من أكثر من شخص، وبالنسبة للمعلمين هذا يقود إلى أمرين: الأول التشجيع يمكن أن يدفع الطلبة، خصوصاً عندما يكون التركيز على مهام محددة قابلة للتحقيق، فهو يمكن أن يدفع الطلبة بقول أشياء من قبيل "أعتقد أنك تستطيع القيام بذلك"، "أنا شاهدتك تقوم بهذا الأمر من قبل، لذا أعرف أنك تستطيع القيام بذلك مجدداً". فأما التطبيق الثاني للمعلمين فهو دعم التشجيع بإعادة ترتيب المهمات المقدمة للطالب بحيث تكون قابلة للتحقيق، وضمن قدرات الطالب.

مستوى الإثارة الفسيولوجية والعاطفية (Physiological And Affective States) المصادر الثلاثة السابقة لاعتقادات الكفاءة كلها معرفية أو موجهة نحو التفكير، لكن الانفعالات أيضاً تؤثر في توقعات النجاح والفشل، فالشعور بالعصبية أو القلق قبل التحدث لمجموعة كبيرة من الناس (أو أحياناً حتى لصف ممتلئ بالطلبة) يمكن أن يعطي رسالة مثل القول "أنا لن أنجح في القيام بذلك" حتى لو كان ثمة سبب وجيه لتوقع النجاح، لكن المشاعر الإيجابية يمكن أن ترفع الاعتقادات حول الكفاءة، لكن عند استدعاء مهمة ناجحة سابقة غير مرتبطة بالمهمة، قد يُبالغ الأفراد في تقدير فرص النجاح على المهمة الجديدة التي ليس لهم فيها خبرة سابقة، وبالتالي فهي ليست في وضع يسمح لهم للتنبؤ بكفاءتها.

استخدامها لفهم أنفسهم وفهم الآخرين، وتعود أصول العوامل الكبرى للشخصية إلى الورقة التي قدمها العالم فرانسيس جالتون (Francis Galtons) عام ١٨٨٤م والتي تتحدث عن قياس الشخصية، والتي اقترحت أن الفروق الفردية مهمة بين الناس، وعلى مدى قرون تم إجراء دراسات استقصائية في محاولة لتصنيف الآلاف من الصفات الشخصية وفي عام ١٩٦٠ ومع ظهور التقنيات الإحصائية المحوسبة أحرزت تقدم حقيقياً حيث صُنّف كثير من الناس ضمن سمات شخصية محددة وأدت هذه التحليلات إلى شبه إجماع أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تقدم تفسيراً عالمياً للفروق الفردية في الشخصية (Dale & Harrison, 2017).

وتتألف الشخصية وفقاً لنموذج العوامل الخمسة الكبرى من الآتي (McCrae, & Costa, 1997; John & John & McCrae, 1992; Srivastava, 1999)

- الانبساط (Extraversion): ويمتاز هؤلاء الأفراد بالمشاعر الإيجابية والعواطف والميل إلى البحث عن الشراكة مع الآخرين ويفضلون العمل مع الجماعات، ويمتازون بالتفاؤل والبهجة والإثارة والتحفيز والتأثير الإيجابي مثل الطاقة والحماس والدافعية.

- المقبولية (Agreeableness): وهي الميل إلى الثقة والمسايرة والرعاية ويراعي مشاعر الآخرين، وكريم ومعطاء معتدل ولطيف، وهؤلاء الأفراد لديهم نظرة متفائلة عن الطبيعة البشرية وهم متعاطون مع الآخرين ولديهم رغبة في المساعدة وهم مقبولين اجتماعياً.

- يقظة الضمير (Conscientiousness): يمتاز هؤلاء الأفراد بأنهم هادفون ومصممون لديهم ميل للعمل بإخلاص ويظهرون انضباط ذاتي ويقومون بالعمل دون التطلع إلى توقعات البيئة الخارجية، وهي صفة اجتماعية تعني التحكم بالانفعالات التي تسيطر وتيسر السلوك الموجه نحو الهدف

يقوم على تصور مؤداه أنه يمكن وصف الشخصية وصفاً اقتصادياً كاملاً خلال خمسة عوامل أساسية هي: العصابية، والانبساطية، والتقبل، ويقظة الضمير والانفتاح على الخبرة"، كما يعرفها لأرسن وبوس (Larsen & Buss, 2005, p4): بأنها "مجموعة من السمات والآليات النفسية داخل الفرد ويمتاز بالثبات النسبي والتي تنظم تفاعلاته مع الحياة وكيفية التكيف مع البيئة"، ويعرفها ريكمان (Ryckman, 2008, p4): "بأنها مجموعة ديناميكية تنظم الخصائص التي يمتلكها الشخص وإدراكه وسلوكاته ودوافعه المختلفة".

وفي غضون العقدين الماضيين كان هناك تبايناً في وجهات نظر العلماء تبعاً إلى الأطر النظرية التي ينتمون إليها، ومن هذه الأطر منحى السمات الذي ينظر إلى الشخصية أنها مجموعة من السمات المستقرة الدائمة نسبياً (Eysenck, 2013)، والتي تعبر عن الطريقة التي يشعر بها الفرد وطريقة تفكيره، وأن هذه السمات الخمس الكبرى مستقرة مع مرور الوقت يتم تحديدها وراثياً وتظهر مع الولادة مع أن البيئة تلعب دوراً أيضاً بها (John, 1992) ويعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى من أبرز النماذج قبولاً والأكثر شيوعاً في نظرية السمات وفي علم النفس المعاصر لوصف السمات الأكثر بروزاً في الشخصية وسُميت بالخمس الكبرى لانعكاس عظمتها الكامنة حيث يعكس كل عامل عدد كبير من العوامل التي تمثل الشخصية على مستوى أوسع من التجريد ويلخص عدد كبير من خصائص الشخصية المميزة والأكثر تحديداً (John & Srivastava, 1999, p105). وتتألف الشخصية وفقاً لهذا النموذج من خمسة سمات يقظة الضمير والعصابية والانفتاح على الخبرة والمقبولية والانبساط (McCrae & John, 1992) والخمس الكبرى عدد لا يحصى من السلوكات وتقدم لغة مشتركة تُمكن الأفراد

تناول الكفاءة الذاتية كمتغير وسيط، تكونت عينة الدراسة من ١٨٠ من طلبة وموظفي الجامعات الذين تتراوح أعمارهم بين ١٩-٦٠ عاماً، وأظهرت النتائج أن سمات الشخصية (العصابية والانبساط و يقظة الضمير والانفتاح على الخبرة) تؤثر على الرضا عن الحياة بواسطة الكفاءة الذاتية كمتغير وسيط، كما بينت النتائج أن الكفاءة الذاتية متغير وسيط بين الانفتاح والضمير والسعادة الذاتية لكنه لم يكن كذلك بين العصابية والانبساطية، فهذه النتائج تؤكد على أهمية المعتقدات المعرفية في الربط الوظيفي بين السمات الشخصية والسعادة الذاتية.

وفي دراسة أجراها ديبا وهوناغوند وهانفال (Deepa, Hunagund & Hangal, 2014) هدفت للكشف عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية والسعادة لدى الشباب الخريجين تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ خريج توصلت النتائج إلى أن هناك علاقة إيجابية بين الكفاءة الذاتية والسعادة، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في كل من الكفاءة الذاتية والسعادة.

كما قامت تيف (٢٠١٤) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية تكونت عينة الدراسة من ٣٦٤ من طلبة الجامعة الأردنية. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين العصابية والرضا عن الحياة وعلاقة طردية بين الانفتاح والطيبة ويقظة الضمير والرضا عن الحياة، كما بينت النتائج ارتفاع مستوى العصابية ويقظة الضمير عند الذكور مقارنة بالإناث، وأن مستوى هذين العاملين كانت أعلى لدى طلبة الكليات العلمية مقارنة بالإنسانية ولم تظهر فروق على متغير السنة الدراسية للعوامل الخمسة للشخصية وعدم وجود

والتفكير قبل القيام بالتصرفات وتأخير الإشباع ويعملون وفق معايير وضوابط وتخطيط وتنظيم وتحديد أولويات المهام.

- العصابية (Neuroticism): يمتاز هنا الأفراد بالانفعالات السلبية والتي هي عكس الصلابة الانفعالية. مع مشاعر والخوف والعصبية والحزن والتوتر والغضب والشعور بالذنب.

- الانفتاح على الخبرة (Openness to Experience) وتعني الميل إلى أن يكون الفرد مبتكر ويتمتع بأصالة التفكير ويقظة المشاعر الداخلية، وتقدير الفن والحس المرهف للجمال وهؤلاء الأفراد لديهم استعداد لإبداء أفكار جديدة غير تقليدية.

تستحوذ دراسة السعادة على اهتمام بالغ من قبل الباحثين في مختلف المجالات النفسية نظراً لارتباط هذه الحالة بالصحة النفسية للفرد، فقد أجريت العديد من الدراسات التي ربطت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالسعادة والصحة والنظرة الإيجابية للحياة والكفاءة الذاتية، ومن هذه الدراسات:

بداية قام أبو هاشم (٢٠١٠) بدراسة هدفت على التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة تكونت عينة الدراسة من ٤٠٥ من طلبة جامعة الزقازيق توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في السعادة النفسية، كما توصلت الدراسة إلى أن المتغيرات المستقلة (المقبولية، ويقظة الضمير، والانبساطية، والانفتاح على الخبرة) في تفسير حوالي ٥٦,٥ من التباين في درجات المتغير التابع (السعادة النفسية).

كما قام كل من ستروبل وتماسجان وسبورلي (Strobel, Tumasjan & Sporrle, 2011) بدراسة لمحاولة معرفة العلاقة بين السمات الشخصية والسعادة الذاتية وتم

الذاتية واحترام الذات والسعادة الذاتية تكونت عينة الدراسة من ٥٥٦ من طلبة الذين يدرسون برنامج التأهيل التربوي في جامعة كوكمان، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين الكفاءة الذاتية والسعادة.

وفي السياق نفسه أجرى زهانج (Zhang, 2016) دراسة للكشف عن العلاقة بين السمات الشخصية والكفاءة الذاتية وبين الرضا عن الحياة (السعادة)، تكونت عينة الدراسة من ٣١٨ من طلبة الجامعات المستجدين في الصين، أظهرت النتائج أن الكفاءة الذاتية ذات قيمة محدودة في التنبؤ بالسعادة الذاتية.

وبعد استعراض نتائج الدراسات السابقة لوحظ أن نتائج الدراسات السابقة لم تقطع في دور العوامل الخمسة الكبرى لمجتمعنا في تحقيق السعادة كما يظهر في دراسة أبو هاشم (٢٠١٠) ودراسة ستروبل وآخرون (Strobel et al., 2011) ودراسة إيمين وساتيسي (Emine & Satici, 2015) ودراسة تشافان وبادجوجار (Chavan & Badgular, 2016)، أما فيما يخص علاقة الكفاءة الذاتية مع السعادة فلم تقطع أيضاً الدراسات السابقة في طبيعة هذه العلاقة ففي دراسة صديقي (Siddiqui, 2015) ودراسة إروزكان وآخرون (Erozkan et al., 2016) بينت أن ثمة علاقة بين الكفاءة الذاتية والسعادة في حين أظهرت دراسة (Zhang, 2016) أن الكفاءة الذاتية ذات قيمة محدودة في التنبؤ بالسعادة الذاتية.

كما يلاحظ من خلال الدراسات السابقة عدم تطرق الباحثين لدراسة الثلاث متغيرات مجتمعة، أما على الصعيد العربي فلا توجد دراسات تناولت النموذج السببي للعلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والكفاءة الذاتية والسعادة وفق علم الباحثين، والدراسة الحالية تحاول بحث النموذج السببي للعلاقات بين الشخصية والكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية، ومن أجل توضيح العلاقة حتى تسهل على التربويين عامة،

فروق لمستوى الرضا عن الحياة تعزى للمتغيرات الجنس والكلية والسنة الدراسية.

كما قام إيمين وساتيسي (Emine & Satici, 2015) بدراسة هدفت للكشف عن العلاقة بين السمات الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة الذاتية تكونت عينة الدراسة من ٣٦٩ ممن يتراوح أعمارهم بين ١٨-٣٠ توصلت عينة الدراسة إلى أن الانبساط والمقبولية والانفتاح ويقظة الضمير كانت مؤشرات إيجابية بشكل ملحوظ، في ما كانت العصبية مؤشر سلبى للسعادة الذاتية، وقد فسرت العوامل الخمسة للشخصية مجتمعة ما نسبته ٣٦% من التباين في السعادة .

وفي دراسة أجراها صديقي (Siddiqui, 2015) هدفت للكشف عن تأثير الكفاءة الذاتية على الرفاه النفسي لدى طلبة المرحلة الجامعية تكونت عينة الدراسة من ١٠٠ طالب من جامعة أليفاه الإسلامية توصلت نتائج الدراسة لوجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والرفاه النفسي، وكما أن الإسهام الفعلي لمتغير التنبؤ ٣٥,٦% لدى الطلبة الذكور في حين كان الإسهام لدى الإناث ٣٠,٤%.

وفي السياق نفسه أجرى كل من تشافان وبادجوجار (Chavan & Badgular, 2016) دراسة هدفت لمعرفة العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة تكونت عينة الدراسة من ٣١ طالب ممن تتراوح أعمارهم بين ٢١-٣٠ عاماً ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام اختبار ماكري وكوستا (NEO-FFI) لقياس العوامل الكبرى للشخصية وقائمة أكسفورد لقياس السعادة توصلت الدراسة إلى أن عوامل الشخصية الانبساط والضمير ترتبط إيجابياً مع السعادة في حين أن العصبية ترتبط سلباً مع السعادة والانفتاح لا يرتبط مع السعادة.

وفي دراسة أجراها إروزكان ودوغان أديغوزل (Erozkan, Dogan & Adiguzel, 2016) هدفت للكشف عن العلاقة بين الكفاءة

الذاتية بالسعادة، وذلك من خلال الإجابة عن السؤال الآتي:

هل يتفق النموذج النظري المقترح (وفق الأسس النظرية والمنطقية ونتائج الدراسات السابقة) مع البيانات التي تم الحصول عليها في هذه الدراسة؟

أهمية الدراسة

أهمية نظرية: تنبع أهمية الدراسة الحالية كونها تحاول البحث في العلاقات السببية بين الكفاءة الذاتية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في تحقيق السعادة الأمر الذي يعد إضافة للمكتبة العربية إذ تُعد من أولى الدراسات التي بحثت في النموذج السببي للعلاقات للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والكفاءة الذاتية والسعادة مجتمعة.

أهمية تطبيقية: تتمثل في الإفادة من نتائج هذه الدراسة من قبل أولياء الأمور في تحسين أساليب التنشئة الأسرية، كما يُؤمل أن يستفيد من نتائج الدراسة كل من المعلمين وأساتذة الجامعات والقائمين على تخطيط وتنفيذ البرامج التعليمية من أجل تطوير أساليب ووسائل تعليمية وتطوير المناهج بشكل يعمل على رفع معتقدات الفرد حول ظروف الحياة والسيطرة عليها في سبيل تحقيق الكفاءة الذاتية والسعادة.

محددات الدراسة وحدودها

يتحدد تعميم نتائج هذه الدراسة بعينة الدراسة، والتي اقتصر على طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية الذين جمعت بيانات الدراسة منهم خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨. كما حُدِّت نتائج هذه الدراسة بالأدوات التي استخدمت فيها من حيث صدقها وثباتها. بالإضافة إلى المنهج الذي استخدمه الباحثين وهو المنهج الوصفي التحليلي.

أما حدود هذه الدراسة فهي الحدود البشرية، إذ اقتصر على طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية ممن يدرسون في

والعاملين على التعلم الجامعي خاصة وضع البرامج والتركيز على علم النفس الإيجابي بأفضل شكل ممكن.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يعاني طلبة الجامعات من مشكلات عديدة نتيجة انخفاض مستوى السعادة، والتي من مظاهرها العبوس الدائم، والاستجابات الانفعالية المبالغ فيها حول المثيرات المحيطة، وانتشار ظاهرة العنف بينهم، بالإضافة إلى العزوف عن المشاركة في الأنشطة الجامعية، وغير ذلك من الأنماط السلوكية السلبية التي لها آثار غير مرغوبة على الجوانب الأكاديمية والحياتية الأخرى، وقد لوحظ أن لأنماط الشخصية التي يتمتع بها هؤلاء الطلبة، التي تعد من المتغيرات المحددة للفكر والسلوك والانفعال، تأثير على الحالة الإنفعالية التي يشعرون بها، ومن ذلك حالة السعادة، والشعور بالكفاءة الذاتية؛ فربما تؤدي عوامل الشخصية الكبرى إلى رفع مستوى الكفاءة الذاتية حيال المهمات أو إلى الشعور بانخفاض الكفاءة الذاتية.

أما السعادة فهي ظاهرة معقدة تتداخل فيها العديد من الجوانب المؤثرة، وهذا يبرر الاهتمام بالأنماط الشخصية السائدة عند الطلبة وذلك من خلال نمذجة سببية للعلاقات بين العوامل الخمس الكبرى في الشخصية والكفاءة الذاتية وعلاقتها بالسعادة، لذا تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المتغيرات ووضع نموذج سببي يوضح العلاقة التوسيطية للكفاءة الذاتية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة.

كما تبرز المشكلة أيضاً عند الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى؛ إذ تتغير معتقدات الفرد حول ظروف الحياة وقدرتهم على السيطرة عليها مما يؤدي إلى ظهور تهديدات لسعادة الأفراد ونوعية الحياة، لذا فإن مشكلة الدراسة الحالية تتناول تحديد العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالكفاءة

الطريقة والإجراءات

مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية للفصل الأول للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨، والبالغ عددهم حسب إحصائيات عمادة القبول والتسجيل ٢٢٠٤٠ طالباً وطالبة، تم استثناء طلبة الدراسات العليا والبالغ عددهم ١٩٤٤ طالباً وطالبة ليصبح مجتمع الدراسة ٢٠٠٩٦ طالباً وطالبة حيث بلغ الذكور ٩٠٠٧، وعدد الإناث ١١٠٨٩، موزعين على ١٢ كلية، ٦ كليات طبية و٣ كليات هندسية و٣ كليات العلمية.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ طالباً وطالبة، تم استبعاد استجابة ٢٣ طالباً وطالبة لعدم الجدية في الاستجابة أو وجود نقص في البيانات، فبلغ عدد العينة من الذكور ١٥٦، وعدد الإناث ٢٢١، موزعين على التخصصات الطبية بواقع ٢١٤ طالباً وطالبة والتخصصات الهندسية بواقع ١١٦ طالباً وطالبة والتخصصات العلمية ٤٧ طالباً وطالبة تم اختيارها بالطريقة المتيسرة وكانت وحدة الاختيار هي الشعبة.

منهجية الدراسة

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي كونه يتناسب مع طبيعة المشكلة والمتغيرات التي تم تناولها حيث تم استخدام النموذج السببي، ويتمثل الهدف من النموذج السببي اختبار صحة الفروض حول العلاقات بين المتغيرات المقاسة والمتغيرات الملاحظة.

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام ثلاث اختبارات؛ الأول لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية واختبار الكفاءة الذاتية العامة وقائمة جامعة أكسفورد للسعادة للكشف عن مستوى السعادة لدى أفراد عينة الدراسة.

مرحلة الشهادة الجامعية الأولى، والحدود الزمانية إذ أجريت الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام ٢٠١٧-٢٠١٨. والحدود المكانية إذ أجريت الدراسة في جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية التي تقع ضمن مدينة اردب، شمالي المملكة الأردنية الهاشمية.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

العوامل الخمسة الكبرى للشخصية Big Five (Factors): تعرف العوامل الخمسة الكبرى للشخصية اصطلاحاً بأنها خمسة سمات مكونة للشخصية وهي يقظة الضمير، والعصابية، والانفتاح على الخبرة، والمقبولية والانبساط (McCrae & John, 1992) وتعرف العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (BFI) والذي يتكون من ٤٤ فقرة موزعة على خمسة أبعاد.

الكفاءة الذاتية (Self Efficacy): تعرف الكفاءة الذاتية اصطلاحاً على أنها إيماناً ذاتياً متفائلاً باعتقاد الفرد بأنه يستطيع أداء مهام جديدة وصعبة والتعامل مع الشدائد في مختلف مجالات العمل البشري بحيث تسهل تحديد الأهداف واستثمار الجهد والثبات في مواجهة الحواجز والتعافي من النكسات بحيث يمكن اعتبارها مورد مقاومة إيجابية (Schwarzer, 1992). وتعرف الكفاءة الذاتية إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الكفاءة الذاتية العامة (GSE) والذي يحتوي على ١٠ فقرات .

السعادة (Happiness): تعرف السعادة اصطلاحاً بأنها انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة أو انعكاس لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وتتضمن الرضا عن الحياة والاستمتاع والشعور بالبهجة والصحة العامة (أرجايل، ١٩٩٣) وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على قائمة أكسفورد (Oxford) للسعادة التي تحتوي على ٢٩ فقرة.

**أولاً: قائمة العوامل الخمسة الكبرى
للشخصية (Big Five Inventory (BFI):**

القائمة أصلاً لجون ودوناو وكينتل (John, Donahue & Kentle, 1991). تتألف القائمة من ٤٤ فقرة، وتتضمن خمسة قوائم فرعية هي: يقظة الضمير، والعصابية، والانفتاح على الخبرة، والمقبولية، والانبساط بواقع تسعة فقرات لقائمة يقظة الضمير وثمانية فقرات لقائمة العصابية وثمانية فقرات لقائمة الانبساط وتسعة فقرات لقائمة المقبولية وعشرة فقرات لقائمة الانفتاح على الخبرة وجميع هذه المقاييس من نوع ليكرت وهي ذات تدرج خماسي تتضمن كل منها جملة واحدة بحيث يجيب المفحوص عليها بتحديد مدى انطباقها عليه، وتتراوح كل منها بين ١-٥ كما يلي: صحيح تماماً = ٥، صحيح = ٤، صحيح نوعاً ما = ٣، غير صحيح = ٢، غير صحيح مطلقاً = ١ وهناك بعض الفقرات السلبية، وهي ٢، ٦، ٨، ٩، ١٢، ١٨، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٧، ٣١، ٣٤، ٣٥، ٣٧، ٤١، ٤٣ وتم عكس درجات هذه الفقرات.

إجراءات الصدق والثبات الأصلي للقائمة: القائمة الحالية لها مؤشرات سيكومترية جيدة في البيئة الأجنبية، فبعد تطبيقها على عينة استطلاعية تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير والعصابية والانفتاح على الخبرة ٠.٨٨، ٠.٧٩، ٠.٨٢، ٠.٨٤، ٠.٨١، على التوالي والدرجة الكلية فكانت ٠.٨٣.

أما معامل ثبات الإعادة فقد بلغت معاملات الارتباط بين التطبيق القبلي والبعدي لأبعاد الانبساطية والعصابية ويقظة الضمير المقبولية والانفتاح على الخبرة ٠.٨٦، ٠.٨٩، ٠.٨٢، ٠.٧٤، ٠.٧٩، على التوالي.

إجراءات الصدق والثبات في الدراسة الحالية: تمت ترجمة القائمة من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، وتم عرض الترجمة على ثلاثة مختصين باللغة الإنجليزية للتأكد من سلامتها. كما تم إجراء ترجمة عكسية

للقائمة أي من اللغة العربية إلى الإنجليزية من مختص آخر في اللغة الإنجليزية للتأكد من محافظة كل فقرة على مدلولها الأصلي في القائمة، وتم القيام بتعديلات طفيفة على النص العربي لبعض الفقرات في ضوء هذه الإجراءات كما تم عرض القائمة بصورتها الجديدة على خمسة مختصين في علم النفس التربوي والقياس وطلب منهم إبداء الرأي في مدى انتماء كل فقرة إلى البعد الذي تقيسه وقد أجمع المحكمون على أن الفقرات تنتمي إلى الأبعاد التي تقيسها، وتمت طباعة المقياس بعد أن رُتبت فقرات القوائم الفرعية الخمسة بطريقة عشوائية لتشكل القائمة في صورتها النهائية

أما بالنسبة لإجراءات صدق البناء تم تطبيق القائمة على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة بلغ عددهم ٤٠ طالباً وطالبة ممن يدرسون أحد مساقات متطلبات الجامعة لضمان تمثيل طلبة الكليات المختلفة، وبعد ذلك تم حساب معاملات ارتباط فقرات القائمة المصححة مع الدرجة الفرعية، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات التي تقيس عامل المقبولية مع البعد الذي تنتمي إليه ٠.٧١-٠.٥٩، أما قيم معاملات ارتباط فقرات عامل يقظة الضمير والبعد الذي تنتمي إليه، فقد تراوحت بين ٠.٧٦-٠.٤٨، أما قيم معاملات ارتباط فقرات عامل الانبساط والبعد الذي تنتمي إليه، فقد تراوحت بين ٠.٦٩-٠.٤٦، أما قيم معاملات ارتباط فقرات عامل العصابية والبعد الذي تنتمي إليه، فقد تراوحت بين ٠.٣٥-٠.٥٩، أما قيم معاملات ارتباط فقرات عامل الانبساط على الخبرة والبعد الذي تنتمي إليه، فقد تراوحت بين ٠.٦٨-٠.٥٤.

كما تم حساب ثبات الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) للقوائم الفرعية وهي قوائم المقبولية ويقظة الضمير والانبساط، والعصابية، والانفتاح على الخبرة وكانت

مختصين في علم النفس التربوي والقياس وطلب منهم إبداء الرأي في مدى انتماء كل الفقرات إلى المقياس وقد أجمع المحكمون على أن الفقرات تنتمي إلى المقياس، وتمت طباعة المقياس ليتشكل المقياس الكلي في صورته النهائية.

أما بالنسبة لإجراءات صدق البناء تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة بلغ عددهم ٤٠ طالبا وطالبة ممن يدرسون أحد مساقات متطلبات الجامعة لضمان تمثيل طلبة الكليات المختلفة وبعد ذلك تم حساب معاملات ارتباط فقرات المقياس المصحح مع الدرجة الكلية، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل بين ٠,٧٤-٠,٤٣.

كما تم حساب ثبات الاتساق الداخلي (كرونباخ الفا) ومعامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين (test-retest) وكانت معامل الثبات ٠,٨٧-٠,٧٩ على التوالي.

ثانياً: قائمة السعادة (OHI) Oxford (Happiness inventory)

القائمة أصلاً لأرجايل ومارتن ولو (Argyle, 1995) (martin & Lu, 1995) أصحاب قائمة أكسفورد للسعادة (Oxford Happiness inventory) تألفت القائمة من ٢٩ فقرة تتضمن كل منها جملة واحدة بحيث يجب المضمون عليها بتحديد مدى انطباقها عليه والمقياس من نوع ليكرت وهي ذات تدرج الخماسي وتتراوح كل منها ب بين ١-٥ كما يلي: صحيح تماماً = ٥، صحيح = ٤، صحيح نوعاً ما = ٣، غير صحيح = ٢، غير صحيح مطلقاً = ١ وهنالك بعض الفقرات سلبية وهي ٣، ٤، ٧، ١١، ١٥، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٠ وتم عكس درجات هذه الفقرات.

إجراءات الصدق والثبات الأصلي للقائمة: القائمة الحالية لها مؤشرات سيكومترية جيدة في البيئة الأجنبية، فبعد تطبيقها على عينة قوامها ١٧٢ مشاركا تم حساب معامل الثبات فكان ٠,٩١، كما تم حساب معاملات

معاملات ثباتها ٠,٨١، ٠,٧٦، ٠,٧٢، ٠,٦٨، ٠,٨٤ على التوالي.

مقياس الكفاءة الذاتية العامة (General Self-Efficacy Scale):

وضعه أصلاً (Schwarzer & Jerusalem, 1995) يتألف المقياس من (١٠) فقرة تتضمن كل منها جملة واحدة بحيث يجب المضمون عليها بتحديد مدى انطباقها عليه والمقياس من نوع ليكرت وهي ذات تدرج الخماسي وتتراوح كل منها بين ١-٥ كما يلي: صحيح تماماً = ٥، صحيح = ٤، صحيح نوعاً ما = ٣، غير صحيح = ٢، غير صحيح مطلقاً = ١.

إجراءات الصدق والثبات الأصلي للمقياس: المقياس الحالي له مؤشرات سيكومترية جيدة في البيئة الأجنبية فبعد تطبيقه على عينات مختلفة من ٢٣ دولة تم حساب كرونباخ الفا لأبعاد وتراوحت الدرجة من ٠,٧٦ - ٠,٩٠ كما ان هناك مجموعة من الدراسات الأجنبية قامت بحساب معامل الثبات للمقياس الحالي وتبين أيضاً ان لها مؤشرات سيكومترية جيدة في البيئة الأجنبية، ففي دراسة (Luszczynska, Scholz, 2005) (Scholz, & Schwarzer, 2002) ودراسة (Dona, Sud & Schwarzer, 2002) تم حساب معامل الثبات فكانت على التوالي ٠,٩٤ و ٠,٧٩ - ٠,٨٧.

إجراءات الصدق والثبات في الدراسة الحالية: تمت ترجمة المقياس من اللغة الانجليزية إلى اللغة العربية، وتم عرض الترجمة على ثلاث مختصين باللغة الانجليزية للتأكد من سلامتها. كما تم إجراء ترجمة عكسية للمقياس أي من اللغة العربية إلى الإنجليزية من مختص آخر في اللغة الإنجليزية للتأكد من محافظة كل فقرة على مدلولها الأصلي في المقياس وتم القيام بتعديلات طفيفة على النص العربي لبعض الفقرات في ضوء هذه الإجراءات كما تم عرض المقياس بصورته الجديدة على خمسة

وطالبة ممن يدرسون أحد مساقات متطلبات الجامعة وتم حساب معامل ارتباط فقرات المقياس المصحح بالدرجة الكلية للقائمة، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل بين -0.23 - 0.62 ، كما تم حساب ثبات الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) ومعامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين (test-retest) وكانت معامل الثبات 0.89 - 0.91 على التوالي.

متغيرات الدراسة

تضمنت الدراسة المتغيرات المستقلة التالية وهي: العوامل الخمس الكبرى للشخصية، الكفاءة الذاتية

المتغيرات التابعة: السعادة.

نتائج الدراسة ومناقشتها

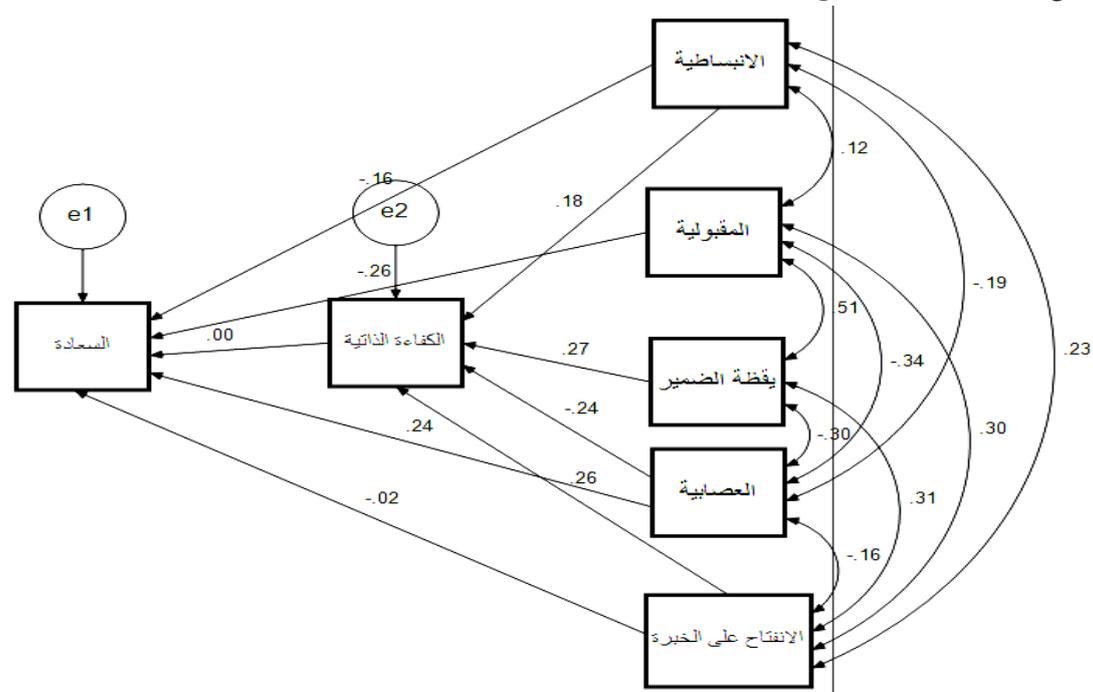
سيتم عرض النتائج وفق أسئلتها على النحو الآتي:

السؤال الأول: هل يتفق النموذج النظري المقترح (وفق الأسس النظرية والمنطقية ونتائج الدراسات السابقة) مع البيانات التي تم الحصول عليها في هذه الدراسة؟

ارتباطها مع عدد المحكات للتأكد من الصدق التلازمي وكانت تتراوح بين 0.77 إلى 0.93 .

إجراءات الصدق والثبات للدراسة الحالية: قام الباحثون بترجمة القائمة من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، وتم عرض الترجمة على ثلاثة مختصين باللغة الإنجليزية للتأكد من سلامتها. كما تم إجراء ترجمة عكسية للقائمة أي من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية للتأكد من محافظة كل فقرة على مدلولها الأصلي في القائمة، وتم إجراء تعديلات طفيفة على النص العربي لبعض الفقرات في ضوء هذه الإجراءات كما تم عرض القائمة بصورته الجديدة على خمسة مختصين في علم النفس التربوي والقياس وطلب منهم إبداء الرأي حول مدى انتماء كل فقرة وقد أجمع المحكمون على أن الفقرات تنتمي إلى المقياس وتمت طباعة القائمة.

أما بالنسبة لإجراءات الصدق والثبات تم تطبيق القائمة على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بلغ عددهم ٤٠ طالبا



شكل ١: قيم معاملات المسار للنموذج السببي الافتراضي

جدول ١

قيم معاملات الانحدار للمسارات السببية بالقيم المعيارية وغير المعيارية

القيم الحرجة C.R	الخطأ المعياري S.E	معامل الانحدار بالقيم غير المعيارية	معامل الانحدار بالقيم المعيارية	المسار السببي
*٤,١٥	٠,٠٥	٠,٢٢	٠,١٨	الانبساطية <-- الكفاءة الذاتية
*٦,٠٢	٠,٠٥	٠,١٨	٠,٢٧	يقظة الضمير <-- الكفاءة الذاتية
*-٥,٣٨	٠,٠٤	-٠,٢٠	-٠,٢٤	العصابية <-- الكفاءة الذاتية
*٥,٩٠	٠,٠٥	٠,٣٢	٠,٢٦	الانفتاح على الخبرة <-- الكفاءة الذاتية
-٠,٠٦	٠,٠٢	-٠,٠١	-٠,٠١	الكفاءة الذاتية <-- السعادة
*-٣,٣٠	٠,٠٣	-٠,٠٨	-٠,١٦	الانبساطية <-- السعادة
*-٥,١٢	٠,٠٣	-٠,١٣	-٠,٢٦	المقبولية <-- السعادة
*٤,٧٣	٠,٠٢	٠,٠٩	٠,٢٤	العصابية <-- السعادة
-٠,٣٨	٠,٠٣	-٠,١٠	-٠,٠٢	الانفتاح على الخبرة <-- السعادة

* دال عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

الجدول ٢

حجم الأثر المباشر وغير المباشر والأثر الإجمالي لمتغيرات النموذج الافتراضي (بالقيم المعيارية)

المتغير	الأثر المباشر	الأثر غير المباشر
الانبساطية <-- الكفاءة الذاتية	٠,١٨	٠,٠٠
المقبولية <-- الكفاءة الذاتية	٠,٠٠	٠,٠٠
يقظة الضمير <-- الكفاءة الذاتية	٠,٢٧	٠,٠٠
العصابية <-- الكفاءة الذاتية	-٠,٢٤	٠,٠٠
الانفتاح على الخبرة <-- الكفاءة الذاتية	٠,٢٦	٠,٠٠
الكفاءة الذاتية <-- السعادة	-٠,٠١	٠,٠٠
الانبساطية <-- السعادة	-٠,١٦	٠,٠٠
المقبولية <-- السعادة	-٠,٢٦	٠,٠٠
يقظة الضمير <-- السعادة	٠,٠٠	-٠,٠٠٣
العصابية <-- السعادة	٠,٢٤	٠,٠٠٣
الانفتاح على الخبرة <-- السعادة	-٠,٠٢	٠,٠٠

يتضح من جدول ٢ بأن المسارات غير المباشرة لتأثير العوامل الخمسة الكبرى على السعادة يتوسطها متغير أبعاد الكفاءة الذاتية، فكانت التأثيرات المباشرة لأبعاد العوامل الانبساطية والمقبولية والعصابية والانفتاح على الخبرة على السعادة -٠,١٦، -٠,٢٦، ٠,٢٤، ٠,٠٢ على التوالي. أما التأثيرات غير المباشرة للعوامل الانبساطية ويقظة الضمير والعصابية والانفتاح على الخبرة عبر متغير الكفاءة الذاتية فكانت ٠,٠٠، ٠,٠٠، ٠,٠٠٣، ٠,٠٠ على التوالي، مما يعني أن متغير الكفاءة الذاتية لعب دوراً وسيطاً يتضح في

للإجابة عن هذا السؤال استخدم أسلوب تحليل المسار (Path Analysis)، واختبار النموذج المقترح الذي يفترض أن السعادة تُعد متغيراً تابعاً في النموذج السببي، إذ تؤثر أبعاد عوامل الشخصية الخمسة في مستوى السعادة على نحو مباشر لدى أفراد عينة الدراسة، وكذلك فإن النموذج يتضمن مجموعة من مسارات التأثير غير المباشرة لتأثير أبعاد عوامل الشخصية الخمسة بالسعادة باعتبار الكفاءة الذاتية متغيراً وسيطاً. ويوضح شكل ١ الرسم التوضيحي للنموذج.

كما تم اختبار العلاقات المباشرة بين المتغيرات في النموذج الافتراضي كما يوضح جدول ١.

يظهر من خلال قيم الدلالة الإحصائية الواردة في جدول ١ أن جميع معاملات الانحدار دالة إحصائياً باستثناء معامل الانحدار بين المتغيرين (الكفاءة الذاتية والسعادة)، ومعامل الانحدار بين المتغيرين (الانفتاح على الخبرة والسعادة)، إذا بلغت الدلالة الإحصائية أكبر من (٠,٠٥).

كما تم استخراج قيم الأثر المباشر (Direct Effects) والأثر غير المباشر (Indirect Effects) بين متغيرات الدراسة حسب النموذج الافتراضي. وقد كانت كما هو موضح في جدول ٢.

كما تم استخراج قيمة اختبار مربع كاي المعياري (CMIN/df) التي بلغت قيمتها ٢,٧٧٢ وهي قيمة غير دالة إحصائياً، أي يتم قبول الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النموذج المقترح والنموذج المثالي، وهذا يدعم نتيجة اختبار كاي، وبالتالي فإن النموذج يفسر العلاقات التي تم اقتراحها وهو يعبر عن النموذج السببي الأمثل لمتغيرات الدراسة.

مناقشة النتائج

تدل قيم المعالم الرئيسية السابقة على تطابق كبير بين النموذج الافتراضي وبيانات الدراسة، ذلك أن مؤشرات المطابقة وقعت ضمن المدى المثالي. فرغم أن التأثيرات المباشرة بين أبعاد العوامل الانبساطية والمقبولية والعصابية والانفتاح على الخبرة على السعادة -٠,١٦، ٠,٢٦-، ٠,٢٤، ٠,٠٢- على التوالي، وهي نتيجة غير متوقعة إلا أن دخول الكفاءة الذاتية كمتغير وسيط عمل على تغيير معاملات المسار على السعادة، فغدت التأثيرات غير المباشرة لعوامل الانبساطية ويقظة الضمير والعصابية والانفتاح على الخبرة عبر متغير السعادة كالآتي ٠,٠٠، ٠,٠٠٣، ٠,٠٠، ٠,٠٠ على التوالي.

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية المعرفية الاجتماعية التي ترى أن السلوك البشري يعمل في إطار تكاملي ثلاثي متبادل يتضمن التفاعل بين العوامل الشخصية والسلوك وعوامل البيئة الاجتماعية وهذه التأثيرات تظهر على شكل كفاءة ذاتية باعتبارها عامل أساسي للشخصية لأنها تستند إلى معتقدات تقييمية عن الحياة وتأثيرها على كيفية استجابته لبيئته، كما أن كفاءة الفرد المدركة تلعب دوراً حاسماً في تحقيق السعادة؛ فرغم تمتع الأفراد بعوامل شخصية تُعرف بها شخصياتهم وتكون مميزة لها، إلا أن تفاعل الفرد مع الأحداث والظروف البيئية لا يتم بمعزل عن تقييم الفرد

تغيير قيم معاملات المسار للتأثيرات المباشرة لهذه العوامل، فيلاحظ أن التأثير المباشر لبُعدي الانبساطية والانفتاح على الخبرة قد أثر فيه متغير الكفاءة الذاتية بشكل غير مباشر حيث تلاشى هذا التأثير السالب في السعادة، أما بعد المقبولية فلم يكن ثمة دوراً وسيطاً للكفاءة الذاتية، أما بعد يقظة الضمير فلم يكن ثمة تأثيراً مباشراً على السعادة، إنما تأثير غير مباشر سالب، أما بعد الانبساطية فرغم أن تأثيره المباشر كان سالباً في السعادة إلا أن أحكام الفرد وتقييماته المتمثلة بمتغير الكفاءة الذاتية قد جعلت تأثير هذا العامل على السعادة موجباً.

ولدراسة مدى مطابقة بيانات الدراسة مع النموذج الافتراضي تم حساب المعالم الرئيسية للمطابقة، وقد بلغت هذه القيم كما هو موضح في جدول ٣:

جدول ٣

مؤشرات المطابقة للنموذج الافتراضي المقترح	المؤشر	حدود الثقة	القيمة
RMSEA (الجزر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب)	٠,٠٨-٠	٠,٠٦	
GFI (مؤشر جودة المطابقة)	١-٠,٩٠	٠,٩٩	
NFI (مؤشر المطابقة المعياري)	١-٠,٩٠	٠,٩٩	
CFI (مؤشر المطابقة المقارن)	١-٠,٩٠	٠,٩٩	
TLI (مؤشر تاكر-لوبيس)	١-٠,٩٠	٠,٩٣	
AGFI (مؤشر جودة المطابقة المعدل)	١-٠,٩٠	٠,٩٤	

كما تم استخراج قيمة اختبار مربع كاي (Chi-square) التي بلغت قيمتها ٨,٣٢ بدرجات حرية ٣، وبمستوى دلالة ٠,٠٤، وهي قيمة غير دالة إحصائياً، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة بين النموذج المقترح والنموذج المثالي، وهذا يشير إلى المطابقة مع النموذج السببي الأمثل (القهوجي وأبو عواد، ٢٠١٨).

وتختلف هذه النتيجة كذلك مع دراسة ديبا وآخرون (Deepa et al., 2014) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين الكفاءة الذاتية والسعادة. كما تختلف هذه النتيجة مع دراسة تيف (٢٠١٤) التي أظهرت علاقة ارتباطية عكسية بين العصابية والرضا عن الحياة وعلاقة طردية بين الانفتاح على الخبرة ويقظة الضمير، كما وتختلف هذه النتيجة مع دراسة تشافان وباجوجار (Chavan & Badgular, 2016) التي بينت نتائجها أن العصابية ترتبط سلباً مع السعادة والانفتاح على الخبرة لا يرتبط مع السعادة.

التوصيات

١. عقد ورش عمل في الجامعة لتبصير الطلبة بالعوامل الكبرى الشخصية وأثرها على سلوكياتهم، ومحاولة تنمية العوامل الإيجابية التي يفتقرون إليها.
٢. إضافة مادة في الجامعة تتعلق بعلم النفس الايجابي وتطوير الذات.
٣. إجراء دراسات تعتمد أسلوب تحليل المسار لبحث العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين العوامل الخمسة الكبرى وغيرها من المتغيرات كالتفاؤل والصلابة النفسية من جهة والسعادة من جهة أخرى.

المراجع

References

- أبو هاشم، محمد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، مجلة التربية جامعة بنها، ٢(٨١)، ٣٥٠-٢٦٨.
- أرجايل، مايكل. (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة. (فيصل يونس، مترجم). الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

لكفاءته الذاتية لتلك الأحداث والظروف من حيث ما يستطيع إنجازه وما لا يستطيع؛ فالكفاءة الذاتية تتأثر بالسلوكيات والبيئة المحيطة إذ عندما يكون قادر على التعامل الناجح مع المطالب البيئية فإن التوقعات تلعب دور مهماً في تحقيق التوافق النفسي، أما في حال اختلال هذه التوقعات تؤدي إلى مشكلات انفعالية سلوكية، وهذا التكيف والتوافق الإنساني مهم جداً في تحقيق السعادة.

كما يمكن أن تفسر هذه النتيجة في ضوء ما تقوم الكفاءة الذاتية من تعزيز الشعور لدى الأفراد بالسيطرة على الأحداث اليومية، وارتباطها الإيجابي بالقدرة على التعامل مع التوتر، والتقليل من تأثير التوتر والقلق على الأداء البيولوجي، فيرى باندورا أن الأفراد الذين لديهم شعور قوي بكفاءتهم على التعامل مع الأحداث يقل عندهم مستوى التوتر والاكئاب أثناء مجابهة الصعوبات والمشكلات، وتُعزّز عندهم المرونة عند الشدائد (Bandura, 2001, p. 10). كما أن وجود الكفاءة الذاتية العالية يؤثر على جوانب الرفاهية الجسدية والسيطرة على الألم، كما تعمل الكفاءة الذاتية زيادة الاندورفين الذي يعتبر من مسكنات الألم الطبيعية التي يفرزها الجسم، مما يجعله أكثر تكيفاً مع تغير أسلوب الحياة (Atmaier, Russell, Kao, Lehmann & Weinstein, 1993).

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة ستروبل وآخرون (Strobel et al., 2011) التي بينت أن الكفاءة الذاتية يمكن أن تأخذ دوراً وسيطاً بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية والانبساط ويقظة الضمير والانفتاح على الخبرة) والسعادة. وتختلف هذه النتيجة جزئياً أبو هاشم (٢٠١٠) مع دراسة التي بينت أن العوامل الخمسة الكبرى (المقبولية، ويقظة الضمير، والانبساطية، والانفتاح على الخبرة) يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي في السعادة.

- Altmaier, E. M., Russell, D. W., Kao, C. F., Lehmann, T. R., & Weinstein, J. N. (1993). Role of self-efficacy in rehabilitation outcomes among chronic low back pain patients. *Journal of Counseling Psychology, 40*, 335-339.
- Argyle, M., Martin, M., & Lu, L. (1995). *Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors*. In.
- Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In A. Bandura (Ed.), *Self-efficacy in changing societies* (pp. 1-45). New York: Cambridge University Press.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology, 52*, 1-26.
- Barber, E. (2010). *An Examination of Happiness and Its Relationship to Community College Coping Strategies and Academic Performance*, Unpublished Doctoral Dissertation, Morgan State University.
- Csikszentmihalyi, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in Everyday Life: the Uses of Experience Sampling. *Journal of Happiness Studies, 4*, 185-199.
- Dale, L., & Harrison, D. (2017). *How the Big Five personality traits in CPSQ increase its potential to predict academic and work out comes*. Cambridge Assessment Admissions Testing.
- Deepa L. H., & Suneetha, J. (2014). Self-Efficacy and Happiness in Youth.. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 40*(1), 70-73.
- Diener, E., & Suh, E. (2000). *Culture and Subjective Well-Being*. Massachusetts: MIT press.
- Dogan, T. & Coto, N. (2011) Adaptation of the Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire into Turkish: A Validity and Reliability Study *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 4* (36), 165-172.
- Ekerms, G., & Steyn, R. (2016). Optimism, Self-Efficacy and Meaningfulness: A Structural Model of Subjective Well-Being at Work. *Management Dynamics, 24*(4), 34-51.
- التل، شادية (٢٠٠٤). الشخصية. في محمد الريماوي (محرر). علم النفس العام (ص٥٣١-٥٦٥). عمان: دار المسيرة.
- تيف، أمل (٢٠١٤). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة الاردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الاردنية، عمان، الاردن.
- القهوجي، أيمن وأبو عواد، فريال (٢٠١٨). النمذجة بالمعادلات البنائية باستخدام برنامج اموس. عمان: دار وائل.

- Emine, G., & SATICI, S. (2015). BIG Five And Subjective Happiness. *Education Science and Psychology*, 35(3), 10-15.
- Erozkan, A., Dogan, A., & Adiguzel, A. (2016). Self-efficacy, Self-esteem, and Subjective Happiness of Teacher Candidates at the Pedagogical Formation Certificate Program. *Journal of Education and Training Studies*, 4(8), 72-82.
- Eysenck, H. (2013). *The Structure of Human Personality*. New York: Routledge.
- Gosling, S., & Rentfrow, P., & Jr, W. (2003). A very Brief Measure of the Big-Five Personality Domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528.
- Graziano, W., & Tobin, R. (2009). Agreeableness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 46-61). New York, NY: Guilford.
- John, O., & Srivastava, S. (1999). The big five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (2nd ed., pp. 102-139). New York: Guilford Press.
- John, O., Donahue, E., & Kentle, R. (1991). *The Big Five Inventory - Versions 4a and 54*. Berkeley, CA: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research.
- Jones, K. (2011). *Teacher Self-Efficacy Beliefs Related to Chronic Disruptive Behavior*. Unpublished Doctoral Dissertation, Indiana State University.
- Karademas, E., Kafetsios, K., & Sideridis, G. (2007). Optimism, Self - Efficacy and Information Processing of Threat - and Well - Being - Related Stimuli. *Stress and Health*, 23, 285-294.
- Khan, R. (2009). *The Perception of Happiness: Role of Age and Culture*. Unpublished Doctoral Dissertation, Kean University.
- Langevin, E. (2013). *Undergraduate Student Happiness and Academic Performance: A Correlation Study*. Unpublished Doctoral Dissertation, University Of Phoenix.
- Larsen, R., & Buss, D. (2005). *Personality Psychology: Domains of Knowledge about Human Nature* (2nd Ed.). New York: McGraw Hill.
- Li, F., McAuley, E., Harmer, P., Duncan, T., & Chaumeton, N. (2001). Tai Chi enhances self-efficacy and exercise behavior in older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 9, 161-171.
- Lu, L. (2001). Understanding Happiness: A look into the Chinese Folk Psychology. *Journal of Happiness Studies*, 2, 407-432.
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457.
- Maddux, J. (1995). *Self-Efficacy, Adaptation, and Adjustment: Theories, Research, and Application*. New York: Springer.
- McCrae, R., & Costa, T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516.
- McCrae, R., & John, O. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.
- Mishra, K. (2013). Optimism and Well-Being. *Social Science International*, 29(87), 75-87.
- Nistor, A. (2011). Developments on the Happiness Issues: a Review of the Research on Subjective Well being and Flow. *Scientific Journal Studies*, 3 (4), 58 - 66.
- Pacheco, B., & Kamble, S. (2016). Role of Optimism in the Well-Being of Undergraduate in Goa. *Indian Journal of Health and Wellbeing*. 7(4), 419-422.
- Padhy, M., Chelli, K., & Padiri, R. (2015). Optimism and Psychological Well-Being of Police Officers With Different Work Experiences. *SAGE Open*, 1-7.
- Phan, H., Ngu, B., & Alrashidi, O. (2016). Role of Student Well-Being: A Study Using Structural Equation Modeling. *Psychological Reports*, 119(1), 77-105.
- Richard, L. (2005). *Happiness; Lessons from A New Science*. NY: Penguin press.

- Ryan, R., & Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A review of Research on Hedonic and Eudaemonic Well-Being. *Annual Review of Psychology, 52*, 141-166.
- Ryckman, R. (2008). *Theories of Personality. Belmont: Thompson Wadsworth.*
- Salama-Younes, M. (2011). Positive mental health, subjective vitality and satisfaction with life for French physical education students. *World Journal of Sport Sciences, 4*(2), 90-97.
- Saurabh, C., & Badgujar, C. (2016). Big Five Personality Factors and Happiness. *European Academic Research, 3* (1), 520-530
- Scheier, M., Carver, C., & Bridges, M. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 1063-1078.
- Scholz, U., Dona, B., Sud, S., & Schwarzer, R. (2002). Is General Self-Efficacy a Universal Construct. *European Journal of Psychological Assessment, 18*(3), 242-251.
- Schultz, D., & Schultz, S. (2009). *Theories of Personality*. Belmont: Wadsworth.
- Schunk, D., & Mullen. C. (2012). Self-Efficacy as An Engaged Learner, In S. L. Christenson, A. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (Chpt. 2, Pp. 21-44). New York: Springer.
- Schwarzer, R. (Ed.) (1992). *Self-efficacy: Thought control of action*. Washington, DC: Hemisphere.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, *Measures In Health Psychology: A User's Portfolio. Causal And Control Beliefs* (Pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
- Seifert, K., & Sutton, R. (2009). *Educational Psychology*. Zurich: The Saylor Foundation.
- Seligman, M. (2004). Can Happiness be Taught. *Daedalus, 133*(2), 80-87.
- Sezgin, S. & Erdogan, O. (2015). Academic Optimism, Hope and Zest for Work as Predictors of Teacher Self-efficacy and Perceived Success. *Educational Sciences: Theory & Practice. 15*(1), 7-19.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *The International Journal of Indian Psychology, 2*(3), 5-16.
- Strobel, M., Tumasjan. A. & Spörle. (2011). Personality and Social Psychology Be Yourself, Believe in Yourself, and Be Happy: Self-Efficacy as A Mediator Between Personality Factors and Subjective Well-Being. *Scandinavian Journal of Psychology, 52*, 43-48.
- Vilhena, E., Ribeiro, J., Silva, I., Pedro, L, Meneses, R, Cardoso, H., Silva, A. & Mendonça, D. (2014). Optimism on Quality of Life in Portuguese Chronic Patients: Moderator/Mediator?. *Rev Assoc Med Bras. 60*(4), 373-380.
- World Health Organization (1997). *Program on Mental Health. WHOQOL: Measuring Quality of Life. Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse*. World Health Organization. Retrieved 15.2017 from http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf.
- Zhang, R. (2016). Positive Affect and Self-Efficacy as Mediators Between Personality and Life Satisfaction in Chinese College Freshmen. *Happiness Stud. 17*, 2007-2021.
- Zimmerman, B. (2000). Self-Efficacy: An Essential Motive to Learn. *Contemporary Educational Psychology, 25*, 82-91.