المكونات البارزة في مفهوم تمام الأحوال التلقائي لدي المسنين المتقاعدين : دراسة في منهج البحث

د/ محمد أحمد شلبي
استاذ علم النفس المساعد
قسم علم النفس – جامعة المنيا

ينتقد الباحث المكونات والمفاهيم التقليدية التي يتم من خلالها دراسة مفهوم السعادة وتمام الأحوال Well - Being والتي يتم فيها التركيز علي المفاهيم الوجدانيه وإهمال المكون المعرفي الثقافي ، ويقوم الباحث بدراسة المكونات البارزة من خلال الإستجابات الحرة للمفحوصين ، قد أظهرت الدراسة غلبة المكون الإجتماعي والأسري وشكلا معا ٦٧٪ من مكونات مفهوم تمام الأحوال (قارن النتائج المتناقضة في مقال "دينير"

(Diener , 1984 , pp. 556-557)

وتؤكد هذه الدراسة أهميه التقدير المعرفي للمفهوم والذي يتأثر بالثقافة ، فالمسن المصري يكون راضيا عندما يؤدي مهمته في تربيه أولادة وتكون علاقته حسنه مع الآخرين . ويتناقض ذلك مع مكونات تمام الأحوال التقليدية التي تؤكد علي المشاعر الوجدانية وتهمل التأثير الثقافي علي أفكارنا ومعارفنا عن أي المكونات يكون هاما بالنسبه للفرد فأفكارنا ومعارفنا – التي تتأثر بالثقافة – هي التي تؤثر علي مشاعرنا وليس العكس (شلبي ، ١٩٩١)

وقد قدم الباحث أسلوبا جديدا في التقدير أو الحكم المعرفي علي

وقد أجريت دراسات عديدة حول المسنين، وكذلك حول السعادة وتمام الأحوال Well - Being، وفي الدراسة الحاليه يحاول الباحث إستكشاف الصورة المتعلقة بالمسنين المتقاعدين ومدي سعادتهم في المجتمع المصري وكان علينا أن نتجنب إيستخدام الإستخبارات لتجنب أي تشويه ثقافي أو نظري محتمل من أي إطار سابق .

وسنعرض فيما يلي لمفاهيم تمام الأحوال والمسنين والمتقاعدين وهي المفاهيم الأساسية في الدراسة :

أولا: تمام الأحوال الذاتي

إهتم كثير من الباحثين بمفهوم الأحوال الذاتي (السعادة) منذ مايزيد علي أربعة عقود . وقد تباينت الدراسات التي إهتمت بهذا المفهوم وقد اهتم الباحثون بدراسة مكونات مفهوم تمام الأحوال من خلال مفاهيم " الرضا عن الحياة ، و المشاعر الوجدانية السارة ، والمشاعر الوجدانية السلبية (Diener, 1984, Diener et. al ., 1999)

وقد تناول بعض الباحثين مفهوم تمام الأحوال الذاتي من خلال وجهه نظر أخري Ryff, 1989 ,Ryff & Keyes, 1995, Schmutte & Ryff, 1997)حيث قدمت " كارول ريف "نموذجا نظريا لتمام الأحوال تضمن ستة أبعاد مستقلة وهي الذاتيه ، والتحكم في البيئة والنمو الشخصي والعلاقات الإيجابية مع الأخرين ، ووجود هدف في الحياة ، وتقبل الذات وأكدت نتائج التحليل العاملي وجود نموذج ذو ستة عوامل مع وجود عامل كبير مفرد يشمل هذه العوامل (Ryff & Keyes, 1995) وقد

الأسئلة ، ويعتمد علي أسلوب سهل وبسيط في الإجابة .

وتخلص نتائج الدراسة إلي أن المسن المتقاعد المصري الذي يؤدي المناسك الدينية بإنتظام وله معاش مناسب ويتمتع بالتأمين الصحي وله علاقات إجتماعيه وأسرية غالبا مايكون سعيدا ويشعر بتمام الأحوال رغم معاناته من الأمراض والمشكلات الإجتماعية والإسرية .

تهتم هذه الدراسة بدراسة المكونات البارزة لمفهوم تمام الأحوال Well - being من خلال الإستجابات الحرة وليس من خلال طرح أفكار نظرية أوتصوريه أو فرضيه عن المفهوم ، وذلك دون إستخدام مقاييس أو إستخبارات ربما شوهت مفهوم تمام الأحوال لدي المفحوصين .

(قارن: Kihlstrom & Cantor, 1984 , P. 3) حيث أنه لايوجد إختبار نفسي واحد يمكن أن يطبق عالميا (Anastasi, 1982, P. 343) ويوثق في نتائجه بإعتباره خال من التأثير الثقافي .

وتقوم الدراسات التقليديه علي تقديم إختبارات التقرير الذاتي – وهي الاسهل في التطبيق – عن إستخدام طرق ومناهج أخري في البحث وهي الأكثر صعوبه (Diener, et . al ., 1999, P. 295)

وكما يقرر " هوجان" فإن رغبه علماء النفس في محاكاة العلوم الطبيعية قد أدي بهم إلي تأكيدهم المفرط علي الإجراءات المنهجية ، وفي سبيل ذلك ضحوا بالإبداع في البحوث ، والآن أصبح لدينا دوريات مملؤه بالبحوث الخاليه من الأخطاء المنهجية والتافهه فكريا " .

(أنظر شلبي ، ١٩٨٩ ص ص ٢١- ٢٥) .

إستخدمت الباحثة (Ryff, 1989) عددا كبيرا من الإستخبارات للتوازن الوجدلني والرضا عن الحياة والقيم الأخلاقية ومصدر الضبط والإكتئاب .

مكونات تمام الأحوال الثقافي التقليدية :

يبدو من الوهله الأولي أن هذا المفهوم مركب ، وأن الرضا عن الحياة يكون في عدة مجالات مثل الصحة والعمل والزواج .. إلخ ويبدو أن الثقافة والعمر لهما تأثير كبير علي هذه المجالات . وقد وجد " كوتلر " , (cutler 1979) أن تركيبه الرضا عن الحياة تختلف من عمر لأخر . ومع ذلك لايوجد تركيبه عاملية احدة يمكن أن تستخدم في ثقافات متباينه .

(Andrews & Inglehart, 1979; Usui, et al., 1983)

ورغم نقص العموميه التي يمكن أن تستخدم مع كل المجموعات الثقافية فقد إقترح " أندروز" و " ويزي" ثلاثه مكونات عامه لتمام الأحوال هي :

الرضا عن الحياة ، والمشاعر الوجدانيه الإيجابية ، والمشاعر الوجدانية السلبية (Andrews & Withey , 1974)

وأقترح " براد بيرن " مقياسا يدرس تمام الأحوال الإنفعاليه (Brad-burn, 1969, Bradburn & Caplovitz, 1965) ووجد أن البنود التي تقيس المشاعر الإيجابية والسلبية تكون مستقله عن بعضها . وقد وجد أن المقياسين لايرتبطا معا ، وأنهما يرتبطا أكثر ببنود تمام الأحوال الكلية (Beiser, 1974; Bradburn , 1969; Moriwaki, 1974) ويتفق

ذلك مع نتائج دراسة " شلبي " التي تؤكد علي إستقلاليه سمات الشخصية ورفض وجود البعد (شلبي ، ١٩٩١) ويعتقد " براد بيرن" أن السعادة هي حكم كلي يصنعه الناس للمقارنة بين المشاعر الإيجابية والمشـــاعر السلبيـة . و هكذا فإن درجة مقياس التوازن الوجداني Affect Balance Scale (ABS) تستخرج عن طريق طرح البنود السلبية من مجموع البنود الإيجابية (*) . ويسأل مقياس المشاعر الإيجابية عن ماإذا كان الشخص خلال الأسابيع القليله الماضية يشعر - مثلا - بالفخر لأن شخصا جامله علي شئ فعله وأنه سعيد لتحقيق شئ ما ، ويسأل مقياس المشاعر الوجدانية السلبية - مثلا - عن شعور الشخص بالغضب لأن شخصا إنتقده وأنه مكتئب وغير سعيد .

ويخلص " برادبيرن" إلي أن المشاعر الإيجابية والسلبية مستقلة ، وأن وجود المشاعر السلبية لايعني إختفاء المشاعر الإيجابية . (قارن شلبي ، ١٩٨٩ ، ١٩٩١) . وأنتقد كثير من الباحثين وجهه نظر " براد بيرن ") Brenner, 1975, Kozma & Stones, 1980; Larsen et al., 1983 a) وذكروا عددا من نواحي النقص في مقياس " براد بيرن " .

ولكن هناك العديد من الدراسات التي تدعم الطبيعة المستقلة للمشاعر الإيجابية والسلبية (Zevon & Tellegen, 1982; Bryant & Veroff, 1982, Diener & Emons , 1984) ويقترح آخرون

---

* ويتناقض هذا مع إفتراضة إستقلالية كل من المشاعر الوجدانية الإيجابية والمشاعر الوجدانيه السلبية .

إمكانية قياس تمام الأحوال لدي المسنين من خلال مقياس نفسي إجتماعي مكون من أربعه مقاييس مختصرةهي :

الإكتئاب ،وجودة الحياة والشعور بالتماسك الاجتماعي والدعم الإجتماعي .(Andrea, et al., 1996)

ويمكن تقسيم الدراسات التي تهتم بدراسة مفهوم تمام الأحوال الي فئتين هما :

١- الظروف الديموجرافية : مثل الحاله الصحية والدخل المادي والتدين والزواج والسن والثقافة والنوع والرضاعن العمل والمستوي التعليمي والذكاء(Diener et al ; 1999 ; PP. 286- 299, Diener, 1984) .

٢- العوامل الشخصية : مثل الحاله المزاجية والمعرفيه والأهداف وأساليب التكيف ومستوي الطموح وجميعها تتوسط تاثير أحداث الحياة علي تمام الأحوال . (Diener et al., 1999 Deneve & Cooper, 1998) وقد قدم " وارنر ويسلون " عام ١٩٦٧ مراجعة شامله خلص فيها إلي أن الشخص السعيد يكون " صغيرا (أو شاب) ، وذو صحة جيدة ، ومتعلم ، ودخله مرتفع ومنبسط ، ومتفائل ، وخال من الهموم ، ومتدين ومتزوج ولديه إعتبار ذات مرتفع ، ولديه قيم أخلاقية في العمل ومعتدل في طموحه فيما يتعلق بالجنس والذكاء (Wilson, 1967, P. 294)

ويركز الباحثون حاليا إهتمامهم بالعمليات المتضمنه والتحتيه لمفهوم السعادة ، فيعطي إهتمام أكبر باهداف الناس وجهودهم للتكيف وإستعداداتهم (Diener, E., et al., 1999).

ولكن ما هو موقف المسن المعتل صحيا غير الحاصل علي مؤهل عال ومنخفض أو متوسط الدخل هذا ما يحاول الباحث دراسته في الدراسة الحالية ويقترح " دينير " وزملاءة (المرجع السابق) أن هناك أربعة إتجاهات في بحوث " تمام الأحوال ":

الأول : أن الإتجاة السببي لإرتباطات السعادة يجب أن تختبر من خلال مناهج أفضل مع الأخذ في الإعتبار الأولويه السببية للعوامل الديموجرافية مثل الزواج والدخل المرتفع .

ثانيا : يجب أن يركز الباحثون إهتماما أكبر بالتفاعل بين العوامل الداخلية مثل سمات الشخصية والأحداث الخارجية . وكما تشير البحوث فإن العوامل الديموجرافية لها تأثير صغير علي تمام الأحوال الذاتي (SWB) ، ولكن ربما تعتمد هذه الآثار علي شخصيات الأفراد موضع الدراسة ولذلك يجب أن تأخذ البحوث المستقبلية أهميه دراسة الشخص في الموقف :

ثالثا : ويجب أن يهتم الباحثون بفهم العمليات المتضمنه والتحتيه للتكيف . فهناك تكيف له وزنه يحدث لكلا من الأحداث الحسنه والسيئة . حتي الآن لم نفهم هذ العمليات بدقه . والبحوث التي إختبرت التعود وإستراتيجيات التكيف وتغيير الأهداف التي تؤثر علي التكيف وتلقي جميعها الضوء علي العمليات المسئوله علي تمام الأحوال الذاتي

رابعا : يجب أن تنقي النظريات لعمل تنبئوات محددة عن كيف تؤثر المتغيرات الداخلة input والتي تؤثر علي مكونات تمام الأحوال الذاتي .

وحاليا هناك بحوث تهتم بدراسه العواقب المترتبه علي السعادة (Muers & 1992 Veen hoven, 1988) ومعتقدات الناس عن السعادة Gilbert , et al., 1998; Loewenstien & Schkade 1999, Schkade & Kahneman, 1997)

ويبدو أنه كلما تقدمنا في البحث عن مفهوم تمام الأحوال كلما تعقدت الصورة كما هو واضح من العرض السابق .

ويعتقد الباحثون أن المؤشرات الإجتماعية * بمفردها لاتحدد نوعيه الحياة(Diener & Suh, 1997) فالناس يتفاعلون بطريقة مختلفة لنفس الظروف ويقيمون الظروف بناءا علي توقعات وقيم وخبرات سابقه فريدة ، ومع أن إحصاءات الجرائم ومستويات الدخل لها علاقه بجودة الحياة quali-ty of life فإن العنصر الذاتي يكون ضروريا للغايه .

أغلب طلبة الجامعات حول العالم يعطون أهمية كبري للسعادة والرضا عن الحياة . ويعتقد أغلب المفحوصون بأن السعادة أكثر أهميه من النقود (Diener & Oishi, 1999) ويبدو أن ترتيب الأولويات يختلف من عمر لآخر ومن ثقافة لأخري .

ويعتبر تمام الأحوال الذاتي فئة واسعه تشمل الإستجابات الإنفعاليه للأفراد ، والرضا عن الحياة ، ويوضح الجدول التالي الأقسام الرئيسية والفرعية في مجال تمام الأحوال الذاتي .

---

* قارن ذلك بنتائج البحث الحالي .

الوجدان السار	الوجدان التعيس	الرضا عن الحياة	مجالات الرضا
إبتهاج	الذنب العار	الرغبه في تغيير الحياة	العمل
التيه	الحزن	الرضا بالحياة الحاليه	الأسرة
الرضا	القلق والخشية		الفراغ (الراحه)
الفخر	الغضب	الرضا عن الماضي	الصحة
الوجدان (المشاعر)	المشقة	الرضا عن المستقبل	الحاله الماليه
السعادة	الإكتئاب	وجه نظر المقربين عن حياه الشخص	الذات
نشوة	الحسد		جماعه الفرد

ونلاحظ أن مفهوم تمام الأحوال الذاتي قد أصبح مرادفا لمفهوم السعادة (أنظر مراجعة " دينير " (Diener , et al., 1999)

يقر أغلب الناس بمستويات إيجابية للسعادة (Diener & Diener, 1996, Headey & Wearing , 1988, Matlin & Stang 1978) ويقرر أغلب الأفراد بأن تمام الأحوال يتباين من الرضا البسيط إلي الرضا التام . وقد وجد " فو لكمان " (Folkman 1997) أن الذين يعانون من ظروف كرب ومشقة ويقدمون الرعايه للآخرين ، والذين يفقدون أزواجهم بسبب الإيدز ، فإنهم يشعرون أغلب الوقت بمشاعر وجدانية إيجابية أكثر منها سلبية . وهكذا فهناك مدي مختصراً فيما يتعلق بتمام الأحوال والتي تدفع البعض إلي الإعتقاد بأن لها أسبابا وراثية

(Diener & Diener, 1996, Lykke & Tellegen 1996)

نظريات تفسير السعادة وتمام الأحوال الذاتي :

نظريات تحقيق الأهداف : Telic Theories تزعم هذه النظريات أن السعادة تتحقق عندما نصل إلي أهدافنا أو نشبع حاجاتنا ويطرح " ويلسون " (Wilson , 1960) أن إشباع الحاجات يسبب السعادة وبالعكس فإن الحرمان من أشباع الحاجات يسبب التعاسه (المرجع السابق ، ص ٧١) .

ويطرح بعض الفلاسفه أسئلة تتعلق عن ما إذا كانت السعادة تتحقق بإشباع الرغبات أو عن طريق كبتها ، ويطرح البعض أسئلة عن أهم الرغبات والأهداف في الحياة .

ويعتقد بعض الباحثين أن الشخص يكون واعيا بأهداف معينه وأن سعادته تتحقق عندما يصل لأهدافه .(Michalos, 1980) وربما يكون لدي الشخص قيما معينه تؤدي لأهداف معينه ، وعموما هناك إتفاق علي أن تحقيق الحاجات والأهداف والرغبات له إرتباط بالسعادة .

السرور والألم : Pleasure & Pain تؤدي فكرة أن السعادة هي الوصول إلي أهداف أو حاجات إلي طرح موضوع هام هو أن السرور والألم مترابطان . فكلما كان النقص والحرمان كلما كان هناك مشاعر بالسعادة الغامرة عند تحقيق الأهداف ، وفكرة أن تحقيق الحاجات يؤدي إلي السعادة هي عكس فكرة أن تحقيق كل الحاجات بصورة دائمه يؤدي إلي السعاده القصوي والأفراد الذين لديهم خبرات بالفرح الغامر هم أيضا الذين يخبروا مشاعر سلبية شديدة وهناك سبب أخر بأن السرور والألم مترابطان يتعلق بالإنشغال بالهدف ، فإذا كان الشخص لديه هدف هام ويعمل علي تحقيقه

فإن الفشل يسبب تعاسه كبيرة ، بينما يؤدي النجاح إلي السعادة الغامرة وإذا كان الشخص لديه إهتمام ضئيل بالوصول إلي هدف فإن الفشل لن يؤدي إلي تعاسه كبيرة ويقترح " سولومون " (Solomon , 1980) إلي أن فقد شئ حسن يؤدي إلي التعاسه ، بينما يؤدي فقد شئ سئ إلي السعادة .

نظريات النشاط : تفترض هذه النظرية أن السعادة هي نتاج للنشاط الإنساني، مثلا تسلق جبل يؤدي إلي سعادة أكبر من الوصول إلي قمة الجبل

نظريات القمة - القاع مقابل القاع - القمة : يعتقد بعض الفلاسفة أن السعادة هي - ببساطه - مجموع سعادات (جمع سعادة) صغيرة (نظرية القاع - القمة) ، وطبقا لوجهه النظر هذه فإنه عندما يحكم الشخص عن ما إذا كان سعيدا أم لا فإنه يستخدم حسابات عقليه لتجميع اللحظات السعيدة والمؤله في حياته . والحياة السعيدة - من وجهه النظر هذه - هي مجرد تراكم للحظات السعيدة ، والشئ الهام هو مالايملكه الشخص ، ولكن كيف يستجيب لما يملكه بالفعل (Tararkiewicz 1976, p. 29)

وفي منحي القمه - القاع فإن الملامح الكلية للشخصية يعتقد أنها تؤثر في طريقه إستجابة الشخص للأحداث . مثلا الشخص ذو المزاج المتفاءل (والواثق من نفسه) ربما فسر عددا كبيرا من الأحداث بإعتبارها إيجابية ، وتدعم بعض البحوث وجهه النظر هذه (Andrewss & withey, 1974) ومن وجهه النظر هذه فإن العوامل المعرفية والشخصية لها أهميه كبري في تفسير السعادة .

وهناك جدل يتعلق بنظريات القاع – القمة والقمة – القاع ، يتعلق الأول بالتعامل مع السعادة هل هي سمه أم حاله ، فهناك من يعتقد بأن السعادة إستعداد أو سمه ويقترحون بأن السعادة ليست مشاعر سعادة مسبقه ولكنه ميل أو نزوع للإستجابه بطريقه سعيدة وتقترح أن الشخص السعيد يمكن أن يكون حاليا تعيسا ونظريه القاع – القمه أو " الحالة " تقترح أن الشخص السعيد هو الشخص الذي لديه لحظات سعيدة كثيرة ، فالسعادة هي مجموع اللحظات السعيدة (Chekola, 1975) وترتبط الأحداث اليوميه السارة بالمشاعر الوجدانيه السارة كما أن الأحداث اليوميه غير السارة ترتبط بالمشاعر الوجدانيه غير السارة (Stallings , et al., 1997) ويتعلق الجدل الثاني بدور الأحداث السارة في خلق السعادة (Lewinsohn & Amenson,1978; Lewinsohn & MacPhillamy, 1974) ويعتقد " ليفنسون" بأن قله الأحداث السارة يؤدي إلي الإكتئاب و ينتقي ذلك لنظرية القاع – القمة ، مع أن هناك البعض الذي ينتقد ذلك ، وأن الإكتئاب يؤدي إلي ضعف الشعور بالسرور عند المشاركة في أحداث تكون عادة سارة (Sweeney et al., 1982) ، وهناك حاجه لإجراء بحوث لتقرير ما إذا كان نقص الأحداث السارة يسبب أو يكون نتيجه للإكتئاب .

النظريات الترابطية : هناك عددا من النماذج تبحث في توضيح لماذا بعض الاشخاص يكون لديهم مزاج يميل (لديه إستعداد) إلي السعادة وكثير من هذه النظريات مبني علي الذاكرة والتشريط والمبادئ المعرفية .

وتظهر البحوث أن التشريط الوجداني يمكن أن يقاوم الإنطفاء ، وهكذا فإن الشخص السعيد هو الذي لديه خبرات وجدانيه إيجابية مرتبطه بعدد كبير من المنبهات المتكررة كل يوم .

ويقدم " فورديس " الدليل بأن الشخص الواعي يحاول أن يخفض الأفكار السلبية ومن ثم تزيد السعادة (Fordyce , 1977a) ووجد "كامان" أن تلاوة الأقوال الإيجابية في الصباح يؤدي إلي يوم سعيد (Kammann, 1982) وأن التفكير الإيجابي يرتبط بتمام الأحوال الذاتي وهكذا فيجب تجنب الأفكار التعيسه وإبدالها بأفكار سعيدة مما يؤدي إلي زيادة السعادة .

نظريات الأحكام: يفترض بعض المنظرين أن السعادة تنجم عن المقارنه بين بعض المعايير والظروف الواقعية . فإذا كانت الظروف الفعليه تزيد عن المعيار فإن السعادة ستحدث ، وفي حالات الرضا فإن هذه المقارنات تكون واعيه وشعوريه في الحالات الوجدانية فإن المقارنه تحدث بطريقه لاشعوريه . مع أن نظريات الأحكام لاتتنبأ عادة بأي الأحداث سيكون إيجابيا أم سلبيا فإنهم يهتمون بالتنبؤ بمدي المشاعر الوجدانيه التي تسببها الأحداث وإحدي طرق فصل نظريات الأحكام تبني علي المعيار المستخدم ، مثلا في نظرية المقارنة الإجتماعية فإن الشخص يستخدم الآخرين كمعيار ،فإذا كان الشخص أفضل من الآخرين فإن سيكون راضيا وسعيدا . (Carp & Carp , 1982; Emmons et al., 1983 ;Michalos , 1980)

وأن المقارنه الإجتماعية هي أفضل معيار للرضا في أغلب المجالات (Emmons, et al., 1983): بينما يعتقد البعض أن ماضي الشخص يمكن أن يستخدم كمعيار للمقارنه (Parducci, 1968; 1982) والبعض يستخدم المعيار الذي يقدمه الآخرون مثل الأصدقاء والأقرباء .

ويفترض " فريدمان " أن الجنس (النوع) والمقارنه الإجتماعية ليست هامه للسعادة لأن الناس لديهم معايير داخلية مبنيه علي قيمهم وحاجاتهم) (Freedman, 1978 ويتكيف الأفراد مع الأحداث التي تمر بهم ، فالشخص يتكيف مع الأحداث السارة ومع الوقت لاتثير لديه السعادة ، ويتكيف أيضا مع الأحداث السيئة ، ونظرية التكيف نابعه من معيار نابع من خبرات الفرد ، فإذا كانت الأحداث أفضل من المعيار فإن الشخص سيكون سعيدا .

وقد وجد " وورتمان " و" سيلفر" أن المصابين في العمود الفقري يكونون في غايه التعاسه بعد الحادث مباشرة ولكن بعد فترة فإنهم يكونوا سعداء مرة أخري ، ويبدو أن التكيف يحدث بسرعه برغم إصابتهم البالغة . وتظهر بحوث أخري أن المعوقين يكونوا سعداء مثلهم مثل الأسوياء ,Cameron) 1974; Feinman, 1978)

نظريه النسبية الذاتية : إقترحها المؤلف حديثا (شلبي، ١٩٩١) ويفترض فيها أن أفكارنا ومعارفنا وخبراتنا تختلف من وقت لآخر ، وأن ذلك يؤدي إلي إختلاف معاني المفاهيم والمواقف والأحداث التي يدركها الفرد ،كما يفترض أن الفرد يسعي نحو الفعاليه والكفاءة في مواجهه البيئة ، وأن الفعاليه لاتعني النجاح في كل الحالات فأحيانا نكون في الصف الثاني ومع ذلك نعتقد أننا نؤثر من خلال الخضوع لمن هم في الصف الأول ولذلك فنحن نؤثر في البيئة ومن ثم فنحن فعالين ونحن نغير أهدافنا من وقت لآخر ونحن نقيم قدراتنا ونقيم الظروف البيئية من ثم نقيم المتطلبات والسلوكيات المناسبة

بعض المحددات التقليدية لمفهوم تمام الأحوال:

الدخل: وتظهر البحوث السابقة أن هناك علاقه إيجابية بين الدخل المالي وتمام الأحوال الذاتي (أنظر :Larson, 1978) . هذه العلاقة تظل باقية حتي في ظل ضبط المتغيرات الأخري مثل مستوي التعليم . وكما هو متوقع فإن الرضا بالدخل يرتبط بالسعادة (Braun 1977, Campbell, et al ., 1976) إلا أن نتائج البحوث الحديثة لاتدعم هذه النتيجة (Dien-er, et al ., 1999) وقد جمع إسترلن (Easterline , 1974) ٣٠ دراسة خلص فيها إلي أن الأكثر دخلا يكون أكثر سعادة من الأفقر في أمريكا . كما أن البلدان الأكثر ثروة يكون أفرادها أكثر سعادة من البلدان الفقيرة .

Easterln , 1974 , Gallup , 1976 - 1977,

وإن كانت هذه النتائج ليست مؤكدة أيضا فقد وجد أن الهنود أكثر سعادة من اليابانيين والأفراد في أمريكا الجنوبية أكثر سعادة من الأوربيين) Diener, 1984, P553;

وقد وجد بعض الباحثين أن الدخل ليست له دلاله بالنسبه للانجليز (Clark & Oswaldi ,1994) ويبدو أن وجود حد أدني من الدخل بحيث يغطي مصاريف الحياة للمتقاعد تكون سببا في الشعور بالسعادة و تمام الأحوال .

ويبدو أن الدخل المادي يكون له أثر فقط لدي ذوي الدخول المنخفضة

جدا ، ولكن عندما يكون الدخل مقبولا ويلبي الحاجات الأساسية فإن الدخل لايكون له تأثير (Freed man , 1978)

الزواج : توجـــد علاقه إيجابيه بين الزواج وتمـــام الأحـــوال الذاتي (Wilson, 1967) .

وقد دعمت كثير من البحوث هذه النتيجة في دراسات مسحية قومية في أمريكا (Glenn, 1975: Gove & Shin , 1989) وفي كندا أيضا (White , 1992) وفي النرويج (Maste - Jaasa, 1995) وفي دراسات عالمية كثيرة (Diener et al., 1998) .

وتفصح الدراسات الموسعه إلي أن المتزوج يكون أكثر سعادة من الأعزب أو المطلق ، أو المنفصل أو الأرمل .

وتظهر الدراسات أن الزواج وتمام الأحوال الذاتي يرتبطا بدلاله حتي عندما يتم ضبط متغيرات مثل العمر والدخل

(Glenn & Weaver, 1979;Gove et al., 1983)

التدين : تظهر كثير من البحوث إلي أن التدين مرتبط بالصحة النفسية للفرد (Garter, et al., 1991) خاصه إذا كان الشخص متدينا في سلوكه ويهتم بالسلوكيات الدينيه (وليس فقط الإتجاهات الدينيه) مثل ممارسه شعائر الصلاة وإرتياد أماكن العبادة وأن تمام الأحوال الذاتي يرتبط بدلاله مع اليقين بالدين (Ellison, 1991) حتي في حاله ضبط المتغيرات الديموجرافية مثل العمر والدخل المادي والحاله الاجتماعية.

ويمدنا الدين بمنافع نفسيه وإجتماعية ويعطي المعني للحياة اليوميه للفرد (Pollner, 1989) ويســـاعد علي تماســـك الفرد فـــي الأزمات (McIntosh et al., 1994)

كما لاحظ " دور كيم " (Durkheim , 1915) أن الدين يساعد أيضا في أغراض إجتماعيه لأنه يقدم الهوية الجمعية Collectiveويثري من شبكه العلاقات الإجتماعيه التي تتكون من أفراد لهم إتجاهات وقيم متماثله) Taylor & Chatters, 1988) فهي تقدم دعم إجتماعي لمن فقد الرفاق والزوجه (أو الزوج) ، وتفترض النتائج مصادر نفع للدين الناجم عن تزايد الدعم الإجتماعي (Moberg & Taves, 1965) .

وقد قدر " إليسون " (Ellison, 1991) أن المتغيرات الدينية تحصل علي ٥٪ إلي ٧٪ من تباين الرضا عن الحياة * .

العمر : تظهر البحوث الحديثة في أمريكا أن الرضا عن الحياة يتزايد مع العمر أو علي الأقل فإنه لايتناقص (Herzog& Rodgers, 1981، Horley & Lavery, 1995, Larson, 1978, Stock et al., 1983)

وتدعم الدراسات العالميه من أقطار عديدة أن الرضا عن الحياة لايتناقص مع العمر(Butt & Beiser, 1987; Inglehart, 1990; Veenhoven, 1984)

وأن أغلب الناس سعداء رغم المشكلات (Diener & Diener 1996)

---

* قارن ذلك بنتائج الدراسة الحالية .

التعليم : وتوجد علاقه داله بين مستوي التعليم وتمام الأحوال الذاتي (Campbell, et al., 1976, Cantril, 1965, Diener et al.,1993) .

ويرتبط التعليم أكثر إذا كان الفرد من ذوي الدخول المنخفضة (Campbell, 1981; Diener et al., 1993)

وكذلك يرتبط التعليم بتمام الأحوال في البلدان الفقيرة (Veenhoven, 1994) ويبدو أن ذلك يرجع لإرتباط التعليم بكل من الدخل والمكانة الإجتماعية (Campbell, 1981, Witter et al., 1984)

الثقافه : تؤثر الثقافة عادة علي المفاهيم النفسيه المختلفة. ويختلف معني المفهوم من ثقافه لأخري ، وفيما يتعلق بمفهوم تمام الأحوال ، فقد وجد إنجلهارت : فروقا واسعه بين الشعوب المختلفة (Inglehart, 1990) ففي البرتغال أجاب ١٠٪ فقط بأنهم سعداء ، و أرتفعت النسبه إلي ٤٠٪ في هولندا ، علما بأن نتائج العينات القومية في أمريكا تزيد عن ٨٠٪ فيما يتعلق بمفهوم تمام الأحوال الذاتي (Andrews & Withey, 1976, Gurin et al., 1960, Veenhoven, 1993) وتظل هناك فروقا بين الشعوب حتي مع ضبط مستوي الدخل (Diener et al., 1995).

ويبدو أن أهداف الأفراد تختلف عبر الثقافات ، فالعامل الهام للسعادة في ثقافة ما ربما يكون أقل أهمية في ثقافه أخري (suh, 1999) والتفسير

الواضح لذلك هو وجود فروق ثقافية تؤدي لوجود مثل هذه الفروق في مفهوم تمام الأحوال الذاتي وهناك دليل علي أن المجتمعات الفردية أكثر سعادة من المجتمعات الجمعية * Collectivistic

(Diener , Suh, et al., 1995)

ويشير بعض الباحثين إلي أن تحقيق الأهداف له علاقه بسعادة الفرد إذا كانت هذه الأهداف لها قيمه مرتفعه لدي أفراد الثقافة (أو الثقافة الفرعية) التي ينتمي إليها الفرد .(Cantor & Sanderson, 1999)

وتختلف أهداف الناس من ثقافه لأخري ، فالمكونات الهامه للسعادة في ثقافه معينه ربما يكون غير هام في ثقافه أخري (Suh, 1999)

ثانيا:الشيخوخة

يشير " إريكسون " إلي مرحله مابعد الستين بأنها مرحله التكامل مقابل القنوط (Erikson, 1963) . ويكرس " ليفنسون " القليل من نظريته لهذه المرحلة (Levinson, 1978) ويضيف القليل لأفكار " إريكسون" ، فالراشد الشيخ الذي يري معني في حياته يستمر في الحياة للبقاء قانعا بدلا من مجرد الوجود حيا فقط .

فالشخص الذي يري الحياة مجموعة من الأهداف التي لم يتم تحقيقها ومجموعه من الألغاز التي لم تحل بعد فإنه ربما يحبط من تحقيق وإنجاز حياة لها معني ، وغالبا ماينسحب ويعيش السنوات الباقيه من عمرة في حاله إكتئاب وتعاسه .

---

* وهو ما يتناقض مع نتائج الدراسة الحالية

الجوانب النفسية للشيخوخة : الشيخوخه ليست فقط عمليه بيولوجية كتدهور الجسم وإرتخاء العضلات وتجعد الجلد ، والإصابه بالأمراض خاصه أمراض الشيخوخة ... الخ ولكنها أيضا عملية نفسيه ويختلف كبار السن عن الشباب لأن لديهم خبرة أكثر وعاشوا في أزمنه لم يعيشها الشباب في الغالب فقد فقدوا وظائفهم ، وربما فقدوا والديهم ، وأصبح لديهم أبناء را شدين ربما يكونوا متزوجين ، وهم أناس خبروا الشيخوخة البيولوجية بمعدلات مختلفه وتختلف الخبرة النفسية من شخص لآخر ، والمتغيرات النفسية الرئيسية التي يبدو إرتباطها بشيخوخة سعيدة هي :-

١- إرتباط الشخص بأنشطه في الحياة .

٢- إعتقادة في الأساطير المتعلقه بالأعمار الكبيرة (Maddox, 1964, Neugarten& Hagestad , 1976)

هذه الأنشطه تتضمن الأسرة والهوايات والخدمات التطوعيه أو الإستمرار في عمل ما، كل هذه الأمور تمثل أنشطه لها معني بالنسبه للشخص المسن ، وللأسف لم تهتم الدراسات السابقة بمثل هذ المتغيرات (أنظر خليفة ، ١٩٩١) .

المهم ألا ينشغل المسن بأمور سلبية وألا يستجيب لنمط الشيخوخة فهناك أفراد عاشوا حتي الثمانين وهم يمارسون حياتهم المعتادة .

وقد وجد " لونزال " و " روبنسون" ,Lowenthal & Robinson) (1977 أن الأفراد الذين يعيشون حياة نشطة نسبيا في مرحله الشباب فإنهم يستمرون بنفس الطريقة في مرحله الشيخوخة ، كما أنهم يحتفظون عادة بصداقات عديدة هذا إذا كانت لديهم صداقات في مرحله الشباب .

وقد وجد "فشر" و" فشر " (Fischer & Fischer, 1981) أن الاتصال الإجتماعي يقل عندما نكبر . وقد قام " بيرلمان" (Perlman , et al., 1978) بعمل مراجعة للدراسات التي تظهر أن الصداقة تظل هامه للغايه لكبار السن ، ويلعب الأصدقاء دورا أهم من العلاقة مع الأقارب في التقليل من الوحدة ، ومثل كل المجموعات العمرية فإن كبار السن يميلون لتفضيل الأفراد من نفس المرحله العمرية.

نظريات الإرتقاء النفسي الإجتماعي للمسنين:

١- نظرية الإنفصال الإجتماعي .

٢- نظرية النشاط .

٣- نظرية التبادل الإجتماعي .

نظرية الإنفصال الإجتماعي: Social Disengagment تشرح النظرية ما يحدث للفرد إجتماعيا عندما يكبر في السن , Cumming& Henry 1961 ويشير مفهوم الإنفصال الإجتماعي إلي الإنسحاب المتبادل بين

المجتمع والمسن بسبب التقاعد وترك الأولاد للمنزل لتكوين أسر خاصه بهم ، وموت الزوجة (أو الزوج) وضيق دائـــــرة الأصـــــدقاء ... الخ .

ويزعم المؤلفان (المرجع السابق) إلي أن أغلب الناس بصرف النظر عن إتجاهاتهم تجاه التقاعد – قبل حدوثه – سوف يشعرون بالرفض عندما يصلون فعلا للتقاعد ، فحياتنا تدور عادة حول العمل والزملاء والأصدقاء ، وعندما يتقاعد المسن فإن الحياة تصبح أكثر صعوبه ، فمن الصعب السفر لرؤيه الأقارب والأصدقاء بسبب الأمراض ونقص الدخل ، وهكذا تقل الروابط بين المسن وأصدقاءة ، وأقاربه . (المرجع السابق) .

نظرية النشاط : Activity theory تفترض نظرية النشاط ان الأكثر إنشغالا ونشاطا من كبار السن يظل الأكثر سعادة وتحقيقا لذاته ، ولذلك يجب علي كبار السن الإستمرار في ممارسه الهوايات والسفر والعمل التطوعي والإنشغال " بشخيوخة نشطة " داخل الأسرة أو الإنشغال في أنشطة إجتماعية تساعده علي المحافظة علي مستوي نشاط عال نسبيا) Havighurst , 1968)

كما تفترض نظرية النشاط أن التفاعل الإجتماعي المتناقص ناجم عن إنسحاب الآخرين عن المسن ، ولذلك فإن الإنسحاب ليس تبادليا كما تفترض نظرية الإنفصال الإجتماعي .

وتتضمن الشيخوخة المثاليه إستمرار الفرد في النشاط ومقاومه إنحسار الآخرين من الأقارب والأصدقاء ، وذلك بالإستمرار في الأنشطة الإجتماعيه والأسرية لإيجاد بديل للتقاعد وفقد الأقارب والأصدقاء .

وقد وجد " نيوجارتن"&(Neugarten, 1963 , Neugarten Havighurst, 1969) أن كبار السن النشطين إجتماعيا والمهتمين بشئون أسرهم ومجتمعاتهم المحلية عادة ما يكونوا أكثر رضا عن حياتهم .

ويشير " هافيجرست " (Havighurst,1968) إلي أن بعض المسنين النشطاء لايكونوا بالضرورة هم الأكثر رضا عن حياتهم وهناك بعض المسنين الذين يظهرون رضا عند حدوث الإنفصال الإجتماعي ، ويقترح أن نظرية النشاط ليست هي النظرية المناسبه للشيخوخة الناجحه .

ويشـــير هافيجـــرست وزمـــلائه Havighurst et al., 1964 إلي أن دور الشخصيـــة حاســـم في تحديد العلاقة بين مستويات النشاط والرضا عن الحيـاة ويزعم " نيوجارتن "(Neugarten et al., 1972) أن المسن يختار أسلوب شيخوخة المناسب لشخصيتة وخبراته السابقة .

نظرية التبادل الإجتماعي : Social Exchange إنتقد "دايسون" النظريتين السابقتين لعدم أخذهما في الإعتبار العوامل الجسمانية والاقتصادية التي

ربما حددت أختيارات الفرد في مرحله الشيخوخه ، ولذلك فأن النظريتين تشرح مايجب علي كبار السن أن يفعلوه خلال المرحله ، وأنها لاتضع في حسابها ما الذي يفعله أغلب الناس في شيخوختهم .

ويفترض " دايسون " أن المنحي الأكثر نفعا هو رؤيه عمليات التوافق للمتقاعد وكيف تتم (أنظر نتائج الدراسة الحاليه) .

. والسؤال المطروح أي من هذ النظريات يتبعها المسنين ؟ يبدو أن أسلوب الحياة ليس ضمانا للنجاح وعبور مرحله الشيخوخة . وهناك أدله علي أن سعادة الناس لهارابطه ضعيفه بنشاطهم (Lemon, et al ., 1972) بالإضافه إلي أن عمليه الإنفصال ترتبط أكثر بالإستعداد للموت الوشيك أكثر منها لشيخوخه سعيدة . (Lieberman et al., 1970)

وكما أن السعادة بالنسبة لنا لاترتبط إرتباطا وثيقا بأسلوب حياة معين ، فإن ذلك يحدث مع كبار السن ، والبعض يكون سعيدا عندما يكون مشغولا إجتماعيا ببنما يكون الآخرون سعداء بالإسترخاء ربما لأول مرة في حياتهم Neugarten 1972 , Neugarten, et al, 1965 Reichard et . al., 1962)

وقد إفترض " نيوجارتين " أن أغلب كبار السن يميلون لإختيار أسلوب حياه يعكس شخصياتهم ونوع الأنشطه التي ينشغلون بها مثلما كان يحدث في مراحل النمو السابقه(Neugarten , 1972)

ويلاحظ أيضا أهميه الأمن والعلاقات الإجتماعيه الوثيقة في مرحله الشيخوخه السعيدة وتشير البحوث إلي أن الأفراد الذين يقومون بعمل توافق

نفسي إجتماعي جيد في مرحله الشيخوخة يميلوا لأن يكونا في صحه جيدة ، وآمنون ماليا ولهم علاقات وثيقه مع أسرهم أصدقائهم (Herzog et al., 1382, Dickie et al., 1979)

وتشير الأدله إلي أن إيجاد معني وهدف للحياة لدي المسنين تساعد علي تحسن الصحه والعافيه وبالمقابل فإن الشعور بعدم وجود معني للحياة يؤدي لنشوء ظروف سلبية مثل القلق والأكتئاب والتدهور الصحي (Reker et al ., 1987)

ثالثا: التقـــاعـد

التقاعد النهائي عن العمل يمثل علامه بارزة تميز الإنتقال من مرحله لآخري بالنسب لمئات آلاف من المصريين كل عام . وتؤدي الخبرة بالتقاعد إلي التمسك بأهداف وأنشطه وإهتمامات جديدة أو ربما إلي العكس أي التعرض للمشقة والتدهور الجسماني والإكتئاب Dorfman & Moffett, 1987 , Matthews & Brown, 1987, Morse, Dutka , & Gray, 1983, Seccombe & Lee, 1986)

وتظهر البحوث الأمريكية أن ثلث المتقاعدين يواجهون صعوبه في التكيف مع التقاعد وتؤدي إلي إنخفاض في الرضاعن الحياة ناجم عن التقاعد

Atchley, 1976, ElWell & Maltbie-Cranell, 1981, Harris et al., 1979)

وعند المقارنه بين المتقاعدين وغير المتقاعدين يظهر المتقاعدين أنهم

يتلقون دعم إجتماعي أقل فيما يتعلق بالمشكلات الإجتماعية ، كما إنهم يظهرون أعراضا نفسيه أكثر من غير المتقاعدين .

(Bosse, et al., 1987, Bosse, et al ., 1990)

ويكونوا أكثر حاجه إلي الخدمات والرعايه الصحية

(Bosse, et al., 1987, Bosse , et al., 1990)

كما تظهر النتائج أن التقاعد في بعض الحالات يمثل عامل خطورة فيما يتعلق بالإنتحار لدي المسنين Kirsling , 1986 , Rothberg et al., 1987)

ولايوجد إتفاق بين العلماء علي تفسير مفهوم التقاعد (أنظر خليفة ، ١٩٩١ ص ص ١٥ - ٢٠) .

ويتبني الباحث تعريفا إجرائيا هو أن المتقاعد هو الشخص الذي لايقوم بأي عمل منتظم يتقاضي عنه أجرا .

(Atchley, 19676, pp.5-6) ولا يعني ذلك أن الشخص غير قادر عن العمل .

وكما سبق فإن البحوث الأمريكية تظهر الصعوبات التي يواجها المتقاعدين في الغرب ، ولكن ماهي الصورة في المجتمع المصري ، هل يواجه المتقاعد المصري مايواجهه المتقاعد الأمريكي رغم إختلاف الظروف الإجتماعية والإقتصادية والصحية .

حيث أن المتقاعد الأمريكي يلقي رعاية صحية فائقة إلي جانب أن دخله المالي مرتفع عن نظيرة المصري .

ونتيجة لذلك كان لزاما علينا أن نجري دراسه إستكشافيه علي عينه صغيرة لكي نستطيع أن نحدد معالم الصورة لدي المتقاعدين المصريين .

هدف البحث ومشكلة

يهدف هذا البحث إلي دراسة المكونات الرئيسية لمفهوم السعادة) تمام الأحوال) لدي المسنين المتقاعدين ، حيث أن البحوث الأجنبية تهتم بجوانب ربما لاتكون هامه في المجتمع المصري .

وتتمثل مشكلة البحث الأساسية في عدم صلاحية الإستخبارات الغربية في دراسة المسنين ، وقد حاول الباحث إستخدام بعض المقاييس عن الرضا عند المتقاعدين إلا أنه فشل بسبب عدم فهم أفراد العينه للأسئلة وطريقة الإختيار فيها(Floyd et al., 1992).

وكان علي الباحث أن يبحث عن طريق مناسب لدراسه مفهوم السعادة و هذا مادفع الباحث إلي طرح أسئله حرة عن مفهوم السعادة مما يتيح لنا الفرص للبحث عن الجوانب والمكونات الهامه في مفهوم السعادة لدي المسنين بدون أي تشويه نتيجه إستخدام مقاييس غير مناسبه للتطبيق في المجتمع المصري .

أدوات البحث وطريقه والتطبيق:

أ- أستخدم المؤلف منهج الإستبار بإعتبارة وسيله مناسبه لتحقيق أهداف الدراسة-(Cannell& Kahn, 1968 Maccoby & Mac coby , 1954)

ب- هيكل الإستبار : يعرف الباحث نفسه للمبحوث ويعلمة بالأهداف

العلميه الأكاديمية للدراسة وكذلك الضمانات السريه لما سيقوله ثم يستفسر عن البيانات الأوليه للمبحوث ، ثم يشرع الباحث بعد ذلك في سرد أسئلة الإستبار مسجلا إجابة المبحوث قدر إستطاعتة

(Maccoby & Maccoby , 1954, P. 467)

مقاييس البند الواحد:

أستخدم كثير من الباحثين مقياس البند الواحد لقياس السعادة وتمام الأحوال (Cantril , 1965. Gurin, et al., 1960, Andrews & Withey, 1976)

مع ملاحظه أن مقاييس البند الواحد ذات ثبات لحظي temporal تكون مرتفعة بدرجة متوسطة (Stock, et al., 1982) مثلا الثبات بعد عامين لمقياس " كالنتريل " كان ٦٥ر٠ (Palmore & Kivett, 1977) والثبات بعد ١٥ دقيقة لمقياس " أندروز" بلغ ٦٦ر٠ وبعد سته شهور كان ٤ر٠ والدراسة الحاليه لا تكتفي بطرح سؤال واحد إنما يسعي الباحث إلي الحصول علي إجابات عن أسباب السعادة أوالتعاسه من خلال طرح عدة أسئلة تتناول أسباب السعادة وكذلك تتناول أسباب السعادة وكذلك المشكلات الشخصية والإجتماعية التي يعيشها المتقاعد وقد تم تحديد هذه الأسئلة بناءا علي إستبار عدد ١٠ مسنين حيث تم سؤالهم عن أسباب سعادتهم ، وقد تم تحديد أربعه أسئلة لكي يتم طرحها علي أفراد العينه بناءا علي ذلك .

وفيما يلي نص الأسئله :

١- هل أنت سعيد تشعر بأن كل شئ تمام في حياتك ، إعطي لنفسك درجة من عشرة ؟

٢- لماذا أنت سعيد ؟ ولماذا أنت غير سعيد بنسبه ١٠/١٠ ؟ .

٣- ما هي الظروف الصعبه الدائمه التي تواجهها في حياتك ؟ وماذا تقول لنفسك عنها ؟

٤- ماهي المشكلات والمواقف العصبيه التي تواجهها مع الآخرين في حياتك ؟ وماذا تقول لنفسك عنها ؟

كما تم السؤال عن السن والتعليم والوظيفة السابقة والدخل الشهري والحاله الإجتماعية والأمراض التي يعاني منها المتقاعد .

أسلوب جديد مقترح لتقدير الدرجات علي الإستخبارات النفسيه : وفيما يتعلق بالسؤال الأول فقد قدم إلي المبحوثين أختيار درجات تتراوح من (صفر) إلي (١٠) درجات أي من إنعدام الخاصيه إلي الإنطباق التام للخاصيه ، وطبقا للجدول التالي :

التقدير	دلاله التقدير
صفر	الخاصيه منعدمه تماما
١-٢	الخاصيه موجودة بدرجة ضئيلة
٣-٤	الخاصيه موجودة أقل من المتوسط
٥	الخاصية موجودة بدرجة متوسطه
٦-٧	الخاصية موجودة بدرجة فوق المتوسط
٨-٩	الخاصية يتنطبق إلي حد كبير
١٠	الخاصية تنطبق تماما

وهناك عدة ملاحظات يجب ذكرها .

أولا : أن هذه الطريقه التي يقترحها الباحث تستخدم لأول مرة ، وقد وجد الباحث سهوله في فهم هذ الإختيارات من جانب عينه البحث من المسنين ، وهي أقرب إلي أسلوب تصحيح المواد الدراسية ، ولذلك فقد كان من السهل استيعاب تعليمات الأسئلة،وعندما نقارن ذلك بصعوبه اختيارات بعض الإستخبارات مثل اختبار " فلويد" التي تتراوح من (١-٦) من عدم الرضا التام إلي الرضا التام (Floyd , et al ., 1992) والتي فشل كثير من أفرد العينه في فهمها مما دعا الباحث لإقتراح أسلوب جديد لتقدير الدرجات عند الإجابة علي أسئلة الإستخبارات .

والملاحظة الثانيه: يعتمد الأسلوب الجديد للإختبار عل أساس نظري وهو إستقلاليه السمات بعضها عن بعض فسمه الإنبساط ليست عكس سمه الإنطواء ولكنهما متواجدان معا (شلبي ، ١٩٨٩ ، ١٩٩١) ، كما أن المشاعر الوجدانية الإيجابية والمشاعر الوجدانية السلبية مستقلان أيضا

(Bradburen ,1969; Bradburn &Caplovitz ,1965)

وفي كل الإستخبارات التقليدية يتم قياس الخصائص والسلوكيات والمشاعر علي أساس مفهوم البعد الذي سبق أن أنتقده كثير من المؤلفين (أنظر شلبي ، ١٩٨٩)

الملاحظة الثالثة : هناك ملاحظة هامة أخري تتعلق بالدرجات علي الإستخبارات ، حيث تعطي درجات موجبه إذا كانت الإجابه سلبيه مثل غير راضي علي الإطلاق (١) ، وغير راضي (٢) ، وغير راضي إلي حدما (٣) ، وهذا غير صحيح نظريا فالصحيح نظريا هو أن تكون هذه الدرجات سلبيه أي -١ ، و -٢ ، و-٣ ولكن ذلك يمثل مشكلة رياضية ولذلك يتم الإعتماد علي التقديرات الإيجابية فقط .

الملاحظة الرابعة: تؤكد الإستخبارات النفسيه علي أن المفحوص يجب عليه أن يجيب بسرعه ولايفكر في كل بند ، وهذا خطأ آخر ، فيجب أن يفكر المفحوص بدقه كبيرة عند إجابته علي الأسئلة لأن ذلك تقدير معرفي علي الأسئلة وقد أكدت تعليمات السؤال الأول علي ضرورة التفكير بدقه للإجابة عن السؤال .

الملاحظة الخامسة: يؤكد بعض الباحثين علي ضرورة وجود بعض الجمل المنفيه (السلبية) ، وهذه الجمل تسبب خلط شديد بين المفحوصين ، مما يدعونا إلي إستخدام جمل موجبة وتجنب الجمل السلبية (قارن :Floyd, et al;., 1992)

تحليل المضمون:

يقوم الباحث بتحليل وتصنيف الإجابات في فئات (شلبي ، ١٩٨٩، ١٩٩١) .

ثبات تحليل المضمون:

تم حساب ثبات المصححين بين الباحث وزميل له حاصل علي درجة الدكتوراه * ، وقد سبق أن شارك الباحث في تحليلات معائله في دراسة سابقة وقد بلغت نسبه الإتفاق بين المصححين ٨١ر٠

وكما نلاحظ فإن منهج تحليل المضمون يتيح لنا الفرصه في الإطلاع علي مكونات تخفيها عادة الإختبارات النفسيه التي تضع الأفراد في قوالب نظريه لاتناسب واقع الأفراد .

وقد حاول الباحث إستخدام مقياس الرضا عن التقاعد Retirement Satisfaction Inventory (أنظر القائمه الكامله في Floyd, .J et al., 1992) ويتكون من ٥١ بندا تقيس ٦ مجالات هي :- الأداء قبل التقاعد والتوافق والتغيير ، وأسباب التقاعد ، والرضا عن الحياة بعد التقاعد، أسباب المتعه الحاليه ، بالإضافه إلي الأنشطة الترويجيه والجسمانيه ، ولكن الباحث فشل نتيجه تعدد الإختيارات والتي لم يفهمها كثير من المتقاعدين ربما لأن أغلبهم لم يحصل علي مؤهل عال ولذلك كان من الأفضل إستخدام الإستجابات الحرة للمتقاعدين علي أسئله الإستبار الحرة .

---

* يشكر المؤلف الدكتور / محمد السوقي الأستاذ المساعد بآداب المنيا علي المشاركة في حساب الثبات .

منهج الدراسة

١-البيانات الأساسيه:

عينه الدراسة: جميع المشاركة من المسلمين والمشتركين في جمعية الخير لأصحاب المعاشات بحلوان بمدينه القاهرة .

السن: تكونت عينه البحث من ٢٠ مسنا متقاعدا متوسط أعمارهم (٢ر٦٧ بإنحراف معياري ٥ر٦٥) . وجميعهم متزوجون أو أرامل (٤ فقط من الأرامل) . وقد طبق الإستبار بمقر جمعيه الخير لأصحاب المعاشات بحلوان

٢-المؤهلات الدراسية:

المستوي التعليم	التكرارت
أمي	٤
يقرا ويكتب	٢
الإبتدائية	٢
الأعداية	٢
مؤهل متوسط	٧
مؤهل جامعي	٣

٣-الوظائف السابقة:

الوظيفة	التكرارات
عامل	١
فني	٤
رئيس قسام مشرف	٤
مدير	٦
مدير عام	٢

٤- الدخل الحالي

الدخل بالجنيه	التكرارت
- ٣٠٠	١
- ٤٠٠	٣
- ٥٠٠	٣
- ٦٠٠	٣
- ٧٠٠	٥
- ٨٠٠	٢
- ٩٠٠	-
- ١٠٠٠ فاكثر	٢

علما بأن هناك شخصا واحدا رفض الإفصاح عن د خله

٥- الحالة الإجتماعية:

متزوج	١٦
أرمل	٤

٦- عدد الأبناء:

متوسط عدد أبناء الشخص: ٤ر٣٥ فردا .

٧- الأمراض التي يعاني منها المسن:

يشكو عادة المسن من عدة أمراض مثل الأمراض القلبية والتنفسيه

والسكر والعظام والبروستاتا وأمراض الشيخوخة وأمراض الجهاز الهضمي بينما لم يشكو من الأمراض عدد ٥ أفراد (قارن :خليفة ، ١٩٩١ ص ١٠٠)

النتائج

الاجابه عن السؤال الأول :

فيمايلي عرضا لتكرارات الإجابه عن السؤال الأول :

١- درجة السعادة	١
٢-	-
٣- ٧ر٠	٧
٤- ٨ر٠	٥
٥- ٩ر٠	٢
٦- ١٠ر٠	٤

علما بأن أحدا المسنين قال مفيش حاجه اسمها سعادة وأن الناس غير سعداء وأن من يقول بغير ذلك فإن كذاب ، ويبدو أن هذا الشخص يعاني من الإكتئاب وقد رفض إجراء إختبارات إضافيه للكشف عن وجود الإكتئاب من عدمه .

وكما توضح النتائج فإن ١٨/٢٠ شخصا قد أجابوا بأنهم سعداء (٧ درجات من ١٠) ، وهم يمثلون ٩٠٪ من إجمالي العينه مع أن ٧٥ ٪ منهم يعانون من أمراض جسمانية ، ويتفق ذلك مع الدراسات السابقة (Folk-man, 1997) فقد وجد أن الذين يعانون من مشكلات ومواقف عصبيه يشعرون أغلب الوقت بمشاعر وجدانيه إيجابية ، يرجعها البعض لأسباب وراثيه

(Diener & Diener. 1996. Lykken & Tellegen 1996)

ولكن لماذا يكون أغلب الناس سعداء ؟(, Diener & Diener 1996) ، يبدو أن ذلك يرجع إلي دافعيه الكفاءة كما أقترحها الباحث في دراسة سابقة (شلبي ، ١٩٩١ ص ص ١١٩- ١٢٠) ، وليس لأسباب وراثيه كما إعتقد بعض الباحثين فنحن جميعا نشعر بالحاجه إلي الكفاءة والفعالية في مواجهه البيئة ، والكفاءة في مواجهة البيئة لأتعني السيطرة المطلقه عليها ، فمن الممكن أن يكون أسلوب شخص ما هو الخضوع لكي يكون فعالا وكفئا في مواجهه البيئة ويحصل منها علي مايريده ، فمفهوم الكفاءة هو مفهوم نسبي يتغير داخل الفرد من فترة زمنيه لأخري ويختلف تبعا لنمو خبرات الفرد وتقديره لإمكانياته والمواقف التي يواجهها .

كما أن تحقيق الأهداف خاصه مايتعلق بتعليم الأولاد وزواجهم له إرتباط عال بالسعادة، فالمسن بعد التقاعد يواجه بالمشكلات الصحية (٧٥٪) منهم يشكون من أمراض عديدة) وربما المشكلات الإجتماعيه والأسريه بالإضافة إلي مشكلات ماديه في بعض الأحيان ، ولكن يواجه ذلك بالتماسك وإظهار القناعه فلا سبيل في نهاية العمر للسخط أو التذمر ، فليس أمام المسن إلا الشعور بقدر من السعادة لأنه مازال مرتبطا بأنشطة إجتماعية وأسرية ، فالإنفصال الإجتماعي (أنظر Cumming & Henry, ١٩٦١ غير منتشر في المجتمع المصري فالأبناء والأصدقاء يكونون عادة بجوار المسن المتقاعد . كما أن أفراد عينه البحث نشطون لاشتراكهم في

جمعيه خاصه بالمسنين و تظهر البحوث أن هؤلاء النشطاء إجتماعيا يكونونا أكثر رضا عن حياتهم (Neugarten, 1963) .

ولكن ماذا لو أن المسن أصبح يائسا ؟ يبدو أنه مثل هذا الشخص سيعيش حياة بائسه ، وفي عينه الدراسة الحاليه وجدنا إكتئابي واحد قال إن السعادة غير موجودة وأن جميع الناس تعساء أيضا وأنه لافائدة من أي شئ ، فهو ساخط علي نفسه وعلي المجتمع .

ويبدو أن المسن المتقاعد من وظيفة حكومية ويحصل علي معاش وخدمة صحيه ولديه أسرة ونشط إجتماعيا عادة مايكون سعيدا وراضيا عن حياته برغم معاناته من المرض وربمامعاناته من عدة أمراض أو ربما معاناته من بعض المشكلات الأسرية أو الإجتماعية .

وفيما يلي عرضا لنتائج تحليل المضمون الإجابات الإفراد علي أسئله الإستبار الخاصه بأسباب السعادة أو التعاسه والمشكلات الشخصية التي يواجهها الفرد بالإضافه للمشكلات الإجتماعية .

م	الأبنيـــــــه	التكرارات
١	**التعامل الحسن مع الآخرين:** ربنا محبب فيا خلقه ، بتعامل كوس مع الناس . لازم الواحد يبقي محبوب من الناس . أخاطب الناس علي قدر عقولهم ، مواجهه الظروف وحلها	١٠
٢	**نشاط اجتماعي** أنا راجل إجتماعي لا أستريح إلا إذا تدخلت في حل المشكلات أزور العيانين ، ليه نشاط في جمعية المسنين .	٩
٣	**الإنشغال بأحوال الأبناء:** الواد شاغلني ، لسه ما أشتغلش ومش عايز يشق طريقه . الأسرة عدت مراحل التعليم عندي بنت عايزها تتجوز ، تنغيص حياتي إن إبني مش سعيد . الأولاد لسه ما اشتغلوش .	٨
٤	**الاطمئنان علي حال الأبناء:** إهم حاجة ألاقي ولادي مبسوطين، ولادي كويسين كلهم مؤهلات عليا .	٧
٥	**الأمراض:** أعاني من الظروف الصحية ، أحاول أنسي المرض ، لو حطية في دماغي مش هقوم من السرير	٥
٦	**المشاكل مع الآخرين:** كل الناس بيني وبينهم مشاكل، مفيش حاجة بالساهل ، مفيش إتفاق مع الناس ، مشاكل مع الجيران	٥

٧	**تجنب المشكلات:** با أتلاشي المشاكل وأفوت الموضوع، أحل المشكلات بأسلوب هادي و أسايس الأمور حسب الظروف لا أتعصب ولا أحرق دمي .	٣
٨	**عدم وفاء الأبناء:** بنتي موظفة تقعد مع إخواتها ، بقعد لوحدي تيجي تطبخ مرة في الإسبوع وتمشي . الأولاد عايشين لمصحتهم فيه مشكلات مع الأبناء .	٣
٩	**الإيمان القدين:** سعيد عشان مسلم أمري لربنا، الإنسان عنده قوة إيمان بالله هيه اللي بتخليك مطمئن .	٣
١٠	**الشعور بالوحدة بعد وفاة الزوجة:** الواحد حس بالوحدة بعد وفاة الزوجة .	٢
١١	**الرضا عن الحياة:** مقتنع بالحياة وراضي بالوضع اللي أنا فيه .	٢
١٢	**الظروف الماليه مواتيه:** الدخل كويس	٢
١٣	**الخبرة بالعمل:** أستفدت من الخبرة بالعمل .	١
١٤	**الاستهانه بالحياة:** نزعل علي ايه الدنيا ما فيهاش حاجه تزعل .	١
١٥	**عدم القدرة علي تلبيه الطلبات الماليه للأبناء** مش سعيد عشان متطلبات الأولاد ، الأولاد بيطلبوا وأنا مامعاييش .	١

١٦	**الإتهام والهجوم على الآخرين:** الناس مافيهاش صدق ولاشفافيه ولا أمانه .	١
١٧	**الضغط النفسي:** كل حاجه عليها ضغط نفسي ، رغيف العيش بالطابور، إنت مش شايف الدنيا ماشيه إزاي .	١
١٨	**وفاء الأبناء:** الأولاد بيتزوروني ، والذرية طيبه وتمران فيهم .	١
١٩	**عدم الرضا النفسي:** ساعات لا أرض عن نفسي	١
٢٠	**الخسارة المالية:** توظيف الأموال أخذ مني أكثر من مليون جنيه ، والحكومة مسئوله .	١
٢١	**الهشاشة النفسية:** أنا ضعيف أي حاجه بتأثر علي نفسي .	١
٢٢	**المساعدة في أعمال المنزل:** أشتري الخضار للبيت .	١
٢٣	**العزله** مش مختلط بالناس ، قاعد لوحدي .	١
٢٤	**مشكلات مع الزوجة:** زوجتي بتاخد جنب .	١
*	إجمالي عدد الفئات لدي عينه البحث	٧١

مناقشة النتائج

هناك عدة ملاحظات هامه تظهرها نتائج الدراسة الحاليه حول تمام الأحوال لدي المسنين أهمها مايلي :

أولا : أن هناك إهتمام كبير بجوانب السلوكيات الإجتماعية لدي المسنين مثل :

رقم	إسم الموضوع	تكرارات
١	التعامل الحسن مع الآخرين	١٠
٢	النشاط الإجتماعي	٩
٦	المشاكل مع الآخرين	٥
٧	تجنب المشكلات	٣
١٦	الإلتواء واللوع من الآخرين	١
٢٣	الشعور بالوحدة	١

وكما نلاحظ فإن المكونات الإجتماعية حازت عالي ٣٩٪ من إجمالي عدد الفئات ، وتمثل بذلك المكون الرئيسي الذي يستحوذ علي إهتمام المسنين ، ويهتم المسن بأن تكون علاقاته حسنه مع الأخرين كذلك يحاول أن يشغل نفسه في أنشطة إجتماعية، وهو يحاول أن يتجنب المشكلات والمواجهات مع الأخرين طلبا للراحه النفسيه فهو يحاول أن يتجنب المشاكل ويحاول حلها بأسلوب هادي ويكيف نفسه حسب الظروف حتي لايتأثر نفسيا بهذه المشكلات . علما بأن وجود مشاكل مع الآخرين يسبب عدم الراحه النفسيه و هذه النتائج تتفق مع دراسه " بيرلمان"

(Perlman et al., 1978)

حيث يذكر أن الصداقة أهم من الأسرة بالنسبه للمسنين .

ثانيا : أن هناك إهتمام بالغ بالأبناء والأسرة فيما يتعلق بالتعليم أو الزواج أو أحوالهم في العمل أو الزواج أو فيما يتعلق بوفائهم أو عدم وفائهم مع المسن . والمكونات التاليه تؤكد علي ذلك .

رقم	إسم الموضوع	تكرارات
٣	الإنشغال بأحوال الأبناء	(٨)
٤	الإطمئنان علي حال الأبناء	(٧)
٨	عدم وفاء الأبناء	(٣)
١٥	عدم القدرة علي تلبيه الطلبات الماليه للأبناء	(١)
١٨	وفاء الأبناء	(١)
٢٢	المساعدة في أعمال المنزل	(١)
٢٤	مشكلات مع الزوجة	(١)

وكما نلاحظ فإن المكونات المتعلقه بالأبناء تشغل ٧١/٢٠ = ٢٨٪ من إجمالي عدد الموضوعات فالمسن ينشغل عادة بالأبناء وأحوالهم في التعليم والمراحل التعليمية التي وصلوا إليها ومدي تفوقهم من عدمه ، وكذلك الإنشغال بزواج الأبناء الذكور والإناث ثم مدي سعادتهم في الزواج .

ويشكو بعض المسنين من عدم وفاء الأبناء بالزيارة أو بالخدمه المطلوب لمن هو في مثل أعمارهم كما ينشغلوا إذا كانت دخولهم الماليه لا تلبي طلبات الأبناء وظروف تعليمهم وزواجهم ، ومن جهه أخري فإن المسن يشعر بالإمتنان لأولادة إذا هم إهتموا به وبخدمته ويختفي بند الأسرة من البحوث الأجنبية

مما يؤيد المنهج المستخدم في الدراسة الحاليه .

ثالثا : ينشغل المسن عادة بأمراض الشيخوخة مثل أمراض القلب والتنفس والسكر والعظام والبرو ستاتا والجهاز الهضمي .

وقد ذكر ٥ أفراد من العينه أنهم لايعانون من مشكلات صحيه ، رغم أن أغلبيه العينه ٧٥٪ ذكروا وجود أمراض في بياناتهم الأساسية والمسن المصري يحاول الإشغال بالأنشطة الإجتماعية والدينية لكي ينسي الأمراض التي يعاني منها ، وهناك ملاحظة هامه هي أن جميع أفراد العينه يتمتعون بالعلاج في التأمين الصحي وهذا مهم لتوضيح ملامح هذا المكون .

رابعا : هناك ملاحظة هامه هي أن جميع أفراد العينه يمارسون الشعائر الدينيه خاصه الصلاة بإنتظام في المسجد ، وهم جميعا من المسلمين ، وهناك ثلاثه أفراد ذكروا التدين بإعتبارة مصدرا للإطمئنان والسعادة ، وهذا مماثل لنتائج البحوث الأجنبيه (Deiner , 1984, Deiner , et al., 1999, Gartner, et al., 1991) .

ويبدو أن التدين عامل معرفي يؤثر علي مفهوم تمام الأحوال، حيث أن الأغلبية الساحقة من عينه البحث سعداء ، ويبدو أن هناك منظومه ثلاثيه تتكون من العامل الإجتماعي والعامل الأسري والعامل الديني وتعمل علي سعادة المسن المتقاعد .

خامسا : أظهر فردان الشعور بالوحدة بعد وفاة الزوجة (علما بأن هناك أربعة أرامل في عينه البحث) ، مما يدعم البحوث الأجنبية ، حيث أن الأرمل يكون أقل سعادة من الشخص الذي لاتزال زوجته علي قيد الحياة . (Diener, et al., 1999)

سادسا : ذكر بعض المسنين أنهم راضون عن الحياة وما هم فيه (الفئه ١١) ، وأن الدنيا ليس فيها ما نحزن بشأنه (الفئه ١٤) و كما ذكر أحدهم أن غير راضي عن نفسه (الفئه رقم ١٩) ، كما تحدث آخر عن الضعف النفسي وأن أي حاجه تؤثر في نفسيته (الفئه رقم ٢١).

وجميع هذه الفئات تمثل الأقسام الرئيسية لمفهوم تمام الأحوال الذاتي التقليدي وهي الرضا عن الحياة والوجدان السار والوجدان التعيس (Diener et al., 1999) ونتائج الدراسه الحاليه تؤكد علي ضاله هذه المكونات فيما يتعلق بالسعادة لدي المسنين المتقاعدين .

سابعا : تمثل الأحوال الماليه إهتماما كبيرا لدي المسنين والملاحظة الهامه هي أن الأغلبية الساحقه من عينه الدراسه لديها دخول معقوله معاشات وتتراوح ما بين ٣٠٠ جنيه إلي ١٢٠٠ جنيه شهريا هي تمثل الحد الأدني للحياه بكرامه وتظهر البحوث السابقة أهمية المادة في تمام الأحوال (Diener , et al., 1999)

ويبدو أن هناك حد أدني للدخل المالي للفرد إذا إنخفض أثر سلبا علي رضا الفرد عن حياته وأحواله ، وعينه البحث الحاليه تتلقي معاشات منتظمه ولذلك لم يظهر تأثير هذا المتغير بشكل واضح .

وذكر بعض المسنين أن دخولهم جيدة (الفئه رقم ١٢) ،كما ذكر البعض أن دخولهم لاتلبي طلبات الأبناء (الفئه رقم ١٥)وقد سبق ذكرة فيما يتعلق بمكون الأسرة .

وذكر أحد المسنين أن حالته النفسيه سيئة لأنه وضع أمواله في إحدي

شركات توظيف الأموال (الفئه رقم ٢٠) .

ويبدو أن ضعف الدخل يسبب نوعا من عدم السعادة ، وهذه النقطه بحاجه إلي مزيد من البحث علي عينه من الذين لايحصلون علي معاشات منتظمة مثلما هو الحال في عينه البحث الحالي .

ثامنا : ذكر أحد المسنين أنه راضي عن نفسه لانه إستفاد من خبرته بالعمل (الفئه رقم ١٣) ، رغم أنه ترك العمل إلا أنه يؤثر في حياته حتي وهو علي المعاش .

تاسعا : ذكر أحد المسنين أن كل شئ يمثل ضغطا نفسيا علي الفرد وأن الناس غير سعداء وأنه شخصيا غير سعيد ، وقد حاول الباحث إستخدام بعض الإختبارات النفسيه مثل إختبارات الإكتئاب إلا أن هذا المسن قد رفض التعاون .

الخلاصة :تظهر نتائج الدراسة الحاليه أهميه المكونات الإجتماعية (علاقات الشخص بالآخرين) وكذلك أهمية الأسرة في تمام الأحوال بالنسبه للمسن ، وهي جوانب أهملت في الدراسات الغربية وهذا يبين تأثير الثقافه المحلية علي سعادة الأفراد ، فالمسنين المصريين يهتمون بإقامه علاقات إجتماعية مع الآخرين وينشغلون بها ويأبي مشكلات قد تعوقها ، كما أنه يسعي لإقامه علاقات حسنه مع الآخرين .

كما أن قيام المسن بدورة في تربيه وتعليم وربما إيواء أبنائه يمثل مكونا هاما في سعادة المسن ، وهذا المكون لايظهر قط في البحوث الأجنبية رغم أن يشغل ٢٨٪ من إجمالي عدد الفئات ، فالأسرة لها إعتبار وأهميه

كبري في الثقافة المصرية كما هو الحال في المجتمعات الشرقية بصفه عامه .

كما تظهر النتائج أن المسنين سعداء رغم الأمراض التي يعانون منها بسبب الشيخوخه . وكما تظهر الدراسه أهميه التدين وممارسه الشعائر الدينيه خاصه الصلاة في سعادة المسنين ، ويدعم ذلك نتائج البحوث الغربية .

كما أن المتزوج يكون أكثر سعادة من الأرمل ويدعم ذلك أيضا نتائج البحوث الغربية .

ويبدو أن وجود دخل مالي مناسب يساهم في سعادة المسن ، يختلف ذلك عن ما إذا كان المسن يسعي للحصول علي قوت يومه وليس لدي دخل ثابت مثل الأجراء الذين ليس لديهم معاش مناسب .

وتظهر النتائج أن الرضا عن العمل ليس مكوناهاما مثلما هو الأمر مع الأفراد العاملين من غير المتقاعدين ، ويتكيف المسنين مع ظروف عدم العمل وينشغلون بالأنشطة الإجتماعية والدينية .

فالمسن المصري كما تظهره النتائج شخص يشعر بالسعادة والإطمئنان لأنه أدي واجبه نحو أولادة ونحو الأخرين كما أنه يؤدي واجه تجاه ربه ويمثل ذلك مكونات أساسيه لسعادة وتمام الأحوال بالنسبة له .

المـراجع:

خليفة ، ع.م (١٩٩١) دراسات في سيكلوجيه المسنين . القاهرة : الأنجلو المصرية .

شلبي ، م ، (١٩٩١) النسبية : النفسية : منحي معرفي – فردي في دراسة الشخصية القاهرة : دار الثقافه للنشر والتوزيع .

شلبي ، م. (١٩٨٩) مكونات الشخصية لدي الراشدين الريفين الحضريين المصريين : دراسه في منهج البحث . (رساله دكتوراة غير منشورة) كليه الآداب . جامعة القاهرة .

Anastasi,A. (1982) . Psychoogical Testing . New York : Mcmillan.

Andrea, S. et al., (1996) Measuring psycholosocial aspects of well - being in older community residents: performance of four short scales. Gerontologist, 36,1, 54-62.

Andrews, F.M.& Inglehart., T. (1979) . The structure of well- being in nine western societies. Social Indicators Research, 6,73-90.

Andrews, F.M., & Withey , S.B. (1974). Developing measures of perceived life quality : Results from several national surveys .Social Indicators Research , 1, 1-6.

Atchley, R.C. (1976) . The Sociology of Retirement . Cambridge, MA: Schenkman . (1991)

(ذكر في خليفة : ١٩٩١)

Beiser, M. (1974) . Components and correlates of mental well - being. Journal of Health and Social behavior , 15,320 - 327.

Boaz, R. F. ,& Muller, C.F. (1989) .Does having more time after retirement change the demand for phyician services? Medical Care . 27, 1-15.

Bosse, R.,Aldwin, C.M. , Levenson,N.R.,& Ekerdt, D.J.(1987) . Mental health differences among retitees and workers: Findings from the Normative Aging Study. Psychology and Aging 2, 383-398.

Bosse R.Aldwin, C.M., Levenson, M.R., & Workman- Daniels, K.(1990).Diferencees in social support among retirees and workers: Finding from the Normative Aging study. Psychology and Aging ,5,41-47.

Bradburn, N.M. (1969) .The Structure of Psychological Well- being Chicago:Aldine

Bradburn, N.M., & Caplovitz D. (1965). Reports on Happiness . Chicago: Aldine.

Braun, P. W.(1977) . Psychological well - being and locaton in the social structure (Doctoral Dissertation , University of Southern California, (1976) .Dissertation Abstracts International , 38, 2351 A.

Brenner, B. (1975) Enjoyment as a preventive depressive affect. Journal of Community Psychology, 3, 346-357.

Bryant, F.B., & Veroff, J. (1982) . The structure of psychological well - being: A sociohistorical analysis . Journal of Personality and Social Psychology , 43, 653-673.

Butt .D.S,&Beiser, .(1987) .Successful aging A theme for international.Psychology and Aging ,2,87-94.

Cameron. P.(1974) Social Stereotypes: Three faces of happiness. Pychology Today, 8,63-64.

Campbell, a.(1981) the sense of well- being in America : Recent Patterns and Trends New York : Mc Graw - Hill

Campbell, a. (1976) .Subjective measures of well -being American Psychologist , 31,117-124.

Campbell,a. , Converse, P.E., & Rodgers,W.L. (1976) . The Quality of American life .New York :

Russell Sage Foundation .

Cantril. H. (1965) The Pattern of Human conerns . New Brunswick, NJ: Rutgers Univ. Press.

Cantor, N. , & Sanderson,S.A. (1999) . Life task participation and well - being : The importance of taking part in daily life . In D. kahneman, E. Diener, & Schwarz (Eds.) .Well - Being : The Foundations of Hedonic Psychology . New York : Russell Sage Foundation .

Carp,F. M., & Carp, A. (1982) Test of a model of domain satisfactions and well - being : Equity considerations . Research on Aging , 4, 503-522.

Chekola, A. G. (1975) : The Concept of happiness (Doctoral dissertaton, University of Michigan ,1974). Disseration Abstracts International 35,4609A.

Clark,a.E.,& Oswald ,A.(1994) Unhappiness and unemployment .Economic Journal 104. 648-659.

Cumming .E., Dean .L. R., Newell D.S., & Mc_

caffery, I. (1960). Disengagment : a tentative theory of aging.In S.M. chown, Human Aging. Harmonds - worth : pengmin.

Cumming , E., & Henry ,W.E. (1961) . Growing old - the process of Disengagement New York : Basic Books Inc.

Cutler, N.E. (1979) . Age variations in the dimensionality of life satisfaction . Journal of Gerontology , 34, 573-578 .

Dickie, J., Ludwig, T. , & Blauw,D,(1979) . Life satisfaction among institutionalized and non - institutionalized older adults Psychological Reports, 44, 807-810.

Diener, E. (1984) subjective well - being Psychologcal Bulletin 95,54- 575.

Diener, E., & Diener, C. (1996) . Most people are happy. Psychologucal Science, 7, 181-185.

Diener ,E.,& Emmons, R.A. (1984)The independence of poitive and negative affect. Journal of Personality and Social Psychology , 47, 1105-1117.

Diener,E., & Oishi, (1999) Money and happiness : In-come and subjective well - being across nations. In E.Diener & E.M.Suh (Eds.) , Subjective Well Being Across Cultures. Cambridge, MA: MIT Press.

Diener,E. ,Sandvik ,E.M. Seidlitz, L. & Dener,M. (1993) The relationship between income and subjective being Relative or absolute? Social Indicators Resarch , 28, 195, 223.

Diener, E., & Suh,E. (1997) Measuring quality of life: Economics , social, and subjective indicators . Social Indicators Research, 40 , 189 - 216.

Diener, E., suh, E., Lucas, R., & Smith , H.(1999) Subjective well - being : Three decades of progress . Psycholoical Bulletin, 15, 2, 276-30.

Dorfman ., L., & Moffett, M. (1987) Retirement Satisfaction in married and rural women. The Gerontologist, 27, 215-221.

Durkheim,E. (1915) The Elementary Forms of the Religious Lfie .New York : Free Press

Easterlin, R.A.(1974). Does economic growth improve the human Lot? some epmirical evidence. In P.A. David& M.W.Reder (Eds)).Nations and House holds in Economic Growth . New York .Academic Press.

Ellison, C.G. (1991) Religious involvement and subjective well - being.Journal of Health and Social Behavior , 32, 80-99.

Elwell , F., & Maltbie - Crannell, A.D. (1981) The impact of role loss upon coping resources and life satisfaction of the elderly.Journal of Gerontology, 36, 223-23.

Emmons , R.A., Larsen, R.J., Levine, S.,& Diener, E. (1983) Factors Predicting Satisfacton Judgments. Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Associaton Convention,Chicago.

Erikson,e. (1963) .Childhood and Society.New York:: Norton.

Feinman, S. (1978) .The blind as "ordinary people". Journal of Visual Impairment and Blindness, 72, 231 238.

Floyd, F.J., Stephen , N.H., doll, E.R., Winemller, D., Lemsky,C.,Burgy .T., Werle. M.,& Heilman ,N. (1992) Assessing retirement satisfaction and perceptions of retirement Experiences.Psychology and Aging , 7. 4. 609- 621.

Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. Social Science and Medicine, 45, 1207-1221.

Fordyce, M. (1977) Development of a program to increase personal happiness. Journal of Counseling Psycholoy , 24,511-521.

Freedman,J.(1978) Happy People: What Happiness who has It, and why. New York : Harcourt Brace Jovanovich .

Gallup , G.H. (1976- 1977) Human needs and satis factions: Aglobal survey. Public Opinion Quarterly 40,459-467.

Gartner, J., Larson.D. B.,& Allen, G.D.(1991) .Religious commitment and mental health : A review of the empirical literature. Journal of Psychology and Religion, 19, 6-25.

Gilblert, D.t.,Pinel, e.C., Wilson, T.D., Blumberg,s.J., & wheatley. T.P. (1998) . Immune neglect :Asource of durability bias in affective forecasting. Journal of Personality and Social Psychoogy , 75, 616- 638.

Gross,R.D. (1987) Psychology , London: Edward Arrold .

Harris, L., & Associates (1979) . 1979 Study on American Attitudes Toword Pensions and retirement :A Nation - wide survey of Employess, Retirees, and Business Leaders, New York: Johnson& Higgins.

Havighurst, R.J. (1968) Personality and patterns of aging. In S.M. Chown(ed) Human Aging . Harmonds worth : Penguin.

Headey , B., & Wearing A. (1988) The sense of relative superiority central to well - being . Social Indicators Research , 20 , 497- 516.

Herzog, A. R.,& Roders,W.L. (1981) .age and satisfactions Data from several large surveys. Research on Aging , 3, 142- 156.

Herzog,A., Rogers, W., & Wood-Worth, J. (1982)

.Subjective Well - Being Among Different Age Groups .Ann Arbot , Mich: Institute for Social Research, Unive . of Michign.

Horley, J., & Lavery .J.J. (1995) . Subective well -being and age . Social Indicators Research. 34, 275- 282.

Inglehart R(1990). Culture Shift in Advanced Industral Society. Princeton, NT: Princeton University Press.

Kammann, R. (1982) , Personal Circumstances and Life Events as Poor Predictors of Happiness . Paper Presented at the 90 th Annual Convention of the Americah Psychological Association, Washington, D.C.

Kihlstrom, J.F.& Cantor,N.(1984).Mental representation of the self. Advances In Experiental Social Psychology 17, 1-47.

Kirsling ,r.a. (1986) . Review of suicide among elderly persons. Psychologyical Reports, 59, 359-366,

Kozma, A., & Stones, M.J, (1980) .The measurement of happiness: Development of the Memorial

University of New Foundland Scale of Happiness (MUNSH) . Journal of Gerontology, 35, 906-912.

Larsen,R. J., Emmons ,R.A., & Diener,E. (1983) . Validity and Meaning o Measures of Subjective Well - Being . Paper presented at the Midwestern Psychological Associaton Convention , Chicago.

Larson, r. (1978). Thirty years of research on the subpective wellbeing of old Americans .Journal of Gerontology,33,109-125.

Lemon, B., Benqsston, V.,& Peterson, J., (1972) .An exploeration of the activity theory of aging: Activity types and life satisfaction among in- movers to a retirement community .Journal of Gerontology, 27, 511-523.

Levinon, D.J. (1978) . The seasons of man's life .New Yotk: knopf.

Lewinsohn, P.M., & Amenson, C. (1978).Some relations between pleasant and unpleasant events and depression . Journal of Abnormal Psychology, 87, 644-654,

Lewinsohn, P.M. & MacPhillamy, D. (1974).The relationship between age and engagement in pleasant activities , Journal of Gerontology, 9,90-294,

Lieberman, M., & Coplan, A. (1970) Distance from death as a variable in the study of aging . Developmental Psychology ,2,71-84.

Loewenstein .G., & Schkade, D. (1999). Wouldn't it be nice? predicting future feeling . In D. Kahneman , E.Diener, & N. Schwarz (Eds.) Well- being . The Foundatons of Hedonic Psychology. New York : Russell Sage Foundaton Sage Foundation .

Lykken , D., & Tellegen , A.(1996) .Happiness is a stochastic phenomenon. Psychological Science, 7, 186- 189 .

Maddox, G.L. (1964) .Disengagement theory :Acritical evaluation . The Gerontologist 4, 80-83

Matlin.M.W. & Stang, D.J. (1978) the pollyanna Principle Selectivity in Language, Memory, and Thought. Cambride. NA: Schenkman.

Matthews, N.A . ,& Brown, K. H. (1987) . Retirement as a critical life event . Research on Aging , g. 548-557.

McIntosh, D.N. ,Silver, R.c. & Wortman.C.B. (1993). Religion's role in adjustment to a negative life event : coping with the loss of achild . Journal of Pychology , 65, 812-821

Michalos, A.C. (1980) .Satisfaction and happiness . Social Indicators Research, 8, 385-422.

Moberg. D.O.,& Taves, M.J (1965) . Church participation and adjustment in old age. In A.M. Rose and W.A. Peterson (ed.) ,Older People and their Social World.Philadelphia : F.a. Davis .

Moriwai, .Y. (1974) The affect Balance Scale:A validity study with aged samples. Journal of Gerontoloy, 29,73-78.

Morse, D.W., Dutka.A.B., & Gray,S.H. (1983) . Life After Early Retirement .Totawa,NJ: Rowman Allanheld.

Myers, D.6(1992) . The Pursuit of Happiness New York : William Morrow.

Neugarten, B. (1972) . Personality and the aging process. the Gerontologyist , 1, 9-15.

Neugarten. B. (1963) Personolity and the ageing process. In S.M. chown (ed) . Human Aging , Harmonds Worth: Penguin.

Neugarten, B.,& Hagestad G.(1976) .Age and the life course .In H.Binstock& E.Shanas (Eds .) , Handbook of Aging and the Social Sciences . New York :Van Nostrand.

Neugarten, B., & Havighurst,R.,Tobin. S. (1965). Personality and pattern of aging.In B.Neugarten Ed.) ,Middle Age and Aging Chicago : Unive.of Chicage

Parducci, A. (1968) . The relativism of absolute judgements .Scientific American, 219, 84-90

Parducci,A. (1982) . Toward a Relational Theory of Happiness. Paper Presented at the 90 the Annual Convention of the American Psychological Association,Washington, DC.

Pollner, M. (1989) Divine relations , Social relations ,and well - being Journal of Health and Social Behavior, 30, 9- 104.

Reichard.S. , Livson,F.,& Peterson, P. (1962) .Aging

and Personality :Astudy of 87 Older men . New York: Wiley .

Reker,G., Peacock, E., & Wong. P. (1987) . Meaning and purpose in life and well being : Alife-span perspective . Journal of Gerontology , 42, 44- 49.

Rothberg. J.M. Ursano,R.J.& Holloway, H.C.(1987) .Suicide in the United States military . Psychiatric Annals. 17, 545- 548.

Ryff, C.D. (1989). Happness is everything ,or is it ? Explorations on the meaning of psychological well - being . Journal of Personality and Social Psychology 57, 6, 1069-1081.

Ryff, CD. & Keyes,C.L. (1995) The structure of psychological well - being revisited , Journal of Personality and Social Psychology , 69,4, 719-727.

Schkade,d.A.,& Kahneman,d. (1997) .Would you Be Happier in California :A Focus in Illusion in Judment of well - being . working paper. (Cited in Diener et al., 1999) .

Schmutte, P.S , & Ryff, C. (1997) Personality and well - being : Reexamining method and meanings . Journal of Personality and social Psychology , 73, 3, 549- 559 .

Seccombe, K., &Lee ,G. R. (1986) .Gender differences in retirement satisfacton and its antecedents Research onAging , 8, 426-440.

Solomon , R.L, (1980) .The opponent- process theory of acquired motivaton :The costs of pleasure and the benefits of pain..American Psychologist, 35, 691-712.

Stallings, M.C., Dunham, C.C. , Gatz, M., Baker, L.A.,& Bengtson,V.L. (1997) Relationships among life events and psychological well - being: More evidence for a two- factor therory of well -being . Journal of Applied Gerontology , 16. 104-119.

Stock,w.A.,Okun.M.A. , Haring M.J. , & Witter, R.A. . (1983) .Age and subjective well - being A meta- analysis . In J. Light (Ed.) .Evaluation Studies : Review Annual. (vol. 8, pp. 279-302) . Beverly Hills, CA : Sage .

Suh,E.M . (1999) .Self, the hyphen between culture and subjective well - being (Eds.) ,Subjective Well - Being Across Cultures. Cambridge, MA: MIT Press.

Sweeney, P.D,Schaeffer, D.E., & Golin, s. (1982) . Pleasant events ,Unpleasant events, and depression .Journal of Personality and social Psychology , 43, 136-144

Tararkiewicz,W. (1976) Analysis of Happiness. The Hague ,Netherlands: Martinus Nijhoff.

Taylor,R.J., & Chatters,L.c. (1988) .Church members as a source of informal social support. Review of Religion s Research, 30, 193-202 .

Usui, W.M. Keil , T.J., Phillips, D.C., (1983) . Determinants of life satisfaction A note on a race - interaction hypothesis. Journal of Gerontology , 38. 107-110.

Veenhoven, R. (1994) . Correlates of Happiness : 7,836 findings From 603 studies in 69 nations 1911 -1994 .Unpublished manuscript. Erasmus Univ., Rotterdam . The Netherland .(Cited in Diener et al., 1999) .

Veenhoven, R. (1984) Conditions of Happiness Dordrecht . The Netherland: D.Reidel Publishing .

Veenhoven, R.(1988) .The utilty of happiness. Social Indicators Research, 20, 333 - 354.

Wilson,W.R. (1960) .An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone (Doctoral Disserations , North- Western University , 1960) Dissertation Abtract, 22, 2814.

Wilson,w. (1967) .Correlates of avowed happiness Psychological Bulletin, 67, 294-306..

Witter,R.A.Okun..A. , Stock, W.A., & Haring . M.J. (1984) . Education and subjective well being : Ameta - analysis .Educational Evaluaton and policy analysis , 6, 165-173.

Zevon, M.A, & Tellegen, A. (1982) .the structure of mood change:An idiographical - nomothetic analysis . Journal of Peronality and Social Psychology , 43, 111-1222.