

Predictive Ability of Humor Styles of Psychological Well-being among Universities Students

Ahmad Shraifin¹, Abeer Alrefai², Amal Nemrat²

¹ Faculty of Education, Yarmouk University, Jordan.

² Ministry of Higher Education, Jordan.

Received: 24/12/2019

Revised: 11/3/2020

Accepted: 22/4/2020

Published: 1/3/2021

Citation: Shraifin, A., Alrefai, A., & Nemrat, A. (2021). Predictive Ability of Humor Styles of Psychological Well-being among Universities Students. *Dirasat: Educational Sciences*, 48(1), 1–21. Retrieved from: <https://dsr.ju.edu.jo/djournals/index.php/Edu/article/view/2532>

Abstract

The study aims to reveal the predictive ability of humor styles of psychological well-being among universities students. The study sample consisted of 750 students (225 males and 525 females). They were chosen by a convenient sampling technique. Students were enrolled in second and summer semesters for the academic year (2018/2019), To achieve the aims of the study; a humor styles scale was developed by Martin and his colleagues (2003), and a psychological well-being scale developed by Ryff and Keyes (1995) were used. The results revealed statistically significant differences in humor styles attributed to sex in favor of females in the style of affiliative humor, and in humor self- enhancing in favor of males with aggressive humor and self-defeating humor styles. Moreover, the results showed that the level of psychological well-being for university students was average on the total scale. More results and consequences are discussed in the paper.

Keywords: Humor styles, psychological well-being, universities students.

القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات

أحمد الشرفين¹، عبيد الرفاعي²، أمال نمرات²

¹ جامعة اليرموك، الأردن.

² وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الأردن.

ملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات، وتكونت عينتها من (750) طالباً وطالبة؛ حيث بلغ عدد الذكور (225)، والإناث (525)، جرى اختيارهم بالطريقة المتيسرة من الطلاب المسجلين في الفصلين الدراسيين الثاني والصيفي للعام الجامعي (2018/ 2019)، ولتحقيق أهداف الدراسة؛ جرى استخدام مقياس أنماط الفكاهة الذي وضعه مارتين وزملاؤه (Martin et al., 2003)، ومقياس الرفاه النفسي الذي وضعته ريف وكيز (Ryff & Keyes, 1995). أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في أنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات تُعزى للجنس، ولصالح الإناث في نمطي الفكاهة التآلفية، وفكاهة تعزيز الذات، ولصالح الذكور في نمطي الفكاهة العدوانية وهزيمة الذات، وكذلك أظهرت النتائج أن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات كان متوسطاً على المقياس ككل، ولم تُظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات تُعزى للجنس، كما أشارت النتائج إلى أن لأنماط الفكاهة التآلفية، وهزيمة الذات، والعدوانية، قدرة تنبؤية بمستوى الرفاه النفسي لدى الذكور، مُفسرة ما مقداره (28.2%) من التباين الكلي، في حين كان لجميع أنماط الفكاهة قدرة تنبؤية بالرفاه النفسي لدى الإناث، مُفسرة ما مقداره (25%) من التباين الكلي. الكلمات الدالة: أنماط الفكاهة، الرفاه النفسي، طلبة الجامعات.



© 2021 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

المقدمة

تُعدّ مرحلة الدّراسة الجامعيّة، من المراحل المُهمّة التي يمر بها الفرد، فهي تُشكّل مرحلة انتقاليّة يبدأ فيها الفرد ببناء مستقبله العلمي والعمل، ويُحدّد ما يرغب أن يكون عليه في المستقبل، ويواجه الطّلاب في البيئة الجامعيّة العديد من المطالب الأكاديميّة والاجتماعيّة، التي من الممكن أن تتجاوز قدرتهم على الارتقاء إليها بطريقة متوازنة، فالطلّبة في الجامعة يخضعون للتّقييم المستمر سواء من أساتذتهم، أو من أصدقائهم وزملائهم الذين يتفاعلون معهم على نحو يوميّ، بالإضافة إلى المُتطلّبات الاجتماعيّة خارج الحياة الجامعيّة، وما يشهده العصر الحالي من تغيّراتٍ متسارعة تتطلّب منهم جهدًا إضافيًا لمواكبتها، التي تعمل على زيادة القلق المتعلق بالمستقبل وفق ما أشار إليه كل من الشريفين وكنعان (2017)، وهكذا زيادة الضّغوطات المُلقاة على عاتقهم. كلّ هذا يحتاج منهم إعداد أنفسهم للتكيّف مع هذه الظروف، والقدرة على التّفاعل معها بإيجابيّة، والتّعبير عن المشاعر السّلبية التي من الممكن أن يتعرّضوا لها بطريقة فاعلة ومتوازنة.

ويعدّ التّواصل بطريقة فكاهية وسيلة فعّالة للتّعامل مع الضّغوطات، والتّخفيف من التوتّر النّاجم عنها (Martin, 2007)، وفي هذا الصّدّ يشير فرانكل (1982) إلى أنّ الفكاهة من الاستراتيجيات المُهمّة للحفاظ على توازن الدّات في ظلّ الظروف الضّاغطة، وكذلك فهي تساعد على تكوين علاقات جيّدة مع الآخرين، كما أنّ وجود المشاعر الإيجابيّة ومستوى جيّد من الصّحة النّفسية والرفاه النّفسي لدى الطّلبة يعمل على تعزيز الهدوء والتّفاؤل، ويُنبئ القدرة على التّعامل مع المشكلات والضّغوطات التي من الممكن أن يتعرّضوا لها (Velásquez, et al., 2008).

وتُعدّ كل من الفكاهة والرفاه النّفسي من المفاهيم الأساسيّة التي وضعها علم النّفس الإيجابي، الذي يُولي اهتمامًا بالصفّات الشّخصيّة الإيجابيّة، كالْتفاؤل، والأمل، والسّعادة، والرّضا عن الدّات بكلّ مُكوّناتها، والرّضا عن الحياة على نحو عام، والرفاه النّفسي، وروح الفكاهة، كما يهتم بالفضائل الاجتماعيّة والمؤسّسات التي تُعنى بالأفراد وتُنمّيهم، وكذلك يقوم على رؤية تتضمّن أنّ الفرد يمتلك القدرة على التكيّف وتنظيم حياته، وتطوير مهاراته ونقاط القوة لديه، بما يؤدّي إلى رفاهه النّفسي وشعوره بالرّضا عن حياته (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)، وقد ضمّن علم النّفس الإيجابي مفهوم الفكاهة، والرفاه النّفسي في نموذجهِ للسمّات الشّخصيّة الإيجابيّة (Edwards & Martin, 2014)، التي أشار سيلجمان (2002) إليها على أنّها تعمل كوقاية للفرد من الضّغوط المختلفة التي يتعرّض لها، كما أنّها تُساعده على الشّعور بالسّعادة، وتُعيّنه على مواجهة الصّعاب والعقبات في حياته.

أنماط الفكاهة (Humor styles)

الفكاهة هي شكل من أشكال التفاعل والتواصل الاجتماعي، وهي سمة عالمية وإنسانية وجزء مهم من ثقافة المجتمعات (Raskin, 1985)، وقد عرّفها نيزلك وديركس (2001) (Nezlek & Derks) أنّها: مفهوم مُعَدّد مُتعدّد الأبعاد لتفاعل مجموعة من العوامل الاجتماعيّة، والنّفسية، والثّقافيّة؛ التي تعمل على بناء وتصور المُنتهات والسلوكات التي من الممكن أن تتسبّب في إضحاك الآخرين، أما مارتن (2007) (Martin) فيرى أنّها نوع من التلاعب الذهني يتضمن موقف غير جاد وهزلي تجاه الأحداث والأفكار، كما تمّ تعريفها على أنّها ظاهرة إنسانية عفوية مُميّزة، تُشير إلى كل ما يمكن أن يُسبّب الضّحك، أو الابتسام، ومشاعر المرح والابتهاج (Vandaele & Luiz, 2019).

على مدى سنوات لم يكن هناك اهتمامًا كبيرًا بموضوع الفكاهة في مجال علم النفس، وكانت الأبحاث المتعلّقة بها قليلة، ويرى بيرلين (Berlyne, 1969) أنّ ذلك ربما يعود إلى الطّبيعة غير الجديّة للفكاهة، ورؤية الباحثين أنّها موضوع هزلي وغير مهم لإجراء دراسة أكاديميّة جادّة، وقد كان فلوجل (Flugel) وبيرلين (Byrlyne) أوّل من تناول الفكاهة من منطلق نفسي على نحو مستقل، ومن ثمّ توالى الأبحاث المتعلّقة بالفكاهة، وقد كانت في أوجها في فترة الثمانينات، وخاصة بعد تأسيس الجمعية الدوليّة لأبحاث الفكاهة (Martin, 2007).

وفي بداية القرن الحادي والعشرين، أصبح البحث في الآثار التّفسية والجسدية للفكاهة والضّحك موضوعًا بارزًا (Lefcourt, 2001)، وقد كان لظهور علم النّفس الإيجابي دورًا كبيرًا في هذا الجانب؛ وذلك من خلال تضمينه لمفهوم الفكاهة ضمن السمّات الشّخصيّة الإيجابيّة (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)، كما يُعزى هذا التطوّر إلى العمل على الفكاهة والضّحك الذي أداه مارتن (1996) (Martin)؛ الذي رأى أنّ بعض أنواع الفكاهة لها دلالات مغايرة لما تبدو عليه، ولا تحمل دائمًا روح الدّعابة الحقيقيّة، وبخاصّة في أوقات التوتّر، لذا فقد اقترح مارتن وزملاؤه (Martin et al., 2003) مفهوم أنماط الفكاهة؛ الذي انبثق عن مفهوم روح الدّعابة، وكان مفهوم أنماط الفكاهة كجانب مكمل للتأثير الإيجابي للفكاهة على الصّحة التّفسية والجسدية، وكذلك أثره في الجوانب الاجتماعيّة.

وقد قدّم مارتن وزملاؤه (Martin et al., 2003) الفكاهة حسب الفروق الفردية في استخدامها، وأشاروا إلى أنّ استخدام الفكاهة يندرج تحت محورين رئيسيّين هما: الذات مقابل الآخرين؛ أي فيما إذا كانت الفكاهة موجهة نحو الذات أم نحو الآخر، والمحور الثاني هو: فيما إذا كانت الفكاهة إيجابيّة (حميدة)، أو سلبية (ضارة)، ووفقًا لهذا التّصور فقد صنّفوا الفكاهة إلى أربعة أنماط، قسم منها متعلّق بالجوانب التّكيفية والإيجابيّة في استخدامها، والقسم الآخر يتعلّق بالجوانب غير التّكيفية والسّلبية. وفي ما يتعلّق بالجوانب التّكيفية الإيجابيّة تُصنّف الفكاهة كما يلي:

– الفكاهة التآلفية (Affiliative humor)

تظهر من خلال قول أشياء مضحكة، والمشاركة في مزاح عفوي وذكي يروق للآخرين لتسهيل التفاعل وتقوية العلاقات معهم؛ حيث يعمل هذا النمط من الفكاهة على تخفيف التوتر في المواقف الاجتماعية (Kuiper, 2012; Martin, 2007) كما يعمل على تقبل الأفكار والابتعاد عن الانتقاد من خلال عرض الفكرة بطريقة فكاهية تساعد على قبولها لدى الآخرين دون تهجم وانتقاد، ويرتبط في الغالب بالمشاعر الإيجابية، وقد يقول الأفراد الذين يستخدمون هذا النمط من الفكاهة أشياء مضحكة عن أنفسهم؛ بهدف إضفاء جو من المرح وتحسين شعور الآخرين، ولكنهم في ذات الوقت يحافظون على صورة ذاتية إيجابية ودون أن يهينوا أنفسهم (Reff, 2006)، ويرتبط هذا النمط بالوظيفة الاجتماعية للفكاهة؛ حيث يعمل على تقوية العلاقات الإيجابية مع الآخرين، التي تُعد من مقومات الصحة والرفاهية النفسية، وكذلك حل النزاعات من خلال الأجواء اللطيفة والمشاعر الإيجابية التي من الممكن أن تُحدثها، وهذا ما تقوم عليه الوظيفة الاجتماعية للفكاهة (Kuiper, 2012).

– فكاهة تعزيز الذات (Self-enhancing humor)

يُشير هذا النمط إلى النظرة الفكاهية إلى الحياة على نحو عام، والقدرة على فعل وإيجاد الأشياء المضحكة والفكاهية دون الحاجة للتواجد مع الآخرين، وكذلك من خلال التفكير في الجوانب المسلية للمواقف الحياتية المختلفة، وتكون بين الفرد وذاته بغض النظر عما يراه الآخرون في الموقف، ويظهر هذا النمط من الفكاهة في القدرة على الضحك والفكاهة في مواطن الضعف، والتعرض للمواقف الاجتماعية المرحجة، وكذلك في مواجهة الإجهاد والمواقف الصعبة والمشاعر السلبية؛ وذلك للحفاظ على صورة ذاتية إيجابية ومعنويات مرتفعة (Martin et al., 2003; Martin, 2007)، يلجأ الأشخاص الذين يتسمون بهذا النمط إلى الفكاهة عند الشعور بالحزن، أو الغضب والتوتر كنوع من الهروب الإيجابي المتفائل ووسيلة لحماية الذات وتعزيزها دون الإضرار بها وبالآخرين (Kuiper, 2012)، ويُتيح هذا النمط للفرد التركيز على حل المشكلات بدلاً من تجنبها مع التقليل من الضغوطات الداخلية عن طريق إبعاد الفرد عن المنهات المزعجة، وتكون الفكاهة هنا موجهة نحو الذات أكثر من توجيهها نحو التفاعلات الشخصية، لتحسين قدرة الفرد على المواجهة والتكيف، ويظهر هذا النمط من الفكاهة كوسيلة تكيفية، لمواجهة الضغوطات، سواء كانت ضغوطات اجتماعية أو أكاديمية، ومن الأمثلة على هذا النمط من الفكاهة، الطالب الذي يشعر بالتوتر قبل الاختبار فيلجأ إلى تعزيز نفسه من خلال إلقاء النكات والمزاح للتخفيف من حدة التوتر لديه (Reff, 2006). أما في ما يتعلق بالجوانب غير التكيفية والسلبية للفكاهة فتُصنّف إلى نمطين هما:

– الفكاهة العدوانية (Aggressive humor)

يُستخدم هذا النمط من الفكاهة كوسيلة لتسليّة الذات على حساب الآخرين، ويُشير إلى استخدام الفكاهة للسخرية من الآخرين والتهديد الضمني لهم والتقليل من شأنهم، دون عدّ للتأثير المحتمل عليهم، كما يتضمّن الميل إلى التعبيرات الفكاهية القهرية التي من الصعب على الشخص أن يقاوم فيها الدافع لقول أشياء مضحكة حتى في الأوقات غير المناسبة، ومن الممكن أن تؤدي الآخرين وتُنفّرهم (Martin et al., 2003)، وقد يلجأ الفرد إلى هذا النمط من الفكاهة للهيمنة على الآخر بالانتفاص منه وانتقاده في قالب فكاهي حتى يتم تقبله من المجتمع، ومن الأمثلة على هذا النمط؛ التهمك، والسخرية، والألقاب المسيئة، والمضايقات التي تظهر بمظهر فكاهي، ولكنها تتسبب في إهانة الآخر وإحراجه (Reff, 2006)، ويُشكل نمط الفكاهة العدوانية أساساً للنكات العرقية، والعنصرية التي تهدف إلى التقليل من بعض الثقافات، أو المجتمعات، وإظهار الأفضلية عليها (Gogová, 2016)، ويؤدي الاستخدام المتكرر لنمط الفكاهة العدوانية إلى جعل العلاقات أكثر توتراً؛ لما فيها من استقواء على الآخرين، ولما تسببه لهم من إحراج وإهانة (Kuiper, 2012).

– فكاهة هزيمة الذات (Self-defeating humor)

يُشير هذا النمط إلى استخدام الفكاهة بهدف تسليّة الآخرين على حساب الذات؛ من خلال قيام الفرد بالسخرية من ذاته، والتحدّث عن مواقف مضحكة عن نفسه، وكذلك قبوله بأن يكون محط سخرية من الآخرين والضحك معهم عندما يفعلون ذلك؛ للحصول على القبول والتقييم الإيجابي منهم، ولكي يبقى محبوباً بالنسبة لهم (Martin, 2007)، ويفترض هذا النمط استخدام الفكاهة كشكل من أشكال الإنكار الدفاعي لإخفاء المشاعر السلبية، وتجنّب التعامل البناء مع المشكلات والضغوطات، وكذلك لتجنّب الاستقواء والإساءة من الآخرين، وتكون الفكاهة موجهة نحو الذات ولكن بطريقة سلبية (Kuiper, 2006).

وتُصنّف أنماط الفكاهة بناء على وصفها من حيث توطيد العلاقات وتعزيز الذات؛ حيث يُصنّف كل من نمط فكاهة تعزيز الذات ونمط الفكاهة العدوانية من الأنماط التي تندرج تحت قائمة تسليّة الذات، في حين أنّ نمط فكاهة هزيمة الذات، ونمط الفكاهة التآلفية، يندرجان ضمن الفكاهة التي تعمل على توطيد العلاقات مع الآخرين (Veselka, Schermer, Martin, & Vernon, 2010)، كما أنّ تصنيف أنماط الفكاهة إلى إيجابية وسلبية هو تصنيف نسبي؛ أي أنّ النمط الظاهر عند الفرد في استخدام نمط معيّن لا يعني عدم استخدامه للأنماط الأخرى في بعض الأحيان (Martin & Kuiper, 2016)، كما من الممكن أن يتضمّن نمط فكاهة تعزيز الذات قول أشياء فكاهية والسخرية من الذات ولكنها تكون بتقبّل ذاتي وتعكس احتراماً صحياً للذات، في المقابل فإن نمط فكاهة هزيمة الذات ينشأ من تدني تقدير الذات وينطوي على استخفاف حقيقي بالنفس لكسب رضا الآخرين ومحبتهم، كذلك من الممكن أن يتضمّن نمط الفكاهة التآلفية بعض الأشكال الودية من المضايقات العدوانية البسيطة غير المؤذية، وهذا من الفكاهة

الصّحية، في المقابل فإنّ زيادة الأذى والمضايقات والإغاضة للآخرين هي جزء من نمط الفكاهة العدوانية (Martin, 2007). وقد تناولت الدّراسات (Akduur & Batigün, 2017; Ford, Lappi & Holdin, 2016; Martin et al., 2003) دور وارتباط السّمات الشّخصية بأنماط الفكاهة؛ حيث أشارت بعض هذه الدّراسات إلى أنّ الأفراد الذين يسود لديهم أنماط الفكاهة التّكيفية (نمط فكاهة تعزيز الذات، ونمط الفكاهة التآلفية) يتّسمون بالانبساط والانفتاح، في حين أنّ الأفراد الذين يميلون لاستخدام أنماط الفكاهة غير التّكيفية (نمط الفكاهة العدوانية، ونمط فكاهة هزيمة الذات) يتّسمون بالعصبية، كما يرتبط استخدام الأفراد لأنماط الفكاهة الإيجابية بمستويات أقل من القلق والاكتئاب، في حين وُجد أنّ استخدام الأفراد لأنماط الفكاهة السّلبية يرتبط بمستويات مرتفعة من القلق والاكتئاب (Tucker et al., 2013) في ضوء ما تقدّم يُلاحظ بأنّ أنماط الفكاهة تُشير إلى كميّة توظيف الفكاهة في التفاعلات الاجتماعية لتحقيق هدف معيّن وإيصال فكرة إلى الآخر، قد تكون إيجابية تحمل الود والتّعزيز أو سلبية تتضمن التّهديد والسّخرية، كما أنّها انعكاسًا لطبيعة شخصية الفرد وما يحمله عن نفسه من أفكار، وكيف ينظر إلى ذاته والآخرين، كما من الممكن أن تكون وسيلة لإخفاء بعض جوانب النقص في الشّخصية، وكذلك تلعب دورًا في الصّحة التّفسية والجسدية.

الرفاه النفسي (Psychological well-being)

يُعد الرفاه النفسي من أبرز مفاهيم علم النّفس الإيجابي، ويُشير إلى الأداء الأمثل أو الإيجابي للفرد (Ryan & Deci, 2001)، وقد عرّف ويسنر (Weisner, 1998) الرفاه النفسي على أنّه القدرة لدى الفرد على أن يكون مرئيًا وناجحًا، والمشاركة الإبداعية في النشاطات الإيجابية التي تعود بالفائدة على الفرد والمجتمع، في حين يُعرّفه براون (Brown, 2000) أنها: حالة شعوريّة تتولد عند الفرد عندما يُحقق التّوازن في المشاعر الإيجابية؛ كالحيوية والمحبة، وأشارت ريف وسينجر (Ryff & Singer, 2003) إلى أنّ الرفاه النفسي أكثر من مجرد الشّعور بالسّعادة، أو الرّضا عن الحياة، كما أنّه ليس مجرد عدم وجود مشاعر سلبية، أو خبرات سيئة في الحياة، إنّما هو وجود تصوّر غني لهذه التجارب، والقدرة على إدارة الصّعوبات والتّحديات بفاعلية، من جانب آخر يُشير كل من جوبتا وكومار (Gupta & Kumar, 2010) إلى أنّ الرفاه النفسي هو: التّقييم الكليّ والشّامل للخبرات الانفعالية للفرد، الإيجابية والسّلبية منها، وكذلك مدى تقييم مستوى الرّضا عن الحياة لدى الفرد.

في ضوء ما تقدّم من الممكن تعريف الرفاه النفسي أنه: القدرة على التصالح مع الذات وبناء السّلام الداخلي، وكذلك القدرة على ضبط الأفكار والانفعالات، وتحقيق التّوازن فيها، والحفاظ على التّفاؤل المبني على حسن الظّن والرّضا، ووجود مشاعر القناعة بما هو مُتاح والاستمتاع به، مع السّعي المُستمر إلى تطوير الذات والحياة الكريمة المُستقلة، والتّركيز على الجوانب الإيجابية في النّفس، والآخرين، وأحداث الحياة وتُعد دراسة ريف (Ryff, 1989a) في الرفاه النفسي من أهم الدّراسات التي رسّخت لمفهوم الرفاه النفسي، وطرق ومجالات البحث فيه، وذلك من خلال النّموذج الذي قدّمته لأبعاد الرفاه النفسي الستّة، ويُشير كل بعد من هذه الأبعاد إلى التحديات التي تواجه الأفراد في عملية النّمو والارتقاء في حياتهم (Keyes, Shomotkin & Ryff, 2002)، وهذه الأبعاد هي:

- تقبّل الذات (Self-acceptance)

وهذا المفهوم يتعلّق بالتّفكير الإيجابي حول الذات، ويُقصد به احترام الذات وتقبّلها على نحو كامل بما في ذلك تقبّل الفرد لإخفاقاته، وإدراك جوانب القوة والضعف في شخصيّته وتقبّلها، وكذلك تقبّل الماضي بكل ما فيه من إيجابيات وسلبيات، وأن تكون مواقف الفرد تجاه نفسه إيجابية وفاعلة، كما أنّ تقبّل الفرد لذاته لا يعني الرضا السّلب عن الذات، ولا يمنع نقد الفرد لسلوكه وشخصيّته، والسّعي إلى تطويرها باستمرار (Ryff, 2014; Ryff et al., 1989)، ويُعد هذا المعيار من أكثر وأهمّ المعايير التي تركزت في معظم وجهات النّظر التي تناولت الرفاه النفسي والأداء الإيجابي (Ryff, 2018).

- العلاقات الإيجابية مع الآخرين (Positive Relationships with Others)

تري ريف (Ryff, 1989a) أنّ العلاقات الإيجابية مع الآخرين من المؤشّرات المهمّة للصّحة التّفسية، ويُشير هذا البعد إلى وجود العلاقات التي تتسم بالدفء والعمق، والقدرة على الحب والعطاء، والثّقة المتبادلة مع الآخرين، وكذلك وجود مشاعر قوية من التّعاطف والمودة تجاههم (Ryff & Keyes, 1995; Ryff et al., 2014)، وقد أكّد ألبورت (Allport, 1952) أنّ قدرة بناء علاقات حميمة ودافئة مع الآخرين من المؤشّرات الأساسية للنّضج والوعي، وتُمثّل العلاقات الاجتماعية الفعّالة في مرحلة الجامعة داعمًا مهمًا للطلاب ليتمكن من التّكيف مع البيئة الجامعيّة.

- الاستقلاليّة (Autonomy)

ويُقصد بها قدرة الفرد على إدارة حياته واتّخاذ قراراته بنفسه، وأن تكون قراراته نابعة من داخله وقناعاته الخاصّة دون التّأثر في موافقة الآخرين أو رفضهم، وكذلك تقييم الذات والمواقف وفقًا للمعايير الشخصية للفرد، والتّحرر من المخاوف والمعتقدات المفروضة من المجتمع، أو الجماعة التي ينتمي إليها الفرد (Ryff & Singer, 1996, 2003; Ryff, 2018).

التّكيف مع البيئة (Environmental Mastery)

ويعني قدرة الفرد على تهيئة البيئة المحيطة بما يتناسب مع حالته التّفسية وطموحاته، والقدرة على التعامل مع البيئات المختلفة والتّكيف معها،

واستغلال الفرص المتاحة، والمشاركة الفاعلة في إحداث التغيير بطرق إبداعية وإيجابية (Ryff, 1989a; Ryff et al., 2014).

– الهدف في الحياة (Purpose in Life)

ويُشير إلى قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة، وفهم الغاية من وجوده، وأن يكون لديه شعورًا بالغاية والقصد، ولديه أفكار وأهداف واضحة تجعل لحياته معنى (Ryff & Singer, 1996, 2003; Ryff, 2018).

– النمو الشخصي (Personal Growth)

إنَّ تحقيق الأبعاد السابقة يتطلب من الفرد أن يستمر في تطوير قدراته وإمكاناته ونموه الشخصي، ويكون ذلك من خلال الانفتاح على التجارب الجديدة، وعدم الثبات على حالة واحدة وطريقة واحدة في التعاطي مع المشكلات (Ryff, 1989b)، كما يُشير هذا البعد إلى قدرة الفرد على إدراك إمكاناته ومواهبه، والسعي على نحو دائم إلى تنميتها، ومواجهة الصعوبات والتحديات للوصول إلى النمو السليم وتحقيق الرفاه النفسي (Ryff, 2018; Ryff et al., 2014).

ويرى الباحثون أنَّ النمو الشخصي يتضمن تطور المفاهيم المرتبطة بالذات في كافة جوانبها، كمفهوم الذات الجسدي، والأكاديمي، ومفهوم الذات المهني، الذي ينمو ويتطور مع الفرد خلال مراحل حياته المختلفة، وتعرّضه لخبرات متعددة وفق ما يشير إليه الشريفي والصوالحة (2019). وقد استفادت ريف (Ryff, 1989a) في تقديمها للرفاه النفسي وأبعاده من مراجعة شاملة لبعض الأسس النظرية، واستمدت مفاهيمها منها، ومن هذه الأسس النظرية مفهوم النضج لآلبورت؛ حيث عرّف آلبورت (Allport, 1952) الشخص الناضج على أنّه يمتلك ذات مُمتدة ولديه فلسفه متكاملة للحياة، كما أنّه يمتلك الحس الفكاهي، والقدرة على التواصل الإيجابي مع الآخرين، كما تأثرت ريف (Ryff) في مفهوم الشخصية المتكاملة لروجرز (Rogers, 1962): الذي يُشير إلى الأشخاص الذين يُعبّرون عن مشاعرهم بأريحية، كما أنّهم مُنفتحون ولديهم الثقة بأنفسهم، وتقبل لأخطائهم ويسعون لتصحيحها، كما استمدت ريف (Ryff, 1989a) مفاهيمها من مفهوم تحقيق الذات عند ماسلو (Maslow, 1958): الذي يُشير إلى أهمية تلبية مجموعة من الحاجات الفسيولوجية والاجتماعية؛ كالحاجة للانتماء والتقدير، والشخصية وما يرتبط بها من إنجازات واحترام الذات، ومن المفاهيم الأخرى أيضًا مفهوم منحى الحياة لبوهلر؛ حيث أشار بوهلر (Buhler, 1935) في نظريته إلى فكرة النمو والتطور المُستمرين طوال العمر، وخُصّص إلى أنّه وبرغم الاختلافات الفردية إلّا أنّ هناك تسلسل منتظم للخبرات والأحداث في حياة جميع الناس، أما الأسس الأخرى التي ضمّنتها ريف في توجّهها فهي: مفهوم التفرد ليونغ، والعمليات التنفيذية للشخصية (executive processes of personality) لنيوجارتن، ومعنى الحياة لفرانكل، والصحة النفسية والعقلية لجاودا (Ryff, 2018).

ويتأثر مستوى الرفاه النفسي عند الفرد في مجموعة من العوامل؛ كالتجارب الذاتية للفرد؛ حيث إنّ الرفاه النفسي هو نتيجة للتوازن بين توقّعات الفرد وإنجازاته في مختلف المجالات، كالعمل، والطّروف المادية، والعلاقات الشخصية، والعاطفية (Garcia- Viniegras & Benitez, 2000)، كما يتأثر الرفاه النفسي في المرحلة العمرية؛ وحول هذا التأثير تُشير ريف وكيس (Ryff & Keyes, 1995) إلى أنّه مع التقدّم بالسن فإنّ مستوى النمو الشخصي يقل، بالمقابل يزداد مستوى الاستقلالية والتكيف مع البيئة؛ حيث يكونان في مرحلة منتصف العمر والشيخوخة أعلى من مستواه في مرحلة المراهقة والشباب، أما بُعد تقبل الذات والعلاقات الإيجابية، فإنّهما لا يختلفان باختلاف المرحلة العمرية، كما يميل بُعد الهدف في الحياة إلى أن يصبح أقل أهمية مع التقدّم في العمر (Ryff, 1989a, b)، في حين يكون هذا البُعد بالإضافة إلى بُعد النمو الشخصي أعلى ما يكون في مرحلة الشباب (Ryff, 1991)، وهكذا يمكن القول أنّ الأشخاص في مرحلة الدّراسة الجامعية يكونون في مرحلة بناء وتنوّر لشخصياتهم من خلال علاقاتهم بالآخرين، وسعيهم إلى أن يكون لديهم أهداف يتّجهون لتحقيقها في حياتهم.

كما يتأثر مستوى الرفاه النفسي في روح الدّعابة لدى الفرد وطبيعة استخدامه للفكاهة، فقد أشار مارتن وزملاؤه (Martin et al., 2003) إلى أنّ العلاقة بين الرفاه النفسي ونمط الفكاهة الذي يستخدمه الفرد هي علاقة متبادلة، أي أنّ كلاهما يؤثر ويتأثر في الآخر، فاستخدام أنماط الفكاهة الإيجابية (تعزير الذات، التآلفية)، هو مؤشر على مستوى مرتفع من الرفاه النفسي، في المقابل فإنّ استخدام الأنماط السلبية للفكاهة (هزيمة الذات، العدوانية) هو مؤشر على مستوى منخفض للرفاه النفسي وتقدير الذات، ومن العوامل الأخرى التي تلعب دورًا في الرفاه النفسي، الدّعم الاجتماعي؛ فتلقّي الطالب للتعزيز والدّعم والتقدير من الآخرين يعمل على زيادة الرفاه النفسي لديه (Gencoz, Ozlale & Lennon, 2004)، كما تلعب أساليب التربية ونمط التعامل في الطفولة أهمية كبرى في مستوى الرفاه النفسي؛ حيث تناولت الدّراسات (Greenfield & Marks, 2017; Kong, 2010) أثر المعاملة السيئة في الطفولة على الرفاه النفسي في مراحل متقدمة من العمر، وفي سياق دراسة العوامل المؤثرة في الرفاه النفسي يرى دينير (Diener, 2000) أنّه لكي يتم فهم الرفاه النفسي، فإنّه ينبغي الاهتمام بكل الأدوار والمراحل الرئيسية في الحياة، كنمط التربية، والزواج، والعمل، والتعليم، والمجتمع والصحة والوضع المادي، والعديد من العوامل التي تلعب كل منها كدلالة على الرفاه النفسي.

الدّراسات السابقة

أجرى تشاكماك وكاركوس وتمّام وتاسدمير وكارايوتوغ (Çakmak, Karakus, Tamam, Tasdemir & Karaytug, 2015) دراسة هدفت

إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات وأنماط الفكاهة لدى طلبة الطب، وتكوّنت عينتها من (107) من الذكور و(96) من الإناث من طلاب كلية الطب في جامعة تشوكوروا في تركيا، تم تطبيق مقياس أنماط الفكاهة، ومقياس تقدير الذات لرونزبيرغ، أظهرت النتائج ارتفاع متوسط درجات نمط فكاهة تعزيز الذات، ونمط الفكاهة التآلفية مقارنة بمتوسط درجات نمط الفكاهة العدوانية ونمط فكاهة هزيمة الذات، كما بيّنت النتائج وجود علاقة إيجابية بين تقدير الذات وأنماط الفكاهة الإيجابية (تعزيز الذات، والتآلفية)، وأشارت النتائج إلى أنّ الذكور أكثر استخداماً للفكاهة من الإناث، وخاصة نمط الفكاهة العدوانية ونمط فكاهة هزيمة الذات، وأشارت كذلك إلى أنّ تأثير التحصيل على تقدير الذات لم يكن إيجابياً. أما دراسة زيفلرهيل ومكابي وفرايبل (Zeigler-Hill, McCabe & Vrabell, 2016) فقد هدفت إلى فحص العلاقة بين السمات الشخصية المرضية وأنماط الفكاهة، وتكوّنت عينتها من (594) من الطلبة في جامعة من جامعات الغرب الأوسط في الولايات المتحدة، بلغ عدد الذكور (148) والإناث (446)، بمتوسط عمر (20 سنة)، تم استخدام مقياس أنماط الفكاهة، وقائمة أبعاد الشخصية (PID-5-BF)، خلّصت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين العاطفة السلبية والانعزالية، وكل من نمط فكاهة تعزيز الذات ونمط الفكاهة التآلفية، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين العدائية ونمط الفكاهة العدوانية، بينما ارتبطت العدائية سلبياً بنمط الفكاهة التآلفية، كما ارتبط التهور إيجابياً بنمط الفكاهة العدوانية، وأشارت النتائج أيضاً إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدّهانية ونمط فكاهة هزيمة الذات، كما أظهرت النتائج أنّ الذكور أكثر استخداماً لنمط الفكاهة العدوانية ونمط فكاهة هزيمة الذات، كما أنّهم سجلوا درجات أعلى على أبعاد السمات الشخصية المرضية باستثناء بُعد العاطفية السلبية؛ فقد سجّلت الإناث درجات أعلى من الذكور على هذا البُعد.

من جانب آخر أجرى كل من إيسيك وأسيت وجنغيز وكوتشك (Isik, Acet, Cengiz & Kucuk, 2017)، دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط الفكاهة ومستوى القلق لدى الطلاب الملتحقين بمراكز التربية البدنية والرياضية، وتكوّنت عينتها من (607) طالباً وطالبة من عدة جامعات تركية، بلغ عدد الذكور (412) والإناث (195)، تم تطبيق مقياس أنماط الفكاهة، ومقياس القلق، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين أنماط الفكاهة الإيجابية (تعزيز الذات، والتآلفية) وانخفاض مستوى القلق، بالمقابل ارتبطت أنماط الفكاهة السلبية (العدوانية، وهزيمة الذات) بارتفاع مستوى القلق، وأشارت النتائج إلى عدم وجود اختلاف في استخدام أنماط الفكاهة بين الجنسين فيما عدا نمط فكاهة هزيمة الذات؛ حيث سجّل الذكور درجات أعلى من الإناث على هذا النمط من الفكاهة.

وهدف دراسة وليامز (Williams, 2018) إلى البحث في العلاقة بين سمات الشخصية وأنماط الفكاهة، وتكوّنت عينتها من (62) من طلاب جامعة ألفريد في الولايات المتحدة، (31) من الذكور، و (31) من الإناث، في المرحلة العمرية من (18-22) سنة، تم استخدام مقياس تقدير الذات لرونزبيرغ، ومقياس السمات الشخصية (HEXACO)، ومقياس السمات المظلمة للشخصية (Dirty Dozen Scale)؛ الذي يقيس كل من الاعتلال النفسي، والميكافيلية، والترجسية، كما تم تطبيق مقياس تورنتو للتعاطف، ومقياس السعادة الذاتية، وكل من مقياسي حس الفكاهة متعدد الأبعاد (MSHS)، ومقياس أنماط الفكاهة، أظهرت النتائج مجموعة من الارتباطات بين أنماط الفكاهة والسمات الشخصية؛ حيث تبين وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين نمط الفكاهة العدوانية والترجسية، وارتبطت سلباً بالتعاطف، كما ارتبط نمط الفكاهة التآلفية سلبياً بالانبساط، وارتبط نمط فكاهة تعزيز الذات إيجابياً بالتعاطف والانبساط، وكذلك ارتبط نمط فكاهة هزيمة الذات إيجابياً مع كل من الميكافيلية والاعتلال النفسي، وسلبياً مع تقدير الذات، والضّمير، والانبساط، وأشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين السعادة الذاتية ونمط الفكاهة التآلفية، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين السعادة الذاتية وحس الفكاهة، وأخيراً لم تُظهر النتائج وجود علاقة بين تقدير الذات وكل من نمط فكاهة تعزيز الذات، ونمط الفكاهة التآلفية.

وهدف الدراسة التي أجراها كل من كاراخان وبالسين وإيرباس وإرجون (Karahan, Yalcin, Erbas & Ergun, 2019) إلى البحث في العلاقة بين أنماط الفكاهة والذكاء العاطفي ومهارات حل المشكلات، وتكوّنت عينتها من (1456) من الطلبة من جامعة (Ondokuz Mayıs) في تركيا، بلغ عدد الذكور (640) وعدد الإناث (816)، تم تطبيق مقياس أنماط الفكاهة، ومقياس الذكاء العاطفي (R-SSEIT)، ومقياس مهارات حل المشكلات (PSI)، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين أنماط الفكاهة الإيجابية (تعزيز الذات، والتآلفية) مع الذكاء العاطفي، بينما ارتبطت أنماط الفكاهة السلبية (هزيمة الذات، والعدوانية) سلبياً مع الذكاء العاطفي، كما ارتبط كل من نمط فكاهة تعزيز الذات ونمط الفكاهة التآلفية إيجابياً مع مهارات حل المشكلات، في المقابل ارتبط نمط الفكاهة العدوانية ونمط فكاهة هزيمة الذات سلبياً مع مهارات حل المشكلات، كما أشارت النتائج إلى أنّ الذكور أكثر استخداماً لأنماط الفكاهة السلبية (العدوانية، وهزيمة الذات)، في حين أنّ الإناث أكثر استخداماً للفكاهة الإيجابية (تعزيز الذات، والتآلفية).

وبحث أنجليم وجرانت (Anglim & Grant, 2014) في العلاقة بين السمات الخمسة الكبرى للشخصية وكل من الرفاه النفسي والرفاه الشخصي والرضا عن الحياة، في دراستهما التي تكوّنت عينتها من (337) من طلبة الجامعات في أستراليا، بلغت نسبة الذكور (24%) ونسبة الإناث (76%)، تم تطبيق مقياس الرفاه النفسي، ومقياس الرفاه الشخصي، والمقياس الدولي لسمات الشخصية (IPIP)، ومقياس التأثير الإيجابي والسلبي

(PANAS)، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين كل من الانفتاح والتقبل والضمير مع أبعاد الرفاه النفسي، وظهر هذا الارتباط على نحو أقوى مع الأبعاد: (النمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية، والهدف في الحياة)، في حين ارتبطت العصبية سلبياً بجميع أبعاد الرفاه النفسي، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة والرفاه النفسي والتأثير الإيجابي.

وأجرى كوماغيز وغوندوز (Kumcagiz & Gunduz, 2016) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الرفاه النفسي والإدمان على الهواتف الذكية، وتكونت عينتها من (408) طالباً من جامعة (Ondokuz Mayıs) في تركيا، بلغ عدد الذكور (105) والإناث (303)، وبعد تطبيق مقياس دينير للرفاه النفسي، ومقياس إدمان الهاتف الذكي (SBAS-SF)، أظهرت النتائج أن مستوى الرفاه النفسي لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور، وأن مستوى الإدمان على الهاتف الذكي لدى الذكور أعلى منه لدى الإناث، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في متوسطات درجات الرفاه النفسي تُعزى للسنة الدراسية، كما أظهرت النتائج وجود فروق في متوسطات درجات الرفاه النفسي وإدمان الهاتف الذكي تُعزى للتحصيل الأكاديمي، بالإضافة إلى ذلك ظهرت فروق في متوسطات درجات الرفاه النفسي تُعزى لأسلوب تعامل الأم لصالح أسلوب التعامل غير المبالي، ووجود فروق تُعزى لأسلوب تعامل الأب لصالح الأسلوب الديمقراطي، وأخيراً، خلصت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية سلبية بين الرفاه النفسي وإدمان الهاتف الذكي.

وهدف دراسة خرنوب (2016) إلى فحص العلاقة بين الرفاه النفسي والذكاء الانفعالي والتفأول، وتكونت عينتها من (147) من طلبة الإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق، بلغ عدد الذكور (30) والإناث (117)، تم استخدام مقياس الرفاه النفسي ومقياس الذكاء الانفعالي، كما استخدمت القائمة العربية للتفأول والتشاؤم، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جميع أبعاد الرفاه النفسي والذكاء الانفعالي، وكذلك وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جميع أبعاد الرفاه النفسي والتفأول، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الرفاه النفسي، إضافة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الذكاء الانفعالي والتفأول.

وأجرى آغو ونوانكو (Agu & Nwankw, 2019) دراسة تناولت خلالها العلاقة بين الرفاه النفسي والذكاء العاطفي ودورهما في الحفاظ على العلاقات الشخصية، وتكونت عينتها من (241) من طلاب جامعة إينوجو للعلوم والتكنولوجيا في أندونيسيا، تراوحت أعمارهم بين (20-30 سنة)، بلغ عدد الذكور (120)، والإناث (121)، تم استخدام مقياس الرفاه النفسي لريف، ومقياس الذكاء العاطفي (WLEIS)، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين جميع أبعاد الرفاه النفسي والذكاء العاطفي، كما أشارت النتائج إلى أن الطلاب الذين سجلوا درجات عالية على مقياس الرفاه النفسي أكثر نشاطاً وتفاعلاً من الطلاب الذين حصلوا على درجات أقل على نفس المقياس.

أما في ما يتعلق بالعلاقة بين أنماط الفكاهة والرفاه النفسي فقد أجرى كيوبير وميشيل (Kuiper & McHale, 2009) دراسة هدفت إلى فحص كيفية توسط أنماط الفكاهة في العلاقة بين معايير التقييم الذاتي والرفاه النفسي، وتكونت عينتها من (137) من طلبة جامعة أونتاريو الغربية في كندا، بلغ عدد الإناث (93) وعدد الذكور (44) في المرحلة العمرية من (17-37) سنة، تم تطبيق مقياس أنماط الفكاهة، ومقياس معايير التقييم الذاتي (SESS)، كما تم تطبيق قائمة احترام الذات الاجتماعية (SSEI)، ومقياس الاكتئاب، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين التقييم الذاتي الإيجابي، واستخدام نمط الفكاهة التألفية الذي بدوره أدى إلى ارتفاع مستوى احترام الذات وانخفاض مستويات الاكتئاب، كما ارتبط تقييم الذات السلبي باستخدام نمط فكاهة هزيمية الذات مما أدى إلى انخفاض مستوى احترام الذات الاجتماعية وارتفاع مستوى الاكتئاب، في حين لم يظهر أي ارتباط لاستخدام نمط الفكاهة العدوانية مع احترام الذات الاجتماعية أو الاكتئاب، كما تَوَسَّط نمط الفكاهة التألفية العلاقة بين المعايير الإيجابية لتقييم الذات واحترام الذات الاجتماعية والرفاه النفسي.

وأجرى سيرغاتي وبيزرو وجيانيتي وستيفاني (Sirigatti, Penzo, Giannetti & Stefanile, 2014) بدراسة هدفت إلى البحث في الخصائص النفسية لمقياس أنماط الفكاهة والعلاقة بين أنماط الفكاهة والرفاه النفسي، شارك في الدراسة (293) شخص كان عدد الذكور (115) وعدد الإناث (178) من المرحلة العمرية (14-25 سنة) اشتملت على مجموعة من طلاب المدارس الثانوية وطلاب الجامعات في إيطاليا، تم تطبيق مقياس أنماط الفكاهة ومقياس الرفاه النفسي، أظهرت النتائج وجود اختلاف بين الذكور والإناث في أنماط الفكاهة؛ حيث سجل الذكور درجات عالية في استخدام نمط الفكاهة العدوانية، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في ما يتعلق بالأنماط الأخرى للفكاهة (تعزير الذات، هزيمة الذات، التألفية)، وفي ما يتعلق بالعلاقة بين أنماط الفكاهة والرفاه النفسي أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين نمط الفكاهة التألفية ونمط فكاهة تعزير الذات مع جميع أبعاد الرفاه النفسي عند كامل العينة فيما عدا بعد الاستقلالية وفكاهة تعزير الذات؛ حيث لم تكن ذات دلالة إحصائية عند الذكور، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفكاهة العدوانية وجميع أبعاد الرفاه، ووجود ارتباط سلبي بين فكاهة هزيمة الذات وأبعاد الرفاه النفسي.

وهدف دراسة كيوبير وكيرش ومايولينو (Kuiper, Kirsh & Maiolino, 2016) إلى البحث في ارتباط أنماط الفكاهة والهوية والحميمية بالرفاه النفسي، وتكونت عينتها من (132) من طلبة جامعة أونتاريو الغربية في كندا، بلغ عدد الإناث (90) وعدد الذكور (42) تراوحت أعمارهم بين

(17-24) سنة، تم تطبيق مجموعة من المقاييس: مقياس أريكسون للنمو النفسي والاجتماعي (EPI)، ومقياس أنماط الفكاهة، ومقياس الاكتئاب، ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات (RSEL)، ومقياس تقدير الذات الاجتماعية، أظهرت النتائج مجموعة من الارتباطات بين أنماط الفكاهة والأبعاد الثلاثة للرفاه النفسي؛ حيث إن زيادة تطور الهوية الذاتية ارتبطت بزيادة استخدام نمط فكاهة تعزيز الذات ونمط الفكاهة التألفية، كما تبين وجود ارتباط بين استخدام نمط فكاهة هزيمة الذات مع الأعراض الاكتئابية وانخفاض تقدير الذات الشخصية والاجتماعية، وكذلك تبين عدم وجود ارتباط بين الفكاهة العدوانية ومؤشرات الرفاه النفسي التي تم قياسها في هذه الدراسة، كما ارتبطت الهوية الذاتية المرتفعة بمستويات عالية من استخدام نمط فكاهة تعزيز الذات والفكاهة التألفية ومستويات أقل من فكاهة هزيمة الذات، كما ظهر وجود ارتباط بين العلاقة الحميمة وارتفاع مستوى استخدام نمط الفكاهة التألفية وانخفاض مستوى استخدام نمط فكاهة هزيمة الذات، ولم تُظهر النتائج وجود ارتباط بين الحميمة ونمط فكاهة تعزيز الذات، وكذلك لم يظهر وجود ارتباط بين الحميمة والهوية الذاتية ونمط الفكاهة العدوانية.

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أنّ الباحثين قد تناولوا متغيرات الدراسة (نماط الفكاهة، والرفاه النفسي) على نحو مستقل مع متغيرات أخرى، كما تناولت بعض الدراسات كل من المتغيرين معاً مع متغيرات مختلفة، كما يُلاحظ أنّ هناك بعض الارتباطات المشتركة بين كل من أنماط الفكاهة والرفاه النفسي، كسمات الشخصية، وتقدير الذات، والذكاء العاطفي، وعليه إمكانية أن يكون هناك ارتباط بين هذين المتغيرين، وهذا ما يُشير إلى أهمية إجراء هذه الدراسة، التي تتميز بتناولها لأنماط الفكاهة والرفاه النفسي معاً التي تُعد الأولى عربياً في تناولها لهما، كما تظهر أهميتها في قلة الدراسات الأجنبية التي تناولت أنماط الفكاهة، وندرة الدراسات العربية فيه.

مشكلة الدراسة

تُعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة التي يمر بها الفرد، التي يكون لها تأثيراً بالغاً على حياته، لذا تظهر الحاجة إلى أن يكون لدى الطالب مجموعة من السمات الإيجابية وحالة نفسية مُستقرة، حتى يكون قادراً على التعامل مع الضغوطات التي يتعرض لها في هذه المرحلة سواء كانت مُتعلقة في الدراسة، أو بصعوبات الحياة على نحو عام؛ حيث إنّ الكثير من سلوكيات الفرد تعكس الحالة النفسية التي يكون عليها، وعليه فإنّ العديد من سلوكيات الطلبة قد تكون ذات دلالات على الحالة الانفعالية التي يعيشونها، كنمط الفكاهة الذي يستخدمونه، فهو من التفاعلات المهمة في حياة الإنسان، وقد يكون ذو دلالات شخصية ونفسية مختلفة، كما يدل على مستوى الرضا عن الذات والحياة، والرفاه النفسي عند الفرد (Martin et al., 2003)، كما من الممكن أن يكون وسيلةً للتخفيف من الضغوطات التي يتعرض لها الفرد، فقد عُرف شعبياً لدى الكثير من الناس الأهمية التي تلعبها الفكاهة والضحك من الناحية الجسدية والنفسية وحتى الفكرية (Martin & Kuiper, 2016)، وجاء الدافع لمشكلة الدراسة من خلال البحث في إمكانية الاستفادة من مفاهيم علم النفس الإيجابي، وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة في مجالاته، أثار موضوع أنماط الفكاهة الاهتمام؛ بأنه من الموضوعات الجديدة والجدلية، وكذلك موضوع الرفاه النفسي،، ومما زاد الاهتمام بهذا الموضوع هو قلة الدراسات الأجنبية وندرة الدراسات العربية - في حدود علم الباحثة - التي تناولت موضوع أنماط الفكاهة، وأيضاً عدم وجود دراسات عربية، أو أجنبية تناولت مُتغيرات الدراسة الحالية معاً، كما ظهر في الأدب السابق وتوصيات بعض الدراسات السابقة كدراسة أكدر وباتيغان (Akdur & Batıgun, 2017) الحاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات حول أنماط الفكاهة؛ لما قد يكون لها من أهمية في الاستدلال على مؤشرات نفسية مختلفة، ولتحقيق فهم أكثر لسلوكيات الفردية، من هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة بهدف البحث في أنماط الفكاهة وعلاقتها بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات، وعلى نحو أكثر تحديداً حاولت هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

أسئلة الدراسة

- 1- هل يختلف مستوى ممارسة كل نمط من أنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟
- 2- هل يختلف مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟
- 3- ما هي القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية؟

أهمية الدراسة

تظهر أهمية الدراسة الحالية في جانبين؛ نظري، وتطبيقي، فمن حيث الأهمية النظرية؛ فهذه الدراسة حاولت توفير معلومات حول أنماط الفكاهة التي يستخدمها طلبة الجامعات، ومستوى استخدام كل نمط، كما تظهر هذه الأهمية من خلال توفير معلومات حول مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات، والبحث في العلاقة بين استخدام كل نمط من أنماط الفكاهة ومستوى الرفاه النفسي لديهم. أما الأهمية التطبيقية، فإنّ هذه الدراسة - التي تُعد الأولى من نوعها عربياً - قد تُتيح المجال أمام الباحثين مستقبلاً للاهتمام بهذا الموضوع، ودراسته من جوانب أخرى، ومع متغيرات مختلفة، كما قد تكون بداية لفتح الآفاق وإتاحة المجال للاهتمام بمفاهيم علم النفس الإيجابي، وتبسيط الضوء عليها في الأعمال البحثية، كما تظهر من خلال محاولة هذه الدراسة إضافة نتاج جديد من التراكم المعرفي، وتوفير إطار نظري يكون مرجعاً

تنطلق منه الدراسات الأخرى التي قد تهتم في هذا المجال من الأبحاث.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

أنماط الفكاهة (Humor Styles): مجموعة من الأساليب الفكاهية التي يستخدمها الأشخاص في التعامل مع المواقف الحياتية، وهي أربعة أنماط تُقسّم إلى قسمين، يتضمّن القسم الأول أنماط الفكاهة الإيجابية أو التكيفية وهي: (فكاهة تعزيز الذات، والفكاهة التآلفية)، والقسم الثاني هي الأنماط السلبية أو غير التكيفية وهي: (فكاهة هزيمة الذات، والفكاهة العدوانية) (Martin et al., 2003) وتُعرف إجرائيًا في هذه الدراسة في ضوء الدرجة التي حصل عليها المفحوص على مقياس أنماط الفكاهة المستخدم في هذه الدراسة.

الرفاه النفسي (Psychological Well-being): حالة إيجابية، تُشير إلى مستوى مُرتفع من رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته على نحو عام، يُستدل عليها بمجموعة من المؤشرات التي تُمكنه من السعي إلى تحقيق أهداف ذات قيمة ومعنى، ممّا يؤدي إلى إحساس عام بالسعادة، وهذه المؤشرات هي: تقبّل الذات، والاستقلالية، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية بالآخرين، والقدرة على التكيف مع البيئة المحيطة، ووجود الهدف في الحياة (Ryff & Keyes, 1995).

ويُعرف إجرائيًا في ضوء الدرجة التي حصل عليها المفحوص على مقياس الرفاه النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

مُحدّدات الدراسة

- أداتا الدراسة وتتمثلان في: مقياس أنماط الفكاهة الذي أعدّه مارتن وزملاؤه (Martin, et al., 2003)، ومقياس الرفاه النفسي الذي أعدّه كل من ريف وكيبس (Ryff & Keyes, 1995) ومدى تمتّع هذه الأدوات بالخصائص السيكمترية.
- مجتمع الدراسة وعينتها: إذ تكوّنت العينة التي جرى اختيارها بالطريقة المتيسّرة من طلبة الجامعات الأردنية من جميع السنوات الدراسية، وهذه الجامعات هي: (الأردنية، اليرموك، مؤتة، العلوم والتكنولوجيا، الهاشمية، البلقاء التطبيقية، الحسين بن طلال، الطفيلة التقنية، آل البيت، الألمانية الأردنية)، في الفصلين الدراسيين الثاني والصيفي من العام الدراسي 2018/2019.
- المفاهيم والمصطلحات المستخدمة فيها، وما تشتمل عليه من أبعاد.

مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة البكالوريوس في الجامعات الأردنية الرسمية للفصلين الدراسيين الثاني والصيفي للعام الدراسي 2018/2019م، والبالغ عددهم كما يُشير التقرير الإحصائي الصادر عن وزارة التعليم العالي والبحث العلمي لعام 2019م (195688) طالبًا وطالبة، منهم (83630) طالبًا، و(112058) طالبة.

عينة الدراسة

تكوّنت عينة الدراسة من (750) طالبًا وطالبة، منهم (225) ذكور و (525) إناث، من مجموعة من الجامعات الأردنية، من كافة السنوات الدراسية من (السنة الأولى- السنة الرابعة فأكثر)، من مختلف التخصصات العلمية والإنسانية، جرى اختيارهم بالطريقة المتيسّرة وتوزيعهم وفقًا لمتغيّرات الدراسة، وقد تم توزيع أدوات الدراسة على العينة من خلال رابط الكتروني تم تصميمه، على البريد الإلكتروني الخاص بالطلبة في الجامعات، كما تم نشر الرابط على مجموعات التواصل الاجتماعي الخاصة بكل جامعة من الجامعات المذكورة، وكان للطلبة حرية الإجابة من عدمها، ويبيّن الجدول (1) توزيع أفراد العينة حسب مُتغيّر الجنس.

الجدول (1): توزيع عينة الدراسة وفقًا لمتغيّر الدراسة (الجنس)

المتغير	الفئة	العدد
الجنس	ذكر	225
	أنثى	525
المجموع		750

أداتا الدراسة

أولاً: مقياس أنماط الفكاهة

تمّ استخدام مقياس أنماط الفكاهة (HSQ) الذي أعدّه كل من مارتن ودوريس ولارسين وجراي ووير (Martin, Doris, Larsen, Gray & Weir, 2003)؛ الذي تكوّن بصورته الأولى من (32) فقرة مُوزعة على أربعة أنماط، هي: نمط الفكاهة التآلفية، ونمط فكاهة تعزيز الذات، ونمط فكاهة هزيمة الذات، ونمط الفكاهة العدوانية. وقد تراوحت دلالات الأنساق الداخلي للأبعاد الفرعية (0.77-0.81)، وقد بلغت قيمة معامل الاستقرار للأبعاد من (0.80-0.85)، وكذلك بلغ مُتوسّط أوزان الانحدار المعيارية للفقرات (0.93).

دلالات الصدق والثبات للمقياس بصورته الحالية

الصدق الظاهري

للتحقق من صدق المقياس؛ تم عرضه بصورته الأولى المكونة من (32) فقرة على عشرة متخصصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والقياس والتقويم، في الجامعات الأردنية، لإبداء آراءهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة، واللغة، وملاءمة الفقرة للبُعد الذي تنتمي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم حذف (6) فقرات، وإضافة (7) فقرات جديدة، وإعادة صياغة (5) فقرات من الناحية اللغوية، وبناء على تلك التعديلات، تكونت الاستبانة بعد التحكيم من (33) فقرة موزعة على أربعة أنماط للفكاهة هي: نمط الفكاهة التآلفية وتقيسه الفقرات من (1-6)، نمط فكاهة تعزيز الذات وتقيسه الفقرات من (7-16)، نمط فكاهة هزيمة الذات وتقيسه الفقرات من (17-24)، نمط الفكاهة العدوانية وتقيسه الفقرات (25-33).

مؤشرات صدق البناء

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددها (50) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة؛ حيث تم استخدام معاملات ارتباط بيرسون (Person) لإيجاد درجات ارتباط فقرات المقياس بالبُعد الذي تنتمي إليه، وقد كانت قيم معاملات الارتباط لفقرات بُعد نمط الفكاهة التآلفية بين (0.583-0.769) مع بُعدها، وقيم معاملات الارتباط لفقرات بُعد نمط فكاهة تعزيز الذات قد تراوحت بين (0.337-0.754) مع بُعدها، ومُعاملات الارتباط لفقرات بُعد فكاهة هزيمة الذات تراوحت بين (0.480-0.692) مع بُعدها، وأخيرًا، كانت معاملات الارتباط لفقرات بُعد نمط الفكاهة العدوانية مع بُعدها بين (0.377-0.718). كما تراوحت قيم معاملات الارتباط البينية بين أبعاد مقياس أنماط الفكاهة بين (0.135-0.495) وهي ذات دلالة إحصائية، وهذا يُعد مؤشرًا على صدق البناء للمقياس.

ثبات المقياس

تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، والبالغ عددها (50) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة؛ حيث تراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس أنماط الفكاهة بين (0.82-0.89) في حين بلغت قيمة ثبات الإعادة للأبعاد بين (0.85-0.91).

تصحيح مقياس أنماط الفكاهة

تضمن مقياس أنماط الفكاهة بصورته النهائية (33) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد، تتم الاستجابة عليها بتدريج خماسي يشتمل على البدائل التالية: (دائمًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (5) درجات، غالبًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (4) درجات، أحيانًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (3) درجات، نادرًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (درجتان)، وأبداً: وتُعطى عند تصحيح المقياس (درجة واحدة)، وهذه الدرجات تنطبق على فقرات المقياس ذات الاتجاه الموجب وهي (2, 3, 4, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 28, 29, 32, 33)، ويتم عكس التدرج في الفقرات ذات الاتجاه السالب وهي: (5, 6, 10, 24, 27, 30, 31).

ثانيًا: مقياس الرفاه النفسي

تم استخدام مقياس ريف وكيبس (Ryff & Keyes, 1995) للرفاه النفسي (PWS)، الذي يتكوّن بصورته الأصلية من (54) فقرة موزعة على (6) أبعاد. بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (0.90)، وللأبعاد الفرعية من (0.87-0.93)، وبلغت قيمة الاستقرار للمقياس ككل (0.83) وللأبعاد من (0.81-0.85).

دلالات الصدق للمقياس الرفاه النفسي بصورته الحالية

الصدق الظاهري

تم عرض المقياس بصورته الأولى على عشرة متخصصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والقياس والتقويم، في الجامعات الأردنية، لإبداء آراءهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة، واللغة، وملاءمة الفقرة للبُعد الذي تنتمي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم إجراء التعديلات المقترحة التي تضمنت حذف (15) فقرة من المقياس الأصلي؛ لعدم وضوحها، أو عدم مناسبتها للعينة المُستهدفة في الدراسة الحالية، كما تم إضافة (16) فقرة جديدة، وعليه أصبح عدد فقرات المقياس بصورته النهائية (55) فقرة موزعة على ستة أبعاد على النحو التالي: بُعد تقبل الذات وتقيسه الفقرات من (1-10)، بُعد الاستقلالية وتقيسه الفقرات من (11-20)، بُعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين وتقيسه الفقرات من (21-30)، بُعد النمو الشخصي وتقيسه الفقرات من (31-36)، بُعد التكيف مع البيئة وتقيسه الفقرات (37-46)، بُعد الهدف في الحياة وتقيسه الفقرات (47-55).

مؤشرات صدق البناء

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية، بلغ عددها (50) طالبًا وطالبة خارج عينة الدراسة، وتم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Person):

لإيجاد درجات ارتباط فقرات المقياس بالبُعد الذي تنتمي إليه، ودرجات ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وقد كانت قيم معاملات الارتباط لفقرات بُعد تقبّل الذات بين (0.249 - 0.776) مع بُعدها، وبين (0.221 - 0.686) مع الدرجة الكلية للمقياس، وقيم معاملات الارتباط لفقرات بُعد الاستقلالية قد تراوحت بين (0.236 - 0.634) مع بُعدها، وبين (0.205 - 0.535) مع الدرجة الكلية للمقياس، ومُعاملات الارتباط لفقرات بُعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين تراوحت بين (0.414 - 0.684) مع بُعدها، وبين (0.212 - 0.519) مع الدرجة الكلية للمقياس، كما كانت مُعاملات الارتباط لفقرات بُعد النّمو الشّخصي بين (0.303 - 0.642) مع بُعدها، وبين (0.226 - 0.584) مع الدرجة الكلية للمقياس، في حين بلغت قيم مُعاملات الارتباط لبُعد التكيف مع البيئة بين (0.480 - 0.718) مع بُعدها، و (0.295 - 0.627) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيمة مُعاملات الارتباط لبُعد الهدف في الحياة بين (0.292 - 0.769) وبُعدها، وبين (0.233 - 0.679) مع الدرجة الكلية للمقياس. كما بلغت قيم مُعاملات ارتباط أبعاد مقياس الرّفاه النّفسي مع المقياس ككل بين (0.527 - 0.873)، وبلغت قيم مُعاملات الارتباط البيئية لأبعاد المقياس بين (0.265 - 0.592)، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وهو مؤشر على صدق البناء لمقياس الرّفاه النّفسي.

دلالات الثّبات لمقياس الرّفاه النّفسي بصورته الحاليّة

تمّ استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التّطبيق الأول للعيّنة الاستطلاعية والبالغ عددها (50) طالبًا وطالبة من خارج عيّنة الدّراسة، وقد بلغت قيمة ثبات الاتّساق الدّاخلية للمقياس ككل (0.89)، وتراوحت القيمة لأبعاده بين (0.78 - 0.87)، في حين بلغت قيمة ثبات الإعادة للمقياس ككل (0.91) ولأبعاده تراوحت بين (0.80 - 0.90).

تصحيح مقياس الرّفاه النّفسي

تكوّن مقياس الرّفاه النّفسي بصورته النهائيّة من (55) فقرة، موزّعة على ستّة أبعاد، تعكس مستوى الرّفاه النّفسي، تتم الإجابة عنها بوضع إشارة أمام الفقرة على مقياس بتدرج خماسي يتضمّن البدائل التالية: (دائمًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (5) درجات، غالبًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (4) درجات، أحيانًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (3) درجات، نادرًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (درجتان)، وأبدًا: وتُعطى عند تصحيح المقياس (درجة واحدة)). وهذه الدرجات تنطبق على فقرات المقياس ذات الاتجاه الموجب وهي: (1, 3, 5, 6, 8, 11, 14, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 27, 29, 32, 33, 34, 36, 37, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 53, 55)، في حين يتم عكس التدرج في الفقرات (2, 4, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 25, 26, 28, 30, 31, 35, 38, 39, 40, 46, 49, 50, 51, 54) أنها ذات اتجاه سالب. وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (55- 275)، بحيث تُشير الدرجة المرتفعة على البُعد إلى أنّ المُجيب يمتلك السّمة أو المجال الذي يقيسه البُعد، والدرجة المنخفضة على البُعد تُشير إلى مستوى ضعيف من امتلاك السّمة أو المجال الذي يقيسه البُعد، أمّا مجموع درجات الأبعاد فيشير إلى مستوى الرّفاه النّفسي ككل عند المُستجيب، وقد تمّ تصنيف استجابات العيّنة على المقياس إلى ثلاثة فئات هي: (2.49 فأقل): وتدل على مستوى منخفض من الرّفاه النّفسي، من (2.50 - 3.49): وتدل على مستوى متوسّط من الرّفاه النّفسي، (3.50 فأعلى): وتدل على مستوى مرتفع من الرّفاه النّفسي.

متغيّرات الدّراسة

تضمّنت الدّراسة المتغيّرات التالية:

- المتغيّر المستقل: أنماط الفكاهة، وله أربع فئات: (نمط الفكاهة التآلفية، نمط فكاهة تعزيز الذات، نمط الفكاهة العدوانية، نمط فكاهة هزيمة الذات)
- المتغيّرات التابعة وتتمثّل في: الرّفاه النّفسي وله ستة أبعاد هي: (تقبّل الذات، الاستقلالية، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، التكيف مع البيئة، النّمو الشّخصي، الهدف في الحياة). الجنس وله فئتان: الذكور، والإناث.

منهجية الدّراسة والمعالجات الإحصائية

اعتمدت الدّراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يبحث في دراسة العلاقة بين المتغيّرات، لتحقيق هدف الدّراسة المتمثّل في البحث في العلاقة بين أنماط الفكاهة وعلاقتها بالرّفاه النّفسي لدى طلبة الجامعات، وقد تمّ حساب الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط الخطيّة البيئية، وتحليل الانحدار الخطّي المتعدد.

نتائج الدّراسة

يتناول هذا الجزء من الدّراسة نتائج المُعالجات الإحصائية، ووصفها وصفًا تحليليًا، وفقًا لترتيب الأسئلة في هذه الدّراسة التي هدفت إلى البحث في العلاقة بين أنماط الفكاهة والرّفاه النّفسي لدى طلبة الجامعات.

أولاً: النّتائج المتعلقة بسؤال الدّراسة الذي نصّ على "هل يختلف مستوى ممارسة كل نمط من أنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟".

للإجابة عن سؤال الدّراسة الأول: تمّ حساب المُتوسّطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات

وفقاً للجنس، وذلك كما في الجدول (2).

يُلاحظ من الجدول (2)، وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لأنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات، ناتجة عن اختلاف مستويات متغير الجنس، وبهدف التحقق من جوهرية الفروق الظاهرية؛ تم إجراء تحليل التباين المتعدد لأنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات وفقاً لمتغير الجنس، وذلك كما في الجدول (3).

يتبين من الجدول (3)، وجود أثرٍ دالٍ إحصائياً لمتغير (الجنس) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) على أنماط الفكاهة لدى الطلبة مجتمعة، ولتحديد على أيٍّ من أنماط الفكاهة لدى الطلبة كان أثر متغير (الجنس)؛ فقد تم إجراء تحليل التباين المتعدد لأنماط الفكاهة لدى الطلبة وفقاً لمتغير الجنس، وذلك كما في الجدول (4).

الجدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات وفقاً للجنس.

أنماط الفكاهة	مستويات المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الفكاهة التآلفية	ذكر	3.5830	.76232
	أنثى	3.7679	.66854
	المجموع	3.7124	.70262
فكاهة تعزيز الذات	ذكر	3.0004	.71605
	أنثى	3.1225	.68720
	المجموع	3.0859	.69775
فكاهة هزيمة الذات	ذكر	1.9072	.62024
	أنثى	1.8133	.54243
	المجموع	1.8415	.56811
الفكاهة العدوانية	ذكر	2.1990	.64776
	أنثى	1.9031	.58130
	المجموع	1.9919	.61669

الجدول (3): نتائج تحليل التباين المتعدد لأنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات مجتمعة وفقاً لمتغير الجنس.

الأثر	نوع الاختبار المتعدد	قيمة الاختبار المتعدد	قيمة ف الكلية المحسوبة	درجة حرية الفرضية	درجة حرية الخطأ	الدلالة الإحصائية
الجنس	Hotelling's Trace	0.082	1.246	4	745	0.000

الجدول (4): نتائج تحليل التباين المتعدد لأنماط الفكاهة لدى الطلبة وفقاً لمتغير الجنس.

مصدر لتباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الجنس	فكاهة تآلفية	5.389	1	5.389	11.063	.001
	فكاهة تعزيز الذات	2.345	1	2.345	4.842	.028
	فكاهة هزيمة الذات	1.388	1	1.388	4.321	.038
	الفكاهة العدوانية	13.794	1	13.794	38.066	.000
الخطأ	فكاهة تآلفية	364.373	748	.487		
	فكاهة تعزيز الذات	362.305	748	.484		
	فكاهة هزيمة الذات	240.348	748	.321		
	الفكاهة العدوانية	271.057	748	.362		
الكلي	فكاهة تآلفية	369.762	749			
	فكاهة تعزيز الذات	364.650	749			
	فكاهة هزيمة الذات	241.736	749			
	الفكاهة العدوانية	284.851	749			

يتبين من الجدول (4)، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لجميع أنماط الفكاهة (التألفية، تعزيز الذات، هزيمة الذات، العدوانية) لدى الطلبة تُعزى لمتغير (الجنس)، ولصالح الإناث في نمط الفكاهة التألفية، ونمط فكاهة تعزيز الذات، ولصالح الذكور في نمط فكاهة هزيمة الذات، ونمط الفكاهة العدوانية.

ثانيًا، النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الذي نصَّ على: "هل يختلف مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟" للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني، تمَّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات وفقًا للجنس، وذلك كما في الجدول (5).

الجدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات وفقًا للجنس.

أبعاد الرفاه النفسي	مستويات المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
تقبل الذات	ذكر	3.3111	.64338	225
	أنثى	3.2930	.60806	525
	المجموع	3.2984	.61849	750
الاستقلالية	ذكر	3.5720	.57100	225
	أنثى	3.5202	.55703	525
	المجموع	3.5357	.56138	750
العلاقات الايجابية مع الآخرين	ذكر	3.4040	.65290	225
	أنثى	3.4939	.63079	525
	المجموع	3.4669	.63840	750
النمو الشخصي	ذكر	3.6178	.49685	225
	أنثى	3.5702	.47365	525
	المجموع	3.5844	.48089	750
التكيف مع البيئة	ذكر	3.3173	.67725	225
	أنثى	3.2985	.66834	525
	المجموع	3.3041	.67063	750
الهدف في الحياة	ذكر	3.6933	.77944	225
	أنثى	3.6624	.72691	525
	المجموع	3.6717	.74267	750

يُلاحظ من الجدول (5)، وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات، ناتجة عن اختلاف مستويات متغير الجنس، ويهدف التحقق من جوهرية الفروق الظاهرية؛ تمَّ إجراء تحليل التباين المتعدد لأبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات وفقًا لمتغير الجنس، وذلك كما في الجدول (6).

الجدول (6): نتائج تحليل التباين المتعدد لأبعاد الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات مُجمعة وفقًا لمتغير الجنس.

الأثر	نوع الاختبار المتعدد	قيمة الاختبار المتعدد	قيمة ف الكلية المحسوبة	درجة حرية الفرضية	درجة حرية الخطأ	الدلالة الإحصائية
الجنس	Hotelling's Trace	0.012	1.514	6	743	0.171

يتبين من الجدول (6)، عدم وجود أثر دال إحصائيًا لمتغير (الجنس) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) على أبعاد مقياس الرفاه النفسي، وللتحقق من الدلالة الإحصائية في اختبار (Hotelling's Trace)، فقد تمَّ إجراء تحليل التباين المتعدد لأبعاد مقياس الرفاه النفسي لدى الطلبة وفقًا لمتغير الجنس، وذلك كما في الجدول (7).

يتبين من الجدول (7)، عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد مقياس الرفاه النفسي لدى الطلبة تُعزى لمتغير (الجنس).

ولتعرف إن كان يوجد فروق دالة إحصائية في متوسطات طلبة الجامعات على مقياس الرفاه النفسي ككل تُعزى للجنس؛ فقد تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس الرفاه النفسي ككل لدى طلبة الجامعات وفقاً للجنس، ولوحظ وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الرفاه النفسي ككل لدى طلبة الجامعات، ناتجة عن اختلاف مستويات مُتغيّر الجنس، ويهدف التحقّق من جوهرية الفروق الظاهرية؛ تمّ إجراء اختبار (ت) لتعرّف الدلالة الإحصائية للفرق بين الوُسْطين على مقياس الرفاه النفسي وفقاً لمتغيّر الجنس، والجدول (8) يوضح ذلك.

الجدول (7): نتائج تحليل التباين المتعدّد لأبعاد مقياس الرفاه النفسي لدى الطلبة وفقاً لمتغيّر الجنس.

مصدر لتباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة المحسوبة	ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	تقبل الذات	0.052	1	0.052	0.136		0.713
	الاستقلالية	0.423	1	0.423	1.342		0.247
	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	1.273	1	1.273	3.133		0.077
	النمو الشخصي	0.357	1	0.357	1.546		0.214
	التكيف مع البيئة	0.056	1	0.056	0.124		0.724
	الهدف في الحياة	0.150	1	0.150	0.272		0.602
	الخطأ	286.466	748	0.383			
الكلي	تقبل الذات	235.620	748	0.315			
	الاستقلالية	303.987	748	0.406			
	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	172.850	748	0.231			
	النمو الشخصي	336.801	748	0.450			
	التكيف مع البيئة	412.966	748	0.552			
	الهدف في الحياة	286.518	749				
	تقبل الذات	236.042	749				
الأردنية؟	الاستقلالية	305.260	749				
	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	173.207	749				
	النمو الشخصي	336.857	749				
	التكيف مع البيئة	413.117	749				
	الهدف في الحياة						

الجدول (8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لاستجابات الطلبة

على مقياس الرفاه النفسي ككل وفقاً للجنس.

مستويات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
ذكر	225	3.4726	0.50117	0.264	0.792
أنثى	525	3.4625	0.46895		

يُلاحظ من الجدول (8)، عدم وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الرفاه النفسي ككل لدى طلبة الجامعات، ناتجة عن اختلاف مستويات مُتغيّر الجنس

ثالثاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الذي نصّ على: "ما هي القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية؟".

للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث؛ تمّ حساب قيم معاملات الارتباط الخطية البينية للمتغيرات المتنبئة (المستقلة: أنماط الفكاهة) والمتغير المتنبأ به (التابع: الرفاه النفسي) لدى طلبة الجامعات الأردنية، وذلك كما هو مبين في الجدول (9).

يُلاحظ من الجدول (9) وجود علاقتان طرديتان دالتان إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05=\alpha$) ووجود علاقتان عكسيتان دالتان إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05=\alpha$) وذلك بين المتغير المتنبأ به والمتغيرات المتنبئة.

ويهدف الكشف عن القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة (التآلفية، فكاهة تعزيز الذات، فكاهة هزيمة الذات، الفكاهة العدوانية) بالمتغير المتنبأ به

(الرفاه النفسي): فقد تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب الخطوة (Stepwise) في إدخال المتغيرات المتنبئة إلى المعادلة الانحدارية في كل نموذج تنبؤي، وذلك كما في (10).

الجدول (9): قيم معاملات الارتباط الخطية البينية لأنماط الفكاهة والمتغير المتنبأ به الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية.

العلاقة	الإحصائي	الرفاه النفسي
الفكاهة التآلفية	معامل الارتباط	.368(**)
	الدلالة الإحصائية	.000
فكاهة تعزيز الذات	معامل الارتباط	.251(**)
	الدلالة الإحصائية	.000
فكاهة هزيمة الذات	معامل الارتباط	-.203(**)
	الدلالة الإحصائية	.000
الفكاهة العدوانية	معامل الارتباط	-.133(**)
	الدلالة الإحصائية	.000

الجدول (10): نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية ومعاملات الارتباط المتعددة لها ومقدار التباين المفسر للمتغيرات المتنبئة في كل نموذج تنبؤي.

الرفاه النفسي	النموذج الفرعي	ر	ر ²	ر ² المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	التغير في ر ²	ف التغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	احتمالية الخطأ للتغير
1	a	.368(a)	.136	.135	.44516	.136	117.510	1	748	.000
2	b	.459(b)	.211	.209	.42560	.075	71.350	1	747	.000
3	c	.487(c)	.237	.234	.41880	.026	25.449	1	746	.000
4	d	.498(d)	.248	.244	.41619	.010	10.374	1	745	.001
أ	المتنبئات: (ثابت الانحدار)، الفكاهة التآلفية									
ب	المتنبئات: (ثابت الانحدار)، الفكاهة التآلفية، فكاهة هزيمة الذات									
ج	المتنبئات: (ثابت الانحدار)، الفكاهة التآلفية، فكاهة هزيمة الذات، فكاهة تعزيز الذات									
د	المتنبئات: (ثابت الانحدار)، الفكاهة التآلفية، فكاهة هزيمة الذات، فكاهة تعزيز الذات، الفكاهة العدوانية									

يتضح من الجدول (10) أن نتائج النماذج التنبؤية الرئيسية قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بأثر مشترك للمتغيرات المستقلة مفسراً ما مقداره (24.8%)؛ حيث أسهم المتغير المستقل (الفكاهة التآلفية) في أثر نسبي مفسراً ما مقداره (13.6%) من التباين المفسر الكلي للنموذج التنبؤي، كما أسهم المتغير المستقل (فكاهة هزيمة الذات) في أثر نسبي مفسراً ما مقداره (7.5%) من التباين المفسر الكلي للنموذج التنبؤي، كما أسهم المتغير المستقل (فكاهة تعزيز الذات) في أثر نسبي مفسراً ما مقداره (2.6%) من التباين المفسر الكلي للنموذج التنبؤي، وأخيراً أسهم المتغير المستقل (الفكاهة العدوانية) في أثر نسبي مفسراً ما مقداره (1.0%) من التباين المفسر الكلي للنموذج التنبؤي.

في ضوء ما تقدم؛ فقد تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية والمعيارية وقيم اختبار (t) المحسوبة للمتغيرات المستقلة (أنماط الفكاهة) بالمتغير المتنبأ به (التابع: الرفاه النفسي) لدى طلبة الجامعات الأردنية، وذلك كما هو مبين في الجدول (11).

يتضح من الجدول (11) أن نتائج النموذج التنبؤي الرئيسي قد كانت على النحو الآتي: كلما ارتفع مستوى نمط الفكاهة التآلفية بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن الرفاه النفسي يزداد بمقدار (0.338) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكلما ارتفع مستوى نمط فكاهة هزيمة الذات بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة فإن الرفاه النفسي يقل بمقدار (0.289) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكلما ارتفع مستوى نمط فكاهة تعزيز الذات بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة، فإن الرفاه النفسي يزداد بمقدار (0.198) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكلما ارتفع مستوى نمط الفكاهة العدوانية بمقدار وحدة معيارية (انحراف

معياري) واحدة فإن الرفاه النفسي يقل بمقدار (0.110) من الوحدة المعيارية، علماً أن المتغير المتنبئ قد كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة $(0.05=\alpha)$.

الجدول (11): الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المتنبئة بالمتغير المتنبأ به لدى طلبة الجامعات الأردنية.

الرفاه النفسي	النموذج	المتنبئات	B	الأوزان المعيارية	الأوزان المعيارية	ت	احتمالية الخطأ
الرفاه النفسي	1	(ثابت الانحدار)	2.534	0.087		28.969	.000
		نمط الفكاهة التآلفية	.251	.023	.368	10.840	.000
الرفاه النفسي	2	(ثابت الانحدار)	2.838	.091		31.170	.000
		نمط الفكاهة التآلفية	.286	.023	.419	12.688	.000
		نمط فكاهة هزيمة الذات	-.235	.028	-.279	-8.447	.000
الرفاه النفسي	3	(ثابت الانحدار)	2.723	.092		29.443	.000
		نمط الفكاهة التآلفية	.226	.025	.332	9.021	.000
		نمط فكاهة هزيمة الذات	-.275	.029	-.326	-9.644	.000
		نمط فكاهة تعزيز الذات	.133	.026	.193	5.045	.000
		(ثابت الانحدار)	2.811	.096		29.322	.000
		نمط الفكاهة التآلفية	.230	.025	.338	9.221	.000
		نمط فكاهة هزيمة الذات	-.244	.030	-.289	-8.131	.000
		نمط فكاهة تعزيز الذات	.136	.026	.198	5.204	.000
الرفاه النفسي	4	نمط الفكاهة العدوانية	-.086	.027	-.110	-3.221	.001

مناقشة نتائج الدراسة

أولاً: مناقشة نتائج السؤال الأول الذي نصّ على: هل يختلف مستوى ممارسة كل نمط من أنماط الفكاهة لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في استخدام أنماط الفكاهة؛ حيث أظهرت أن الإناث أكثر استخداماً لأنماط الفكاهة الإيجابية (نمط الفكاهة التآلفية، نمط فكاهة تعزيز الذات)، في حين كان الذكور أكثر استخداماً لأنماط الفكاهة السلبية (الفكاهة العدوانية، وفكاهة هزيمة الذات)، وتشابه هذه النتائج مع نتائج دراسة فيتوللي (Vitulli, 2005)، ودراسة زيغلر هيل ومكاي و فرايبيل (Zeigler-Hill, McCabe & Vrabell, 2016)، ودراسة كاراخان وبالسين وإيرباس وإرجون (Karahan, Yalsin, Erbas & Ergun, 2019)، في حين تختلف مع نتائج دراسة ييب ومارتين (Yip & Martin, 2006) التي أشارت إلى أن الإناث أكثر استخداماً لأنماط الفكاهة (التآلفية، وتعزيز الذات، وهزيمة الذات)، والذكور أكثر استخداماً لنمط الفكاهة العدوانية، كما اختلفت مع دراسة إيسيك وأسيت وجنغيز وكوتشك (Isik, Acet, Gengiz, 2017) التي أظهرت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في استخدام أنماط الفكاهة، فيما عدا فكاهة هزيمة الذات؛ حيث كانت درجة الذكور أعلى من الإناث على هذا النمط، وكذلك دراسة سيرغاتي وبيتزو وجيانيني وستيفاني (Sirigatti, Penzo, Giannetti & Stefanile, 2014) التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في نمط الفكاهة العدوانية لصالح الذكور، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في الأنماط الأخرى للفكاهة (تعزيز الذات، التآلفية، هزيمة الذات)؛ حيث كانت درجات الإناث أعلى بدرجة منخفضة على مقياس الفكاهة التآلفية، في حين كانت درجات الذكور أعلى قليلاً على مقياس نمط فكاهة تعزيز الذات، ونمط فكاهة هزيمة الذات.

وقد يعود السبب في أن الإناث أكثر استخداماً لنمط الفكاهة التآلفية إلى الدور الذي يتوقعه المجتمع من الأنثى؛ بأن تُظهر الألفة والمودة نحو الآخرين، وكذلك طبيعة الأنثى العاطفية، وقدرتها على التفاعل الاجتماعي على نحو أكبر من الذكور، كما من الممكن تفسير هذه النتيجة بأن الإناث أكثر قدرة من الذكور على إدارة الخلافات بطريقة ودية، كما أنهن يملكن مستويات أعلى من الذكاء العاطفي، ومهارات حل المشكلات وفق ما أشار إليه كاراخان وزملاؤه (Karahan et al., 2019) بأن الإناث يملكن مستوى مرتفع من الذكاء العاطفي، وكذلك مستوى مرتفع من مهارات حل المشكلات، واللذين بدورهما يرتبطان بارتفاع مستوى استخدام نمط الفكاهة التآلفية، في حين من الممكن أن يعود سبب حصول الذكور على درجات أعلى من الإناث في نمط الفكاهة العدوانية إلى طبيعة الذكور على نحو عام؛ التي تميل إلى التعبير عن العدوانية وإظهارها على نحو أكثر من

الإناث، ولكن قد تحول القيود في المجتمع الجامعي من التعبير عن العدوانية بطريقة مباشرة، فيلجأ الطلبة إلى التعبير عن عدوانيتهم بطريقة فكاهية؛ حتى تلاقي القبول، ولتجنب العقوبات التي من الممكن أن تترتب على العدوانية المباشرة، ومما يدعم هذا الرأي، ما أشار إليه جرونر (Gruner, 1997) بأن الفكاهة قد تكون بديلاً عن العدوان الجسدي، وتتفق هذه النتيجة مع ما جاء في دراسة كازريان ومارتن (Kazarian & Martin, 2004)، التي أشارت إلى أن الذكور أكثر استخداماً لنمط الفكاهة العدوانية، وفكاهة هزيمة الذات من الإناث، كما من الممكن تفسير هذه النتيجة بأن الجانب العاطفي لدى الذكور أقل من الإناث؛ مما يجعلهم أقل اهتماماً بالجانب العاطفي لدى الآخرين، وكيفية تأثير الفكاهة العدوانية عليهم، وهذا ما يؤكده كل من شابلي وألداو (Chaplin & Aldao, 2013)، كما يمكن تفسير ذلك من خلال طبيعة العلاقات بين الذكور، فمن خلال المشاهدات الواقعية فإن الذكور أكثر قرباً وانفتاحاً في علاقاتهم، وهكذا إمكانية تقبل الفكاهة العدوانية والسخرية من بعضهم بعضاً، على عكس الإناث اللواتي يتسمن بالحساسية أكثر تجاه السخرية، أو توجيه الفكاهة العدوانية لهن.

ومن الممكن تفسير حصول الذكور على درجات أعلى من الإناث في نمط فكاهة هزيمة الذات إلى طبيعة الذكور التي تميل إلى الكتمان في حال الضيق أو الحزن، وهكذا فهم يمارسون الفكاهة كسلوكٍ دفاعيٍّ لإخفاء هذا المشاعر، في حين أن الإناث من طبيعتنّ التحدث والفضفضة في حال وجود مشاعر سلبية لديهنّ، وعليه فلدى الإناث ميل أكثر نحو التحدث عن ما يواجهنه من مشكلات؛ لذا يظهر لديهنّ مستوى أعلى من فكاهة تعزيز الذات، وقد أشار مارتن (Martin, 2007) إلى استخدام نمط فكاهة هزيمة الذات كوسيلة دفاعية خصوصاً لدى الذكور، كما يمكن أن تعود هذه الفروق إلى طبيعة كل من الجنسين في التعبير عن مشاعرهم، فالإناث أكثر قدرةً في التعبير عن مشاعرهنّ، بعكس الذكور الذين يعانون من القصور في التعبير عن المشاعر التي تعترضهم، ويؤيد هذا الرأي ما أشار إليه بايز وسيغيل وسانشيز (Paez, Seguel & Sánchez, 2012) إلى أن كل من نمط فكاهة هزيمة الذات ونمط الفكاهة العدوانية، يُشيران إلى القصور في القدرة على التعبير عن المشاعر.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي ينص على: هل يختلف مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية باختلاف الجنس؟

أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق في مستوى الرفاه النفسي بين الذكور والإناث، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة خرنوب (2016)، ودراسة أبازا (Apaza, 2019)، وتختلف مع نتائج دراسة كوماغيز وغوندوز (Kumagiz & Gundoz, 2016)، التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق في مستوى الرفاه النفسي تُعزى للجنس لصالح الإناث، ومن الممكن أن تُفسّر هذه النتيجة بأن طلبة الجامعات الأردنية يعيشون في ظروف اجتماعية، واقتصادية مُتقاربة نوعاً ما، سواء في مجتمع الجامعة، أو في البيئات الأسرية التي تشترك في العديد من العوامل في المجتمع الأردني، وبحسب بوهلر (Buhler, 1935) فبرغم الفروق الفردية؛ إلا أن هناك تسلسل مُنظّم في الأحداث، والتجارب، والإنجازات في حياة جميع الناس على نحو متشابه، وهكذا فإن جميع طلاب الجامعة من كلا الجنسين يمرّون بالكثير من التجارب المُشتركة، وهذا قد يُفسّر عدم وجود فروق بينهم في مستوى الرفاه النفسي.

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي ينص على: ما هي القدرة التنبؤية لأنماط الفكاهة بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية؟

أظهرت نتائج هذا السؤال أن كل من نمط الفكاهة التآلفية ونمط فكاهة تعزيز الذات يرتبطان بزيادة مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات الأردنية، في حين أن نمط فكاهة هزيمة الذات ونمط الفكاهة العدوانية يرتبطان بانخفاض مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مارينو وكاريليرا وهيرنانديز كابريرا (Marrero, Carballeira & Hernandez-Cabrera, 2019)، ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النتائج المتعلقة بمستويات أبعاد الرفاه النفسي؛ حيث إن استخدام نمط الفكاهة التآلفية ونمط فكاهة تعزيز الذات يعمل على تسهيل التواصل بين الطلبة، وزيادة توثيق العلاقات الإيجابية بينهم، وهذا ما أكدته مارتن (Martin, 2007)، كما يرتبط هذين النمطين من الفكاهة بالقدرة على التكيف، التي بدورها تعمل على زيادة الرضا عن الحياة، كما تُشير نظرية التكيف، وعليه ارتفاع مستوى الرفاه النفسي وهذا ما أكدته كوان (Cowan, 2019) أن الشعور بالرضا عن الحياة يعمل على زيادة مستوى الرفاه النفسي، كما أن استخدام كل من نمط الفكاهة التآلفية وفكاهة تعزيز الذات يدل على النظرة الإيجابية إلى الذات وتقبلها، والتقييم الإيجابي لها، بالمقابل فإن استخدام نمط فكاهة هزيمة الذات ونمط الفكاهة العدوانية، يُشير إلى مستوى منخفض من تقبل الذات، والنظرة السلبية إليها، وهذا ما أشار إليه كيوبر وميشيل (Kuiper & McHale, 2009).

إضافة إلى ذلك، فإن نمط الفكاهة العدوانية يعمل على جعل العلاقات أكثر توترًا هكذا فهو يؤثر في بُعد العلاقات الإيجابية في الرفاه النفسي، كما يؤثر في الدرجة الكلية للرفاه النفسي وفق ما يُشير كيوبر (Kuiper, 2012)، وكذلك يُشير هذا النمط إلى انخفاض في مستوى تقبل الذات والثقة بالنفس، كما يُشير مارتن وزملاؤه (Martin et al., 2003)، من جانب آخر فإن استخدام نمط فكاهة هزيمة الذات قد يعكس الافتقار إلى مهارات التواصل اللازمة لبناء علاقات إيجابية مع الآخرين؛ فالأشخاص قد يلجأون إلى هذا النمط من الفكاهة للحصول على التقبل من الآخرين، وعليه تكون العلاقات التي تُبنى بهذه الطريقة غير إيجابية، وتفتقر إلى الثقة المتبادلة والتواصل الفعال، هكذا فهذه العلاقات قد تكون غير داعمة

للرفاه النفسي لدى الفرد، ومما يدعم هذا الرأي ما أشار إليه كيرش وكيوبر (Kirsh & Kuiper, 2003) بأن نمط فكاهة هزيمة الذات يعمل على مزيد من الرفض الاجتماعي للفرد من قِبَل الآخرين، مما يؤدي على انخفاض مستوى الرفاه النفسي لديه، كما يرتبط نمط فكاهة هزيمة الذات بالخلج وفق ما أشار إليه هامبيس (Hampes, 2006)، الذي بدوره يؤثر أيضاً في بُعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين؛ فالفرد الذي يعاني من الخجل يعمل على تطوير علاقات غير آمنة، كما يفتقر إلى القدرة على التعبير عن آرائه، وقراراته، الذي يُشير إليه بُعد الاستقلالية، وهذا ما أشار إليه كل من كان ونورمان وويلبورن وكالهن (Cann, Norman, Welbourne & Calhoun, 2008)، بالمقابل فإن ارتفاع مستوى نمطي الفكاهة العدوانية وفكاهة هزيمة الذات يرتبط بانخفاض مستوى الرفاه النفسي، ويتفق هذا مع ما أشار إليه مارتن وزملاؤه (Martin et al., 2003)، كما يرتبطان بعدم القدرة على التكيف، وعدم الرضا عن الحياة، وهكذا ارتباطهما بانخفاض مستوى الرفاه النفسي.

التوصيات:

- في ضوء النتائج التي توصّلت إليها الدراسة، من الممكن وضع التوصيات والمقترحات التالية:
- تصميم برامج علاجية تركز على مفاهيم علم النفس الإيجابي، وتفعيل دور العلاج بالفكاهة.
- تعزيز مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعات من خلال طرح الدورات التدريبية والبرامج الإرشادية التي تُعنى بتطوير المهارات الشخصية والحياتية لديهم.
- إجراء دراسات تتناول تطوّر الرفاه النفسي عبر المراحل العمرية المختلفة.

المصادر والمراجع

- خرنوب، ف. (2016). الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 14 (1)، 217-242.
- الشريفين، أ.، والصوّالحة، ر. (2019). قلق الأداء وعلاقته بمفهوم الذات المهني ونمط الشخصية لدى المرشدين التربويين في الأردن. *دراسات: العلوم التربوية*، 46 (1)، 317-343.
- الشريفين، أ.، وكنعان، أ. (2017). مصادر الضغوط النفسية وعلاقتها بقل المستقبل لدى عينة من النساء المنجبات وغير المنجبات في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة دراسات: العلوم التربوية*، 44 (4)، 103-129.
- فرانكل، ف. (1982). *الإنسان يبحث عن معنى*. الكويت: دار القلم.

References

- Agu, S., & Nwankw, B. (2019). The role of psychological wellbeing and emotional intelligence in maintaining healthy interpersonal relationship. *Nigerian Journal*.
- Akdur, S., & Batıgün, A. D. (2017). Mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiler. *Türk psikoloji yazıları*, 20 (39), 1- 10.
- Allport, G. W. (1952). The mature personality. *Pastoral psychology*, 3 (4), 19- 24. doi:10.1007/bf01741122.
- Al- Shraifin, A., & Alsawalha, R. M.(2019). Performance anxiety and its relation to career self-concept and personality type among educational counselors in Jordan. *Dirasat: Educational Sciences*, 46 (1), 317- 343.
- Al- Shraifin, A., & Kanaan. A. F. (2017). Sources of psychological stress and its relation with future anxiety among fertile and infertile women in light of some variables. *Dirasat: Educational Sciences*, 44 (4), 103- 129.
- Anglim, J., & Grant, S. (2014). Predicting psychological and subjective well-being from personality: Incremental prediction from 30 facets over the big 5. *Journal of Happiness Studies*, 17 (1), 59- 80. doi:10.1007/s10902-014-9583-7.
- Apaza, J. P. (2019). *Bienestar psicologico y estres academico en estudiantes de lacarrera de ingemieria de sistemasde UNA univercidad privadade lima SUR*. Unpublished master's thesis, Universidad privada de lima. Perú
- Berlyne, D. E. (1969). Laughter, humor, and play. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *The handbook of social psychology* (2nd ed., Vol. 3, pp. 795–852). Reading, MA: Addison-Wesley.
- Brown, S. (2000). Parenting, wellbeing, health and disease. In A. Buchanan & B. Hudson (Eds.), *Promoting children's emotional wellbeing* (pp. 28-47). New York, NY: Oxford University Press.

- Buhler, C. (1935). The curve of life as studied in biographies. *Journal of Applied Psychology*, 19 (4), 405- 409. doi:10.1037/h0054778.
- Çakmak, S., Karakuş, G., Tamam, L., Taşdemir, A., & Karaytuğ, MO. (2015). The relationship of self esteem and humor styles in first class medical students: A cross-sectional study. *Cukurova Medical Journal*, 40 (4), 782- 793.
- Cann, A., Norman, M. A., Welbourne, J. L., & Calhoun, L. G. (2008). Attachment styles, conflict styles and humor styles: Inter relationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 22 (2), 131-146. doi:10.1002/per.666
- Chaplin, T. M., & Aldao, A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 139 (4), 735- 765. doi:10.1037/a0030737.
- Cowan, H. R. (2019). Can a good life be unsatisfying? within-person dynamics of life satisfaction and psychological well-being in late midlife. *Psychological Science*, 30 (5), 1-14 doi:10.1177/0956797619831981.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55 (1), 34- 43. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>.
- Edwards, K. R., & Martin, R. A. (2014). The conceptualization, measurement and role of humor as a character strength in positive psychology. *Europe's Journal of Psychology*, 10 (3), 505-519. doi:10.5964/ejop.v10i3.759.
- Ford, T. E., Lappi, S. K., & Holden, C. J. (2016). Personality, humor styles and happiness: Happy people have positive humor styles. *Europe's Journal of Psychology*, 12 (3), 320- 337. doi: 10.5964 / ejop.v12i3.1160.
- Frankel, V. (1982). *Man's searches for meaning*. Kuwait: Dar Al-Qalam (original publication date 1946).
- Garcia- Viniegras, C. R., & Benitez, I. (2000). La categoria bienestar psicologico. Su relacion con otras categorias sociales. *Revista cubana de medicina general integral*, 16 (6), 586- 592.
- Gencoz, T., Ozlale, Y., & Lennon, R. (2004). Direct and indirect effects of social support on psychological well-being. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32 (5), 449- 458. doi:10.2224/sbp.2004.32.5.449.
- Gogová, L. (2016). *Ethnic humour in a multicultural society*. *Ars Aeterna*, 8 (2), 12- 24. doi:10.1515/aa-2016-0006.
- Greenfield, E. A., & Marks, N. F. (2010). Identifying experiences of physical and psychological violence in childhood that jeopardize mental health in adulthood. *Child Abuse & Neglect*, 34 (3), 161-171. doi:10.1016/j.chiabu.2009.08.012.
- Gruner, C. R. (1997). *The game of humor: A comprehensive theory of why we laugh*. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.
- Gupta, S. & Kumar, D. (2010). Psychological correlates of happiness. *Indian Journal of Social Science Researches*, 7 (1), 60- 64.
- Hampes, W. P. (2006). Humor and shyness: The relation between humor styles and shyness. *Humor - International Journal of Humor Research*, 19 (2), 179- 187. doi:10.1515/humor.2006.009.
- Isik, U., Acet, M., Cengiz, R., & Kucuk, V. (2017). Investigation of the relationship between the humour styles and trait anxiety levels of students attending schools of physical education and sports. *Sport in Society*, 20 (11), 1715- 1723. doi:10.1080/17430437.2017.1329823.
- Karahan, T. F., Yalcin, B. M., Erbas, M. M., & Ergun, S. (2019). The relationship between the dominant humor style, emotional intelligence, and problem-solving skills in trainee teachers in Turkey. *Humor*, 32 (1), 73- 95. doi:10.1515/humor-2017-0083.
- Karnob, F. (2016). Psychological well-being and its relationship to emotional intelligence and optimism. *Journal of the Federation of Arab Universities for Education and Psychology*, 14 (1), 217-242.
- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2004). Humor styles, personality, and well-being among Lebanese university students. *European journal of Personality*, 18 (3), 209- 219.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007- 1022.
- Kirsh, G. A., & Kuiper, N. A. (2003, June). Humor use in adolescent relationships. Paper presented at the annual conference of the Canadian Psychological Association, Hamilton, Ontario, Canada.

- Kong, J. (2017). Childhood maltreatment and psychological well-being in later life: The mediating effect of contemporary relationships with the Abusive Parent. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73 (5), 39- 48. doi:10.1093/geronb/gbx039.
- Kuiper, G. (2006). *Good humour, Bad taste: A sociology of the joke*. Berlin: Mouton de Gruyter.
- Kuiper, N. A. (2012). Humor and resiliency: Towards a process model of coping and growth. *Europe's Journal of Psychology*, 8 (3), 475- 491. doi.org/10.23668/psycharchives.1337
- Kuiper, N. A., & McHale, N. (2009). Humor styles as mediators between self-evaluative standards and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 143 (4), 359– 376. doi:10.3200/jrlp.143.4.359-376
- Kuiper, N., Kirsh, G., & Maiolino, N. (2016). Identity and intimacy development Humor styles and psychological well-being. *An International Journal of Theory and Research*, 16 (2), 115- 125. doi:10.1080/15283488.2016.1159964.
- Kumcagiz, H., & Gunduz, Y. (2016). Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *International Journal of Higher Education*, 5 (4), 144- 156. doi:10.5430/ ijhe.v5n4p144.
- Lefcourt, H. M. (2001). *Humor: The psychology of living buoyantly*. Springer Science & Business Media.
- Marrero, R. J., Carballeira, M., & Hernández-Cabrera, J. A. (2019). Does humor mediate the relationship between positive personality and well-being? The moderating role of gender and health. *Journal of Happiness Studies*, 20 (104), 1- 28. doi:10.1007/s10902-019-00121-x.
- Martin, R. A. (1996). The situational humor response questionnaire (SHRQ) and coping humor scale (CHS): A decade of research findings. *Humor - International Journal of Humor Research*, 9 (3-4), 251- 272. doi:10.1515/humr.1996.9.3-4.251.
- Martin, R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach*. London, England: Elsevier.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the humor styles questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37 (1), 48- 75. doi:10.1016/s0092-6566(02) 00534-2.
- Martin, R., & Kuiper, N. A. (2016). Three decades investigating humor and laughter: An interview with professor Rod Martin. *Europe's Journal of Psychology*, 12 (3), 498- 512. doi:10.5964/ejop.v12i3.1119.
- Maslow, A. H. (1958). A dynamic theory of human motivation. In C. L. Stacey & M. DeMartino (Eds.), *Understanding human motivation* (pp. 26 - 47). Cleveland, OH: Howard Allen.
- Nezlek, J. B., & Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment, and social interaction. *Humor - International Journal of Humor Research*, 14 (4), 395- 413. doi:10.1515/humr.2001.011
- Paez, D., Seguel, A. M., & Martinez-Sanchez, F. (2015). Incremental validity of alexithymia, emotional coping and humor style on happiness and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14 (5), 1621- 1637. doi: 10.1007/s10902-012-9400-0.
- Raskin, V. (1985). *Semantic mechanisms of humor*. Dordrecht: D, Reidel.
- Reff, R. C. (2006). *Developing the Humor Styles Questionnaire – Revised: A review of the current humor literature and a revised measure*. Unpublished doctoral dissertation. Pullman, WA: Washington State University dissertation. Retrieved from <https://www.lib.uwo.ca/cgi-bin/ezpauthn.cgi?url=http://search.proquest.com/docview/622020373?accountid=15115>.
- Rogers, C. R. (1962). The interpersonal relationship: The core of guidance. *Harvard Educational Review*, 32 (4), 416– 429.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52 (1), 141– 166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (2003). Ironies of the human condition: Well-being and health on the way to mortality. In L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 271-287). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069–1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Ryff, C. D. (1989b). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12 (1), 35– 55. doi:10.1177/016502548901200102.

- Ryff, C. D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6 (2), 286-295.
- Ryff, C. D. (2018). Eudaimonic well-being: Highlights from 25 years of inquiry. In K. Shigemasu, S. Kuwano, T. Sato, & T. Matsuzawa (Eds.), *Diversity in harmony - Insights from psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology* (pp. 375- 395). New York, NY, US: John Wiley & Sons Ltd. <http://dx.doi.org/10.1002/9781119362081.ch20>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719–727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65 (1), 14– 23. doi:10.1159/000289026.
- Ryff, C. D., Love, G. D., Miyamoto, Y., Markus, H. R., Curhan, K. B., Kitayama, S., ... Karasawa, M. (2014). Culture and the promotion of well-being in East and West: Understanding varieties of attunement to the surrounding context. In G. A. Fava & C. Ruini (Eds.), *Increasing psychological well-being in clinical and education settings: Interventions and cultural contexts* (pp 1-19). New York: Springer.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Positive psychology, Positive prevention, and positive therapy*. In *handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14. doi: 10.1007/978-94-017-9088-8_18.
- Sirigatti, S., Penzo, I., Giannetti, E., & Stefanile, C. (2014). The humor styles questionnaire in Italy: Psychometric properties and relationships with psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology*, 10 (3), 429- 450. doi:10.5964/ejop.v10i3.682.
- Tucker, R. P., Judah, M. R., O'Keefe, V. M., Mills, A. C., Lechner, W. V., Davidson, C. L., ... Wingate, L. R. (2013). Humor styles impact the relationship between symptoms of social anxiety and depression. *Personality and Individual Differences*, 55 (7), 823- 827. doi:10.1016/j.paid.2013.07.008.
- Vandaele, J., & Luiz, T. M. (2019). O humor na tradução. *Cadernos de tradução*, 39 (2), 326– 338. doi:10.5007/2175-7968.2019v39n2p326.
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Ch, A. D., Velásquez, N.,... & Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de investigación en psicología*, 11(2), 139-152.
- Veselka, L., Schermer, J. A., Martin, R. A., & Vernon, P. A. (2010). Relations between humor styles and the dark triad traits of personality. *Personality and Individual Differences*, 48 (6), 772-774. doi:10.1016/j.paid.2010.01.017.
- Vitulli, W. F. (2005). Humor and gender roles: Does age make a difference?. *Psychological Reports*, 97 (1), 167- 168 doi:10.2466/pr0.97.1.167-168
- Weisner, T. S. (1998). Human development, child well-being, and the cultural project of development. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1998 (80), 69– 85. doi:10.1002/cd.23219988006.
- Williams, A. (2018). *Interactions between personality traits and humor styles*. Unpublished doctoral dissertation, Alfred University.
- Yip, J.A. & Martin, R. A. (2006). Sense of humor, emotional intelligence, and social competence. *Journal of Research in Personality*, 40 (1). 1202- 1208.
- Zeigler-Hill, V., McCabe, G. A., & Vrabel, J. K. (2016). The dark side of humor: DSM-5 pathological personality traits and humor styles. *Europe's Journal of Psychology*, 12 (3), 363–376. doi:10.5964/ejop.v12i3.1109.