

**العلاقة بين قوة الإرادة والشعور بالسعادة وفقاً للسمات النفسية ونوعية الحياة  
(دراسة مقارنة علي عينات من بيئات متباينة: عليا . وسطي . دنيا)**

*رسالة مقدمة من الطالبة*

**هالة عادل يس محرم**

ليسانس آداب (علم نفس) . كلية الآداب . جامعة القاهرة . 1992

ماجستير في العلوم البيئية . معهد الدراسات والبحوث البيئية . جامعة عين شمس . 2011

**لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة  
في العلوم البيئية**

*قسم العلوم الإنسانية البيئية*

*معهد الدراسات والبحوث البيئية*

*جامعة عين شمس*

2016

صفحة الموافقة على الرسالة

العلاقة بين قوة الإرادة والشعور بالسعادة وفقاً للسمات النفسية ونوعية الحياة  
(دراسة مقارنة علي عينات من بيئات متباينة: عليا . وسطي . دنيا)

رسالة مقدمة من الطالبة

هالة عادل يس محرم

ليسانس آداب (علم نفس) . كلية الآداب . جامعة القاهرة . 1992  
ماجستير فى العلوم البيئية . معهد الدراسات والبحوث البيئية . جامعة عين شمس . 2011

لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة

في العلوم البيئية

قسم العلوم الإنسانية البيئية

وقد تمت مناقشة الرسالة والموافقة عليها:

اللجنة:

التوقيع

1- ا.د/قدري محمود حنفى

أستاذ علم النفس . معهد الدراسات العليا للطفولة  
جامعة عين شمس

2- ا.د/أحمد مصطفى العتيق

أستاذ علم النفس البيئي ورئيس قسم العلوم الإنسانية البيئية . معهد الدراسات والبحوث البيئية  
جامعة عين شمس

3- ا.د/الحسين محمد عبد المنعم

أستاذ علم النفس ووكيل كلية الآداب لشئون التعليم والطلاب  
جامعة القاهرة

2016

# **العلاقة بين قوة الإرادة والشعور بالسعادة وفقاً للسمات النفسية ونوعية الحياة (دراسة مقارنة علي عينات من بيئات متباينة: عليا . وسطي . دنيا)**

*رسالة مقدمة من الطالبة*

**هالة عادل يس محرم**

ليسانس آداب (علم نفس) . كلية الآداب . جامعة القاهرة . 1992

ماجستير في العلوم البيئية . معهد الدراسات والبحوث البيئية . جامعة عين شمس . 2011

**لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة**

**في العلوم البيئية**

**قسم العلوم الإنسانية البيئية**

**تحت إشراف :-**

**1- ا.د/أحمد مصطفى العتيق**

أستاذ علم النفس البيئي وعميد معهد الدراسات والبحوث البيئية  
جامعة عين شمس

**2- د.أحمد فخري هاني**

مدرس علم النفس البيئي بقسم العلوم الإنسانية البيئية . معهد الدراسات والبحوث البيئية  
جامعة عين شمس  
ختم الإجازة :

أُجيزت الرسالة بتاريخ / / 2016

موافقة مجلس المعهد / / 2016 موافقة مجلس الجامعة / / 2016

**2016**

**المستخلص**

أُجريت الدراسة بهدف اكتشاف العلاقة بين السعادة والإرادة في مجتمعنا المصري، وتحديد استراتيجيات وآليات تساهم في زيادة الشعور بالسعادة، وكيفية تقوية الإرادة من أجل الحصول على مشاعر إيجابية،

وفهم العلاقة نوعية الحياة بين كل من السعادة والإرادة، وفهم علاقة السمات الشخصية بكل من السعادة وقوة الإرادة.

وجدت علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السعادة وقوة الإرادة، وظهر تأثير لقوة الإرادة على السعادة. ووجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السعادة وسمات الشخصية. وظهر أن هناك تأثير للعصابية والمقبولية والتفتح ويقظة الضمير على السعادة بشكل عام. هناك ارتباط بين السعادة ومستوى التعليم، ويؤثر مستوى التعليم على المشاعر الإيجابية وعلى الشغف بالحياة. لا توجد علاقة بين السعادة وكل من العمر والنوع ونوع العمل.

كما وجدت علاقة ارتباط دالة احصائياً بين قوة الإرادة وسمات الشخصية، وأن أكثر السمات تأثيراً على الإرادة بالترتيب هي العصابية ثم تليها في المرتبة الثانية الانبساطية ويقظة الضمير. لا يوجد ارتباط بين قوة الإرادة والمتغيرات الديموغرافية.

هناك ارتباط بين نوعية الحياة والعمر ومستوى التعليم والنوع. يؤثر العمر على نوعية الحياة، فكلما تقدم الشخص في العمر كلما كانت نوعية الحياة أفضل. لا يوجد ارتباط بين نوعية الحياة وكل من الحالة الاجتماعية ونوع العمل.

هناك ارتباط بين السعادة ونوعية الحياة بشكل عام، وتؤثر جودة الحياة على السعادة. ولا توجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين قوة الإرادة ونوعية الحياة.

أما بالنسبة للسؤال عن أسباب السعادة فأتضح أن أكثر خمسة أمور أو مواقف تسبب للمصريين السعادة هي، بترتيب تكرارها: التواجد مع أشخاص أعزاء ثم العبادات ثم سعادة باقي أفراد الأسرة، ثم النجاح ثم مساعدة الآخرين.

## المخلص

### المقدمة:

أجريت الدراسة بهدف اكتشاف العلاقة بين السعادة والإرادة في مجتمعنا المصري، وتحديد استراتيجيات وآليات تساهم في زيادة الشعور بالسعادة، وكيفية تقوية الإرادة من أجل الحصول على مشاعر إيجابية، وفهم علاقة نوعية الحياة بين كل من السعادة والإرادة، وفهم علاقة السمات الشخصية بكل من السعادة وقوة الإرادة. وكذلك تقديم توصيات تساهم في تنمية علم النفس الإيجابي.

يسعى الإنسان للحصول على مشاعر إيجابية ويتجنب المشاعر السلبية لأنها تساعد على مجابهة مصاعب الحياة وتحمل الألم وتجعله يأخذ احتياطات السلامة دائماً حين التعرض للخطر، والأهم من ذلك هو أنها تزيل من آثار المشاعر السلبية. واهتمت أبحاث علم النفس بالمشاعر السلبية كثيراً، لكنها لم تهتم بالمشاعر الإيجابية ووظيفتها، بالرغم من أنها مؤشر جيد لما يحدث في حياة الفرد.

ولكي يحصل الفرد على السعادة، عليه أن يسعى إلى ذلك ويستخدم إرادته، كما أن الوصول إلى الأهداف وتحقيقها يصحبه شعوراً بالسعادة. كما يصحب ذلك شعور بالثقة في النفس ويزيد من الصحة النفسية.

إن العلاقة بين السعادة وقوة الإرادة علاقة تستحق الدراسة لأن نفعها يعود على الفرد وزيادة إنتاجيته، وبالتالي يستفيد منها المجتمع ككل.

### أهمية الدراسة:

#### أولاً: أهمية نظرية:

لا توجد دراسة في الوطن العربي تناولت موضوع السعادة والإرادة حتى الآن. والدراسات النفسية العربية في كل من مجال السعادة والإرادة نادرة. لذلك أقدم بحثي هذا لتغطية هذه الموضوعات الهامة. أقدم هنا ملخصاً لأساليب تقوية الإرادة التي أثبتت فاعليتها في العديد من الدراسات. تعتبر هذه الدراسة خطوة للأمام في إحدى المجالات الحديثة وهي علم النفس الإيجابي، حيث يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة لزيادة جودة الحياة عند الأصحاء. وتساهم في نشر هذا الفرع من العلم في مصر.

كما تتضمن هذه الرسالة تعريف معنى السعادة ومسبباتها بشكل عام.

توفير مقياس للسعادة.

تقديم مقياس جديد للإرادة يستفيد من الأبحاث التي أجريتها في رسالتي في الماجستير، ويطور فكرة قياس الإرادة بما يتناسب مع مجتمعنا المصري.

تقديم أحدث البحوث التي تناولت موضوع الإرادة.

اكتشاف ما يقوم به الإنسان المصري للتحايل على ظروف الحياة للحصول على السعادة.

#### ثانياً: أهمية تطبيقية:

هبط مستوى السعادة عن المصريين نتيجة للظروف الاقتصادية والاجتماعية التي نمر بها الآن. هذا أمر نشعر به جميعاً كما أنه جاء في دراسة شبكة حلول التنمية المستدامة التابعة للأمم المتحدة، والذي تم عام 2013. حيث ظهر أن مصر أكثر دولة حدث فيها هبوط كبير في مستوى السعادة منذ عام 2005. لذا أحاول في الدراسة الحالية المساهمة في رفع مستوى السعادة عن طريق توضيح الأساليب التي توصل لها العلماء للعمل على ذلك.

المساهمة في إتاحة الفرصة للأفراد لتقوية إرادتهم وجعلهم أعضاء ناجحين في المجتمع. كذلك أحاول هنا تقديم تفسير لكثير من المشاعر السلبية التي قد نحس بها ولا نستطيع فهمها، فعدم تحقيق الأهداف يمكنه أن السبب في إرسال تلك الإشارات.

#### أهداف الدراسة:

- اكتشاف دور الإرادة في الشعور بالسعادة، ومعرفة شكل العلاقة بينهما.
- تحديد استراتيجيات وآليات تساهم في زيادة الشعور بالسعادة.
- كيفية تقوية الإرادة من أجل الحصول على مشاعر إيجابية.
- معرفة أحدث الأساليب في زيادة المشاعر الإيجابية وتحسين نوعية الحياة.
- تقديم توصيات تساهم في تنمية علم النفس الإيجابي في مصر.

#### الفروض:

1. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور والاناث في مستوى السعادة.
2. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات السعادة باختلاف الحالة الاجتماعية.
3. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات السعادة باختلاف الوظيفة.
4. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات السعادة باختلاف مستوى التعليم.
5. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات السعادة باختلاف نوعية الحياة.
6. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور والاناث في الإرادة والتحكم في الذات.
7. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف الحالة الاجتماعية
8. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف الوظيفة.
9. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف مستوى التعليم.
10. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف نوعية الحياة.
11. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور والاناث في نوعية الحياة.
12. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات نوعية الحياة باختلاف الحالة الاجتماعية.
13. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات نوعية الحياة باختلاف الوظيفة.
14. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات نوعية الحياة باختلاف مستوى التعليم.
15. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور والاناث في سمات الشخصية.

16. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات سمات الشخصية باختلاف الحالة الاجتماعية.
17. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات سمات الشخصية باختلاف الوظيفة.
18. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات سمات الشخصية باختلاف مستوى التعليم.
19. يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط درجات سمات الشخصية باختلاف نوعية الحياة.
20. هناك ارتباط دال احصائياً بين السعادة وقوة الإرادة.
21. هناك ارتباط دال احصائياً بين السعادة ونوعية الحياة.
22. هناك ارتباط دال احصائياً بين السعادة وسمات الشخصية.
23. هناك ارتباط دال احصائياً بين قوة الإرادة ونوعية الحياة.
24. هناك ارتباط دال احصائياً بين قوة الارادة وسمات الشخصية.
25. هناك ارتباط دال احصائياً بين السعادة والمتغيرات الديموجرافية (النوع - العمر - مستوى التعليم - الحالة الاجتماعية - نوع العمل)
26. هناك ارتباط دال احصائياً بين قوة الارادة والمتغيرات الديموجرافية (النوع - العمر - مستوى التعليم - الحالة الاجتماعية - نوع العمل)
27. هناك ارتباط دال احصائياً بين نوعية الحياة والمتغيرات الديموجرافية (النوع - العمر - مستوى التعليم - الحالة الاجتماعية - نوع العمل)

#### النتائج:

أظهرت الدراسة أنه توجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السعادة وقوة الإرادة، وظهر تأثير لقوة الإرادة على السعادة. كما أن علاقة الارتباط هذه تتأثر بكل من سمات الشخصية ونوعية الحياة. ووجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين السعادة وسمات الشخصية. وظهر أن هناك تأثير للعصابية والمقبولية والتفتح ويقظة الضمير على السعادة بشكل عام. وهناك ارتباط بين السعادة ومستوى التعليم، ويؤثر مستوى التعليم على المشاعر الإيجابية وعلى الشغف بالحياة. لا توجد علاقة بين السعادة وكل من العمر والنوع ونوع العمل.

كما وجدت علاقة ارتباط دالة احصائياً بين قوة الارادة وسمات الشخصية، وأن أكثر السمات تأثيراً على الإرادة بالترتيب هي العصابية ثم تليها في المرتبة الثانية الانبساطية ويقظة الضمير. لا يوجد ارتباط بين قوة الإرادة والمتغيرات الديموجرافية.

هناك ارتباط بين نوعية الحياة والعمر ومستوى التعليم والنوع. يؤثر العمر على نوعية الحياة، فكلما تقدم الشخص في العمر كلما كانت نوعية الحياة افضل. لا يوجد ارتباط بين نوعية الحياة وكل من الحالة الاجتماعية ونوع العمل.

هناك ارتباط بين السعادة ونوعية الحياة بشكل عام، وتؤثر جودة الحياة على السعادة. ولا توجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين قوة الارادة ونوعية الحياة.

أما بالنسبة للسؤال عن أسباب السعادة فأتضح أن أكثر خمسة أمور أو مواقف تسبب للمصريين السعادة هي، بترتيب تكرارها: التواجد مع أشخاص أعزاء ثم العبادات ثم سعادة باقي أفراد الأسرة، ثم النجاح ثم مساعدة الآخرين.



## المحتويات

الصفحة	
أ	الملخص -----
1	الفصل الأول: مدخل إلى البحث -----
1	المقدمة: -----
2	المشكلة: -----
4	أهمية البحث: -----
4	أهداف البحث: -----
4	مصطلحات البحث: -----
4	السعادة: -----
5	الإرادة: -----
6	نوعية البيئة: -----
6	سمات الشخصية: -----
8	الفصل الثاني: الدراسات السابقة -----
8	مقدمة: -----
8	المحور الأول: دراسات لها علاقة بالإرادة: -----
22	المحور الثاني: دراسات لها علاقة بالسعادة: -----
34	المحور الثالث: دراسات لها علاقة بالسعادة والإرادة: -----
39	المحور الرابع: دراسات لها علاقة بالمستوى الاقتصادي: -----
42	تعليق عام على الدراسات السابقة: -----
46	فروض الدراسة: -----
48	الخلاصة: -----
49	الفصل الثالث: السعادة ونوعية الحياة -----
49	مقدمة: -----
50	مفاهيم السعادة: -----
50	الحياة الكريمة: -----
50	الحياة المكتملة: -----
51	اللذة: -----
51	اللذة العليا -----
51	تعريف السعادة: -----

51	نوعية البيئة والحياة الكريمة:-----
53	فوائد السعادة:-----
54	قياس السعادة:-----
54	النظريات التي تفسر السعادة:-----
62	العوامل المؤثرة على السعادة:-----
67	أساليب زيادة الشعور بالسعادة:-----
76	طريقة عمل أساليب زيادة السعادة:-----
76	كيفية تطبيق أساليب زيادة السعادة:-----
77	نشر السعادة:-----
78	العقبات التي تواجه نشر أساليب زيادة السعادة:-----
78	السعادة الدائمة:-----
78	الخلاصة:-----
80	الفصل الرابع: الإرادة-----
80	المقدمة:-----
80	مفاهيم الإرادة:-----
81	تعريف الإرادة:-----
83	كيفية التحكم في النفس:-----
85	اضطراب الإرادة في حالات المرض النفسي:-----
87	نظرية توجه الفعل وتوجه الحالة:-----
88	القدرة على التحكم في النفس:-----
88	ضعف القدرة على التحكم في النفس:-----
89	أسباب ضعف الإرادة:-----
108	المشاعر وقوة الإرادة:-----
112	السعادة والإرادة:-----
113	حرية الإرادة:-----
115	الخلاصة:-----
116	الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للبحث-----
116	مقدمة:-----
116	أولاً: المنهج:-----
116	ثانياً العينة:-----
120	ثالثاً: أدوات البحث-----

120	(1) اختبار مؤشرات السعادة: -----
123	(2) اختبار الإرادة والتحكم في الذات -----
126	(3) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية -----
126	(4) استبيان نوعية الحياة -----
126	(5) سؤال عن طرق الحصول على السعادة: -----
126	معوقات الدراسة: -----
127	الخلاصة: -----
128	الفصل السادس : النتائج -----
128	مقدمة: -----
128	عرض نتائج البحث: -----
129	السعادة: -----
129	الفرض الأول: -----
131	الفرض الثاني: -----
132	الفرض الثالث: -----
134	الفرض الرابع: -----
136	الفرض الخامس: -----
139	الإرادة والتحكم في الذات: -----
139	الفرض السادس: -----
139	الفرض السابع: -----
140	الفرض الثامن: -----
141	الفرض التاسع: -----
142	الفرض العاشر: -----
144	نوعية الحياة -----
144	الفرض الثاني عشر: -----
145	الفرض الثالث عشر: -----
145	الفرض الرابع عشر: -----
146	الفرض الخامس عشر: -----
147	الفرض السادس عشر: -----
148	الفرض السابع عشر: -----
150	الفرض الثامن عشر: -----
152	الفرض التاسع عشر: -----

154	-----	الفرض العشرون:
156	-----	الفرض الواحد والعشرون:
160	-----	الفرض الثاني والعشرون:
164	-----	الفرض الثالث والعشرون:
165	-----	الفرض الرابع والعشرون:
167	-----	الفرض الخامس والعشرون:
169	-----	الفرض السادس والعشرون:
170	-----	الفرض السابع والعشرون:
172	-----	سؤال السعادة:
174	-----	الخلاصة:
175	-----	الفصل السابع: تفسير ومناقشة النتائج
175	-----	مقدمة:
175	-----	السعادة:
178	-----	الإرادة:
179	-----	نوعية الحياة:
181	-----	سمات الشخصية:
182	-----	العلاقة بين السعادة وقوة الإرادة:
183	-----	العلاقة بين السعادة ونوعية الحياة:
183	-----	العلاقة بين السعادة وسمات الشخصية:
184	-----	العلاقة بين الإرادة ونوعية الحياة:
185	-----	العلاقة بين الإرادة وسمات الشخصية:
187	-----	الفرق بين الإناث والذكور:
188	-----	الحالة الاجتماعية:
188	-----	نوعية العمل:
188	-----	مستوى التعليم:
189	-----	تفسير نتائج سؤال السعادة:
190	-----	مناقشة عامة:
191	-----	ثانياً: التوصيات
192	-----	الخلاصة
193	-----	المراجع
209	-----	الملاحق

## فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
117	توزيع عينة الدراسة وفقاً للنوع	1
118	توزيع عينة الدراسة وفقاً للحالة الاجتماعية	2
118	توزيع عينة الدراسة وفقاً للمستوى التعليمي	3
119	توزيع عينة الدراسة وفقاً للوظيفة	4
120	المتوسط والانحراف المعياري للعمر	5
121	أرقام البنود التي يحتويها كل بعد من أبعاد اختبار السعادة	6
123	جدول يوضح ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية	7
124	أرقام البنود التي يحتويها كل بعد من أبعاد اختبار الإرادة والتحكم في الذات	8
125	جدول يوضح ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية	9
128	جدول يوضح مدى تحقق المقاييس الفرعية للشعور بالسعادة	10
129	جدول يوضح مدى تحقق المقاييس الفرعية لقوة الإرادة	11
129	جدول يوضح مدى تحقق المقاييس الفرعية لسمات الشخصية	12
130	جدول يوضح الفرق بين الذكور والإناث في مستوى السعادة	13
131	جدول يوضح الفرق في درجات السعادة باختلاف الحالة الاجتماعية	14
133	جدول يوضح الفرق في درجات السعادة باختلاف الوظيفة	15
134	جدول يوضح المقارنات الثنائية	16
135	جدول يوضح الفرق في درجات السعادة باختلاف مستوى التعليم	17
137	جدول يوضح الفرق في درجات السعادة باختلاف نوعية الحياة	18
138	جدول يوضح المقارنات الثنائية	19
139	جدول يوضح الفرق بين الذكور والإناث في الإرادة والتحكم في الذات	20

21	جدول يوضح الفرق في درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف الحالة الاجتماعية	140
22	جدول يوضح الفرق في درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف الوظيفة	141
23	جدول يوضح الفرق في درجات الإرادة والتحكم في الذات باختلاف مستوى التعليم	142
24	جدول يوضح الفرق في درجات قوة الإرادة باختلاف نوعية الحياة	143
25	جدول يوضح الفرق بين الذكور والإناث في نوعية الحياة	144
26	جدول يوضح الفرق في درجات نوعية الحياة باختلاف الحالة الاجتماعية	144
27	جدول يوضح الفرق في درجات نوعية الحياة باختلاف الوظيفة	145
28	جدول يوضح الفرق في درجات نوعية الحياة باختلاف مستوى التعليم	157
29	جدول يوضح المقارنات الثنائية	146
30	جدول يوضح الفرق بين الذكور والإناث في سمات الشخصية	147
31	جدول يوضح الفرق في سمات الشخصية باختلاف الحالة الاجتماعية	148
32	جدول يوضح الفرق في درجات سمات الشخصية باختلاف الوظيفة	149
33	جدول يوضح المقارنات الثنائية	150
34	جدول يوضح الفرق في سمات الشخصية باختلاف مستوى التعليم	151
35	جدول يوضح المقارنات الثنائية	152
36	جدول يوضح الفرق في درجات سمات الشخصية باختلاف نوعية الحياة	153
37	جدول يوضح المقارنات الثنائية	154

38	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين السعادة وقوة الإرادة ومستوى الدلالة	155
39	جدول يوضح نتائج الانحدار	157
40	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين السعادة ونوعية الحياة ومستوى الدلالة	159
41	جدول يوضح نتائج الانحدار	160
42	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين السعادة وسمات الشخصية ومستوى الدلالة	161
43	جدول يوضح نتائج الانحدار	163
44	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين الإرادة ونوعية الحياة ومستوى الدلالة	164
45	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين الإرادة وسمات الشخصية ومستوى الدلالة	165
46	جدول يوضح نتائج الانحدار	166
47	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين السعادة والمتغيرات الديموجرافية ومستوى الدلالة	167
48	جدول يوضح نتائج الانحدار	169
49	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين الإرادة والمتغيرات الديموجرافية ومستوى الدلالة	170
50	جدول يوضح قيمة معامل الارتباط بين نوعية الحياة والمتغيرات الديموجرافية ومستوى الدلالة	171
51	جدول يوضح نتائج الانحدار	171
52	جدول يوضح نتائج الانحدار المتعدد	172
53	جدول يوضح نتائج الانحدار المتعدد	172
54	جدول يوضح إستجابات المفحوصين على سؤال أسباب السعادة	173