

نموذج ترخيص

أنا الطالب: بهاء محمد موسى شواقفه أتمنح الجامعة الأردنية
و/ أو من تقوضه ترخيصاً غير حصري دون مقابل بنشر و/ أو استعمال و/ أو استغلال و/
أو ترجمة و/ أو تصوير و/ أو إعادة إنتاج بأي طريقة كانت سواء ورقية و/ أو إلكترونية أو
غير ذلك رسالة الماجستير / الدكتوراة المقدمة من قبلي وعنوانها:

العافية التكنولوجية وعلاقتها بالسعادة

والتعاون لدى طلبة الجامعة الأردنية

وذلك لغايات البحث العلمي و/ أو التبادل مع المؤسسات التعليمية والجامعات و/ أو لأي غاية
أخرى تراها الجامعة الأردنية مناسبة، وأتمنح الجامعة الحق بالترخيص للغير بجميع أو بعض ما
رخصته ليها.

اسم الطالب: بهاء محمد موسى شواقفه

التوقيع: Basha

التاريخ: ٢٠١٨ / ١٤ / ٥

العافية التكنولوجية وعلاقتها بالسعادة والتفاؤل لدى طلبة الجامعة
الأردنية

إعداد

بهاء سهيل موسى شواقفه

المشرف

الدكتور عبد الله سالم المهائره

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في
الإرشاد النفسي والتربوي

كلية الدراسات العليا
الجامعة الأردنية

تشرين الثاني، 2018م



قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الرسالة (العافية التكنولوجية وعلاقتها بالسعادة والتفاؤل لدى طلبة الجامعة الاردنية) وأجيزت بتاريخ 2018/11/26م

أعضاء لجنة المناقشة

التوقيع

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

الدكتور عبد الله سالم المهايره، مشرفاً
أستاذ مساعد - الإرشاد النفسي والتربوي

الأستاذ الدكتور عادل جورج طنوس، عضواً
أستاذ- الإرشاد النفسي والتربوي

الدكتورة فاطمة عيد العدوان، عضواً
أستاذ مشارك - الإرشاد النفسي والتربوي

الأستاذ الدكتور محمد نزيه حمدي، عضواً خارجياً
أستاذ - الإرشاد النفسي والتربوي
(جامعة عمان العربية)

مكتبة كلية الدراسات العليا
هذه نسخة من الرسالة
التوقيع: تاريخ: 2018/11/26

الإهداء

إلى كل من علمني حرفاً..

وإلى كل من دعمني في مسيرتي التعليمية..

وإلى كل من تقبلني على ما أنا عليه..

وإلى كل شخص انتقد تصرفاتي..

إلى جميع أفراد عائلتي..

والدي ووالدتي سهيل ورجاء..

أخي الكبير براء..

الأميرات الصغيرات آلاء ورواء..

شكر وتقدير

أقدم بعظيم الشكر والامتنان إلى من ساعدني في الوصول إلى هذه المرحلة؛ مشرفي الدكتور عبد الله المهايه، بفضل الله وتشجيعه ودعمه المتواصل لي كأخ وصديق ومشرف.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لأساتذتي أعضاء لجنة المناقشة أ. د. عادل طنوس و د. فاطمة العدوان وأ. د. محمد نزيه حمدي لتفضلهم بقبول مناقشة رسالتي وتقويمها.

وعبارات الشكر لا تكفي لمن ساهموا في نجاح هذه الرسالة بأفكارهم ودعمهم وتشجيعهم، فالشكر الجزيل لكل من علمني من أساتذة الجامعة الأردنية، وخاصة الأستاذ الدكتور جميل الصمادي على تعاونه ودعمه الدائم لي، كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتور جهاد العناتي، والدكتور نزار اللبدي اللذين شجعاني وقدموا لي من علمهما الغزير، والدكتورة مريم الزيادات التي طالما عززت التفوق والإبداع لدى الطلبة، وأصدقائي وصديقاتي الدكتورة شيماء عويضة، ياسمين عقل، عبد الرحمن شطناوي، فؤاد القادري وزينب فلايلة على ما قدموه لي من دعم وتفاؤل.

وامتتاني للجنود المجهولين من طلبة الجامعة الأردنية الذين أثروا على مساعدتي في إنجاز هذا العمل وخاصة ليث السرخي، أحمد بدران، هشام الزغول، أمجد عرجان، أوس شحرور، دعاء شاهين، دانيا لحام، عبد السلام العودات، رهن الخطيب، حنين نبهان، سناء حسنين، فكتوريا حيانة.

الباحث

بهاء شواقفه

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتوى
ب	قرار لجنة المناقشة
ج	الإهداء
د	شكر وتقدير
هـ	قائمة المحتويات
ز	قائمة الجداول
ط	قائمة الملاحق
ي	المخلص باللغة العربية
الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها	
2	المقدمة
4	مشكلة الدراسة وأسئلتها
6	أهمية الدراسة
7	أهداف الدراسة
7	حدود الدراسة ومحدداتها
8	تعريف مصطلحات الدراسة إجرائياً
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
10	الإطار النظري
10	علم النفس الإيجابي
12	العافية
13	العافية التكنولوجية
16	تفسير النظريات النفسية لاستخدام التكنولوجيا
18	التكنولوجيا وتأثيرها على الإنسان وعافيته
21	السعادة
25	التفاؤل
28	الدراسات السابقة
34	التعقيب على الدراسات السابقة
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
37	منهجية الدراسة
37	مجتمع الدراسة
38	عينة الدراسة
38	أدوات الدراسة
45	إجراءات الدراسة
46	متغيرات الدراسة
46	المعالجة الإحصائية
الفصل الرابع: عرض النتائج	
48	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
51	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
53	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
54	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
55	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

56	عرض النتائج المتعلقة بالسؤال السادس
الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات	
60	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
61	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
62	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
63	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
64	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
66	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس
67	التوصيات
68	قائمة المراجع
80	الملاحق
95	الملخص باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
37	توزيع أفراد المجتمع وفقاً لمتغيري الجنس والكلية	1
38	توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والكلية	2
39	معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس لمقياس العافية التكنولوجية	3
42	معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس لمقياس السعادة	4
44	معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس لمقياس التفاؤل	5
48	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس العافية التكنولوجية مرتبة ترتيباً تنازلياً	6
51	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس السعادة مرتبة ترتيباً تنازلياً	7
53	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس التفاؤل مرتبة ترتيباً تنازلياً	8
54	قيم معامل ارتباط بيرسون بين العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل	9
55	نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة لمقياس العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل وفقاً لمتغير الجنس	10
56	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعافية التكنولوجية تبعاً لمتغير الكلية	11
56	نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمقياس العافية التكنولوجية وفقاً لمتغير الكلية	12
57	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس السعادة تبعاً لمتغير الكلية	13

57	نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمقياس السعادة وفقاً لمتغير الكلية	14
58	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل تبعاً لمتغير الكلية	15
58	نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمقياس التفاؤل وفقاً لمتغير الكلية	16

فهرس الملاحق

الصفحة	العنوان	الرقم
81	خطاب تسهيل مهمة من عمادة كلية التربية في الجامعة الأردنية	1
82	قائمة بأسماء محكمي المقاييس	2
83	مقياس العافية التكنولوجية بصورته الأولية	3
85	مقياس العافية التكنولوجية بصورته النهائية	4
88	مقياس السعادة بصورته الأولية	5
89	مقياس السعادة بصورته النهائية	6
91	مقياس التفاؤل بصورته الأولية	7
92	مقياس التفاؤل بصورته النهائية	8
94	تقرير ضبط جودة التحليل الإحصائي	9

العافية التكنولوجية وعلاقتها بالسعادة والتفاؤل لدى طلبة الجامعة الاردنية

إعداد

بهاء سهيل موسى شواقفه

المشرف

الدكتور عبد الله سالم المهايره

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى كل من العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل لدى طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية، ومعرفة العلاقة بين العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل، والتعرف على الفروق في مستويات كل من العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل باختلاف الجنس (ذكر، أنثى)، والكلية (إنسانية، علمية، صحية).

تكونت عينة الدراسة من (450) طالباً وطالبة؛ (149 ذكور، 301 اناث)، و(206 كليات إنسانية، 147 كليات علمية، 97 كليات صحية) من طلبة البكالوريوس المسجلين في الفصل الدراسي الصيفي للعام الجامعي 2018/2017 في الجامعة الأردنية، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية التطبيقية، ولتحقيق أهداف الدراسة طور الباحث ثلاثة مقاييس؛ مقياس العافية التكنولوجية ومقياس السعادة ومقياس التفاؤل، وتم التحقق من دلالات صدق وثبات المقاييس الثلاث، ثم تم تطبيقها على عينة الدراسة.

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى العافية التكنولوجية والسعادة عند الطلبة جاء بمستوى "متوسط"، أما مستوى التفاؤل فكان بمستوى "مرتفع"، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين العافية التكنولوجية والسعادة والتفاؤل، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في العافية التكنولوجية لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في مستوى السعادة أو التفاؤل، وأظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أي من العافية التكنولوجية أو السعادة أو التفاؤل تعزى لمتغير الكلية.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

المقدمة

أصبحت التكنولوجيا في عصرنا الحاضر من أكثر الأمور أهمية، وقد سمي البعض هذا العصر بعصر التكنولوجيا دلالة على انتشار التكنولوجيا بشكل كبير جداً، فقد وصل عدد الأجهزة المؤهلة للوصول إلى الإنترنت (8.4) مليار في عام 2017 بنسبة (31%) أعلى من عام 2016 (Köhn, 2018)، مما يدل على أن العالم اليوم يشهد تطورات تكنولوجية سريعة ومتنامية، حيث أثر هذا التطور على جميع المجالات العلمية، كما أثرت على حياة الأفراد وتفاعلاتهم مع بعضهم البعض، وساعدت الناس على حل الكثير من المشكلات، وفي المقابل أحدثت مشكلات متعددة ومتنوعة لدى الأفراد.

يبحث الإنسان عن إشباع حاجاته كالصحة والراحة والقوة والسعادة والإنجاز وغيرها من الحاجات التي تؤدي إلى الرضا عن الذات والحياة، والرضا هو شعور نسبي يتدرج بين عدم الرضا إلى الشعور بالرضا بشكل كبير، ومن هذا المنطلق ظهر ما يسمى بالعافية، ويقصد بالعافية هنا التوازن في حياة الفرد بالجمع بين العقل والروح والجسد ليستخدم إمكانياته الكاملة لاتخاذ القرارات الإيجابية المناسبة (Myers & Sweeney, 2008) ويمكن أن يشعر الإنسان بالعافية مع وجود مرض عضوي أو بدون وجوده بحسب تعريف منظمة الصحة العالمية بأنها "حالة كاملة من الرفاه الجسدي والعقلي والاجتماعي وليست غياب الأمراض والاعتلالات فقط" (WHO, 1948).

وقد قام مايرز وسويني (2008) ببناء مقياس للعافية (Wellness Inventory WI) يتضمن ستة مجالات (المجال الاجتماعي، الروحي، الانفعالي، المهني، الجسمي والبيئي)، وهي متضمنة في مقياس العافية الذي قاما ببنائه.

ومع ازدياد عدد مستخدمي التكنولوجيا زاد عدد الأبحاث التي تحدثت عن تأثير استخدام التكنولوجيا على العافية لدى الإنسان، وبعض هذه الدراسات أظهرت أن استخدام التكنولوجيا يمكن أن يحسن العافية من خلال تعزيز التواصل الاجتماعي (Valkenburg & Peter, 2007)، ويعزز المشاعر الإيجابية كالسعادة والتفاؤل (Botella, Riva, Gaggioli, Wiederhold, Alcaniz, & Banos, 2012)، وتحسن الصحة الجسمية (Spring, Duncan, Janke, Kozak, 2013)، وتوصلت دراسات أخرى إلى تأثير سلبي لاستخدام التكنولوجيا؛ مثل التكنولوجيا كمسبب للقلق (Brosnan, Joiner, Gavin, Crook, Maras, 2012) والقلق الناجم من الكمبيوتر (Guiller, & Scott, 2012) و Ayyagari, Grover, & Purvis, 2012).

Brosnan & Thorpe, 2006;) الفوبيا التكنولوجية (2011; Tu, Wang, & Shu, 2005
الشعور بقلق المستقبل والشعور بجودة الحياة (العنزي، Rosen, Sears, & Weil, 1993).
(2013).

يتسم هذا العصر بأنه عصر تخطى النظر إلى السلبيات، وبدأ بالنظر إلى الأمور الإيجابية من بعد ظهور علم النفس الإيجابي الذي يعتبر سليجمان الأب الروحي له، وتدور اهتماماته حول السعادة والتفاؤل وتنظيم الذات وتوجيهها، إضافة إلى العافية التي تعتبر إحدى المحاور الرئيسية في علم النفس الإيجابي، والتي تؤثر على الصحة النفسية للفرد وتكيفه مع البيئة المحيطة إضافة إلى تأثيرها على صلابته النفسية (سماوي، 2013).

إن استخدام التكنولوجيا بما فيها من مواقع التواصل الاجتماعي كالفايس بوك، الواتساب، الانستغرام، والأجهزة التكنولوجية مثل الهواتف والكمبيوترات، إضافة إلى الألعاب الإلكترونية على الأجهزة أو على الإنترنت، يمكن أن تستخدم بطريقة إيجابية أو سلبية، وعند استخدامها بطريقة إيجابية فإنها تنمي المشاعر الإيجابية كالسعادة والتفاؤل عند الأفراد، والتي إذا ما تم استثمارها بطريقة جيدة مع طلبة الجامعة فإنها ستحسن من تحصيلهم الأكاديمي وتعطيهم تصورات ومعتقدات أكثر منطقية، وأساليب تواصل مناسبة مع الآخرين، وفي المقابل فإن استخدامها بطريقة سلبية سيؤثر سلباً على الطلبة الأمر الذي سيؤدي إلى تدني تحصيلهم، وزيادة في المشكلات العلاقاتية بينهم، وتجاوز للعادات والتقاليد للمجتمع الذي ينتمون إليه، وغيرها الكثير من السلبيات، ومن هنا ينطلق مفهوم العافية التكنولوجية والذي يتضمن استخدام التكنولوجيا بطريقة تسهم في العافية (Bottela et al., 2012).

وقام كيندي (Kennedy, 2014) بدراسة مفهوم جديد ألا وهو العافية التكنولوجية وقد عرفها بـ(أسلوب تفاعل الفرد مع التكنولوجيا بطريقة تسهم في العافية الشاملة) وتتضمن العافية التكنولوجية العوامل التالية (استخدام التكنولوجيا للحصول على الراحة، قلق التكنولوجيا، استخدام التكنولوجيا لتعزيز الصحة الجسمية، كيفية استخدام التكنولوجيا، استخدام التكنولوجيا لأهداف مهنية)، واعتمد كيندي هذه العوامل لبناء مقياسه للعافية التكنولوجية (TechnoWellness Inventory (TWI).

وبذلك فإن استحداث طريقة لاستخدام التكنولوجيا بحيث تسهم في تنمية العافية يقود إلى تنمية السعادة والتفاؤل، والذي هو هدف أساسي يسعى له الفرد لمساعدته في السير بالحياة بطريقة أفضل، فالاستمتاع بالحياة يعتبر مجموعة من العمليات الاجتماعية، وتتضمن وعي وقبول الفرد لحياته، وعدم الندم على الماضي، والذي يصل في النهاية إلى أن يعيش الفرد في سعادة وهناء (Reade, 2005).

ترتبط السعادة بالحالة المزاجية الإيجابية للفرد، فالأفكار الإيجابية تحسن من قدرات الفرد من حيث تذكر أحداث سعيدة، وتساعده على تنمية الأفكار الإبداعية، والتكنولوجيا تساعد الفرد في تطبيق هذه الأفكار بطريقة أجمل وأكثر تنظيماً، وكل هذه الأمور تؤدي إلى زيادة الشعور بالرضا عن النفس وعن الحياة، وتساعد الفرد على أن يكون أكثر استمتاعاً بالحياة، وتتضمن السعادة الرضا والأمل بالإضافة إلى التفاؤل باستمرار السعادة مستقبلاً (البهاص، 2009).

أوضحت دراسة (جودة وأبو جراد، 2017) أن هنالك علاقة طردية بين السعادة والتفاؤل، فالتفاؤل أيضاً يرتبط بأن تكون إيجابياً وتتنظر إلى المستقبل بمشاعر الرضا والأمل، ويتأثر التفاؤل بالثقافة المجتمعية، ووضح (صالح، 2017) في كتابه الإنترنت والسياسة، أن هنالك ما يسمى بالتفاؤل التكنولوجي، والذي له دور في تغيير ثقافة المجتمع المتشائمة إلى متفائلة بالتفاعل مع متغيرات أخرى عديدة، بالإضافة إلى تأثيرها على الجانب السياسي، فمثلاً استخدام الطالب الجامعي لمواقع التواصل الاجتماعي للقيام بنشر أفكاره ومعتقداته إلى الطلبة الآخرين في الجامعة يرفع من تفاؤله في أن يحظى باحترام من الآخرين أو أن يتمكن من النجاح في الانتخابات الطلابية.

يعتبر موضوع اختلاف تأثير التكنولوجيا على الإنسان شائكاً وفيه الكثير من الاختلافات، وحتى نصل إلى الإمام أكبر في موضوع تأثير التكنولوجيا على العافية الإنسانية والإنسان بشكل عام، وسعادته وتفاؤله بشكل خاص أو أي موضوع آخر، فيجب علينا دراسته من عدة جوانب؛ الإيجابية منها والسلبية، ولتطوير الجانب النفسي في العالم العربي نحتاج إلى رفده بأخر التطورات العلمية وزيادة إجراء الأبحاث عن الموضوعات الجديدة ومنها العافية التكنولوجية.

مشكلة الدراسة وأسئلتها


من أهم أسباب مشكلة الدراسة الحالية هو الانتشار الواسع لاستخدام التكنولوجيا في جميع مناحي الحياة، وتنوع استخداماتها خاصة لدى طلبة الجامعات، والكثير من الدراسات لم تتناول جانب التكنولوجيا من العافية، والذي قد يكون مؤثراً مهماً في الجانب النفسي والجسمي معاً لدى الإنسان، وعند التحدث عن مسمى العافية فلا يقصد بها الخلو من الأمراض كما هو شائع في مجتمعنا، إنما العافية يمكن أن تتزامن مع وجود مرض عضوي، ونظراً لما تقدمه التكنولوجيا من وسائل اتصال بين الأفراد، وسهولة التواصل بينهم والحصول على المعلومات، فقد برزت ضرورة دراسة جانب العافية التكنولوجية وأثره على الفرد من جميع الجوانب.

أضافت التكنولوجيا أثراً إيجابية وسلبية على حياة الفرد، فهي من الممكن أن تنغص حياته من خلال الانسحاب أو الانعزال عن الآخرين، تدني التحصيل، الإلحاح الداخلي باستخدام التكنولوجيا في أي


الرقم	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	أكون متفائلا رغم المتشائمين حولي				
2	أعتقد أنني أستطيع تحقيق أهدافي وطموحاتي المستقبلية				
3	الفشل يولد لدي التحدي والإصرار				
4	أؤمن بالفرج القريب بعد المشقة				
5	أؤمن بمقولة "تفاءلوا بالخير تجدوه"				
6	أشعر بأنني إنسان محظوظ				
7	أعتقد أنه يمكنني مواجهة صعوبات حياتي بالجد والمثابرة				
8	أعتقد أن مستقبلني يحمل لي الخير والمسرات				
9	أتوقع نهاية سعيدة لمشاكلي				
10	أشعر أن لحياتي هدف ومعنى أعيش لأجله				
11	أؤمن بمقولة "أن الغد أجمل"				
12	يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة				
13	أفكر في المستقبل بطريقة متفائلة				
14	الهموم تجعلني أكثر قوة وصلابة				
15	لدي شعور بأنني سأعيش لأحقق أهدافي				
16	أتوقع أن أجد عملا بعد التخرج				
17	لدي إيمان بقدرتي على النجاح في المسابقات الدراسية				
18	أشعر أنني سأتفوق وأحصل على معدل مرتفع عند تخرجي				

ملحق (9)

تقرير ضبط جودة التحليل الإحصائي



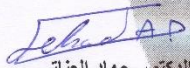
كلية العلوم
التربوية
التاريخ: 16/9/2018م
SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES



الجامعة الأردنية
مركز البحث والتطوير التربوي
THE UNIVERSITY OF JORDAN

تقرير ضبط جودة التحليل الإحصائي

يشهد مركز البحث والتطوير التربوي في كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية بأن التحليلات الإحصائية للبحث الموسوم بعنوان "العافية التكنولوجية وعلاقتها بالسعادة والتفاؤل لدى طلبة الجامعة الأردنية" والذي يجريه الطالب بهاء سهيل موسى شواقفه من طلب برنامج ماجستير ارشاد نفسي وتربوي بإشراف د. عبد الله المهايره والذي تم تحليله خارج المركز سليمة وتتسق مع الأسئلة المتضمنة في خطة البحث.

مدير المركز

الدكتور جهاد الغناتي

- نسخة مكتب نائب العميد لشؤون الدراسات العليا.
- نسخة مركز البحث والتطوير التربوي.
- نسخة الطالب.

هاتف: ٥٣٥٥٠٠٠ (٦-٩٦٢) فرعي: ٢٤٤٠٠ فاكس: ٥٣٠٠٢٣٩ (٦-٩٦٢) داخلي: ٢٤٤٤١ عمان ١١٩٤٢ الأردن
Tel.: (962-6)5355000 Ext.: 24400 Fax: (962-6)5300239 Internal: 24441 Amman 11942 Jordan
E-mail: Edu.dean@ju.edu.jo Edu.diwan@ju.edu.jo

**TechnoWellness and its relationship with Happiness and Optimism among
the Jordan University students**

By

Baha' Suhail shawaqfeh

Supervisor

Dr. Abdallah Salem Almahaireh

ABSTRACT

The purpose of this study is to reveal the level of TechnoWellness (TW), Happiness and Optimism among bachelor's degree students of the University of Jordan, and discover if there is a relationship in TW, Happiness and Optimism, also to discover the difference between TW, Happiness and Optimism according to variables gender (males, females) and faculty (the faculty of humanities, sciences and health).

The study sample consisted of (450) male and female students; (194 males, 301 females), and (206 from faculty of humanities, 147 Sciences, 97 Health) registered for bachelor's degree in the summer semester of 2017/2018 at the University of Jordan, They were selected in stratified random sampling to achieve the aims of the study the researcher developed three scales, TechnoWellness Inventory (TWI), Happiness scale and Optimism scale, verified for validity and reliability.

The results of this study shows that the level of TW and Happiness among students came at in average level, while the level of Optimism was "high". There is statistically significant positive correlation between TW, Happiness and Optimism, Also the results show that there is statistically significant difference according to gender variable on the TW to male, and doesn't reveal statistically significant due to gender on the Happiness or Optimism, finally the result didn't reveal statistically significant differences due to faculty on any of the three variables.