

علاقة السلوك المستدام بالوجدان الموجب والسالب لدى أرباب المنازل اللبنانيين

ريان علي أبوعلوي¹، أ.د. نرمين محمد²، د. هلكا علاء الدين³

باحثة دكتوراه في علم النفس¹، أستاذ ورئيس قسم علم النفس في كلية العلوم الإنسانية في جامعة بيروت العربية²

أستاذ علم النفس المشارك ومساعد عميد كلية العلوم الإنسانية في جامعة بيروت العربية³

قبول البحث: 11/05/2025

مراجعة البحث: 07/04/2025

استلام البحث: 15/03/2025

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السلوك المستدام والوجدان الموجب من جهة والوجدان السالب من جهة أخرى. كما هدفت إلى الكشف عن وجود فروق دالة إحصائية في متغيراتها المتمثلة بالسلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السالب بالرجوع لعامل النوع (ذكور وإناث) لدى عينة من أرباب المنازل اللبنانيين. وقد تكونت عينة الدراسة من 507 من أرباب المنازل اللبنانيين من مختلف محافظات لبنان، توزعت على 338 من الإناث و169 من الذكور. واستخدمت الباحثة مقياس السلوك المستدام وهو من إعدادها لقياس السلوك المستدام وقائمة الوجدان الموجب والسالب PANAS من إعداد واطسون وآخرون والتي كان قد نقلها أحمد عبد الخالق للعربية (1995). وقد ظهر وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين السلوك المستدام والوجدان الموجب لدى أرباب المنازل اللبنانيين، في مقابل عدم تحقق ذلك بالنسبة للوجدان السالب. كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الوجدان الموجب والوجدان السالب تبعاً لمتغير النوع، وقد جاءت الفروق لصالح الذكور في متغير الوجدان الموجب ولصالح الإناث في متغير الوجدان السالب. وفي المقابل فإن النتائج أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير السلوك المستدام تبعاً لعامل النوع.

الكلمات المفتاحية: السلوك المستدام - الوجدان الموجب - الوجدان السالب.

Abstract

The study aimed to explore the relationship between sustainable behavior and positive affect on one hand and negative affect on the other. It also sought to identify statistically significant differences in its variables—sustainable behavior, positive affect, and negative affect—based on gender (male and female) among a sample of Lebanese householders. The study sample consisted of 507 Lebanese householders from various Lebanese governorates, with 338 females and 169 males. The researcher used the Sustainable Behavior Scale, developed by the researcher, to measure sustainable behavior, and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) by Watson et al., which was

translated into Arabic by Ahmed Abdel-Khaleq (1995), to measure positive and negative affect. The findings revealed a statistically significant positive relationship between sustainable behavior and positive affect among Lebanese householders, while no such relationship was found for negative affect. Additionally, statistically significant differences were identified in the variables of positive and negative affect according to gender, favoring males in positive affect and females in negative affect. Conversely, the results showed no statistically significant differences in sustainable behavior based on gender.

Keywords: Sustainable Behavior- Positive Affect- Negative Affect.

مقدمة

يشهد العالم تزايداً في حجم الكوارث البيئية والطبيعية التي تهدد الوجود البشري ووجود الكثير من الكائنات الأخرى على تنوعها. لذلك تعدّ السلوكيات المستدامة من الخطوات الأساسية للمضي قدماً نحو تشكيل مجتمعات أكثر استدامة تسعى للتكاتف من أجل الحفاظ على صحة الفرد وصحة الكوكب. وانطلاقاً من ذلك يمكن التمييز بين مفهوم السلوك المستدام ومفهوم السلوكيات الصديقة للبيئة، حيث يشمل الأول حماية كلتا البيئتين الطبيعية والاجتماعية (Tapia- Fonllem et al., 2013). ويتميز السلوك المستدام بخصائص ثلاث أساسية تجعله محورياً في عملية بناء مستقبل أكثر أماناً واستقراراً. إذ أنه سلوك متعمد وموجه نحو هدف، كما أنه سلوك فعال أي أنه يهدف لحل المشكلات. فضلاً عن كونه سلوكاً استباقياً، أي أنه موجه نحو المستقبل كما هو ظاهر في تسميته، فهو يأخذ بعين الاعتبار احتياجات الأجيال القادمة بالتوازي مع إشباع حاجات الأجيال الحالية (Bonnes & Bonaiuto, 2002). ولعلّ من أبرز ما يعبر عن جدية وأهمية تحقيق التنمية المستدامة في مختلف المجالات الحياتية، البيئية منها والاجتماعية، هو اهتمام منظمة الأمم المتحدة بهذا الأمر عبر وضعها أهداف التنمية المستدامة (Sustainable Development Goals SDGs UN, 2020).

ويعدّ تدهور وضع الكرة الأرضية على مختلف المستويات واحداً من أخطر التهديدات التي يواجهها الجنس البشري في العصر الحالي. ويلعب السلوك البشري دوراً كبيراً في بروز وتزايد المشكلات البيئية، لذلك فإنّ القيام بنقلة نوعية في سلوكيات الأفراد بات من الأمور الضرورية. ومن أجل تحقيق ذلك لا بدّ من استبدال الاستهلاكية، وهدر ونهب الموارد الطبيعية، والتلويث، والسلوكيات الأنانية وغير المنصفة بالسلوكيات المستدامة (Corral- Verdugo et al., 2011).

من هنا يبرز التساؤل حول طبيعة السلوكيات التي ترسم نوعية حياة مستدامة لدى الأفراد. ويظهر ذلك من خلال ما أورده "فيرديغو" عن مفهوم السلوك المستدام إذ أوضح مختلف الأبعاد التي يعبر عنها هذا المفهوم، فعرفه بأنه يضمّ عدداً من السلوكيات التي تسعى للحفاظ على الموارد المادية الطبيعية والموارد الاجتماعية البشرية على حدٍ سواء (Corral - Verdugo, 2012). لذلك يضمّ هذا المفهوم أربعة أبعادٍ أساسية تتمثل بالسلوكيات المؤيدة للبيئة، والسلوكيات المنصفة Equitable Behaviors، وسلوكيات الترشيد Frugal Behaviors، وسلوكيات الإيثار Altruistic Behaviors.

(Tapia- Fonllem et al., 2013). وتسهم ممارسة الأفراد لهذه السلوكيات في توليد الشروط التي تسمح في الوصول العادل لاستعمال الموارد الطبيعية.

وعلى الرغم من أن المشاركة في السلوكيات المستدامة قد تؤدي للبذل على مستوى الوقت والمال والجهد، إلا أنها لم ترتبط بتحقيق الصعوبات والحرمان وانعدام الشعور بالفرح. بل على الرغم من ذلك، برز ارتباط ممارستها بمكاسب على مستوى السعادة (Coelho et al., 2018; Kasser, 2017; Schmitt et al., 2017). كذلك، فإن السلوكيات المستدامة وتلك الصديقة للبيئة قد تتطلب درجة من عدم الارتياح، إذ أن التنقل باستعمال الدراجة الهوائية يقلص من انبعاثات الغاز ولكنه يتطلب مجهوداً. كما أن غسل الملابس على درجات حرارة متدنية يوفر من مصروف الطاقة، إلا أنه قد يؤدي إلى عدم زوال كافة البقع. وكذلك فيما يتعلق بفرز النفايات المنزلية، فهو يتطلب عملاً ومجهوداً أكبر من جمعها في سلة المهملات نفسها. إلا أن الأفراد يجدون أن السلوكيات المستدامة تنتج انفعالات إيجابية، وما يوصف بـ: "الوهج الدافئ". فقد ظهر في عدد من الدراسات أن القيام بالسلوكيات المستدامة يفضي إلى شعورهم بمشاعر إيجابية تجاه أنفسهم، مما يفترض أن القيام بها يولد شعوراً بالرضا الداخلي بشكل كبير (Pfister & Böhm, 2008; Taufik et al., 2016; Van der Linden, 2018). وبالتالي تبرز أهمية تأثير ممارسة الأفراد للسلوك المستدام على حالاتهم الوجدانية الأساسية المتمثلة بالوجدان الموجب والوجدان السالب. حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الوجدان الموجب، مثل السعادة والرضا عن الحياة، يكونون أكثر استعداداً للانخراط في ممارسات مستدامة، مثل تقليل استخدام الموارد وإعادة التدوير، حيث ينعكس شعورهم بالارتياح والاستقرار النفسي في دعم القيم البيئية (Hurst et al., 2013). من جهة أخرى، يرتبط الوجدان السالب، مثل القلق أو الاستياء، بالسلوك المستدام بطرق معقدة. ففي بعض الحالات، قد يحفز الشعور بالقلق بشأن التدهور البيئي الأفراد لاتخاذ إجراءات إيجابية تجاه البيئة. فعلى سبيل المثال، قد يدفع القلق من تغير المناخ الأشخاص إلى اتخاذ خطوات لتقليل البصمة الكربونية، إلا أن هذه التأثيرات قد تكون محدودة إذا ارتبطت بمستويات عالية من الضغط أو الإحباط التي قد تؤدي إلى تجاهل القضايا البيئية (Panno et al., 2018).

وتتضمن حياة الأفراد اليومية عدداً من التجارب المتنوعة، والأحداث، والسلوكيات. ولعل اثنين من أبرز الجوانب التي تظهر في الحياة اليومية، هي اختبار الحالات الوجدانية والقيام بسلوكيات تؤثر على بيئة الأفراد بشكل إيجابي، كالحفاظ على الموارد الطبيعية، أو التخفيف من إنتاج النفايات. أو تؤثر بشكل سلبي كالإسراف في استهلاك الموارد الطبيعية وإنتاج المزيد من النفايات. وقد يظهر بصورة أولية عدم ارتباط هذين الجانبين من الحياة اليومية - اختبار الحالات الوجدانية والسلوك المستدام - مع بعضهما البعض، إلا أنهما قد يتقاطعا ويرتبطا ببعضهما البعض. ومثال ذلك أن يستيقظ الفرد وهو يشعر بالفرح وبالحيوية، وهي من مظاهر الوجدان الموجب، فيقرر أن يذهب إلى العمل باستعمال الدراجة الهوائية بدلاً من قيادة السيارة. وكنتيجة لذلك يشعر الفرد بالرضا عن قيامه بهذا السلوك ليشترك مشاعره هذه وحماسه مع الآخرين، الأمر الذي يحفزهم على القيام بذلك أيضاً (Bising- Olson, 2015). ومن خلال هذا المثال يتوضح مسارين يمكن من خلالهما للسلوك المستدام أن يكون

مرتبطاً بالحالات الوجدانية للأفراد: الأول تقود فيه الحالة الوجدانية الفرد نحو القيام بالسلوك المستدام، والثاني يُظهر كيف يولد القيام بالسلوك المستدام حالات وجدانية ما.

أولاً: مشكلة الدراسة

مع تعاظم الاهتمام في مجال علم نفس الاستدامة، والتحقّق من مختلف السلوكيات المستدامة لما لسلوكيات الأفراد من تأثير كبير على مستوى واقع الحياة بجانبها البيئي والاجتماعي على حدّ سواء، فإنّ التحقّق من العلاقة التي قد تربط السلوك المستدام بالتجارب الانفعالية والوجدانية المختلفة لدى الأفراد بات من ضرورات البحث. لذلك، تسعى هذه الدراسة للتحقّق من علاقة السلوك المستدام والوجدان الموجب والسالب لدى فئة أرباب المنازل اللبنانيين. إذ أنّ فهم التقاطع بين استجابات الأفراد الوجدانية والانفعالية والمشاركة في الممارسات المستدامة، يحمل الكثير من النتائج المهمة لتعزيز السلوكيات المسؤولة بيئياً، وتمتين الرفاه والصحة العامة. لذلك تتمثّل تساؤلات الدراسة بما يلي:

- (1) ما العلاقة بين السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السالب لدى عيّنة من أرباب المنازل اللبنانيين؟
- (2) هل تختلف متغيرات الدراسة (السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السالب) باختلاف النوع (ذكور وإناث)؟

ثانياً: أهمية الدراسة

تستمدّ هذه الدراسة أهميتها من خلال أهمية متغيراتها، إذ يعدّ متغير السلوك المستدام من المتغيرات الحديثة في مجال علم نفس الاستدامة، والذي تشكّل دراسته أمراً بالغ الأهمية من أجل مواكبة الواقع البيئي والاجتماعي المتردي في لبنان بشكل خاص. وبالتالي، تشكّل هذه الدراسة خطوة نحو مواكبة التوجهات العالمية العلمية التي تتّجه نحو تكثيف الجهود لدراسة واقع التنمية المستدامة وعلاقتها بمختلف المحركات النفسية. وفي هذه الدراسة، يبرز التركيز على البعد الوجداني لدى الأفراد لما له من دور كبير في صياغة واقع حياة المواطن اللبناني الذي يقع تحت وطأة الكثير من الضغوطات المتنوعة. وبالتالي، ومن خلال هذه الدراسة، يمكن تقديم نموذج يسهم في تحقيق معرفة أعمق للعلاقة بين السلوك المستدام بمختلف أبعاده وبين الوجدان الموجب والوجدان السالب. وبالتالي، يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة من أجل قيام الجهات الحكومية وغير الحكومية بتطوير استراتيجيات لتعزيز الوعي بالمسائل البيئية، والاجتماعية، وتشجيع المشاركة في الأنشطة المستدامة. كما يمكن تطوير مجموعة من البرامج أو السياسات التي تسعى لتعزيز تبني السلوك المستدام من خلال التركيز على آثاره الوجدانية والاجتماعية والبيئية، الأمر الذي يسهم بالتهوؤ بالمجتمع اللبناني ويحفّز تحوّلَه إلى مجتمع أكثر استدامة وأكثر توازناً. إنّ الإسهام في ترجمة أهمية هذه الدراسة في واقع حياة المواطن اللبناني يمكن أن يحسّن من نوعية حياته على مختلف المستويات.

ثالثاً: أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى:

- (1) التَّحَقُّق من وجود علاقة دالة إحصائية بين السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السَّالب لدى عينة من أرباب المنازل اللبنانيين.
- (2) الكشف عن وجود اختلاف في متغيرات الدراسة (السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السَّالب) باختلاف عامل النوع (ذكور وإناث).

رابعاً: مفاهيم الدراسة

- (1) السلوك المستدام **Sustainable Behavior**: يعرف "فيرديغو" السلوك المستدام بأنه عدد من التصرّفات الهادفة إلى الحفاظ على الموارد الطَّبيعية والاجتماعية الموجودة على كوكب الأرض (Corral- Verdugo, 2012). وتعرّف الباحثة السلوك المستدام إجرائياً في الدراسة الحالية بكونه مجموع الدّرجات التي يحصل عليها أرباب المنازل اللبنانيين من أفراد العينة الأساسية على مقياس السلوك المستدام الذي هو من إعداد الباحثة. ويمكن تعريف هذا المفهوم على أنه مجموعة من السلوكيات التي تعكس عند اجتماعها مختلف أبعاد السلوك المستدام وتتمثل بأربعة هي السلوكيات المؤيدة للبيئة، وسلوكيات الترشيذ، وسلوكيات الإيثار، والسلوكيات المنصفة.
 - (2) الوجدان الموجب والوجدان السَّالب **Positive and Negative Affect**: يعبر الوجدان الموجب عن حالة الفرد عندما يختبر تجارب انفعالية لها بعد إيجابي، كالشّعور بالفرح والثقة، أمّا الوجدان السَّالب فيعكس تجارب الفرد السلبية كاختبار مشاعر الغضب أو الحزن. وهما يعكسان مدى قابلية الفرد للشّعور بالانفعالات الإيجابية والسلبية المتنوعة (عبد الخالق، 2018).
- وتعرّف الباحثة الوجدان الموجب والوجدان السَّالب إجرائياً في هذه الدراسة باعتباره مجموع الدّرجات التي يحصلها أرباب المنازل اللبنانيين من أفراد العينة الأساسية على قائمة الوجدان الموجب والوجدان السَّالب من إعداد واطسون وآخرون ونقلها أحمد عبد الخالق إلى العربية (1995).

خامساً: الإطار النظري

يقدم الإطار النظري عرضاً نظرياً لمتغيرات الدراسة المتمثلة بالسلوك المستدام والوجدان الموجب والسَّالب.

1) السلوك المستدام

ساهم مفهوم الاستدامة والتنمية المستدامة في نشوء مفهوم السلوك المستدام في فترة لاحقة. إذ أن الاستدامة تعبر عن قدرة الأشياء على الحفاظ على ذاتها على مرور الزمن، في حين أن مصطلح التنمية يضيف إلى ذلك خاصية التطور والتقدم والتجدد. وبذلك، ظهر مفهوم السلوك المستدام ليعبر عن الأفعال التي تعكس القيم التي تهدف إلى الحفاظ على الأشياء بشكل يضمن توفرها للأجيال الحالية والمستقبلية (Kostadinova, 2016). ويمكن للسلوك المستدام أن يتحقق من خلال مظهرين، يكون الأول منهما هادفاً لتقليل السلوكيات التي تلحق الضرر بالبيئة والأفراد وتسمى "سلوكيات الإنقاص" Curtailment Behaviors، أما الثاني فيهدف لتبني التكنولوجيا الأكثر فعالية وتسمى "سلوكيات الفاعلية" Efficiency Behaviors (Tapia – Fonllem et al., 2013). ويظهر من خلال قراءة مختلف التعريفات التي سعت لتناول مفهوم السلوك المستدام، حصر المفهوم بالبعد البيئي الذي يعبر عنه مصطلح "السلوك المؤيد للبيئة" أو "السلوك الأخضر". وفي ذلك تضيق للمفهوم الواسع للسلوك المستدام الذي يشمل الجوانب البيئية والاجتماعية للتعبير عن علاقة الفرد بالبيئة، وبالأخر في سبيل المشاركة في مسار التنمية المستدامة. ومن هنا جاءت تعريفات حديثة كتعريفات كورال فيرديغو Corral- Verdugo وكين ثوماس Ken Thomas، لتسلط الضوء على أن السلوك المستدام يظهر البعد القيمي وحس المسؤولية لدى الفرد من خلال مجموعة من الممارسات التي تهدف لحفظ المصادر البيئية والاجتماعية على الكوكب (Corral – Verdugo et al., 2010; Selvamohan, 2019).

لذلك اعتمدت هذه الدراسة في تعريفها الإجرائي للسلوك المستدام على التعريف الذي يشمل أربعة أبعاد تعبر باجتماعها مع بعضها البعض عن هذا المفهوم. وهي تضم السلوكيات المؤيدة للبيئة، وتعبر عن مجموع الأفعال التي يقوم بها الفرد لحماية المصادر الطبيعية والنظام الحيوي، كإعادة التدوير وحفظ المياه والطاقة. كذلك يتمثل البعد الثاني في سلوكيات الترشيذ، والذي يعبر عن الحد من الاستهلاك ومن السلوكيات التي تؤثر سلباً على توفر وتجدد الموارد الطبيعية، وذلك من خلال ترشيذ الاستهلاك اليومي وإعادة الاستعمال. أما عن البعد الثالث، فهو يضم سلوكيات الإيثار والتي تسعى إلى الحفاظ على رفاه الآخرين وتقليص الاهتمام بالمنافع الشخصية، كمساعدة المحتاجين ودعم الأعمال والمشاريع الخيرية. وفيما يخص البعد الرابع المتمثل بالسلوكيات المنصفة، فهم يهدف لتحقيق العدالة والإنصاف بين الأجيال الحالية، وبينها وبين الأجيال اللاحقة كحفظ البيئة الطبيعية وتمتين الاحترام بين الأفراد (Tapia – Fonllem et al., 2013).

ويمكن للسلوك المستدام أن يسهم في التخفيف من انبعاثات غاز الاحتباس الحراري، وأن يحمس المصادر الطبيعية والنظام البيئي، بالإضافة إلى خلق مجتمعات أكثر صموداً لتستطيع التكيف مع آثار التغيرات المناخية في المستقبل (Morelli, 2002; Bollen & Van Humbeeck, 2007; Pertsova, 2011). كما يمكن للسلوك المستدام أن يوفر منافع اقتصادية من خلال التخفيف من تكاليف الطاقة وتوفير وظائف في مجال الطاقة الخضراء المتنامية (Atz et al., 2021). وانطلاقاً

من الحاجة الملحة لتناول موضوع التغير المناخي كما ورد في اتفاق باريس (2013)، تظهر أهمية مشاركة الأفراد والمنظمات والحكومات بالقيام بالسلوكيات المستدامة (Fischhoff, 2007; United Nations, 2013).

انطلاقاً من أبعاد السلوك المستدام ومنافعه، ومن خلال متابعة تطوره في المجال النفسي على مدى السنوات، يظهر أنه لم ينحصر في تناول البعدين البيئي والاجتماعي في حياة الأفراد، بل إنه يشدد كذلك على أهمية ضمان الحياة الطيبة لهم (كفاي وآخرون، 2010: ص 22). ومن هنا، يبرز الترابط بين السلوكيات والحالة الوجدانية للأفراد، إذ أن القيام بالسلوكيات المستدامة قد يحفز الحالات الوجدانية الإيجابية لدى الفرد، والتي تؤثر بنفسها على قيام الأفراد بالمزيد من السلوكيات المستدامة (Bissing- Olson, 2015). كما نجد في المقابل أن السلوك المستدام قد يولد المشاعر السلبية، ويعكس حالة وجدانية تتميز بعدم الارتياح أو الخجل وغيرها من المشاعر السلبية، التي قد تنتج عن عدم القدرة على القيام بالمجهود اللازم في مجال الاستدامة. كما قد ينتج ذلك عن الشعور بالضغط أو التعب بفعل القيام باتباع أنماط جديدة للتعامل مع البيئة ومع الآخرين (Liu et al., 2022).

2) الوجدان الموجب والوجدان السالب

يواجه الأفراد عدداً من التجارب والمواقف الحياتية بصورة يومية تؤدي إلى تشكل حالات عاطفية لديهم، تعبر عن مشاعرهم المرتبطة بها. ويمكن لهذه الحالات أن تقع في الجانب الإيجابي أو الجانب السلبي، إذ يشعر الفرد بالفرح مقابل الحزن، وبالسعادة مقابل الكآبة. وتشكل هذه الحالات الوجدانية، سواء كانت إيجابية أو سلبية، عنصراً أساسياً من العناصر التي تضيفي المعنى للحياة. ويعبر مصطلحي "الوجدان الموجب" و "الوجدان السالب" عن الحالات الوجدانية الإيجابية مقابل تلك السلبية، وقد أطلق عليهما وصف "الاثنين الكبار" (عبد الخالق، 2018). ولعل من أبرز التعريفات التي تناولت مفهوم الوجدان الموجب والوجدان السالب كان لواطسون وآخرون (Watson et al., 1988) الذين وضعوا قائمة الوجدان الإيجابي والسلبي **Positive and Negative Affect Schedule**. فقد أوردوا أن الوجدان الموجب تعبر عنه مشاعر الحماس، والنشاط والتيقظ، في مقابل الوجدان السالب الذي تعبر عنه مشاعر الضيق، وعدم الارتياح، والخوف والعصبية وغيرها.

ويظهر من خلال نظرية التوسيع والبناء Broaden and Build Theory لفريدريكسون (Fredrickson & Levenson, 1988)، والتي غالباً ما يتم الرجوع إليها في بعض الجوانب النظرية لعلم النفس الإيجابي، أن الانفعالات الإيجابية تسهم في توسيع المصادر الموجودة لدى الأفراد، في حين أن الانفعالات السلبية تضيق تركيزهم نحو التحضير للقيام بالأفعال اللحظية (Fredrickson, 2013). وبالتوافق مع هذه النظرية، يذكر جانس بيكين وآخرون (Jans- Beken et al., 2019)، أن الانفعالات الإيجابية حافظت على مكانتها في التجارب البشرية بفضل تأثيرها المتسع الذي يسمح في بناء موارد ذاتية دائمة؛ الأمر الذي يخدم النجاة على المدى الطويل بصورة غير مباشرة. وينعكس الوجدان الموجب بصورة إيجابية على العديد من مجالات حياة الفرد من خلال النهوض بقدراته التكيفية. فنجد أن ارتفاع الوجدان الموجب يعزز فعالية الجسد بمختلف وظائفه وأجهزته، ويقويه على مواجهة الأمراض والفيروسات عبر رفع مناعته. كذلك يسهم الوجدان الموجب في ارتفاع القدرة على

التعامل مع مختلف المواقف والتحديات في الحياة اليومية، وفي زيادة الشعور بالهناء الذاتي والسعادة (الدّواش والحديبي، 2020). أما بالنسبة للوجدان السالب، فيترك آثاره السلبية في تدرّج نوعية حياة الأفراد على المستوى الصحي والمعرفي والاجتماعي. كما أنّه يمهد الطريق للاكتئاب والقلق وسواهما من الحالات المزاجية المؤلمة (عبد الخالق، 2018). كما يظهر ارتباط الوجدان الموجب والسالب بالعديد من المتغيرات التي تعكس نوعية حياة الفرد إذ يرتبط الوجدان الموجب بالنشاط الاجتماعي، والرضا، وتكرّر الأحداث والمواقف الممتعة. أما الوجدان السالب فقد ارتبط بالضغوط، والشكاوى الصحية، ووتيرة الأحداث المزعجة (Saheer et al., 2017).

ومن أجل فهم تجارب الأفراد الانفعالية والعاطفية، لا بدّ من فهم العلاقة التي تجمع الوجدان الموجب بالوجدان السالب. وفي هذا المجال يتمّ تناول درجة الارتباط بين الاثنيين، ودرجة تحقّق الاثنيين مع بعضهما البعض. وقد يفترض البعض كزيليونسكي ولارسن (Zelenski and Larsen, 2000)؛ بأنّ تحقّق الارتباط بين الوجدان الموجب والوجدان السالب يعني تحقّق الحالتين الانفعاليتين مع بعضهما البعض. إلّا أنّه لا يمكن أن نستوحي اختبار الفرد لحالتين انفعاليتين مع بعضهما البعض من خلال علاقتهما الارتباطية. ممّا يفرضي إلى ندرة تحقّق التّزامن بين تحقّق الوجدان الموجب والوجدان السالب وارتباطهما ببعضهما البعض (Zelenski & Larsen, 2000).

سادساً: الدراسات السابقة

يعرض القسم التالي مجموعة من الدراسات التي تناولت السلوك المستدام والوجدان الموجب والسالب، وقد جاءت الدراسات العربية خجولة جداً، - في حدود ما تمّ التوصل إليه من دراسات عربية-، في مقابل الدراسات الأجنبية.

- 1) دراسة "كورال - فيريديغو، وميراى - أكوستا، وتابيا- فونليم، وفرايجو سينج" -Corral-Verdugo, Mireles- Acosta, Tapia-Fonllem, & Fraijo-Sing (2011) بعنوان: "السعادة كعامل مرتبط بالسلوك المستدام: دراسة الأفعال المؤيدة للبيئة، والمنصفة، وأفعال الترشيد، وأفعال الإيثار التي تعزّز طيب الحياة" هدفت الدراسة إلى التّحقّق من العلاقة بين أبعاد السلوك المستدام الأربعة من جهة، وعلاقتها بطيب الحياة من جهة أخرى. وقد ضمت عيّنة الدراسة (606 طالباً) في مرحلة الإجازة الجامعية في جامعة في المكسيك. واعتمدت الدراسة على مقاييس مستقلة؛ لقياس كلّ بعد من أبعاد السلوك المستدام، بالإضافة إلى أربعة عبارات مستقاة من مقياس السعادة لياوبوميرسكي وليبير Lyobomirsky & Lepper Happiness Scale (1999). وقد توصلت الدراسة إلى تكوين عامل متكامل، يجمع بين الأبعاد الأربعة، ليعبّر عن السلوك المستدام. وتبيّن أنّه يحقّز بصورة دالّة عامل السعادة بحسب نتائج الدراسة.

- 2) دراسة "سواريز - فاريللا، جوارديولا، و جونزاليز - جوميز" -Suárez-Varela, Guardiola & González- Gómez (2014) بعنوان: "هل تسهم السلوكيات المؤيدة للبيئة والتوعية في تحسين طيب الحياة؟"

- عمدت الدراسة إلى تحري تأثير التوعية، والسلوكيات البيئية؛ على مستوى طيب الحياة. وتألفت عينة الدراسة من (1472 فردًا) من سكان بلدة غرناطة في جنوب إسبانيا. وقد تم اعتماد استبيان يحتوي على مجموعة من الأسئلة لقياس مختلف متغيرات الدراسة. وقد توصلت الدراسة إلى أن هناك أثرًا إيجابيًا دالًا، أو لا أثر دال، على التوعية أو السلوكيات البيئية، على مستوى طيب الحياة؛ مع غياب أي أثر سلبي.
- (3) دراسة "بيسينج- أولسون" Bissing- Olson (2015) بعنوان: "الوجدان والسلوك المؤيد للبيئة في الحياة اليومية" هدفت الدراسة بصورة عامة؛ إلى اختبار الارتباطات بين التجارب الوجدانية اليومية، والسلوك المؤيد للبيئة. وذلك من خلال التساؤل حول كيفية ارتباط التجارب الوجدانية اليومية بالسلوك المؤيد للبيئة، وإمكانية ارتباط مختلف التجارب الوجدانية اليومية بمختلف السلوكيات المؤيدة للبيئة، وإمكانية تفاعل التجارب الوجدانية اليومية مع خصائص أكثر ثباتًا لدى الفرد، كالاتجاهات المؤيدة للبيئة، والمجال المدرك أو المعايير الاجتماعية في علاقتها مع السلوك المؤيد للبيئة. وقد ضمت عينة الدراسة 94 من الطلاب الجامعيين الأستراليين، الذين تتراوح أعمارهم بين السابعة عشر والخمسين سنة. وقد اعتمدت الدراسة على استبيان يضم مجموعة من المقاييس لمختلف متغيرات الدراسة، ومنها مقياس قصير مؤلف من أربع فقرات لقياس المعايير الاجتماعية المؤيدة للبيئة، وقد تم اعتماده من تيري وهوج (Terry & Hogg, 1996)، ومقياس الاتجاه المؤيد للبيئة New Ecological Paradigm Scale، ومقياس الوجدان اليومي من إعداد لارسن ودينير (Larsen & Diener, 1992)، بالإضافة إلى مقياس السلوك اليومي المؤيد للبيئة؛ الذي انقسم إلى السلوك اليومي الأولي، والسلوك اليومي الاستباقي. وقد توصلت الدراسة إلى أن مختلف أنواع التجارب الوجدانية اليومية؛ ترتبط بمختلف أنواع السلوك المؤيد للبيئة، وأن التجارب الوجدانية اليومية تتفاعل مع الخصائص الأكثر ثباتًا، كالاتجاه المؤيد للبيئة والمعايير الاجتماعية في علاقتها مع السلوك المؤيد للبيئة.
- (4) دراسة "كولهو، وبيرييرا، وكروز، وسيموس، وباراتا" Coelho, Pereira, Cruz, Simões, & Barata (2017) بعنوان: "الوجدان واعتماد السلوك المؤيد للبيئة: نموذج هيكلي" سعت الدراسة إلى التركيز على الوجدان الإيجابي كعامل محدد للسلوك المؤيد للبيئة. وقد ضمت الدراسة عينة مؤلفة من (925 فردًا) من سكان بلدة في البرتغال. واعتمدت الدراسة على مقاييس عدة هي: مقياس الوجدان الإيجابي والسلبي PANAS، ومقياس للاهتمام البيئي، ومقياس فعالية المستهلك المدركة، ومقياس السلوك المؤيد للبيئة. هذه المقاييس تضم عبارات معتمدة في دراسات سابقة متنوعة. وتوصلت الدراسة إلى أن تأثير الوجدان الإيجابي على السلوك المؤيد للبيئة؛ يتعدل بشكل جزئي بالاهتمام البيئي وفعالية المستهلك المدركة. أما بالنسبة للوجدان السلبي، فقد أظهرت النتائج تأثيرًا مباشرًا فقط على مستوى السلوك المؤيد للبيئة، بالإضافة إلى ظهور فروق بين الذكور والإناث.
- (5) دراسة "فينيهوفن، وبولديرجيك، وستيج" Venhoeven, Bolderdijk, & Steg (2020) بعنوان: "لماذا نحول لما هو صديق للبيئة يترك شعورًا جيدًا؟"

هذه الدراسة هدفت إلى إظهار أن العلاقة بين الأفعال المستدامة والوجدان الإيجابي لا تعتمد على المقبولية الاجتماعية، بل هي خيار أخلاقي يساهم في خلق المشاعر الإيجابية. وقد ضمت عينة الدراسة (76 طالباً) في السنة الأولى لاختصاص علم النفس. كما اعتمدت الدراسة على مقياس للقيم، بالإضافة إلى اختبار إلكتروني لتوزيع الكلمات الظاهرة على الحاسوب بين كونها عادية أو مستدامة، وكذلك بالنسبة لمسألة الوجدان بين الإيجابي والسلبي. وتوصلت الدراسة إلى ارتباط الأفعال المستدامة بالوجدان الإيجابي، وأن الدافعية لأداء هذه السلوكيات مصدرها داخلي، لا سيما مع التحكم بالمقبولية الاجتماعية خلال تجربة هذه الدراسة.

(6) دراسة " لانج وديوييتي " Lange & Dewitte (2020) بعنوان: "الوجدان الإيجابي والسلوك المؤيد للبيئة: تجربة مسابقة التسجيل"

هدفت الدراسة إلى التحقق من تأثير عملية تقوم على خلق الحالة الوجدانية على مقياس مختبري مستحدث وصادق، يقيس السلوك المؤيد للبيئة. وتألفت عينة الدراسة من (178 فرداً) من الذين سجلوا بشكل مسبق للمشاركة في التجربة. واعتمدت التجربة على مشاهدة مقاطع مصورة تثير الوجدان الإيجابي، أو المشاعر المحايدة لدى المشاركين، قبل إتمامهم لأربع وعشرين محاولة على مستوى مهمة السلوك المؤيد للبيئة. ولم تظهر نتائج الدراسة أي إثبات يدعم وجود تأثير إيجابي للوجدان الإيجابي على مستوى السلوك المرتبط بمهمة السلوك المؤيد للبيئة.

(7) دراسة "دويل، وكونت، وبوش" Doell, Conte, & Brosch (2021) بعنوان: "الفروق بين الأفراد في وجدان السمات الإيجابي المرتبط بالبيئة، تؤثر في السلوك المستدام في الحياة اليومية"

هدفت الدراسة إلى التحقق من تأثير الوجدان الإيجابي على السلوك المؤيد للبيئة، والوجدان الذي يختبره الأفراد في الحياة الواقعية. ضمت العينة (181 فرداً) شاركوا في تجربة الدراسة، حيث قُيِّمت حالتهم الوجدانية، ودرجة مشاركتهم في سلوكيات مؤيدة للبيئة. واعتمدت الدراسة على مقياس الوجدان الإيجابي الوارد في مقياس سمة الوجدان البيئي Environmental Trait Affect Questionnaire، ومقياس توجهات القيم Shwartz & Steg Value Scale، ومقياس المقبولية الاجتماعية.

وتوصلت الدراسة إلى أن تعريض الأفراد لتجربة الانفعالات الإيجابية في ظروف بيئية، تنتجاً بالأفعال المؤيدة للبيئة، وبالمغريات الملزمة لها، على مستوى الحالات الوجدانية.

ومن خلال ما ورد في مجموعة الدراسات السابقة الواردة، يتوضح تحقق علاقة تجمع بين السلوك المستدام أو بُعد السلوكيات المؤيدة للبيئة ومفهوم الوجدان لدى فئات متنوعة من فئات البحث. وكما يظهر، فإن الدراسات السابقة بمعظمها دراسات أجنبية، وبالتالي لا بدّ من متابعة موضوع البحث الحالي من خلال تحري واقع متغيراته وواقع علاقتها مع بعضها البعض عربياً ولبنانياً على وجه الخصوص.

وتتوافق الدراسة الحالية من جهة المشاركين فيها الذين هم من أرباب المنازل اللبنانيين مع غالبية الدراسات السابقة التي اعتمدت على عينات من السكان، ولكنها تختلف عن دراسة كورال فيرديغو وآخرون Corral- Verdugo et al. (2011)،

ودراسة بيسينج أولسون (Bissing- Olson 2015)، ودراسة فينوفين وآخرون. Venhoeven et al. (2020) التي اعتمدت على عينات من الطّالّاب الجامعيّين. وتتوّعت الأدوات المستخدمة في الدّراسات السّابقة واختلفت عن أدوات الدّراسة الحاليّة لا سيّما بالنّسبة لمقياس السّلوّك المستدام الذي أعدّته الباحثة. أمّا قائمة الوجدان الموجب والسّالب PANAS فقد تمّ اعتمادها في دراسة كولهو وآخرون. Coelho et al. (2017) فقط. وفيما يخصّ المتغيّرات التي تمّ تناولها، فقد لاحظت الباحثة أن أغلب الدّراسات تتناول مفهوم السّلوّك المؤيّد للبيئة مقابل القليل منها الذي يتناول مفهوم السّلوّك المستدام ويفرّق بين المفهومين، إذ إنّ السّلوّك المؤيّد للبيئة يعدّ واحدًا من أبعاد السّلوّك المستدام. وفي المقابل نجد أنّ غالبية الدّراسات السّابقة الواردة تتناول مفهوم الوجدان الموجب والوجدان السّالب بشكل متنوّع.

سابعًا: فروض الدّراسة

وفي ضوء الدّراسات السّابقة التي تمّ عرضها، يمكن صياغة فرضيّات الدّراسة على الشّكل التّالي:

- (1) توجد علاقة دالة إحصائيًا بين السّلوّك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السّالب لدى عيّنة من أرباب المنازل اللبنانيين.
- (2) توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في السّلوّك المستدام ترجع لعامل النوع لصالح الإناث.
- (3) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوجدان الموجب ترجع لعامل النوع لصالح الذكور.
- (4) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوجدان السّالب ترجع لعامل النوع لصالح الإناث.

ثامناً: حدود الدّراسة

تتحدّد هذه الدّراسة بحدود بشريّة وزمنيّة ومكانيّة وهي على الشّكل التّالي:

- (1) الحدود البشريّة: تشمل الدّراسة عيّنة من أرباب المنازل اللبنانيين الموزّعين على مختلف المحافظات اللبنانيّة، وقد بلغ عدد أفرادها 507 من الذّكور والإناث.
- (2) الحدود المكانية: تمثّلت هذه الحدود ببيوت أرباب المنازل اللبنانيين من محافظات بيروت، وعكار، وبعبك - الهرمل، والبقاع، وجبل لبنان، والشّمال، والنّبطيّة، والجنوب
- (3) الحدود الزّمنيّة: تمّ تطبيق هذا البحث في شهر حزيران 2024.

تاسعاً: منهج الدراسة وإجراءاتها

(1) منهج الدراسة: تعتمد الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وهو المنهج الأكثر ملاءمة لاتباعه في الدراسة الحالية من أجل الوصول لإجابات عن تساؤلات الدراسة. حيث تهدف الدراسة للبحث في علاقة السلوك المستدام بالوجدان الموجب والسالب.

(2) عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (507) من أرباب المنازل اللبنانيين الذين تم اختيارهم بصورة عشوائية. وبلغ عدد الإناث (338) مشاركة، وتراوح أعمارهم بين 20 سنة و 59 سنة (م = 32.2، ن = 9.95). أما عدد الذكور فقد بلغ (169) مشاركاً، وقد تراوحت أعمارهم بين 20 سنة و 60 سنة (م = 33.2، ن = 8.88). وقد تم تطبيق مقياس الدراسة من خلال إرسال المقياس على هيئة google form عبر مجموعات على تطبيق الواتساب، وعبر صفحات ومنصات إلكترونية.

(3) أدوات الدراسة

أ- مقياس السلوك المستدام من إعداد أبوعلوي (2024)

تم تطبيق المقياس والتحقق من خصائصه السيكومترية من خلال المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية من أرباب المنازل اللبنانيين. ويتألف مقياس السلوك المستدام من أربعة مقاييس فرعية، هي مقياس السلوك المؤيد للبيئة، والسلوكيات المنصفة، وسلوكيات الإيثار، وسلوكيات الترشيد. يضم المقياس 43 عبارة موزعة على الأبعاد الأربعة للسلوك المستدام، إذ يبلغ عدد عبارات بعد السلوك المؤيد للبيئة 13 عبارة، في حين تضم الأبعاد الثلاثة الأخرى عشر عبارات في كل منها. ويقوم المفحوص بتقييم مدى انطباق محتوى كل عبارة عليه، من خلال اختيار درجة على مقياس خماسي كما يلي: لا تنطبق أبداً (1)، لا تنطبق (2)، محايد/ غير متأكد (3)، تنطبق (4)، تنطبق جداً (5). ويحصل المفحوص على درجة كلية للسلوك المستدام، بالإضافة إلى أربع درجات لكل من الأبعاد الأربعة الفرعية. وتتراوح درجة المفحوص على السلوك المستدام بين (43 و 215)، وعلى السلوك المؤيد للبيئة بين (13 و 65)، وعلى كل من السلوكيات المنصفة وسلوكيات الإيثار وسلوكيات الترشيد بين (10 و 50).

ب- قائمة الوجدان الموجب والسالب من إعداد واطسون وآخرون ونقلها عبد الخالق إلى العربية (عبد الخالق، 1995) قام عبد الخالق بترجمة هذه القائمة إلى اللغة العربية الفصحى الحديثة، وقام بتقنينها في البيئة العربية إذ تميزت بخصائصها السيكومترية المرتفعة (عبد الخالق، 1995). وتتألف من 20 عبارة، يختار المفحوص خياراً ضمن مقياس خماسي، ليحدد درجة انطباق كل عبارة من العبارات العشرين عليه. وتكون الخيارات كما يلي مع درجاتها: غير صحيح بالمرّة (صفر)، صحيح نادراً (1)، صحيح أحياناً (2)، صحيح في أحياناً كثيرة (3)، صحيح في أغلب الأحوال (4). ويحصل المفحوص على درجة خاصة بالوجدان الموجب ودرجة للوجدان السالب، وتتراوح الدرجة على كل مقياس بين صفر و 40 درجة.

عاشراً: نتائج الدراسة ومناقشتها

ستعرض الباحثة النتائج التي توصلت إليها من خلال هذه الدراسة في ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة والظروف المرتبطة ببيئة الأفراد المشاركين في الدراسة من أرباب المنازل اللبنانيين.

عرض نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

تنص الفرضية الأولى من فرضيات الدراسة على التالي: "توجد علاقة دالة إحصائية بين السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السالب لدى عينة من أرباب المنازل اللبنانيين".

وللتأكد من صحة هذه الفرضية؛ تم احتساب معاملات ارتباط بيرسون من الدرجات الخام مباشرة لكافة متغيرات الدراسة، وهي تتوضح من خلال الجدول التالي:

الجدول (2): العلاقة بين السلوك المستدام والوجدان الموجب والوجدان السالب

الوجدان السالب		الوجدان الموجب		المتغيرات
معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	
0.295	0.047	0.000	0.265*	السلوك المستدام
** الدلالة عند مستوى 0.01				

يتبين من خلال الجدول (2) ما يلي:

- توجد علاقة إيجابية بين مستوى السلوك المستدام ومستوى الوجدان الموجب، فقد بلغ مستوى الدلالة 0.000 وهي أصغر من 0.01، كما بلغت قيمة معامل الارتباط (0.265)، وهذه القيمة تؤثر إلى وجود علاقة إحصائية إيجابية بين مستوى السلوك المستدام ومستوى الوجدان الموجب على مستوى 0.01، أي أنه كلما ارتفع مستوى السلوك المستدام عند أرباب المنازل اللبنانيين يرتفع مستوى الوجدان الموجب لديهم.
- عدم وجود علاقة بين مستوى السلوك المستدام ومستوى الوجدان السالب، فقد بلغ مستوى الدلالة 0.295 وهي أكبر من 0.05، وهذه القيمة تؤثر إلى عدم وجود علاقة إحصائية بين مستوى السلوك المستدام ومستوى الوجدان السالب على مستوى 0.05، وبالتالي نستنتج أنه لا يوجد علاقة إحصائية بين مستوى السلوك المستدام ومستوى الوجدان السالب عند أرباب المنازل اللبنانيين.

وبعدَ تحقّق الارتباط بين السلوك المستدام مع الوجدان الموجب، من النتائج التي تعبّر عن التقاطع بين علم نفس الاستدامة وعلم النفس الإيجابي. ذلك أنّ تحقّق نمط الحياة المستدام يترافق مع اختبار الفرد للمشاعر والحالات الوجدانية الإيجابية. وهو ما يتوافق مع نتائج دراسة شاتيليان وآخرون (Chatelian et al., 2018)، ودراسة فينيهوفن وآخرون (Venhoeven et al., 2020). فمن الملاحظ أنّ القيام بالسلوكيات الصديقة للبيئة، والسلوكيات التي تهدف إلى الحفاظ على الموارد الطبيعية والبشرية على حدٍ سواء، يعزّز الشعور باللذة والهناؤ الذاتي. فضلاً عن أنّ السلوك المستدام يحمل في جوهره ما يجعله سلوكاً إيجابياً، إذ أنّه يهدف لحفظ الحياة والمساهمة في حفظ الكوكب وبقائه (Corral- Verdugo, 2012). ومن الممكن تتبّع تفسير هذه العلاقة من خلال الموروثات الفكرية القديمة، فنجد أنّ أرسطو قد قال بأنّ الشعور الإيجابي يرتبط بالتعبير عن الفضائل، أو بالقيام بالأمر الصحيح للأسباب الصحيحة (Venhoeven et al., 2020). وهو الأمر الذي ينطبق على البعد المعنوي والأخلاقي الذي يركز عليه السلوك المستدام.

أمّا عن غياب العلاقة بين السلوك المستدام والوجدان السالب فمن المرجّح أن يعود الأمر لتأثيرات ثقافية واجتماعية ترتبط بالأفراد المشاركين في الدراسة. فالقيم الثقافية قد تلعب دوراً في عدم وجود ارتباط بين السلوك المستدام والوجدان السلبي؛ فالأفراد في المجتمعات التي تعزز القيم البيئية قد يشعرون بالمسؤولية تجاه البيئة، لكنهم لا يشعرون بمشاعر سلبية عندما لا يتمكنون من الالتزام بهذه السلوكيات، مما يُضعف العلاقة بين الوجدان السلبي والسلوك المستدام (Steg & Vlek, 2009). كما يمكن أن تكون العلاقة بين السلوك المستدام والمشاعر السلبية غائبة لأن الأفراد الذين يشاركون في السلوك المستدام يفعلون ذلك بدافع القيم والأخلاقيات الشخصية أكثر من الاستجابة العاطفية الفورية. فهم يقومون بالسلوك المستدام كجزء من نظامهم القيمي، وليس بالضرورة لتجنب مشاعر سلبية (Schwartz, 1977).

ومن خلال ما تقدّم في هذه الدراسة، يمكن القول بأنّ تعزيز أسس التنمية المستدامة، في المجتمع اللبناني قد يترافق مع تعاظم في الحالات العاطفية الإيجابية لدى المواطن اللبناني. ذلك أنّ نتائج هذه الدراسة توضح بأنّ أبواب المنازل من الذكور والإناث أظهرها أنّ تحقّق الوجدان الموجب لديهم يرتبط بممارستهم للسلوك المستدام بمختلف أبعاده ومظاهره، سواء كانت تعنى بالبيئة الطبيعية أو الاجتماعية.

عرض نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

تتمثّل الفرضية الثانية من فرضيات الدراسة بـ: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة (السلوك المستدام، والوجدان الموجب، والوجدان السالب) ترجع لعامل النوع (ذكور وإناث)".

الجدول (3): الفروق بين متوسطات متغيرات الدراسة على ضوء عامل النوع (ذكور وإناث)

المتغير	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
---------	-------	-----------------	-------------------	----------	---------------

السلوك	ذكور	156.65	18.904	غير دالة	1.191
المستدام	إناث	158.61	16.630		
الوجدان	ذكور	23.85	6.618	0.01	2.730
الموجب	إناث	22.04	7.189		
الوجدان	ذكور	13.43	7.410	0.01	-2.471
السالب	إناث	15.23	7.799		

يظهر الجدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في متوسطات درجات السلوك المستدام، في مقابل وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات الوجدان الموجب والوجدان السالب، ومن خلال مقارنة قيمة مستوى الدلالة -sig (2-tailed) مع مستوى الموثوقية α نجد التالي:

- (1) بالنسبة للسلوك المستدام، بلغت قيمة "ت" 1.191 وهي غير دالة إحصائية، ما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات السلوك المستدام تبعاً لمتغير النوع.
 - (2) بالنسبة للوجدان الموجب، بلغت قيمة "ت" 2.730 وهي دالة عند مستوى 0.01، ما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجات الوجدان الموجب لصالح الذكور. حيث بلغ متوسط درجات الوجدان الموجب عند الذكور (23.85) مقابل متوسط درجات الوجدان الموجب عند الإناث الذي بلغ (22.04).
 - (3) بالنسبة للوجدان السالب، بلغت قيمة "ت" -2.471 وهي دالة عند مستوى 0.01 ما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجات الوجدان السالب لصالح الإناث. إذ بلغ متوسط درجات الوجدان السالب عند الإناث (15.23) في مقابل متوسط درجات الوجدان السالب عند الذكور الذي بلغ (13.43).
- ومن خلال ما تقدم، يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الوجدان الموجب والوجدان السالب فقط تبعاً لعامل النوع. وقد كانت لصالح الذكور بالنسبة لمتغير الوجدان الموجب إذ بلغت قيمة "ت" (2.730)، ولصالح الإناث بالنسبة لمتغير الوجدان السالب إذ كانت قيمة "ت" (-2.471). وتتوافق نتيجة الوجدان الموجب مع عدد من الدراسات (Asıcı et al., 2020; Özbaş et al., 2019; Toplan, 2011). ومن الممكن تفسير هذا الاختلاف في ضوء الفروق الفيزيولوجية والاجتماعية والنفسية بين الذكور والإناث. حيث يبرز عدد من العوامل التي تفسر تفوق الذكور على الإناث في الوجدان الموجب وهي تشمل الدور الاجتماعي، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ونمط التفكير العقلاني. حيث نجد أن الذكور يظهرون مستويات أعلى من الوجدان الموجب بسبب الأدوار الاجتماعية المتوقعة منهم، والتي تشجعهم على إظهار القوة والاعتداد بالنفس، مما يعزز من احترامهم للذات ويسهم في تعزيز مشاعرهم الإيجابية (Deutch & Pinello, 2010). كذلك فإن لدى الذكور استراتيجيات مختلفة للتعامل مع الضغوط النفسية، مثل الانخراط في أنشطة خارجية (كالرياضة)، والتي تزيد من مستوى الوجدان الموجب مقارنة

بالإناث اللواتي قد يملن إلى استراتيجيات أخرى مثل التفكير الداخلي أو التفاعل العاطفي (Hardy & Barrett, 2013). كما يميل الذكور إلى المشاركة في الأنشطة الترفيهية التي تركز على تحقيق الإنجازات (كالرياضات التنافسية)، مما يساعدهم على رفع مستويات الرضا الشخصي والإيجابية النفسي (Shields & Farrell, 2019). كما أنهم يميلون إلى نمط التفكير العقلاني، مما يقلل من مستوى الضغوط النفسية ويزيد من الشعور الإيجابي مقارنةً بالإناث اللواتي قد يميلن إلى التفكير العاطفي (Warren & Jones, 2017).

أمّا بالنسبة لمتغير الوجدان السالب، فتتوافق نتيجته مع نتائج دراسة كوستا وآخرون، ودراسة فوجيتا وآخرون، واثومسين وآخرون (Costa et al., 1987; Fujita et al., 1991; Thomsen et al., 2005). كما أنّها تتوافق مع نتيجة دراستين من دراسات عبد الخالق، التي توصلت إلى أنّ الإناث حصلن على متوسط أعلى جوهرياً من الذكور في مقياس الوجدان السالب. وتعود هذه النتيجة إلى ارتفاع مستوى المخاوف والقلق والعصبية لدى الإناث مقابل الذكور (عبد الخالق، 2018، 2019). كذلك لا بدّ من الإشارة إلى أنّ عامل الوراثة بالإضافة إلى طبيعة حياة ودور المرأة في المجتمع اللبناني قد تلعب دوراً كبيراً في اختبارها للوجدان السالب أكثر من الرجل. حيث أنّ دراسة ليوينسون وآخرون توضح أنّ الفروق في الاضطرابات النفسية بين الذكور والإناث والتي ترتبط باختبار الوجدان السالب تعود إلى عوامل وراثية تحضر أكثر لدى الإناث من الذكور (Lewinsohn et al., 1998). كما أنّ هناك عدّة جوانب ترتبط بالدور الذي تحدده البيئة للإناث، تلعب دوراً في ارتفاع اختبارهن للوجدان السالب. وتضمّ الدور الجنسي، وضغوط الدور الجنسي، والعلاقات الاجتماعية، والفروق في تعرضهن للمصاعب والمحن الحياتية المختلفة (Shear et al., 2000). وتؤيد الباحثة أهمية العوامل الوراثية في فهم هذه النتائج، إلّا أنّ الباحثة وجدت أنّ ثقل العوامل البيئية التي ينطلق منها تحديد دور النساء والرجال في المجتمع العربي. وانطلاقاً ممّا سبق، يمكن القول بأنّ الفرضية الثانية قد تحققت بصورة جزئية، إذ أنّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الوجدان الموجب والوجدان السالب ترجع لعامل النوع.

حادي عشر: التوصيات والمقترحات

يمكن التوصل إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات التي يمكن أخذها بعين الاعتبار للبناء على نتائج الدراسة الحالية والإضافة إليها من خلال النقاط التالية:

- تعزيز البرامج التوعوية التي تُظهر أثر السلوك المستدام على الصحة النفسية والوجدان الإيجابي، وذلك عبر وسائل الإعلام المحلية ومنصات التواصل الاجتماعي.
- دمج مفاهيم الاستدامة البيئية والوجدانية في المبادرات المجتمعية والأنشطة العائلية، لتشجيع أرباب المنازل على تبني ممارسات مستدامة في الحياة اليومية.

- دعوة البلديات والجمعيات الأهلية إلى تطوير مشاريع تعزز الممارسات المستدامة داخل الأحياء السكنية، مثل إعادة التدوير، وتقليل النفايات، واستخدام الطاقة النظيفة.
- دراسة أثر الأوضاع الاقتصادية والمعيشية على مدى قدرة الأسر اللبنانية على تبني سلوكيات مستدامة.
- اقتراح تصميم برامج تدخلية أو إرشادية تركز على تعزيز الوجدان الموجب كوسيلة لتحفيز السلوك المستدام داخل البيئات المنزلية.
- استخدام مناهج نوعية (مثل المقابلات أو المجموعات البؤرية) لفهم أعمق للدوافع النفسية والمعوقات التي تؤثر على سلوكيات الاستدامة لدى أرباب المنازل.

خاتمة

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين السلوك المستدام والوجدان الموجب والسالب لدى أرباب المنازل اللبنانيين، في ظل التحديات البيئية والاجتماعية والاقتصادية المتزايدة. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين تبني الأفراد لسلوكيات مستدامة من جهة، والوجدان الموجب الذي يختبرونه من جهة أخرى، مع عدم ارتباطه بالوجدان السالب. وتعكس هذه النتائج أهمية تعزيز الوعي البيئي داخل الأسر اللبنانية ليس فقط لأهداف بيئية أو اقتصادية، بل أيضاً لما لهذا السلوك من أثر إيجابي على الصحة النفسية والرفاه الذاتي. ومن هنا، تنبثق أهمية تطوير برامج ومبادرات مجتمعية تدمج البعد البيئي بالبعد النفسي، وتسعى إلى تحفيز الأفراد على اتخاذ ممارسات مسؤولة بيئياً باعتبارها رافداً للتوازن الانفعالي والوجدان الإيجابي.

وفي ضوء ما سبق، تشكل هذه الدراسة خطوة أولى نحو فهم أعمق للتشابه القائم بين العوامل النفسية والسلوكية في الحياة المنزلية، وتفتح المجال أمام دراسات مستقبلية تبحث في آليات تعزيز الاستدامة ضمن النسيج الاجتماعي اللبناني، بما يساهم في بناء مجتمع أكثر توازناً وصحة واستدامة.

إنّ دراسة العلاقة بين السلوك المستدام والوجدان الموجب والسالب تمثل واحدة من الخطوات المهمة لتسليط الضوء على التلاقي بين علم نفس الاستدامة وعلم النفس الإيجابي. وتشكل نتائج هذه الدراسة دافعاً للقيام بالمزيد من البحوث الهادفة لتحري مدى ارتباط السلوكيات المستدامة المتنوعة بما فيها من سلوكيات صديقة للبيئة بالحالات الوجدانية الإيجابية والسلبية لديهم. ويعدّ هذا الأمر من الضرورات التي تمهد الطريق لإنتاج تطبيقات عملية في مجالات السياسات العامة والتوعية البيئية من أجل التعامل مع تبعات مختلف التحديات البيئية التي يشهدها لبنان بما في ذلك التلوث وإدارة النفايات وأزمات الطاقة.

- الدّواش، فؤاد والحديبي، مصطفى. (2020). الوجدان الإيجابي والسّلبى والحاجة الشّخصيّة للتّنظيم كمنبئات بالتّوجّه الصّحّي لدى عيّنة من طّلاب الجامعة والدراسات العليا. *المجلّة التربويّة*، 77، 2494- 2557. DOI: 10.12816/EDUSOHAG
- عبد الخالق، أ. (1995). تطوير مقياس الوجدان الإيجابي والسّلبى: دراسة تحليلية نفسية. *مجلة علم النفس*، 9(1)، 31-48.
- عبد الخالق، أحمد (2018). الوجدان الإيجابي والسّلبى وعلاقته بالشّخصية. *مجلة علم النفس*، 31(117)، 67- 82.
- عبد الخالق، أحمد (2019). العلاقة بين الوجدانين الإيجابي والسّلبى والحياة الطّيبة. *مجلة العلوم التربويّة*، 14، 63- 82.
- كفافي، علاء الدين، النّيال، مايسة، وسالم، سهير (2010). علم النّفس الإيجابي. الاسكندرية: الفتح للطباعة والنشر
- Asıcı, E., Arslan, Ü., & Uygur, S. S. (2020). Positive and negative affect in university students: The predictive roles of rumination, mindfulness and demographic variables. *New Waves (Rockville, Md.)*, 23(2), 1-21.
- Atz, U., Van Holt, T., Douglas, E., & Whelan, T. (2019). The return on sustainability investment (ROSI): Monetizing financial benefits of sustainability actions in companies. *Review of Business*, 39(2), 1-31.
- Bissing-Olson, M. (2015). Affect and Pro-environmental Behavior in Everyday Life (Unpublished PhD Thesis). The university of Queensland Australia, Australia
- Bollen, A., & Van Humbeeck, P. (2002). *Klimaatverandering en klimaatbeleid*. Academia Press.
- Bonnes, M. & Bonaiuto, M. (2002). Environmental psychology: from spatial-physical environment to sustainable development. In *Handbook of Environmental Psychology*; Bechtel, R., Churchman A., Eds.; Wiley: New York, NY, USA; pp. 28–54.
- Chatelain, G., Hille, S. L., Sander, D., Patel, M., Hahnel, U. J. J., & Brosch, T. (2018). Feel good, stay green: Positive affect promotes pro-environmental behaviors and mitigates compensatory “mental bookkeeping” effects. *Journal of Environmental Psychology*, 56, 3-11. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.02.002>
- Coelho, F., Pereira, M. C., Cruz, L., Simões, P., & Barata, E. (2017). Affect and the adoption of pro-environmental behavior: A structural model. *Journal of Environmental Psychology*, 54, 127-138.
- Corral-Verdugo, V., Garcia-Cadena, C. H., & Frias-Armenta, M. (2010). *Psychological approaches to sustainability: Current trends in theory, research and applications*. Nova Science Publishers, Incorporated.
- Corral Verdugo, V. (2012). Positive psychology of sustainability. *Environment, Development and Sustainability*, 14(5), 651-666. <https://doi.org/10.1007/s10668-012-9346-8>

- Corral-Verdugo, V., Mireles-Acosta, J. F., Tapia-Fonllem, C., & Fraijo-Sing, B. (2011). Happiness as correlate of sustainable behavior: A study of pro-ecological, frugal, equitable and altruistic actions that promote subjective wellbeing. *Human Ecology Review*, 18(2), 95-104.
- Costa, J., P T, Zonderman, A. B., McCrae, R. R., Cornoni-Huntley, J., Locke, B. Z., & Barbano, H. E. (1987). Longitudinal analyses of psychological well-being in a national sample: Stability of mean levels. *Journal of Gerontology (Kirkwood)*, 42(1), 50-55.
<https://doi.org/10.1093/geronj/42.1.50>
- Dagher, G. K., Itani, O., & Kassar, A. N. (2015). The impact of environment concern and attitude on green purchasing behavior: Gender as the moderator. *Contemporary Management Research*, 11(2), 179-205. <https://doi.org/10.7903/cmr.13625>
- Deutch, P., & Pinello, S. (2010). Social roles and gendered expressions of positive affect. *International Review of Social Psychology*, 7(4), 309-317.
- Fischhoff, B. (2007). Non- persuasive communication about matters of greatest urgency: Climate change.
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 1 – 53. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407236-7.00001-2>
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & Emotion*, 12, 191–220.
<https://doi.org/10.1080/026999398379718>
- Fujita, F., Diener, E., & Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3), 427-434. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.3.427>
- Hardy, C., & Barrett, L. (2013). Gender differences in emotional regulation and their effects on positive affect. *Journal of Psychology and Gender Studies*, 12(3), 215-228.
- Hurst, M., Dittmar, H., Bond, R., & Kasser, T. (2013). Sustainable consumption and well-being: Does awareness and caring about environmental issues lead to lower consumption? *Ecological Economics*, 84, 234-242. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2012.09.015>
- Jans-Beken, L. (2019). The dialectic dynamics between trait gratitude, subjective well-being, and psychopathology across 30 weeks. *Counselling Psychology Quarterly*, 32(3-4), 502–515.
<https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1638228>
- Kasser, T. (2017). Living both well and sustainably: a review of the literature, with some reflections on future research, interventions and policy. *Philosophical Transactions of the Royal Society A: Mathematical, Physical and Engineering Sciences*, 375(2095), 20160369.
- Kostadinova, E. (2016). Sustainable Consumer Behavior: Literature Overview. *Economic Alternatives*, 2, 224-234
- Lewinsohn, P. M., Gotlib, I. H., Lewinsohn, M., Seeley, J. R., & Allen, N. B. (1998). Gender differences in anxiety disorders and anxiety symptoms in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 109-117

- Liu, S., Cheng, P., & Wu, Y. (2022). The negative influence of environmentally sustainable behavior on tourists. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 51, 165-175. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2022.03.010>
- Manaster, S. (2019). Gender Differences in Pro-Environmental Behaviors and Carbon Footprint Feedback Response. Ohio state university, The United States of America
- Morelli, J. N. (2011). Environmental Sustainability: A Definition for Environmental Professionals. *Journal of Environmental Sustainability*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.14448/jes.01.000>
- Özbaş, S., Çerkez, Y., & Bağlama, S. (2019). a study of high school students' positive and negative affect in terms of gender differences. *International Online Journal of Education & Teaching*, 6(2), 318-325.
- Panno, A., Carrus, G., Maricchiolo, F., & Mannetti, L. (2018). Climate change anxiety and sustainable behavior: An analysis of the role of negative emotional responses. *Journal of Environmental Psychology*, 59, 31-39. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.08.001>
- Pertsova, C. C. (2007). Ecological Economics Research Trends. Nova Publishers. Peterson, R. E. (1992). Understanding audience segmentation: From elite and mass to omnivore and univore. *Poetics*, 21(4), 243–258. [https://doi.org/10.1016/0304-422x\(92\)90008-q](https://doi.org/10.1016/0304-422x(92)90008-q)
- Pfister, H., & Böhm, G. (2008). The multiplicity of emotions: A framework of emotional functions in decision making. *Judgment and Decision Making*, 3, 5–17
- Saheer, A., Mariette, T., & Abdul Majid, S. (2017). Positive and Negative Affect on Quality of Life: A Review. *International healthcare research journal*, 1(5), 7-9.
- Schmitt, M. T., Aknin, L. B., Axsen, J., & Shwom, R. L. (2018). Unpacking the relationships between pro-environmental behavior, life satisfaction, and perceived ecological threat. *Ecological Economics*, 143, 130-140.
- Schwartz, S. H. (1977). Normative Influences on Altruism. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10, 221-279.
- Selvamohan, G. (2019). A Proposal for theoretical framework to promote and sustain sustainable behavior in built environment (Unpublished Master's Thesis). University college Dublin, Ireland.
- Shear, M. K., Feske, U., & Greeno, C. (2000). Gender differences in anxiety disorders: Clinical implications. In E. Frank (Ed.), *Gender and its effects on psychopathology*, pp.151-165. Washington D.C.: American Psychiatric Publishing Inc.
- Shields, R., & Farrell, T. (2019). The role of achievement-oriented activities in gender. differences in positive affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32(2), 87-102
- Steg, L., & Vlek, C. (2009). Encouraging pro-environmental behavior: An integrative review and research agenda. *Journal of Environmental Psychology*, 29(3), 309-317.

- Tapia-Fonllem, C., Corral-Verdugo, V., Fraijo-Sing, B., & Durón-Ramos, M. F. (2013). Assessing sustainable behavior and its correlates: A measure of pro-ecological, frugal, altruistic and equitable actions. *Sustainability*, 5(2), 711–723. <https://doi.org/10.3390/su5020711>.
- Taufik, D., Bolderdijk, J. W., & Steg, L. (2016). Going green? The relative importance of feelings over calculation in driving environmental intent in The Netherlands and the United States. *Energy Research & Social Science*, 22, 52–62
- Thomsen, D., Mehlsen, N., Viidik, A., Sommerlund, B., & Zachariae, R. (2005). Age and gender differences in negative affect -Is there a role for emotion regulation? *Personality and Individual Differences*, 38(8), 1935- 1946. doi.org/10.1016/j.paid.2004.12.001
- Tien, Y., & Huang, J. (2023). Gender differences in pro-environmental behavioral intentions, environmental values, tolerance of environmental protection cost, and confidence in citizen participation in environmental policies during the COVID-19 pandemic in Taiwan. *Polish Journal of Environmental Studies*, 32(5), 4813-4823. <https://doi.org/10.15244/pjoes/168851>
- Toplan, M. (2011). *The relationship between university students' coping styles with stress and positive and negative emotion*. [Doctoral dissertation, Selçuk University]. Selçuk Üniversitesi Dijital Arşiv Sistemi <http://hdl.handle.net/123456789/2779>
- United Nations. (2013). *Paris agreement*. United Nations <https://www.un.org/sustainabledevelopment/climateaction/#:~:text=The%20historic%20Paris%20Agreement%20provides,further%20to%201.5%20degrees%20Celsius>.
- United Nations. (2020). *The Sustainable Development Goals Report 2020*. United Nations. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/The-Sustainable-Development-Goals-Report-2020>
- Van der Linden, S. (2018). Warm glow is associated with low- but not high-cost sustainable behavior. *Nature Sustainability*, 1, 28–30
- Venhoeven, L. A., Bolderdijk, J. W., & Steg, L. (2020). Why going green feels good. *Journal of Environmental Psychology*, 71, 101492. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101492>
- Vicente-Molina, M. A., Fernández-Sainz, A., & Izagirre-Olaizola, J. (2018). Does gender make a difference in pro-environmental behavior? The case of the Basque country university students. *Journal of Cleaner Production*, 176, 89- 98. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2017.12.079>
- Warren, H., & Jones, A. (2017). Cognitive styles and their impact on emotional well-being: A gender-based analysis. *Psychology Today*, 45(6), 55-68.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988): Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063 – 1070.
- Xiao, C., & Hong, D. (2018). Gender differences in environmental behaviors among the Chinese public: Model of mediation and moderation. *Environment and Behavior*, 50(9), 975-996. <https://doi.org/10.1177/0013916517723126>

Zelezny, L. C., Chua, P.-P., & Aldrich, C. (2000). Elaborating on gender differences in environmentalism. *Journal of Social Issues*, 56(3), 443–457. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00177>