التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من الشباب الجامعي في بعض دول مجلس التعاون الخليجي (الكويت، قطر، البحرين)

أ. د. راشد علي السهل
قسم علم النفس التربوي - كلية التربية
جامعة الكويت

د. يوسف محمد العبدالله
جامعة قطر

ملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مدى وجود فروق جوهرية بين الشباب الجامعي في كل من الكويت والبحرين وقطر في التفاؤل والتشاؤم. كما تحاول الدراسة الكشف عن مدى وجود اختلافات جوهرية بين الذكور والإناث على مستوى هذه الدول. وتم اختيار عينة الدراسة من طلبة وطالبات الجامعة الذين يدرسون في جامعات الكويت وقطر والبحرين، حيث تتكون عينة الدراسة من ٦٧٥ طالباً وطالبة، منهم ٢٥٦ من الكويت (٦٠ ذكراً و١٩٦ أنثى)، ٢٢٧ من قطر (٨٣ ذكراً و١٤٤ أنثى) و ١٩٢ من البحرين (٦٧ ذكراً و ١٢٥ أنثى). تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الدول الثلاثة فيما يتعلق بدرجة التفاؤل. أما ما يتعلق بدرجة التشاؤم، فقد تبين وجود اختلافات جوهرية، وهي تعود إلى وجود فروق ذات دلالة بين طلبة الكويت وقطر من جهة وطلبة البحرين من جهة أخرى، حيث تبين بأن طلبة البحرين أكثر تشاؤما من طلبة الكويت وطلبة قطر. وفيما يتعلق بالفروق بين الطلبة الذكور والإناث من حيث التفاؤل والتشاؤم، فقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق جوهرية بينهما لصالح الذكور، أي أن الطلبة الذكور لديهم درجة من التفاؤل تختلف جوهرياً تفوق الإناث. وكذلك الأمر بالنسبة للتشاؤم فقد تبين بأن الذكور لديهم درجة من التشاؤم تختلف جوهرياً تفوق الإناث.

مقدمة

الشباب هم عنصر القوة في أي دولة، فهم عماد الأمة ورعايتهم جسميا وعقليا ونفسيا واجتماعيا وثقافيا من الأمور الهامة التي تبذل الدول فيها كل طاقاتها في سبيل تحقيقها لشبابها، لأنها تعرف بأن استثمار الشباب أغلى

استثمار، فعائده على الأمة عظيم. من هنا نعتقد بأن العناية بالشباب يستلزم التعرف عليهم عن كثب، وذلك من خلال دراسة شخصياتهم وحاجاتهم وأفكارهم ومشاعرهم وما يؤثر بها لتحديد السبيل الأمثل للتعامل معهم وتطوير ما لديهم من قدرات وإمكانيات ومهارات لكي تعود بالنفع عليهم وعلى أسرهم ومجتمعاتهم.

وفي منطقة الخليج العربي كما هو الحال في معظم دول العالم، يحاول أصحاب الرأي والقرار العمل على توفير أفضل الظروف للشباب لتنميتهم وتوجيههم نحو استثمار طاقتهم بما يعود عليهم وعلى بلدانهم بالنفع. ونتيجة للتغيرات الاقتصادية والثقافية والعلمية والتكنولوجية المتسارعة والمتلاحقة المؤثرة في حياة المجتمع بشكل عام والشباب بشكل خاص، فإن أمر استثمار طاقات الشباب لا يجب أن يقوم على مبدأ المحاولة والخطأ، وإنما يتطلب الأمر دراسات وأبحاث علمية يقوم بها مختصون في مجال علم النفس والاجتماع والعلوم الإنسانية بشكل عام حتى يستطيع القائمون على رعاية الشباب اتخاذ القرارات المناسبة بشأن تطوير طاقاتهم.

ومن المعروف وجود تأثير كبير لثقافة البلد الذي ينتمي إليه الشباب على بناء شخصياتهم وتحديد سماتهم الشخصية. وفي منطقة الخليج العربي قام العديد من الباحثين بإجراء دراسات عن الشباب (المفدى، ١٩٩٣؛ الصراف، ١٩٩٤؛ الأنصاري، ١٩٩٧؛ فخرو، ٢٠٠٤) حيث اهتم هؤلاء الباحثون بدراسة جوانب مختلفة من شخصيات شباب الخليج العربي. وأجمعت معظم هذه الدراسات على وجود تشابه كبير بين سماتهم الشخصية ومطالبهم الحياتية وحاجاتهم النفسية والاجتماعية والفكرية. وهذا إن دل على شيء إنما يدل على وجود جوانب مشتركة كبيرة بين ثقافات دول مجلس التعاون الخليجي في الجوانب الاجتماعية والسياسية والثقافية والفكرية وغيرها.

ومن السمات الشخصية التي تم بحثها سواء على مستوى دول مجلس

التعاون الخليجي أو على مستوى كل دولة على حدة الحاجات النفسية، الاتجاهات، القيم، القلق، التوافق الشخصي والأسري، التفاؤل والتشاؤم...الخ.

والشباب كما هو الحال عند الكثير من الناس يتأثرون بالظروف النفسية والاجتماعية التي يمرون بها سواء كان ذلك المستوى الشخصي أو الأسري أو المجتمعي، حيث يظهر ذلك على توافقهم النفسي وعلاقاتهم مع الآخرين. ومن الخصائص أو الصفات النفسية التي تتأثر بنشأة الإنسان وظروفه الأسرية والاجتماعية ما يسمى بالتفاؤل والتشاؤم اللذين هما موضوع بحثنا هذا.

هل فكر أحدنا لماذا يتعرض بعض الناس لمشاعر مثل الأسى والضيق والخوف والانقباض عندما يرغبون بالأقدام على بعض المواقف، وفي مقابل ذلك نجد آخرون يشعرون بالسرور والانشراح وراحة النفس عندما يهمون بالأقدام على نفس المواقف. أحد التفسيرات لأسباب هذه المشاعر أنها ترتبط بأفكار معينة أدت إلى ذلك الشعور، فالمشاعر لا تأتي من عدم، وإنما ارتبطت بتفسيرات الناس وتوقعاتهم لما هم مقدمون عليه. فإذا كانت تفسيراتهم إيجابية (تفاؤل) أدى ذلك إلى انشراحهم وشعورهم بالسعادة، في حين إذا كانت تفسيراتهم سلبية (تشاؤم) أدى ذلك إلى انقباضهم وشعورهم بالتعاسة وضيق الصدر.

فالتفاؤل بشكل عام كما يعرفه مجموعة من العلماء والباحثين (Cileli, 1998؛ عبدالخالق، ١٩٩٦؛ الأنصاري، ٢٠٠٣؛ Hardin and Leong, 2005؛ اليحفوفي والأنصاري، ٢٠٠٥؛ الحميري، ٢٠٠٥) هو حالة من الانشراح تنتاب الإنسان عندما يكون مقدما على عمل ما تجعله يتوقع تحقيق الأفضل من النتائج، في حين يعني التشاؤم حدوث انقباض لدى الإنسان لأنه يتوقع الأسوأ من النتائج في العمل الذي هو مقدم عليه.

ونتفق في هذا البحث مع الأنصاري (٢٠٠٣) على اعتبار التفاؤل والتشاؤم سمة trait من سمات الشخصية وليس حالة state، لأن الحالة المزاجية التي يتعرض لها الإنسان في الظروف التي يمر فيها لا ترتبط - كما يظن بعض

الناس - بالمواقف والأحداث التي يتعرضون لها، بقدر ارتباطها بسماتهم الشخصية وتفسيراتهم لهذه الأحداث وهذا يتضح من وجود تباين كبير بين الناس في حالتهم المزاجية عند تعرضهم لنفس المواقف. فمما لا شك فيه أن تفسيرات الناس لهذه الأحداث والمواقف ليست بالضرورة صحيحة، ومع ذلك نجدهم يستجيبون لها ويتفاعلون معها، بل ويتصرفون وفقا لها. ويترتب على هذا الأمر آثار ونتائج كثيرة سواء على مستوى الشخص نفسه أو أسرته. ويؤكد هذا المعنى آرون بك Aaron Beck (1976) حين يشير إلى أن التشاؤم يعني أنك ترى الأشياء لا تسير وفق ما تحب، فالمتشائم تغذيه أفكاره الشاذة التي تسمى dysfunctional beliefs، ويجد المشكلات تحيط به من كل جانب، في حين نجد في الجانب الآخر المتفائل بأنه قادر على حماية ذاته من التوقعات السلبية وأفكاره الإيجابية تدفعه لتوقع إمكانية تحقيق رغباته وأمنياته في مواقف الحياة المختلفة.

ومن وجهة النظر المعرفية نجد الإنسان المتفائل يظهر وكأنه يقوم بحماية ذاته من مشاعر الاكتئاب والحزن الشديد والقلق بسبب الأفكار والتوقعات الإيجابية التي يحملها، وفي المقابل نجد المتشائم يعاني كثيراً من الأفكار والتوقعات السلبية لمجريات الأحداث ومن ثم فهو يتعرض كثيرا لمشاعر الحزن الشديد والاكتئاب والقلق. ويجدر الإشارة هنا بأن أسلوب تفكير الإنسان هو الذي يحدد ما إذا كان هذا الإنسان متفائلاً أم متشائماً. ويؤكد هذا المعنى سليجمان (٢٠٠٢) بقوله: "إن أسلوبك التفسيري للموقف هو العامل الذي يوضح ما إذا كنت متفائلاً أم متشائماً" (ص ٧٦).

وتشير العديد من الدراسات (Abdel-khalek and Lester, 2006؛ الحميري، ٢٠٠٥؛ El-Anzi, 2005؛ الأنصاري، ٢٠٠٣؛ Yates, 2000) إلى أن الكثير من صفات وخصائص الإنسان تتأثر وتتشكل نتيجة لحالة التفاؤل والتشاؤم التي يحملها الإنسان، ومن أبرز هذه الخصائص والصفات التي تتأثر بحالة التفاؤل والتشاؤم عند الإنسان حالة الصحة النفسية، الأداء الوظيفي،

الرضا عن العمل والأسرة، مواجهة الأمراض النفسية والجسمية، وضغوط الحياة المختلفة. ويؤكد (Scheier and Carver, 1992)، بأن الناس المتفائلين تجاه الحياة يكونون أكثر قدرة على إدارة وتخطي الأزمات التي يتعرضون لها مع تعرضهم لمستوى منخفض من التوتر والتأثيرات السلبية على حالتهم البدنية، في حين يكون الناس المتشائمين أكثر تعرضا للعزلة وفقدان الأمل وضعف الثقة في إمكانياتهم وجهودهم في تحقيق أهدافهم وطموحاتهم.

مشكلة الدراسة وأهميتها

تمثل مرحلة الشباب مرحلة الطاقة والنشاط والعطاء تجاه الذات والأسرة والوطن وأن التوجيه السليم للشباب يتطلب فهماً أكثر لسماتهم الشخصية من أجل التعرف على الجوانب السلبية لمعالجتها والجوانب الإيجابية لتعزيزها وتقويتها، وحيث إن المجتمع الخليجي يعتبر بيئة اجتماعية متداخلة فإن كشف وجود تباين في بعض متغيرات الشخصية لدى شباب منطقة الخليج العربي ترتبط بانتماءاتهم لدول خليجية مختلفة يمكن أن يسهم بشكل كبير في التعامل الأمثل مع هؤلاء الشباب وتوجيههم بما يتناسب مع ما يحملونه من أفكار وسمات شخصية، وأن تفهم قيم التفاؤل والتشاؤم التي يحملها هؤلاء الشباب يمكن أن تلعب دوراً بارزاً في توجيههم بطريقة صحيحة. من هنا نعتقد بأن أهمية الدراسة تبرز من خلال التعرف على الفروق بين شباب منطقة الخليج في التفاؤل والتشاؤم حيث يمكن أن يساعد ذلك المسئولين والمهتمين في شئون الشباب في هذه الدول على الاستفادة من تبادل المعلومات والخطط المتعلقة برعاية الشباب بطريقة يمكن من خلالها استثمار طاقاتهم المختلفة بطريقة تعود بالنفع عليهم وعلى مجتمعاتهم، خاصة إذا عرفنا بوجود ارتباط كبيرة بين التفاؤل والتشاؤم من جهة والعديد من الصفات والسمات الشخصية مثل حالتي الانبساط والعصابية، خصائص الصحة النفسية والجسمية وتقدير الذات ومصدر الضبط والاغتراب (الأنصاري، ١٩٩٨؛ عبد الخالق، ١٩٩٩؛ خليفة، ٢٠٠٣).

الدراسات السابقة

(١) في دراسة قام بها موريسون وآخرون (Morrison and Others, 1991) حول أساليب التكيف الأكاديمي ومفهوم الذات والضغوط طبقت على ٢٠٩ من طلبة الجامعة في الولايات المتحدة الأمريكية، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التفاؤل والتشاؤم على إستراتيجيات التكيف الأكاديمي. توصل الباحثون إلى أن الأفراد المتشائمين يظهرون إستراتيجيات متشائمة وهم أكثر توتراً، في حين وجد بأن الأفراد المتفائلين كانوا أكثر تفاؤلاً في إستراتيجياتهم على الرغم من أنها لم تكن فاعلة بدرجة كافية، إلا أنها كانت من أسباب خفض حالة التوتر لديهم.

(٢) قام المفدى (١٩٩٣) بإعداد دراسة تناولت الحاجات النفسية للشباب ودور التربية في تلبيتها. وهدفت الدراسة التعرف على الحاجات النفسية للشباب في دول مجلس التعاون الخليجي، حيث توصلت إلى عدم وجود فروق جوهرية بين شباب دول مجلس التعاون الخليجي في معظم الحاجات التي تناولتها الدراسة. كما تبين من نتائج الدراسة أن الحاجة للطمأنينة الروحية هي الأولى من حيث الأهمية ثم جاءت الحاجة لرضا الوالدين في المرتبة الثانية ثم الحاجة للصداقة ثم الحاجة للأمن وراحة البال.

(٣) كما توصل كوزومي (Koizumi, 1995) في دراسته حول مشاعر التفاؤل والتشاؤم عند الطلبة اليابانيين عندما ينتقلون إلى الدراسة في المرحلة الثانوية، أن فقدان الأمل يرتبط سلبياً بالتفاؤل بينما يرتبط إيجابياً بالتشاؤم، أي أن كلا من التشاؤم والتفاؤل يرتبطان بعلاقة ذات دلالة مع فقدان الأمل hopelessness. كما تبين بأن حالة التفاؤل أو التشاؤم التي يحملها الطلبة عند انتقالهم إلى المرحلة الثانوية تنعكس بشكل مباشر على الدرجات التي يحققونها صعوداً أو نزولاً.

(٤) قام جانج (Chang, 1996) بدراسة حول اختلافات الثقافات في التفاؤل والتشاؤم على عينة تكونت من ١١١ أمريكياً من أصل آسيوي و١١١ أمريكياً من أصل قوقازي، وجميعهم طلاب جامعة. وتوصل الباحث إلى أن الطلبة الأمريكان من أصل آسيوي أكثر تفاؤلاً من الطلبة الأمريكان من أصل قوقازي. كما وجد أيضاً بأن الطلبة الأمريكان من أصل آسيوي يلجأون إلى الأساليب الانسحابية أكثر من الطلبة الأمريكان من أصل قوقازي كأسلوب إستراتيجي للتكيف مع ظروف الحياة اليومية.

(٥) وفي دراسة سيليلي (Cileli, 1998) حول التوجهات الحياتية والقيم للطلبة الجامعيين الأتراك التي هدف منها بحث اختلافات التوجيهات القيمية للتفاؤل والتشاؤم وأثرها على السمات الشخصية، وبحث القيمة البنائية للتفاؤل والتشاؤم، توصل الباحث إلى وجود اختلافات جوهرية بين التفاؤل والتشاؤم من حيث تأثيرها على القيم المستهدفة terminal values وهي قيمتي الحرية والنجاة، كما توصل الباحث إلى وجود اختلافات جوهرية بين التفاؤل والتشاؤم تأثيراً على القيم الوسيلية instrumental values هي قيم الإخلاص والشجاعة والخيال والطاعة.

(٦) قام الخضر (١٩٩٩) بدراسة تحمل عنوان التفاؤل والتشاؤم والأداء الوظيفي. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة ما إذا كان هناك ارتباط جوهري بين التفاؤل - التشاؤم من جهة والأداء الوظيفي من جهة أخرى. وتوصل الباحث إلى أن المتفائلين بشكل عام أكثر من المتشائمين دراية بالعمل وأكثر جودة وإنتاجاً وانضباطاً في العمل ونضجاً في الرأي وقدرة على التوجيه والإشراف، وهم بوجه عام أفضل أداءً في العمل. أما فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين، فقد توصلت الدراسة إلى أنه لا يوجد فرق جوهري بين متوسط الذكور ومتوسط الإناث في كل من التفاؤل والتشاؤم. كما وجدت الدراسة فروقاً جوهرية بين المتزوجين وغير المتزوجين لصالح المتزوجين، أي أن المتزوجين كانوا أكثر تفاؤلاً تجاه الأداء الوظيفي من غير المتزوجين.

(٧) قام ييتس (Yates, 2000) بدراسة تحمل عنوان التفاؤل والتشاؤم لدى الطلاب أثناء التحويل إلى التعليم المختلط. طبقت هذه الدراسة على ١٠٢٨ طالباً وطالبة (٤٦٥ طالباً، ٥٦٣ طالبة) بهدف التعرف على حالة التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة والطالبات عند الانتقال من تعليم الجنس الواحد (غير المختلط) إلى التعليم ذي الجنسين (مختلط). وقد توصلت الدراسة إلى أن الأولاد أكثر تشاؤما من البنات، خاصة في السنة الدراسية الأخيرة قبيل الانتقال للتعليم المختلط، كما توصلت الدراسة إلى أن المرحلة الدراسية التي يمر بها الطالب لها تأثير كبير على حالة التفاؤل والتشاؤم عند الطلاب والطالبات على السواء.

(٨) التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى. قام بهذه الدراسة إسماعيل (٢٠٠١). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مقدار واتجاه العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وكل من الشعور بالوحدة النفسية وقلق الموت ووجهة الضبط والوضع الاجتماعي الاقتصادي، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق العمرية والجنسية في التفاؤل والتشاؤم. وتوصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين التفاؤل وكل من الشعور بالوحدة وقلق الموت ومصدر الضبط (الخارجي)، في حين توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التشاؤم وكل من الشعور بالوحدة وقلق الموت ومصدر الضبط (الخارجي). كما توصل الباحث إلى عدم وجود فروق دالة بين الوضع الاجتماعي الاقتصادي ومتغير العمر من جهة والتفاؤل والتشاؤم من جهة أخرى، في حين وجد فروق دالة إحصائيا لتأثير متغير الجنس حيث كان متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث في متوسط التفاؤل بينما لم يوجد هذا الفرق بينهما في متوسط التشاؤم.

(٩) قام الأنصاري (٢٠٠٣) بدراسة تحمل عنوان "التفاؤل والتشاؤم، قياسهما وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت. بجانب ما هدفت إليه الدراسة فيما يتعلق بإعداد مقياس للتفاؤل والتشاؤم،

غطت أهداف الدراسة فحص الارتباطات بين التفاؤل والتشاؤم وبعض متغيرات الشخصية مثل الخزي والذنب والطيبة ويقظة الضمير بجانب دراسة الفروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم. وتوصل الباحث إلى وجود ارتباطات موجبة للتفاؤل مع كل من التفاؤل غير الواقعي والانبساط والكذب في حين توصل إلى وجود ارتباطات جوهرية سالبة مع التشاؤم والقلق والوسواس القهري والذنب والخزي واليأس والاكتئاب والعصابية. وارتبط التشاؤم بارتباطات جوهرية موجبة مع كل من القلق واليأس والذنب والاكتئاب والخزي والوسواس القهري والعصابية. كما توصلت الدراسة إلى أن الذكور أكثر تفاؤلا من الإناث في حين أن الإناث أكثر تشاؤماً من الذكور.

(١٠) قام خليفة (٢٠٠٣) بدراسة تحمل عنوان "علاقة الاغتراب بكل من الإبداع والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلاب الجامعة". هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الاغتراب وكل من الإبداع والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طالبات جامعة الكويت. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط للاغتراب بالتفاؤل سلبياً وبالتشاؤم إيجابياً، في حين لم توضح الدراسة مدى العلاقة بين الإبداع والتفاؤل والتشاؤم.

(١١) قامت فخرو (٢٠٠٤) بدراسة تحمل عنوان الشباب: المستقبل والأمل. طبقت هذه الدراسة على ٢٠٠ طالب وطالبة من شباب مملكة البحرين، وتناولت جوانب عديدة من شخصيات الشباب. وتوصلت الباحثة إلى أن ٩٣٪ من الشباب في مملكة البحرين لديهم طموحات ذاتية إيجابية كبيرة، ولكن في المقابل تبين وجود ٤٩,٥٪ من الشباب يحملون اتجاها سلبيا نحو الشعور الذاتي تجاه الحياة والواقع المعاش. وبحسب تفسير الباحثة، فإن هذه النتيجة ترتبط بوجود مخاوف كبيرة لدى الشباب البحريني ترتبط بالمستقبل والبطالة في ظل الأوضاع الاقتصادية التي يمر بها المجتمع البحريني.

(١٢) وفي دراسة قام بها كلا من هاردن وليونغ (Hardin and Leong, 2005) تبين أن كلا من الأمريكيين من أصل أسيوي والأمريكيين من أصل أوربي يتماثلان من حيث مستوى التشاؤم، حيث تبين أن المجموعتين أظهرا وجود علاقة كبيرة بين رفض الذات وحالة التشاؤم التي يعانون منها، على الرغم من أن التشاؤم كان أقوى في الظهور لدى الأمريكيين من أصل أوربي عنه لدى الأمريكيين من أصل أسيوي. كما تبين من نتائج الدراسة بأن التشاؤم كان وسيطا لدى المجموعتين لظهور أعراض الاكتئاب والقلق الاجتماعي، في حين كان التفاؤل وسيطا لظهور مستوى أعلى لتقدير الذات لدى الأمريكان من أصل أسيوي عنه لدى الأمريكان من أصل أوربي.

(١٣) قام العنزي (El-Anzi, 2005) بدراسة تحمل عنوان التحصيل الدراسي وعلاقته بالقلق و احترام الذات و التفاؤل والتشاؤم للطلبة الكويتيين. وقد توصلت هذه الدراسة إلى مجموعة من النتائج كما يلي (أ) وجود علاقة إيجابية بين السن والإنجاز والتفاؤل، وعلاقة سلبية بين السن والتشاؤم (ب) وجود علاقة إيجابية بين التحصيل الدراسي والتفاؤل، ووجود علاقة سلبية بين التحصيل الدراسي والتشاؤم والقلق (ج) علاقة إيجابية بين التفاؤل واحترام الذات، ووجود علاقة سلبية بين التفاؤل والتشاؤم والقلق (د) علاقة إيجابية بين التشاؤم والقلق، وعلاقة سلبية بين التشاؤم واحترام الذات (هـ) وجود علاقة سلبية بين القلق واحترام الذات.

(١٤) قام الحميري (٢٠٠٥) بدراسة تحمل عنوان التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة ذمار. وهدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار التفاؤل والتشاؤم بمستوياتها المختلفة لدى طلاب وطالبات جامعة ذمار، كما هدفت إلى التعرف على طبيعة الفروق بين الطلاب والطالبات في التفاؤل والتشاؤم بمستوياتها المختلفة. وتوصلت الدراسة إلى وجود ما يقارب ثلثي أفراد العينة يتسمون بالتفاؤل والتشاؤم المعتدل ٦٥٪، كذلك توصلت الدراسة إلى وجود ١٨٪ من أفراد العينة يتسمون بالتشاؤم المتطرف بينما

١٧٪ يتسمون بالتفاؤل المتطرف. كما تبين من نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي الذكور والإناث في التفاؤل والتشاؤم.

(١٥) اشترك اليحفوفي والأنصاري (٢٠٠٥) بدراسة تحمل عنوان التفاؤل والتشاؤم: دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللبنانيين والكويتيين في التفاؤل والتشاؤم فضلاً عن التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في التفاؤل والتشاؤم بين أفراد الجنسين. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق جوهرية بين اللبنانيين والكويتيين حيث ظهر الكويتيون أكثر تفاؤلًا وتشاؤماً من اللبنانيين، كما تبين أن الذكور أكثر تشاؤماً من الإناث قي حين لم تظهر فروق جوهرية في التفاؤل.

(١٦) قام عبدالخالق وليستر (Abdel-khalek and Lester, 2006) بدراسة تحمل عنوان التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الكليات الكويتيين والأمريكيين. هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى الاختلافات بين الطلاب الكويتيين والأمريكيين فيما يتعلق بالتفاؤل والتشاؤم. وقد توصلت الدراسة إلى أن الطلبة الأمريكان أكثر تفاؤلاً من الطلبة الكويتيين، في حين كان الطلبة الكويتيون أكثر تشاؤماً من الطلبة الأمريكيون. كما تبين وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث بالنسبة للعينة الكويتية ولم توجد هذه الفروق بالنسبة للعينة الأمريكية.

(١٧) قام موبلي (Mobley, 2006) بدراسة تحمل عنوان الكمالية، التشاؤم، التفاؤل وأساليب التوافق عند طلبة الجامعة. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير أبعاد الكمالية على التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب التوافق عند طلبة الجامعة. وتوصلت الدراسة إلى وجود اختلافات جوهرية بين الأولاد والبنات، كما توصلت الدراسة إلى وجود آثار إيجابية وسلبية لأبعاد الكمالية على التفاؤل والتشاؤم، حيث تبين وجود علاقة جوهرية بين التشاؤم وحالتي الكبت والنكوص كأساليب توافقية يلجأ

إليها الطلبة المتشائمون، في المقابل تبين وجود علاقة جوهرية بين التفاؤل وأسلوب التوافق التأملي.

(١٨) قام McLeod وزملاؤه (٢٠٠٧) بتطبيق برنامج تجريبي يتناول توجيه أفكار الطلبة الجامعيين نحو التفكير الإبداعي من خلال تنمية التفاؤل الدراسي لديهم. وتبين من الدراسة بأن نسبة كبيرة من الطلبة عبروا عن وجود دافعية أكبر لديهم تجاه الدراسة، وتحقيق نجاح أعلى من السابق و قدرة كبيرة على التحكم في التوتر.

ملخص الدراسات السابقة

من الواضح من الدراسات السابقة بأن كلا من التفاؤل والتشاؤم يرتبطان بعدد من المتغيرات الشخصية ويؤثران بالكثير من السلوكيات التي تصدر من طلاب وطالبات الكليات والجامعات، فقد أثبتت العديد من الدراسات والبحوث أعلاه وجود ارتباط للتفاؤل بالتوافق النفسي والاغتراب والإبداع والشجاعة واحترام الذات والرضا عن الحياة والسعادة، في المقابل ارتبط التشاؤم بمشاعر القلق والموت وفقدان الأمل وضعف الإنتاج ومصدر الضبط الخارجي. كما أشارت الدراسات السابقة إلى وجود تأثيرات جوهرية للبيئة الثقافية التي ينحدر منها الإنسان على التفاؤل والتشاؤم، وتبين وجود فروق جوهرية في التفاؤل والتشاؤم بين الطلاب الذين ينحدرون من بيئات ثقافية مختلفة حيث انعكس ذلك واضحاً على أساليب توافقهم النفسي ومستوى تقدير الذات لديهم وغيرها. أما ما يتعلق بالفروق بين الجنسين في موضوع التفاؤل والتشاؤم يبدو أن الدراسات حتى الآن لم تحسم هذا الأمر بشكل نهائي، فقد توصلت بعض الدراسات إلى أن الذكور أكثر تفاؤلاً من الإناث، في حين توصلت دراسات أخرى إلى أن الإناث أكثر تفاؤلاً من الذكور، بينما توصلت بعض الدراسات إلى أن الذكور أكثر تفاؤلاً وتشاؤماً من الإناث، في حين هناك دراسات توصلت إلى عدم وجود فروق جوهرية بين الإناث والذكور في التفاؤل والتشاؤم، مما يعني بأن هذا الأمر يحتاج إلى المزيد من الدراسات لبحثه.

هدف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مدى وجود فروق جوهرية بين الشباب الجامعي في كل من الكويت والبحرين وقطر في التفاؤل والتشاؤم. كما تحاول الدراسة الكشف عن مدى وجود اختلافات جوهرية بين الذكور والإناث على مستوى هذه الدول.

فروض الدراسة

١ - لا توجد فروق جوهرية بين طلبة الجامعة في كل من الكويت وقطر والبحرين في التفاؤل؟

٢ - لا توجد فروق جوهرية بين طلبة الجامعة في كل من الكويت وقطر والبحرين في التشاؤم؟

٣ - لا توجد فروق جوهرية بين الطلبة الذكور والإناث على مستوى الدول الثلاث في التفاؤل؟

٤ - لا توجد فروق جوهرية بين الطلبة الذكور والإناث على مستوى الدول الثلاث في التشاؤم؟

منهج الدراسة

اعتمد الباحثان المنهج الوصفي لهذه الدراسة كونه الأنسب لتطبيق استبيان التفاؤل والتشاؤم لمعرفة الفروق بين طلبة الجامعات في كل من الكويت والبحرين وقطر حول مشكلة الدراسة المتمثلة في معرفة الفروق بين الطلبة في التفاؤل والتشاؤم.

عينة الدراسة

تم اختيار عينة الدراسة من طلبة وطالبات الجامعة الذين يدرسون في جامعات الكويت وقطر والبحرين. وتم تطبيق الاستبيان على عينة عشوائية من الطلبة والطالبات في جامعات الدول الثلاث، حيث تم اختيار عشوائي لبعض

الفصول الدراسية في هذه الجامعات والاتفاق مع أساتذة الجامعات بالسماح للطلبة والطالبات الذين يرغبون بالمشاركة في هذه الدراسة من كل شعبة دراسية بالجلوس في أماكنهم حتى نهاية المحاضرة للإجابة على أسئلة الاستبيان. وحرص الباحثان على مشاركة أكبر تشكيلة من الطلبة والطالبات من جميع التخصصات. وبصورة عامة كانت المحصلة النهائية لشكل عينة الدراسة كما يلي:

جدول رقم (١)

يبين عدد أفراد العينة ونسبهم بحسب الجنس في كل دولة

الدولة / الجنس	البحرين		الكويت		قطر		العدد	النسبة
	العدد	٪	العدد	٪	العدد	٪		
ذكر	٦٧	٣٤,٩	٦٠	٢٣,٤	٨٣	٨٣	٢١٠	٣١,١
أنثى	١٢٥	٦٥,١	١٩٦	٧٦,٦	١٤٤	١٤٤	٤٦٥	٦٨,٩
المجموع	١٩٢	٢٨,٤	٢٥٦	٣٧,٩	٢٢٧	٣٣,٦	٦٧٥	١٠٠

مصطلحا الدراسة

التفاؤل والتشاؤم: تعرض العديد من الباحثين لمصطلحي التفاؤل Optimism والتشاؤم Pessimism وكلها تدور حول النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة بالنسبة للتفاؤل والنظرة السلبية والإدبار عن الحياة بالنسبة للتشاؤم. فمن هذه التعاريف:

١ - عرف الأنصاري (٢٠٠٣) التفاؤل بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد غير ذلك؛ (ص ١٧).

٢ - يرى Seligman سليجمان (٢٠٠٢) بأن الحياة تصيب المتفائل والمتشائم بنفس المآسي وتضع أمامهما نفس العقبات، إلا أن المتفائل يواجه هذه الأمور بشكل أفضل، فهو ينهض بسرعة من أي هزيمة، وبسبب تفاؤله يستطيع أن يبدأ بقوة من جديد ويتجاوز فشله، ثم يبدأ الكَرة بقوة من

جديد، كما أنه يتمتع بصحة أفضل. في حين يستسلم المتشائم ويسقط بالإحباط عند أول أزمة تواجهه وتنتابه دائما أفكار تدور كلها حول فقدان الأمل ومشاعر الاكتئاب، كما يعتقد بأن الأحداث السيئة سوف تدوم طويلاً.

٣ - ويرى عبدالخالق (١٩٩٦) بأن "التفاؤل هو نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك. في حين يرى المتشائم بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة، تجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل والخيبة، ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد" (ص٦).

وفي هذه الدراسة نعتقد بأن التفاؤل والتشاؤم عمليتان عقليتان نفسيتان، الأولى تقوم على توقع الخير بينما تقوم الثانية على توقع الشر، الأولى تدفع الإنسان نحو توقع الخير والاستبشار بالمستقبل، وبالتالي يمتلك المتفائل دافعية قوية تجاه تحقيق أهداف سارة في المستقبل القريب. بينما في حالة المتشائم يشعر الإنسان بالانكسار وتحيط به مشاعر فقدان الأمل واليأس وأنه لن يحقق أهدافه، بل إن الأحداث القادمة تحمل معها الكثير من الألم والحزن والأمور البغيضة.

أداة الدراسة

استخدم الباحثان في هذه الدراسة القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبدالخالق (١٩٩٦)، وهي أداة صممت لتقدير سمتي التفاؤل والتشاؤم كل على حدة لدى الراشدين، تشتمل هذه القائمة على مقياسين فرعيين منفصلين؛ أحدهما للتفاؤل (١٥ بنداً) والآخر للتشاؤم (١٥ بنداً)، وتم بناء البنود على شكل عبارات يجاب عليها على أساس مقياس خماسي (انظر الملحقين ١و٢).

ثبات وصدق المقياس: لأجل التأكيد على ثبات الأداة قام مُعدها بتطبيقها على عينة تربو على الألف من طلاب وطالبات جامعة الكويت، ووصل ثبات "كورونباخ" معامل ألفا إلى (٠,٩٣) لمقياس التفاؤل وإلى (٠,٩٤) لمقياس

التشاؤم، وهذه النتيجة تشير إلى اتساق داخلي مرتفع لمقياسي التفاؤل والتشاؤم. أما بالنسبة لصدق المقياس فقد تم إثباته بأربع طرائق. الارتباط بين المقياسين ومقياس التوجه نحو الحياة، الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية على المقياس الواحد، التحليل العاملي لبنود المقياس، الارتباطات المتبادلة بين كل من المقياسين ومقاييس أخرى تقيس أبنية مختلفة وأخرى متشابهة. وكانت معاملات الارتباط بين مقياسي التفاؤل والتشاؤم (-٠,٦٥)، واليأس (-٠,٢٦)، والتفاؤل والاكتئاب (-٠,٥٤)، في حين ارتباط مقياس التشاؤم باليأس (٠,٣٢)، وبالاكتئاب (٠,٧٣). وكل هذه المعاملات دالة إحصائياً. ويشير ذلك إلى الصدق الاتفاقي لمقياسي التفاؤل والتشاؤم.

نتائج الدراسة

للإجابة عن تساؤلات الدراسة وفحص مدى صحة فرضياتها، قام الباحثان بحساب وتحليل التباين.

جدول رقم (٢)

تحليل التباين لمتغير الدولة لحالة التفاؤل بين طلبة الجامعة للدول الثلاث

المصدر	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	الدرجة الفائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٢	,٧٩٧	,٣٩٨	١,٤٩٠	,٢٢٦
داخل المجموعات	٦٧٢	١٧٩,٧٢٥	,٢٦٧		
المجموع	٦٧٤	١٨٠,٥٢١			

جدول رقم (٣)

المتوسط والانحراف المعياري للتفاؤل بين الطلبة في الدول الثلاث

الدولة	العدد	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)
الكويت	٢٥٦	٢,٤١	,٤٨٤
البحرين	١٩٢	٢,٣٤	,٥٣٢
قطر	٢٢٧	٢,٤١	,٥٤٠

تشير نتائج الجدولين رقمي (٢) و(٣) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الدول الثلاث فيما يتعلق بدرجة التفاؤل.

جدول رقم (٤)

تحليل التباين لمتغير الدولة لحالة التشاؤم بين طلبة الجامعات في الدول الثلاث

المصدر	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	الدرجة الفائية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٢	٣,٣١٩	١,٦٥٩	٨,٨٨٣	٠,٠١
داخل المجموعات	٦٧٢	١٢٥,٥٣٧	,١٨٧		
المجموع	٦٧٤	١٢٨,٨٥٦			

جدول رقم (٥)

المتوسط والانحراف المعياري للتشاؤم عند طلبة الجامعات في الدول الثلاث

الدولة	العدد	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)
الكويت	٢٥٦	١,٣٠	٠,٤١٢
البحرين	١٩٢	١,٤٧	٠,٤٧٠
قطر	٢٢٧	١,٣٥	٠,٤٢١

تشير نتائج الجدولين المرقومين (٤) و(٥) إلى وجود فروق ذات دلالة بين الدول الثلاث فيما يتعلق بدرجة التشاؤم، وبتطبيق اختبار شافيه Scheffé تبين لنا بأن هذه الاختلافات تعود إلى وجود فروق ذات دلالة بين طلبة الكويت وطلبة البحرين من جهة، ومن جهة أخرى بين طلبة قطر وطلبة البحرين. ويوضح الجدول رقم (٥) بأن طلبة البحرين أكثر تشاؤماً من طلبة الكويت وطلبة قطر.

جدول رقم (٦)

قيمة (ت) للفروق بين الجنسين فيما يتعلق بحالة التفاؤل بين الطلبة والطالبات في جامعات الدول الثلاث

الجنس	ن	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ذكور	٢١٠	٢,٤٥١	,٥٢٤	٢,٠٧٣	٠,٠٤
إناث	٤٦٥	٢,٣٦٢	,٥١٣		

يتضح من الجدول رقم (٦) أن متوسط درجات الطلبة أعلى من متوسط درجات الطالبات والفرق بينهما دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) وهذا الفرق جوهري، أي أن الطلبة الذكور لديهم نظرة تفاؤلية بدرجة تختلف جوهرياً تفوق الطالبات.

جدول رقم (٧)

قيمة (ت) للفروق بين الجنسين لجميع أفراد العينة في التشاؤم

الجنس	ن	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ذكور	٢١٠	١,٤١٨	٠,٤٣٧	٢,٠١٣	٠,٠٥
إناث	٤٦٥	١,٣٤٥	٠,٤٣٦		

يتضح من الجدول رقم (٧) أن متوسط درجات الذكور أعلى من متوسط درجات الإناث والفرق بينهما دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) وهذا الفرق جوهري. أي ان الذكور لديهم نظرة تشاؤمية بدرجة تختلف جوهرياً تفوق الإناث.

مناقشة النتائج

تحققت الفرضية الأولى التي تنص على عدم وجود فروق جوهرية بين طلبة الجامعة في كل من الكويت والبحرين وقطر في التفاؤل، حيث أشارت النتائج في الجدولين (٢) و (٣) إلى عدم وجود فروق جوهرية في التفاؤل بين طلبة الجامعة في كل من الكويت والبحرين وقطر، وهذه النتيجة لا تتفق مع ما توصلت إليه بعض الدراسات (Chang, 1996) حول تأثير الثقافة على التفاؤل، ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن طلبة الكويت والبحرين وقطر يعيشون في ظروف بيئية ثقافية واجتماعية متقاربة، خاصة مع وجود تغيرات إيجابية متشابهة تتعلق بالنمو الاقتصادي والثقافي والاجتماعي والسياسي على مستوى منطقة الخليج العربي، ويعزز هذه النتيجة ما توصل إليه المفدى (١٩٩٣) إلى عدم وجود فروق جوهرية بين شباب دول مجلس التعاون الخليجي في معظم

حاجاتهم النفسية التي تناولتها دراسته. كما يؤكد سيليلي (Cileli, 1998) في دراسته حول القيم الحياتية لدى طلبة الجامعة في تركيا؛ حيث أشارت نتائج دراسته إلى وجود ارتباط جوهري للتفاؤل عند طلبة الجامعة بمتغيرات مهمة لديهم تمثلت في التوافق النفسي والأمن الأسري والحرية وهي متغيرات متشابهة بين شباب منطقة الخليج العربي (المفدى، ١٩٩٣).

أما الفرضية الثانية فقد تحقق جزء منها؛ حيث أشارت النتائج في الجدولين المرقومين (٤) و(٥) إلى وجود فروق جوهرية بين طلبة البحرين من جهة وطلبة كل من الكويت وقطر من جهة أخرى، ولكنه لم يتبين وجود فروق جوهرية بين طلبة الكويت وطلبة قطر. ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة البحرين يعانون أكثر من غيرهم من المجتمعات الخليجية الأخرى من انخفاض المستوى الاقتصادي مما يشعرهم بالتشاؤم تجاه مستقبلهم المهني وانعكاساته على حياتهم المعيشية، ويؤكد هذا المعنى دراسة فخرو (٢٠٠٤) حيث توصلت إلى وجود ٤٩,٥٪ من الشباب في البحرين يحملون اتجاها سلبيا نحو الشعور الذاتي تجاه الحياة والواقع المعاش. وبحسب تفسير الباحثة، فإن هذه النتيجة لها علاقة كبيرة بوجود مخاوف لدى الشباب البحريني ترتبط بالمستقبل والبطالة في ظل الأوضاع الاقتصادية التي يمر بها المجتمع البحريني. أما النتيجة الأخرى التي توصلت إليها هذه الدراسة من عدم وجود فروق جوهرية بين شباب الكويت وقطر في التشاؤم قد يكون مرده إلى وجود تشابه أكبر في الطفرة الاقتصادية والاجتماعية بين قطر والكويت.

بالنسبة للفرضيتين الثالثة والرابعة حول الفروق في التفاؤل والتشاؤم بين الذكور والإناث تبين عدم صحة هاتين الفرضيتين. وهذه النتيجة تتفق مع العديد من الدراسات (الخضر، ١٩٩٩؛ Yates, 2000؛ إسماعيل، ٢٠٠١؛ الأنصاري، ٢٠٠٢؛ Abdel-khalek and Lester, 2006؛ الحميري، ٢٠٠٥؛ و اليحفوفي والأنصاري، ٢٠٠٥)، وتبين وجود فروق جوهرية في التفاؤل والتشاؤم بين الذكور والإناث لصالح الذكور، فظهر الذكور أكثر تفاؤلاً من الإناث. وهذه

النتيجة تتفق مع بعض الدراسات (إسماعيل، ٢٠٠١؛ الأنصاري، ٢٠٠٢)، كما تبين بأن الذكور كانوا أكثر تشاؤماً من الإناث. وهذه النتيجة تتفق مع بعض الدراسات (Yates, 2000؛ اليحفوفي والأنصاري، ٢٠٠٥)، التي توصلت إلى أن الذكور أكثر تفاؤلا وأكثر تشاؤما. تؤكد هذه النتيجة توجه النظرية التي ترى بأن التفاؤل والتشاؤم سمة أحادية القطب، أي أن التفاؤل ليس مقلوبا للتشاؤم، بمعنى آخر أن التفاؤل والتشاؤم صفتان مستقلتان عن بعضهما البعض (Abdel-khalek and Lester, 2006)، فالفرد الذي يكون متشائما في بعض المواقف يمكن أن يكون متفائلا في مواقف أخرى (اليحفوفي والأنصاري، ٢٠٠٥). وكون الذكور ظهروا أكثر تفاؤلا وأكثر تشاؤما يمكن تفسيره بأنهم أكثر تعرضا لضغوط الحياة وأكثر تحملا للمسئوليات الأسرية، خاصة في مجتمعاتنا العربية.

Optimism and Pessimism felt by University Students in GCC Three States (Kuwait, Qatar, Bahrain)

Prof. Rashid A. Al-Sahl
Kuwait University

Dr. Yusof M. Al-Abdullah
Qatar University

Abstract

The aim of this study was to investigate the level of differences in optimism and pessimism between university students in Kuwait, Qatar, and Bahrain. The study also investigated the level of differences in optimism and pessimism between girls and boys at the universities in these countries. The sample consists of 675 students; 256 from Kuwait (60 boys and 196 girls), 227 from Qatar (83 boys and 144 girls), and 192 from Bahrain (67 boys and 125 girls). The results show that there are no significant differences between students in optimism in all countries. However, the results indicate that there are significant differences between Kuwaiti and Qatari students on one side and Bahraini students on the other. Bahraini students showed much higher pessimism than Kuwaiti and Qatari students. The results also indicate that there are significant differences between male and female students in optimism and pessimism, male students showed much higher optimism and pessimism than girls.

قائمة المراجع

١ - الخضر، عثمان حمود (١٩٩٩). التفاؤل والتشاؤم والأداء الوظيفي. **المجلة العربية للعلوم الإنسانية**، ٦٧، ٢١٤- ٢٤٢.

٢ - إسماعيل، أحمد السيد محمد (٢٠٠١). التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى. **المجلة التربوية**، ١٥ (٦٠)، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي.

٣ - الأنصاري، بدر محمد (١٩٩٧). **قائمة الحالات النفسية (الصورة الكويتية)**. دولة الكويت: مكتبة المنار الإسلامية.

٤ - الأنصاري، بدر محمد (١٩٩٨). **التفاؤل والتشاؤم: المفهوم والقياس والمتعلقات**. جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي: لجنة التأليف والتعريب والنشر.

٥ - الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٢). التفاؤل والتشاؤم قياسهما وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت. **حوليات الآداب والعلوم الاجتماعية**، الرسالة ١٩٢، الحولية الثالثة والعشرون. جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي.

٦ - الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٣). التفاؤل والتشاؤم قياسهما وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت. **حوليات الآداب والعلوم الاجتماعية**، الحولية الثالثة والعشرون، الرسالة ١٩٢، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي.

٧ - الحميري، عبده فرحان محمد (٢٠٠٥). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة ذمار. **مجلة جامعة ذمار للدراسات والبحوث**، العدد الثاني، اليمن.

٨ - خليفة، عبداللطيف محمد (٢٠٠٣). علاقة الاغتراب بكل من الإبداع والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلاب الجامعة. **المجلة العربية للتربية**، ٢٣ (١)، ٣٥-٥٧.

٩ - الصراف، قاسم (١٩٩٤). **شباب الكويت ومشكلاتهم**: دراسة ميدانية. جامعة الكويت، مطبعة جامعة الكويت.

١٠ - عبدالخالق، أحمد (١٩٩٦). **دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم**. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

١١ - عبدالخالق، أحمد (١٩٩٩). التفاؤل والتشاؤم: عرض لدراسات عربية. المؤتمر الدولي الثاني لقسم علم النفس. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت.

١٢ - فخرو، أنيسة أحمد (٢٠٠٤). **الشباب: المستقبل والأمل**: دراسة ميدانية في الاتجاهات النفسية والاجتماعية لدى الشباب نحو ذواتهم ونحو الآخرين. مملكة البحرين، وزارة الأعلام.

١٣ - اليحفوفي، نجوى و الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٥). التفاؤل والتشاؤم: دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين. **مجلة العلوم الاجتماعية**، مجلس النشر العلمي. جامعة الكويت. المجلد ٣٣، العدد٢.

١٤ - المفدى، عمر عبدالرحمن (١٩٩٣). الحاجات النفسية للشباب ودور التربية في تلبيتها. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.

15 - Abdel-khalek, A. and Lester, D. (2006). Optimism and Pessimism in Kuwaiti and American College Students, **International Journal of Social Psychiatry,** 52(2), 111-127.

16 - Beck, A. (1976). **Cognitive Therapy and the Emotional Disorders**. New York: International Universities Press.

17 - Chang, E. C. (1996). Cultural Differences in Optimism, Pessimism, and Coping: Predictors of Subsequent Adjustment in Asian American and Caucasian American College Students. **Journal of Counseling Psychology,** 43(1), 113-23.

18 - Cileli, M. (1998). Life and Value Orientations of Turkish university Students. **Adolescents, 129** (33), 133-137.

19 - El-Anzi, F. O. (2005). Academic Achievement and Its Relationship With

Anxiety, Self-Esteem, Optimism and pessimism in Kuwaiti Students. **Social Behavior and Personality, 33** (1), 95-104.

20 - Hardin, E. E. and Leong, F. T. (2005). Optimism and Pessimism as mediators of the Relations Between Self-discrepancies and Distress Among Asian and European Americans. **Journal of Counselling Psychology, 52** (1), 25-35.

21 - Koizumi, R. (1995). Feelings of Optimism and pessimism in Japanese Students' Transition to Junior High School. **Journal of Early Adolescence, 14** (4), 412-428.

22 - McLeod, M.; McCarthy, R. and McConachie, B. (2007). Unlocking Creativity in Tertiary Students. **Studies in Learning, Evaluation Innovation and Development, 4** (1), 54-66.

23 - Mobley, M. (2006). Perfectionism, Pessimism, Optimism, and Coping Style among College Students. Paper presented at the 2006 summer Undergraduate Research and Creative and Achievement Forum. University of Missouri, Columbia.

24 - Morrison, Charles and Others (1991). Academic Coping, Self-Concept, and Stress. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association 99th, San Francisco, CA.

25 - Scheier, M. F.; and Carver, C. S. (1992). Effects of Optimism on Psychological and Physical Well-being: Theoretical Overview and Empirical Update. **Cognitive Therapy and Research, 16** (2), 169-210.

26 - Seligman, M. E. (2002). **Authentic Happiness.** New York: Free Press.

27 - Yates, S. M. (2000). Student Optimism and Pessimism During the Transition to Co-education. Paper Presented at the Australian for Research in Education Conference.

ملحق رقم (١)

استفتاء للشخصية (١)

المهنة:	السن:	عاما. الجنس (ذكر/أنثى):

تعليمات : أقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، وقرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك وآرائك، ثم بين مدى انطباقها أو عدم انطباقها عليك، وذلك بوضع علامة (X) في المكان المناسب.

العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
١- تبدو لي الحياة جميلة.					
٢- أشعر أن الغد سيكون يوما مشرقا.					
٣- أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا.					
٤- أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيدا.					
٥- أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل.					
٦- يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة.					
٧- ستكون حياتي أكثر سعادة.					
٨- لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.					
٩- أرى أن الفرج سيكون قريبا.					
١٠- أتوقع الأفضل.					
١١- أرى الجانب المشرق المضيء من الأمور.					
١٢- أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.					
١٣- إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا.					
١٤- أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.					
١٥- أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.					

ملحق رقم (٢)

استفتاء للشخصية (٢)

المهنة:	السن:	عاما. الجنس (ذكر/أنثى):

تعليمات : أقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، وقرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك وآرائك، ثم بين مدى انطباقها أو عدم انطباقها عليك، وذلك بوضع علامة (X) في المكان المناسب.

العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
١- تدلني الخبرة على أن الدنيا سوداء كالليل المظلم.					
٢- حظي قليل في هذه الدنيا.					
٣- أشعر أنني أتعس مخلوق.					
٤- سيكون مستقبلي مظلما.					
٥- يلازمني سوء الحظ.					
٦- مكتوب عليّ الشقاء وسوء الطالع.					
٧- أنا يائس من هذه الحياة.					
٨- كثرة الهموم تجعلني أشعر بأنني أموت في اليوم مائة مرة.					
٩- أترقب حدوث الأسوأ.					
١٠- يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء الحظ.					
١١- أتوقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل.					
١٢- لديّ شعور غالب بأنني سأفارق الأحبة قريبا.					
١٣- تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة.					
١٤- يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.					
١٥- أشعر كأن المصائب خلقت من أجلي.					