التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي (دراسة ميدانية على عينة من طلبة الجامعة الإسلامية بغزة)

د. أمل عدنان نجم

الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية - غزة

فلسطين

الملخص

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، واشتملت عينة الدراسة على (٣٣٥) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة الإسلامية المسجلين في الفصل الصيفي. أما عن الأداة فقد استخدمت الباحثة استبانة لقياس الرضا عن الحياة من إعدادها، ومقياس التفاؤل والتشاؤم من تعريب د مجدي الدسوقي.

أظهرت النتائج: أن بُعد التفاؤل حصل على المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧٠,٠١٪)، وبُعد التشاؤم حصل على المرتبة الثانية بوزن نسبي (٤٨,٨١٪)، وحصل بُعد الإقبال على الحياة على المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧٨,٢٢٪)، تلا ذلك بُعد العلاقات الاجتماعية حصل على المرتبة الثانية بوزن نسبي (٧٨,١٧٪)، تلا ذلك بُعد الرضا والقناعة حصل على المرتبة الثالثة بوزن نسبي (٧١,١١٪) تلا ذلك بعد الأمن والطمأنينة حصل على المرتبة الرابعة بوزن نسبي (٦٦,٢٨٪). أما الدرجة الكلية للاستبانة فقد حصلت على وزن نسبي (٧٣,٢٩٪)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل وجميع أبعاد الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، بينما تبيّن وجود علاقة سالبة بين التشاؤم وأبعاد الرضا عن الحياة، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات (الجنس والحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي).

المقترحات: تقترح الباحثة زيادة الاهتمام بالحالة النفسية للشباب الجامعي لأنهم بناة المستقبل، وتخصيص برامج لزيادة دعم الشباب وغيرها من فئات المجتمع ليتمتعوا بالتفاؤل والرضا عن الحياة، وعمل دورات للشباب لزيادة الرضا عن الحياة، وتعزيز سمة التفاؤل الإيجابي من خلال السلوكيات المرتبطة فيها، ودعم الشباب ومساعدتهم في التخلص من التشاؤم والحد منه قدر المستطاع.

١ - مقدمة

تركز اهتمام علم النفس منذ زمن بعيد على دراسة المشكلات والاضطرابات النفسية من أجل الوصول إلى التشخيص، ومن ثم الوصول إلى العلاج المناسب، ولكن حديثا زاد الاهتمام بالجوانب الإيجابية والسلبية في شخصية الإنسان من أجل تطوير الإيجابي منها، والحد أوالتغلب على السلبي منها، قدر المستطاع لصالح الإنسان، والوصول به إلى حالة من الرضا عن الحياة ومساعدته للوصول إلى سمة التفاؤل وبعده عن التشاؤم؛ حيث إن بينهما ارتباطاً وثيقاً. فالتفاؤل له دور كبير في الارتقاء بالفرد وحياته، ويسهم في تحقيق السعادة له ولمن حوله.

والتفاؤل والتشاؤم من الموضوعات المهمة في علم النفس لأن لها أثر بالغ على سلوك الإنسان وعلى حالته النفسية، فكلما أشبعت حاجات الإنسان كان تمتعه بالتفاؤل أكثر، وزاد من رضاه عن حياته، وعندما لا تشبع حاجات الإنسان كان أقرب إلى التشاؤم وشعر بأنه لايستطيع أن يحقق أي هدف أمكنه رسمه؛ مما يشعره بعدم الرضى عن الحياة ويدفعه إلى التوتر الدائم، وإلى الوقوع فريسة الاضطرابات النفسية.

وذكر الاختصاصيون أن أعلى مراتب التفاؤل توقع الشفاء عند المرض، والنجاح عندالإخفاق، والنصر عند الهزيمة، وتوقع تفريج الكروب عند نزولها، ودفع المصائب وزوال النوازل عند وقوعها، فالتفاؤل في هذه المواقف والبعد عن التشاؤم عملية نفسية إرادية تولد أفكار ومشاعر الرضا عن الحياة والتحمل، والأمل والثقة، وتطرد أفكار اليأس والتشاؤم (الأحمد، ١٩٩٩: ٩٩).

وتختلف نظرة الثقافة الإسلامية عن الثقافة الغربية بالنظر إلى التفاؤل والتشاؤم، فنظرة الثقافة الغربية كانت واضحة وجلية في نظريات علمائهم، فنظرية فرويد ترى أن التشاؤم يتكون في حياة الإنسان بتكون عقدة نفسية ذات ارتباط وجداني سلبي، والتفاؤل يرتبط بالإشباع الزائد للبيدو (أي اللذة) وبالأخص في السنوات الخمس الأولى في حياة الفرد، أما الاتجاه السلوكي يرى أن التفاول والتشاؤم كغيره من السلوكيات يتكون على أساس الفعل المنعكس

الشرطي أو من خلال الاقتران، فتكرار ارتباط مثير ما بحادث سئ قد يؤدي إلى "الطِّيرة" وهي توأم التشاؤم، في حين أن ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب عليه حدوث تفسير إيجابي يستثير التفاؤل عند الشخص من خلال التماثل وانتقال الأثر (محيسن، ٢٠١٢: ٥٩).

أما الاتجاه المعرفي الاجتماعي، فيرى بندورا صاحب هذا الاتجاه أن التفاؤل والتشاؤم يمكن اكتسابه عن طريق التقليد والمحاكاة لسلوك الآخرين، والاتجاه المعرفي يعتبر أن اللغة والذاكرة والتفكير تكون ذات وجهة إيجابية لدى المتفائلين إذ يستخدمون كلمات دالة على التفاؤل، أما المتشائمون فيستخدمون كلمات ذات دلالات سلبية (السالم، ٢٠٠٦: ٢٧).

أما الإسلام فهو دين الخالق بَنى أركان العقيدة على أساس إيماني وثقة مطلقة في حُكم الله وحكمته في فهم الأمور وتفسيرها (أنظر قصة سيدنا موسى والعبد الصالح في سورة الكهف)، والبعد عن التردد باعتباره أول درجات الفشل وسبيلاً للإخفاق. ولقد ربى الإسلام أتباعه على التفاؤل والأمل والرضا عن الحياة، والبعد عن الطّيرة والتشاؤم. وذم القرآن الكريم المتطيّرين في سورة يس ﴿قَالُوا طَائِرُكُم مَّعَكُمْ أَئِن ذُكِّرْتُم بَلْ أَنتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ﴾ (سورة يس: ١٩)، أي أن شؤمهم وأعمالهم من الشرك والشر مردودة عليهم. والمتشائمون من عادتهم الإسراف في العصيان والتكذيب. وكذلك، فإن التفاؤل له أهميته في بناء الشخصية المسلمة فقد دعا الإسلام إلى ذلك وحذر من التشاؤم الذي يؤثر في شخص الإنسان وقد ورد التطير في القرآن في العديد من المواضع ليدلل ذلك على أهمية نبذه لتأثيره العميق في نفس الإنسان. ويكفي أن تشريع التوبة ورفض اليأس باعتباره كُفرا بما أنعم الله على آدم هو من صُلب الرحمة الربانية المكونة للأمل في الله.

ويرى (رشاد، ٢٠٠٨: ٢١-٢٢) أن التشاؤم والتطيّر له أشكال وصور مختلفة انتقلت إلى عالمنا العربي عن طريق بعض عادات وتقاليد الشعوب الأخرى؛ كعادة التشاؤم من الرقم (١٣)، وهي عادة أتت من انجلترا، حيث إن

انجلترا لا تستعمل هذا الرقم في طائراتها ولا في منازلها ولا في سائر مواصلاتها. كذلك قد يتشاءم البعض من البوم والقطط السوداء، بحيث إن تشاؤمه لا يخرجه من بيته طيلة اليوم إذا رأى بومة أو قطة سوداء؛ باعتبار أن يومه سيكون أسودا به شر كثير. وهذه عادات نهى عنها الرسول صلى الله عليه وسلم. وعلي هذا ينبغي علينا ترك التشاؤم والمضي في الأمر والتوكل علي الله، وحسن الظن به، والاعتماد عليه لأن الطيرة تتنافى تماماً مع هذا كله فإن التشاؤم فيه سوء الظن بالله وتوقع البلاء وهذا من الشرك. أخرج أبو داود والترمذي وابن ماجه وغيرهم عن عبدالله بن مسعود قال: "قال رسول الله – صلى الله عليه وسلم – الطيرة شرك"، وقد برأ النبي – صلى الله عليه وسلم – من الذين يتشاءمون (أبو العباس، –:٤٥).

فقد قال معاوية بن الحكم: كان منا رجال يتطيرون فقال الرسول – صلى الله عليه وسلم – ذاك شئ يجدونه في صدورهم فلا يصدهم "وفي رواية فلا يصدكم" وقال الرسول في من ترده الطيرة محذراً: "من ردته الطيرة من حاجة فقد أشرك" وفي رواية "من ردته الطيرة فقد قارب على الشرك"، وقالوا ما كفارة ذلك يا رسول الله؟ قال: "يقول أحدكم اللهم لا طير إلا طيرك ولا خير إلا خيرك ولا إله غيرك".

وأيضاً كان واضحاً اختلاف الثقافة الغربية عن الثقافة الإسلامية في مفهوم الرضا عن الحياة. فلقد أكدت النظريات الغربية على أن الرضا عن الحياة يحدث إذا وضع الناس في حالة مزاجية جيدة، فهذا يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة وهذا ما ظهر جلياً في نظرية خبرة الأحداث السارة التي يهتم بها "كزمتنالي"، أما نظرية الطموح والإنجاز فتؤكد على أن الشعور بالرضا يكون عندما تقترب الإنجازات من الطموحات ويقل عندما تكون الفجوة بين الطموحات والإنجازات (السبيعي، ٢٠٠٧: ٧٩) ومروراً بجميع النظريات الغربية التي تفسر الرضا عن الحياة نجدها تشترك في أن الرضا عن الحياة يتحقق بتحقيق طموحات ورغبات وإشباع الذات وتوافر ظروف مادية

للإنسان، وترى الباحثة أن هذه النظرة تُعد تفسيراً جزئياً للرضا عن الحياة. أما إذا نظرنا إلى الرضا عن الحياة من المنظور الإسلامي لوجدنا أنه يتمثل في الإيمان بقضاء الله وقدره والاطمئنان إلى أن الأمر بيد الله فهو المدبر لكل أمرنا؛ مهما بدا لنا؛ خيراً كان أم شراً. فشعور الإنسان بالرضا أول أسباب السكينة النفسية التي هي سر السعادة. وبهذا تبين أن التفاؤل والتشاؤم بينهما ارتباط وثيق كسمتين متعاكستين.

وكشف عدد من الدراسات عن علاقة التفاؤل والتشاؤم ببعض المتغيرات، فقد بينت نتائج دراسة حسن (٢٠٠٦) وجود ارتباط إيجابي بين التفاؤل والرضا عن العمل، وأظهرت دراسة " بارلو" (Parlow, 2010) وجود علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة والدوافع نحو الإنجاز.

وترى (عبيد ٢٠١٣: ٢٦) بأن الرضا عن الحياة أيضا يتحقق من خلال خبرات الفرد السابقة، فإن كانت خبراته سارة فيكون راضيا عن حياته، ومستوى معيشته، وأما إن كانت غير ذلك فينخفض لديه مستوى الإحساس بالرضا عن الحياة.

ومن خلال التقارير الصحفية والبرامج الفضائية يمكن القول بأن الشباب الفلسطيني يتأرجح بين التفاؤل والتشاؤم في وجهة تشاؤمية نحو معيشته الآنية ومستقبل غير واضح في غياب الدعم الصريح "للشرعية الدولية". ومن خلال عمل الباحثة وجدت أن عديداً من الشباب الجامعي الفلسطيني غير راض عن حياته في ضوء المستجدات الحديثة على قطاع غزة، ومن هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية؛ للتحقق من تلك الانطباعات.

٢ - مشكلة الدراسة وأسئلتها

٢ - ١ - مسوغات الدراسة:

بالرغم من وجود العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم على المستويين العربي والغربي، إلا أن هذا الموضوع لم

يحظ باهتمام الباحثين في المجتمع الفلسطيني. هذا المجتمع الذي يتعرض لظروف خاصة سواء اجتماعية أو اقتصادية أوسياسية غير عادية، وتؤثر هذه الظروف على فئة الجامعيين؛ حيث انتشار البطالة وانخفاض الدخل واستمرار الاحتلال والحصار والعجز عن تقديم الدعم والمساندة من قبل المجاورين، كل ذلك يؤدي إلى تشكيل ضغط كبير على الشباب الذين يحاولون تبيّن ملامح مستقبلهم رغم هذه العقبات. وتُعد معرفة مستوى التفاؤل والتشاؤم ومدى العلاقة بينهما وبين الرضا عن الحياة ذات أهمية بالغة لأنها تزودنا بما لدى هذه الفئة من مشاعر إحباط أو استشراف إيجابي. وبذلك نستطيع العمل على وضع الخطط لتطوير ما لدى هذه الفئة المهمة في المجتمع التي تُعد ركيزته الأساسية. فقوة هذه الشريحة عمود بناء للمجتمع، انطلاقا من ذلك استحق هذا الموضوع أن يكون حيز الاهتمام والدراسة.

٢ - ٢ - تحديد مشكلة الدراسة:

تحاول الباحثة في هذه الدراسة توضيح العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، وتتمحور مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس:

ما علاقة التفاؤل والتشاؤم بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي في الجامعة الإسلامية ؟

ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة التالية:

أ - ما مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة؟

ب - ما مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة؟

ج - هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين كل من التفاؤل والتشاؤم، والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة؟

د - هل توجد فروق داله إحصائياً في درجة التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات الدراسة (الجنس والحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي)؟

٣ - أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى تسليط الضوء على ظاهرة نراها متفشّية بين الشباب تتعلق بأحاسيس التشاؤم في مواجهة مشكلات الحياة مقابل التفاؤل والإيجابية؛ تمهيدا لوضع برامج إرشادية وتنموية فاعلة.

٤ - أهمية الدراسة

بناءً على ما سبق، تكتسب الدراسة أهميتها من خلال:

١ - تقديم تغذية راجعة للقائمين على المؤسسات الشبابية ومؤسسات التعليم العالي، حول درجة التفاؤل والتشاؤم لدى الشباب الجامعي لإعداد الخطط والبرامج التدريبية التي تناسب مستواهم.

٢ - ندرة وجود دراسات فلسطينية عن التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة.

٥ - مصطلحات الدراسة

ورد في هذه الدراسة مجموعة من المفاهيم الواجب تحديدها وهي:

١ - التفاؤل والتشاؤم:

التفاؤل إحدى سمات الشخصية التي تمثل التوقعات الإيجابية للنتائج العامة (Scheier & Carver, 1985). فيما يرى عبد الخالق والأنصاري (١٩٩٥) بأن التفاؤل "هو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك. والتشاؤم هو توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك". وتعرفه (شكري، ١٩٩٩: ٣٨٨) بأنه توقع سلبي للأحداث يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الامل ويرتبط هذا بالمتغيرات المرضية غير السوية وغير المرغوب فيها.

٢ - الرضا عن الحياة:

يعرف الرضا عن الحياة بأنه"تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا المفهوم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته" (عبد الغني، ٢٠٠٩: ١٩).

ويُعرف الرضا عن الحياة أيضا بأنه:مفهوم شامل يُلم بكل ما يحيط بالفرد من متغيرات متنوعة كما يدركها هو، ويشمل مدي إشباع الفرد لهذه الحاجات والمتغيرات المحيطة به التي تؤدي إلى توافقه مع ذاته ومع المجتمع (عيسى، ٢٠١٣: ٩).

وتعرف زايد (٢٠٠١) الرضا عن الحياة بأنه "شعور الفرد بالارتياح اتجاه حالته الصحية وعلاقته الاجتماعية والعمل الذي يؤديه وتقبله لذاته وأن يكون مجاله الحيوي مشبع لحاجاته الأولية ولديه قدر من الإيمان بالله وأن يكون متوافقا مع أسرته ومجتمعه".

وتعرف الباحثة الرضا عن الحياة بأنه حالة دائمة نسبياً من تقبل الفرد لحياته وشعوره بالسعادة وبأنه موفق فيها والحياة ذات قيمة ويتمتع بها وله قدرة على التأثير في الأسرة والمجتمع.

٣ - الشباب في اللغة:

بمعنى الفتي والحداثة ويقال شب الغلام يشب شباباً أو شبوباً، والشباب جمع شاب وشباب الشيء أوله ويقال لقيت فلان في شباب النهار أي أوله (مصطفى وآخرون: ٤٧٢).

ويعرف اصطلاحاً: الأفراد في مرحلة المراهقة؛ أي بين مرحلة البلوغ الجنسي والنضج. أما مرحلة الشباب من حيث المرحلة الزمنية (البداية والنهاية) فقد اختلف العلماء في تحديدها، ويميل أبو دف والأغا (٢٠٠١: ٣٨٠) إلى اعتماد التحديد الذي اختاره المؤتمر الأول للشباب العربي حيث ارتأى أن مفهوم الشباب يتناول أساساً من تتراوح أعمارهم بين ١٥-٢٥ سنة.

الجامعي: وتعرفه الباحثة على أنه الطالب المنتظم في دراسته الجامعية أي أنه منتمي ومسجل في جامعة ما.

٦ - دراسات سابقة

الدراسات العربية والأجنبية:

دراسة عيسى (٢٠١٣)، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة تتكون من جميع أفراد قسم الدوريات في شرطة المرور قوامها (١٥٠) فرداً. استخدم الباحث ثلاثة مقاييس هي: الذكاء الاجتماعي، ومقياس الاتزان الانفعالي، ومقياس الرضا عن الحياة. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية ودالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي وكلا من الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور، ولاتوجد فروق تعزي لمتغير المستوى التعليمي والعمر وعدد سنوات الخبرة ومستوى الدخل وتوجد فروق تعزى للحالة الاجتماعية.

دراسة الهنداوي (٢٠١١)، هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة الدعم الاجتماعي بمستوى جودة الحياة لدى المعاقين حركيا، وتكونت العينة من (٢٠١) من المعاقين حركياً، واستخدم الباحث مقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس مستوى الرضا عن جودة الحياة من إعداده، وتوصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها وجود علاقة بين مصادر الدعم الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى أفراد العينة.

دراسة بارلو (Parlow, 2010)، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وعلاقتها بعض المتغيرات، وتكونت العينة من (٧٠) رجلاً اختيروا بطريقة عشوائية وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة والدافع للإنجاز.

دراسة السهل والعبدالله (٢٠٠٩)، تهدف الدراسة إلى الكشف عن وجود فروق جوهرية بين الشباب الجامعي في مجلس دول التعاون الخليجي في التفاؤل والتشاؤم، وتكونت عينة الدراسة من ٦٧٥ طالبا وطالبة موزعين على الجامعات، وتشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الدول الثلاث فيما يتعلق

بالتفاؤل، أما في التشاؤم فتوجد فروق جوهرية بين الطلبة حيث تبين أن طلبة البحرين أكثر تشاؤماً من طلبة الكويت وقطر، ووجود نتائج إيجابية لصالح الذكور في التفاؤل عنها عند الإناث.

دراسة عبد الخالق (٢٠٠٨)، هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى المجتمع الكويتي، وأجريت الدراسة على ست عينات قوامها ١٤١٦ من طلاب الثانوية والجامعات والموظفين، واستخدم مقياس دينر وزملائه للرضا عن الحياة، ومن أهم النتائج هي حصول طالبات الثانوية ثم طلبة الثانوية على أقل متوسط، وحصل الموظفون ثم الطلبة على أعلى متوسط بين راض عن الحياة بدرجة متوسط وبدرجة كبيرة.

دراسة علوان (٢٠٠٧)، هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الارتباط بين كل من متوسطات درجات مقياسي الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى عينة الدراسة، مع التعرف على الفروق المعنوية في المتوسطات درجات المقياسين تبعا لمتغيرات الدراسة. استخدم الباحث مقياسين من إعداده عن الرضا عن الحياة ومقياس الوحدة النفسية. وكانت أهم النتائج وجود علاقة سالبة بين متوسطات درجات مقياس الرضا عن الحياة والوحدة النفسية ووجود فروق جوهرية في مجال العلاقات الاجتماعية تبعا لمتغير تاريخ الإستشهاد لصالح انتفاضة الأقصى الأولى وعدم وجود فروق في الوحدة النفسية والسعادة تبعاً لمتغيرات الدراسة.

دراسة مبروك (٢٠٠٧)، هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الرضا العام لدى عينة من المسنين الذكور المصريين،مع تحديد المتغيرات المنبئة به، والأداة المستخدمة مقياس الرضا عن الحياة وبطارية من الاختبارات تتكون من مقياس التدين والتقدير الذاتي للحالة الصحية الجسمية. وجاءت أهم النتائج أن الرضا عبارة عن خبرة واقعية ونتيجة ثانوية تترتب على النضج النفسي للفرد، وأن هناك اتجاهاً سلبياً عاماً نحو الشيخوخة من قبل المسنين، وأن هناك ارتباطاً إيجابياً دالاً بين الشعور بالرضا من ناحية وكل من الصحة الجسمية ودرجة التدين وسمة الارتباط من ناحية أخرى.

دراسة حسن (٢٠٠٦)، هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التفاؤل

والتشاؤم وكل من ضغوط العمل والرضا عنه، ومعرفة الفروق في متغيرات الدراسة تبعا للعوامل الديمغرافية المختلفة. وطبقت أربعة مقاييس (التفاؤل، والتشاؤم، وضغوط العمل، الرضا عن العمل). وبلغ عدد أفراد العينة (٣١٢) موظفاً وموظفة من الكويتيين، وأظهرت النتائج ارتباطاً إيجابياً بين التفاؤل والرضا عن العمل وسلبياً مع ضغوط العمل، كما أظهرت أيضاً أن المتفائلين أكثر رضا عن العمل من المتشائمين، والإناث أكثر رضا من الذكور، والمطلقين والأرامل أكثر شعوراً بضغط العمل من المتزوجين والعزاب.

٧ - المنهج والاجراءات

٧ - ١ - منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، ويعرف المنهج الوصفي التحليلي بأنه "طريقة في البحث تتناول أحداث وظواهر وممارسات قائمة وموجودة ومتاحة للدراسة والقياس كما هي دون تدخل الباحث في مجرياتها. ويستطيع الباحث أن يتفاعل معها، فيصفها ويحللها" (الأغا والأستاذ، ١٩٩٩) ويعرف أيضاً بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢٤) التي تحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة الحالية.

٧ - ٢ - مصادر الدراسة:

اعتمدت الدراسة على نوعين أساسيين من البيانات:

البيانات الأولية: وذلك بالبحث في الجانب الميداني بتوزيع استبيانات لدراسة بعض مفردات الدراسة وحصر وتجميع المعلومات اللازمة في موضوع الدراسة، ومن ثم تفريغها وتحليلها باستخدام برنامج: SPSS (Statistical Package For Social Science) الإحصائي واستخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة بهدف الوصول لدلالات ذات قيمة ومؤشرات تدعم موضوع الدراسة.

البيانات الثانوية: لقد قامت الباحثة بمراجعة الكتب والدوريات والمنشورات الخاصة أو المتعلقة بالموضوع قيد الدراسة، بهدف إثراء موضوع الدراسة بشكل علمي، وذلك من أجل التعرف على الأسس والطرق العلمية السليمة في كتابة الدراسات، وكذلك أخذ تصور عن آخر المستجدات التي حدثت في مجال الدراسة.

٧ - ٣ - مجتمع الدراسة وعينته:

٧-٣-١- مجتمع الدراسة: يتكون من جميع طلبة المستويين الثاني والرابع من المسجلين في الفصل الصيفي في الجامعة الإسلامية؛ وعددهم (٣٣٤٤) طالباً وطالبة، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (١)
المجتمع الأصلي للدراسة

الجنس	العدد
ذكر	١٦٠٤
أنثى	١٧٤٠
المجموع	٣٣٤٤

٧-٣-٢- عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على (٣٣٥) طالباً وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية للعام ٢٠١٦، لتكون نسبة العينة بالنسبة للمجتمع الاصلي بنسبة ١٠٪ تقريباً، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة. وقد اقتصرت الدراسة على المستويين الثاني والرابع لأكثر من سبب: أولها أن المستوى الأول يكون الطالب مقبلاً على الجامعة في عامه الأول، ويحاول التأقلم مع طبيعة الجامعة أي أنه لم يستقر بعد في الجامعة وطبيعتها، والمستوى الثالث أيضاً يكون منغمساً في مهام الدراسة الجامعية والطريق لم تنته بعد. أما المستوى الثاني فبدأ الطالب يستقر في دراسته نوعاً ما، والمستوى الرابع يكون أكثر وعياً واستقراراً حيث التخرج والانطلاق إلى المجتمع، والسبب الثاني لأن عدد الطلبة المسجلين في الصيفي كان قليلا جدا في المستويين الثاني والثالث؛ مما أوجب تطبيق الدراسة عليهم بعد مشاورة المحكمين.

١ - جداول توضح توزيع العينة: بحسب المتغيرات

جدول رقم (٢)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

	العدد	النسبة المئوية
ذكر	١٦١	٤٨,٠٦
أنثى	١٧٤	٥١,٩٤
المجموع	٣٣٥	١٠٠

جدول رقم (٣)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الحالة الاجتماعية

	العدد	النسبة المئوية
متزوجة	٢٧	٨,٠٦
غير متزوجة	٣٠٨	٩١,٩٤
المجموع	٣٣٥	١٠٠

جدول رقم (٤)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص

	العدد	النسبة المئوية
كلية إنسانية	٢٣١	٦٨,٩٦
كلية علمية	١٠٤	٣١,٠٤
المجموع	٣٣٥	١٠٠

جدول رقم (٥)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى الدراسي

	العدد	النسبة المئوية
ثاني	١٧٠	٥٠,٧٥
رابع	١٦٥	٤٩,٢٥
المجموع	٣٣٥	١٠٠

جدول رقم (٦)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المعدل التراكمي

	العدد	النسبة المئوية
ممتاز	٤٣	١٢,٨٤
جيد جداً	٢٠٠	٥٩,٧٠
جيد	٩٢	٢٧,٤٦
المجموع	٣٣٥	١٠٠

٩ - أداتا الدراسة

٩-١- مقياس الرضا عن الحياة (من إعداد الباحثة).

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة، ومنها مقياس (Parlow, 2010) للرضا عن الحياة، وما جاء في دراسة مجدي الدسوقي، ومقياس عزة عبد الكريم مبروك "الرضا عن الحياة لدى المسنين"، واستطلاع رأي عينة من الاختصاصيين عن طريق المقابلات الشخصية ذات الطابع غير الرسمي، قامت الباحثة ببناء الأداة في شكل الاستبانة (قائمة تقدير) وفق الخطوات الآتية:

- تحديد المجالات الرئيسية التي شملتها الاستبانة.
- صياغة الفقرات التي تقع تحت كل مجال.
- إعداد الاستبانة في صورتها الأولية، وشملت (٣١) فقرة.
- عرض الاستبانة على عدد من المحكمين التربويين من أعضاء هيئة التدريس، من أجل اختبار مدى ملاءمتها (للموضوع والعينة).
- إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون من تعديل أو إعادة صياغة لبعض الفقرات من الاستبانة، وتمت صياغتها النهائية في (٣١) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، حيث أعطي لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج خماسي (كبيرة جداً، كبيرة، متوسطة، قليلة، قليلة جداً) أعطيت الأوزان التالية (٥، ٤، ٣، ٢، ١) لمعرفة الرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (٣١، ١٥٥) درجة.

- توزيع الاستبانة على جميع أفراد العينة لجمع البيانات اللازمة للدراسة، وتم تقسيم الاستبانة إلى قسمين كالتالي:

القسم الأول: يحتوي على الخصائص العامة لمجتمع وعينة الدراسة.

القسم الثاني: يتكون من (٣١) فقرة موزعة على أربعة أبعاد تتناول الرضا عن الحياة كالتالي:

البعد	
بعد الرضا والقناعة	٨
بعد العلاقات الاجتماعية	٧
بعد الأمن والطمأنينة	٨
بعد الإقبال على الحياة	٨
المجموع	٣١

٩-١-١- صدق المقياس:

قامت الباحثة بتعرّف الخصائص السيكومترية للمقياس، وذلك للتأكد من صدقه كالتالي:

صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين في علم النفس ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات الاستبانة، ومدى انتماء الفقرات إلى كل مجال من مجالات الاستبانة، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وتعديل بعضها الآخر.

صدق الاتساق الداخلي: جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للاستبانة بتطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، وكذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه؛ وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

الجدول رقم (٧)

معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية لفقراته

رقم الفقرة	بعد الرضا والقناعة	رقم الفقرة	بعد العلاقات الاجتماعية	رقم الفقرة	بعد الأمن والطمأنينة	رقم الفقرة	بعد الإقبال على الحياة
١	٠,٦٦٧**	٩	٠,٤٤٧**	١٦	٠,٤٥٦**	٢٤	٠,٦٩٥**
٢	٠,٧٩٣**	١٠	٠,٦٥٦**	١٧	٠,٥١٠**	٢٥	٠,٦٦٥**
٣	٠,٥٤١**	١١	٠,٥٥٥**	١٨	٠,٥٠٥**	٢٦	٠,٧٥٨**
٤	٠,٣٦٩**	١٢	٠,٦٤٨**	١٩	٠,٤٤٤**	٢٧	٠,٤٨٦**
٥	٠,٦١٩**	١٣	٠,٤٨٤**	٢٠	٠,٧٠٣**	٢٨	٠,٨٣٢**
٦	٠,٤٩٣**	١٤	٠,٥١٥**	٢١	٠,٧٠٩**	٢٩	٠,٧٢٦**
٧	٠,٦٣٣**	١٥	٠,٣٥٥**	٢٢	٠,٥٠٧**	٣٠	٠,٧٣٧**
٨	٠,٧٤٠**			٢٣	٠,٧٢٨**	٣١	٠,٨٠١**

يبين الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥، ٠,٠١)، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٣٥٥-٠,٨٣٢)، وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

للتحقق من الصدق البنائي للأبعاد قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد الاستبانة والأبعاد الأخرى وكذلك كل بعد بالدرجة الكلية للاستبانة والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٨)

مصفوفة معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد الاستبانة والأبعاد الأخرى للاستبانة وكذلك مع الدرجة الكلية

البعد	المجموع	بعد الرضا والقناعة	بعد العلاقات الاجتماعية	بعد الأمن والطمأنينة	بعد الإقبال على الحياة
بعد الرضا والقناعة	٠,٧٦٨	١			
بعد العلاقات الاجتماعية	٠,٧٣٧	٠,٤٣٨	١		
بعد الأمن والطمأنينة	٠,٦٨٨	٠,٤٥٧	٠,٢٧٨	١	
بعد الإقبال على الحياة	٠,٨١٥	٠,٤٠٠	٠,٥٧١	٠,٤٥٤	١

يتضح من الجدول السابق أن جميع الابعاد ترتبط ببعضها البعض وبالدرجة الكلية للاستبانة ارتباطاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يؤكد أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات والاتساق الداخلي.

٩-١ ٢- ثبات الاستبانة **Reliability**:

أجرت الباحثة خطوات التأكد من ثبات الاستبانة، وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين وهما التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ.

طريقة التجزئة النصفية: تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات الاستبانة بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول لكل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) والجدول رقم (٩) يوضح ذلك:

الجدول رقم (٩)

معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك الاستبانة ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل

الأبعاد	عدد الفقرات	الارتباط قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
بعد الرضا والقناعة	٨	٠,٥٩٣	٠,٧٤٤
بعد العلاقات الاجتماعية	٧❖	٠,٣٩١	٠,٤١١
بعد الأمن والطمأنينة	٨	٠,٦٢٣	٠,٦٣٨
بعد الإقبال على الحياة	٨	٠,٦٧٢	٠,٨٠٤
الدرجة الكلية للاستبانة	٣١❖	٠,٧١٧	٠,٧١٨

❖ تم استخدام معامل جتمان لأن النصفين غير متساويين.

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات الكلي للاستبانة (٠,٧١٨)، هذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

طريقة ألفا كرونباخ: استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاستبانة، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا لكل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك للاستبانة ككل والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٠)

معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك للاستبانة ككل

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
بعد الرضا والقناعة	٨	٠,٧٤٨
بعد العلاقات الاجتماعية	٧	٠,٥٣٨
بعد الأمن والطمأنينة	٨	٠,٧٠٢
بعد الإقبال على الحياة	٨	٠,٥٨٥
الدرجة الكلية للاستبانة	٣١	٠,٨٧١

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات الكلي للاستبانة (٠,٨٧١)، هذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

٩-٢- مقياس التفاؤل والتشاؤم؛ اطلعت الباحثة على النسخة المترجمة لمقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد (Dember et al., 1989) وترجمة مجدي الدسوقي، واستخدامه في دراسة أحمد عبد الخالق، ورغبة في تعرّف مدى مناسبته للدراسة الحالية قامت بما يأتي:

٩-٢-١- صدق المقياس: قامت الباحثة بتقنين فقرات المقياس وذلك للتأكد من صدقه كالتالي:

صدق المحكمين: تم عرض المقياس على مجموعة من أساتذة جامعيين من الاختصاصيين في علم النفس ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس، وكذلك وضوح صياغته اللغوية.

صدق الاتساق الداخلي: جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس وكذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

الجدول رقم (١١)

معامل ارتباط كل فقرة من فقرات بعد: (التفاؤل) مع الدرجة الكلية للبعد

م	التفاؤل	التشاؤم
١	٠,٤٨٠**	٠,٣١٦*
٢	٠,٥٢١**	٠,٤٥٤**
٣	٠,٤١٩**	٠,٤٢١**
٤	٠,٤٥٠**	٠,٥٥٩**
٥	٠,٣٤٣*	٠,٤٦٣**
٦	٠,٧٠٠**	٠,٤٧٠**
٧	٠,٤٢٩**	٠,٣٥٥**
٨	٠,٤٤٦**	٠,٥٠٨**
٩	٠,٣٦٠**	٠,٤٦٤**
١٠	٠,٥٦٦**	٠,٤٧٤**
١١	٠,٦٥٦**	٠,٥٤٤**
١٢	٠,٧٢٤**	٠,٤٧٨**
١٣	٠,٣٥٣*	٠,٣٤٤*
١٤	٠,٥٦٦**	٠,٥٦٢**
١٥	٠,٥٧٨**	٠,٥٥٣**
١٦	٠,٦٠٥**	٠,٦٠٣**
١٧	٠,٦٣٦**	٠,٤٥٥**
١٨	٠,٤٣٩**	٠,٥٦٥**

يبين الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥، ٠,٠١)، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٣١٦-٠,٧٢٤)، وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

٩-٢-٢- ثبات المقياس Reliability:

أجرت الباحثة خطوات التأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين وهما التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ.

طريقة التجزئة النصفية: تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) والجدول رقم (١٢) يوضح ذلك:

الجدول رقم (١٢)

معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك الاستبانة ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل

الأبعاد	عدد الفقرات	الارتباط قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
بعد التفاؤل	١٨	٠,٧٤٩	٠,٨٥٦
بعد التشاؤم	١٨	٠,٥٠٥	٠,٦٧٠

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات الكلي للتفاؤل (٠,٨٥٦)، وللتشاؤم (٠,٦٧٠)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

طريقة ألفا كرونباخ: استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس والجدول رقم (١٣) يوضح ذلك:

الجدول رقم (١٣)

معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
بعد التفاؤل	١٨	٠,٨٣٧
بعد التشاؤم	١٨	٠,٧٩٨

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات الكلي للتفاؤل (٠,٨٣٧)، وللتشاؤم (٠,٧٩٨)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

١٠ - الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

قامت الباحثة بتفريغ وتحليل الاستبانة من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

١٠-١- التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم.

١٠-٢- اختبار t-test للفروق بين متوسطات عينتين مستقلتين يعزى لمتغير الجنس والحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى الدراسي.

١٠-٣- تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات ثلاث عينات تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

١١ - نتائج الدراسة

تقوم الباحثة في هذا القسم بعرض تفصيلي للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة، بالإضافة إلى تفسير ومناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج من خلال الإجابة عن تساؤلات الدراسة:

الإجابة عن السؤال الأول من أسئلة الدراسة:

وللإجابة عن هذا التساؤل قامت الباحثة باستخدام التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجداول التالية توضح ذلك:

الجدول رقم (١٤)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد الاستبانة وكذلك ترتيبها في الاستبانة

م	البعد	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
١	بعد التفاؤل	١٢٦٦٥	٣٧,٨٠٦	٦,٤١٥	٧٠,٠١	١
٢	بعد التشاؤم	٨٨٣٠	٢٦,٣٥٨	٨,٢٧٨	٤٨,٨١	٢

يتضح من الجدول رقم (١٤) أن بُعد التفاؤل حصل على المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧٠,٠١٪)، تلا ذلك بُعد التشاؤم وحصل على المرتبة الثانية بوزن نسبي (٤٨,٨١٪).

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن أمل الشباب وإرادتهم عامل مهم في وجود التفاؤل لديهم وهذا مؤشر جيد، وينفي المخاوف التي بدأت بها الدراسة، واتفقت هذه النتيجة مع ما تحدث عنه الأنصاري في كتابه "التفاؤل والتشاؤم"؛ حيث قال أن لدى الطلاب اتجاه إيجابي نحو المستقبل ومتفائلين بخصوص حياتهم المهنية (الأنصاري، ١٩٩٨: ٦١).

وهذه النتيجة جيدة، فهي تؤكد على روح الشباب حيث يرى (الجاسر، ١٤٢٩هـ) بأن المتفائل شخص يمتلك القدرة على التحكم بمستقبله، ويميل إلى التفكير الإيجابي، ويبحث عن مصادر مختلفة للحب، ويميل إلى السعي نحو الأفضل في حياته.

وهذا ما يتصف به الإنسان في مرحلة الشباب أما عن المتشائمين، فإن طبيعة شخصية الإنسان تختلف من فرد لآخر؛ من حيث القدرة على تحمل الظروف والمصاعب والخبرة. والوضع الذي يمر به الشباب أدي إلى تأثرهم ونظرتهم إلى الحياة نظرة سوداوية، ويمكن تفسيرهذه النتيجة بأن المدة الطويلة التي يمر بها الطالب الجامعي من ظروف ضاغطة جعلته يتلاءم ويتوافق مع هذه الظروف ويتخطاها ويتعايش معها؛ وفقاً لقدراته التكيفية.

الإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة الدراسة:

وللإجابة عن هذا التساؤل، قامت الباحثة باستخدام التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية، والجداول التالية توضح ذلك:

الجدول رقم (١٥)

التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بُعد من أبعاد الاستبانة وكذلك ترتيبها في الاستبانة

م	البعد	مجموع الاستجابات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
١	بعد الرضا والقناعة	٩٥٢٩	٢٨,٤٤٥	٥,٢١٩	٧١,١١	٣
٢	بعد العلاقات الاجتماعية	٩١٦٦	٢٧,٣٦١	٣,٩٩٩	٧٨,١٧	٢
٣	بعد الأمن والطمأنينة	٨٨٨١	٢٦,٥١٠	٤,٢١٨	٦٦,٢٨	٤
٤	بعد الإقبال على الحياة	١٠٤٨١	٣١,٢٨٧	٥,٠٩١	٧٨,٢٢	١
	الدرجة الكلية للاستبانة	٣٨٠٥٧	١١٣,٦٠٣	١٤,٣١١	٧٣,٢٩	

يتضح من الجدول رقم (١٥) أن "بُعد الإقبال على الحياة" حصل على المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧٨,٢٢٪)، تلا ذلك "بُعد العلاقات الاجتماعية" حصل على المرتبة الثانية بوزن نسبي (٧٨,١٧٪)، تلا ذلك "بُعد الرضا والقناعة" حصل على المرتبة الثالثة بوزن نسبي (٧١,١١٪) تلا ذلك "بُعد الأمن والطمأنينة" حصل على المرتبة الرابعة بوزن نسبي (٦٦,٢٨٪). أما الدرجة الكلية للاستبانة حصلت على وزن نسبي (٧٣,٢٩٪). وتفسر الباحثة النتيجة بأنه كلما كان هناك تفاؤل، كان هناك إقبال على الحياة. ونتيجة حتمية أن الإنسان بإقباله على الحياة يستطيع أن يقيم العلاقات وتزداد بعد ذلك قناعته بالآخرين وبنفسه، وهذا يساعده ليصل إلى الأمن والطمأنينة، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (حسن، ٢٠٠٦) التي أظهرت الارتباط الايجابي بين التفاؤل والرضا عن العمل.

الإجابة عن السؤال الثالث من أسئلة الدراسة:

وللإجابة عن هذا السؤال تحققت الباحثة من الفرض التالي: لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين التفاؤل والتشاؤم، والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة، باستخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة ($\alpha \leqslant$ ٠,٠٥). بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة للتفاؤل والتشاؤم، والرضا عن الحياة.

جدول رقم (١٦)

معامل الارتباط بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة

البعد	التفاؤل	التشاؤم
بعد الرضا والقناعة	٠,٤٢٥**	-٠,٢٣٦**
بعد العلاقات الاجتماعية	٠,٢٨٦**	-٠,٠٥٣**
بعد الأمن والطمأنينة	٠,٤٠٧**	-٠,٣٢٢**
بعد الإقبال على الحياة	٠,٢٩٣**	-٠,١٣٢*
الدرجة الكلية للاستبانة	٠,٤٥٩**	-٠,٢٤٣**

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل وجميع أبعاد الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، بينما كانت العلاقة سالبة بين التشاؤم وأبعاد الرضا عن الحياة، وتفسر الباحثة النتيجة في ضوء آراء المنظرين في مجال علم النفس الإيجابي بأن هناك علاقة طردية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، فكلما كان هناك تفاؤل زاد الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة كما وكانت العلاقة عكسية بين التشاؤم والرضا عن الحياة.

الإجابة عن السؤال الرابع من أسئلة الدراسة:

وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بصياغة الفرضيات التالية:

الفرض الأول من فروض الدراسة: ونصه: لا توجد فروق داله إحصائياً في درجة التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى). وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "t- test" والجدول رقم (١٧) يوضح ذلك:

جدول رقم (١٧)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للاستبانة تعزى لمتغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التفاؤل	ذكر	١٦١	٣٧,٣٨٥	٦,٠٨٥	١,١٥٦	٠,٢٤٩	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	٣٨,١٩٥	٦,٧٠١			
التشاؤم	ذكر	١٦١	٢٥,٤٤١	٧,٥٢٠	١,٩٥٩	٠,٠٥١	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	٢٧,٢٠٧	٨,٨٦٠			
بعد الرضا والقناعة	ذكر	١٦١	٢٨,٠٧٥	٤,٧٦٠	١,٢٥٠	٠,٢١٢	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	٢٨,٧٨٧	٥,٦٠٢			
بعد العلاقات الاجتماعية	ذكر	١٦١	٢٧,٤٧٢	٣,٤٨٦	٠,٤٨٧	٠,٦٢٦	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	٢٧,٢٥٩	٤,٤٢٩			
بعد الأمن والطمأنينة	ذكر	١٦١	٢٦,٤٥٣	٤,١١٨	٠,٢٣٨	٠,٨١٢	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	٢٦,٥٦٣	٤,٣١٩			
بعد الإقبال على الحياة	ذكر	١٦١	٣٠,٥٨٤	٤,٨٨٧	٢,٤٤٨	٠,٠١٥	دالة عند ٠,٠٥
	أنثى	١٧٤	٣١,٩٣٧	٥,٢٠٢			
الدرجة الكلية للاستبانة	ذكر	١٦١	١١٢,٥٨٤	١٢,٨٢٦	١,٢٥٥	٠,٢١٠	غير دالة إحصائياً
	أنثى	١٧٤	١١٤,٥٤٦	١٥,٥٣٧			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، عدا بُعد الإقبال على الحياة، ويدل هذا على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس.

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية في بُعد الإقبال على الحياة، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الإناث، وتفسر الباحثة بأن الفتاة وما تواجهه في المستقبل وتتحمل عبئه أقل من الرجل، حين يقبل على الحياة ويرغب مثلا في الزواج فهو من يدفع ويخطط؛ لأن له القوامة، والفتاة

تنتظر شريك الحياة أي دون أن تتعب في رسم بداية الحياة ولا تكاليف الحياة المستقبلية، فالهم الأعظم يكون على الشاب (خصوصية ثقافية). وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة حسين (٢٠٠٦) التي أظهرت نتائجها ارتباطاً إيجابياً بين التفاؤل والرضا عن العمل وارتباطاً سلبياً مع ضغوط العمل، وأظهرت أيضاً أن المتفائلين أكثر رضا عن العمل من المتشائمين، والإناث أكثر رضا من الذكور.

الفرض الثاني من فروض الدراسة: الذي نصه: لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة)؟ وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "t- test" والجدول رقم (١٨) يوضح ذلك:

جدول رقم (١٨)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للاستبانة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

البعد	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التفاؤل	متزوجة	٢٧	٣٩,٤٠٧	٦,٢٨٣	١,٣٥٤	٠,١٧٧	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٣٧,٦٦٦	٦,٤١٨			
التشاؤم	متزوجة	٢٧	٢٧,٥٩٣	٩,٣٦٥	٠,٨٠٨	٠,٤٢٠	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٢٦,٢٥٠	٨,١٨٤			
بعد الرضا والقناعة	متزوجة	٢٧	٢٨,٨١٥	٦,٥١١	٠,٣٨٤	٠,٧٠١	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٢٨,٤١٢	٥,١٠٢			
بعد العلاقات الاجتماعية	متزوجة	٢٧	٢٦,٦٣٠	٤,٤٢٢	٠,٩٩١	٠,٣٢٢	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٢٧,٤٢٥	٣,٩٦١			
بعد الأمن والطمأنينة	متزوجة	٢٧	٢٦,١٤٨	٤,٣٨٣	٠,٤٦٥	٠,٦٤٢	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٢٦,٥٤٢	٤,٢٠٩			
بعد الإقبال على الحياة	متزوجة	٢٧	٣٢,٤٨١	٤,٦٦٩	١,٢٧٣	٠,٢٠٤	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	٣١,١٨٢	٥,١٢٠			
الدرجة الكلية للاستبانة	متزوجة	٢٧	١١٤,٠٧٤	١٤,٨٧٩	٠,١٧٨	٠,٨٥٩	غير دالة إحصائياً
	غير متزوجة	٣٠٨	١١٣,٥٦٢	١٤,٢٨٤			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية. تفسر الباحثة ذلك من واقع الحياة للشباب الجامعي في قطاع غزة؛ حيث إن الحالة الاجتماعية لا تقف عائقاً في الرضا عن الحياة؛ لأن الإنسان أينما حل فعليه التزامات وعليه واجبات وتقبله لأمور الحياة سيكون متأثراً بشخصيته، ويشير مجدي الدسوقي (١٩٩٩) إلى أن الاحساس بعدم الرضا عن الحياة يمثل مشكلة لدى نسبة لا تقل عن ٣٦,٣ ٪ من مختلف قطاعات الراشدين وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة عيسى (٢٠١٣) التي أشارت إلى فروق تُعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

الفرض الثالث من فروض الدراسة: وينص على: لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة تعزى لمتغير التخصص (كلية إنسانية، كلية علمية)؟ وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "t- test" والجدول رقم (١٩) يوضح ذلك:

جدول رقم (١٩)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" تعزى لمتغير التخصص

البعد	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التفاؤل	كلية إنسانية	٢٣١	٣٧,٤٥٩	٦,٢٩٣	١,٤٧٨	٠,١٤٠	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٣٨,٥٧٧	٦,٦٤٦			
التشاؤم	كلية إنسانية	٢٣١	٢٦,٤٠٣	٨,٢٠٦	٠,١٤٦	٠,٨٨٤	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٢٦,٢٦٠	٨,٤٧٥			
بعد الرضا والقناعة	كلية إنسانية	٢٣١	٢٨,٢٧٧	٥,١٨٨	٠,٨٧٦	٠,٣٨١	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٢٨,٨١٧	٥,٢٩٣			
بعد العلاقات الاجتماعية	كلية إنسانية	٢٣١	٢٧,٢١٦	٤,٠٥٤	٠,٩٨٧	٠,٣٢٤	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٢٧,٦٨٣	٣,٨٧٥			
بعد الأمن والطمأنينة	كلية إنسانية	٢٣١	٢٦,٦٩٧	٤,٢٧٦	١,٢٠٧	٠,٢٢٨	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٢٦,٠٩٦	٤,٠٧٦			

تابع/ جدول رقم (١٩)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" تعزى لمتغير التخصص

البعد	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
بعد الإقبال على الحياة	كلية إنسانية	٢٣١	٣١,٠٧٨	٥,٠٥٠	١,١١٨	٠,٢٦٤	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	٣١,٧٥٠	٥,١٧٤			
الدرجة الكلية للاستبانة	كلية إنسانية	٢٣١	١١٣,٢٦٨	١٤,٢٤٠	٠,٦٣٧	٠,٥٢٤	غير دالة إحصائياً
	كلية علمية	١٠٤	١١٤,٣٤٦	١٤,٥٠٩			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص، وتفسر الباحثة النتيجة بما يتفق مع دين الإسلام؛ فالأصل في الإنسان المسلم أن يكون راضيا بقضاء الله وقدره، ويستبشر دائما بما هو خير؛ بغض النظر عن مجال تخصصه، وأن الفرد المؤمن أينما حل نفع.

الفرض الرابع من فروض الدراسة:

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "t-test" والجدول رقم (٢٠) يوضح ذلك.

جدول رقم (٢٠)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" تعزى لمتغير المستوى الدراسي

البعد	المستوى الدراسي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التفاؤل	الثاني	١٧٠	٣٧,٥٨٢	٦,٥٢٢	٠,٦٤٧	٠,٥١٨	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٣٨,٠٣٦	٦,٣١٥			
التشاؤم	الثاني	١٧٠	٢٦,٣٧١	٧,٩١١	٠,٠٢٨	٠,٩٧٨	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٢٦,٣٤٥	٨,٦٦٤			

تابع/ جدول رقم (٢٠)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" تعزى لمتغير المستوى الدراسي

البعد	المستوى الدراسي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
بعد الرضا والقناعة	الثاني	١٧٠	٢٨,٦١٢	٥,٣١٤	٠,٥٩٤	٠,٥٥٣	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٢٨,٢٧٣	٥,١٢٩			
بعد العلاقات الاجتماعية	الثاني	١٧٠	٢٧,٤١٢	٣,٩٥٣	٠,٢٣٥	٠,٨١٥	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٢٧,٣٠٩	٤,٠٥٧			
بعد الأمن والطمأنينة	الثاني	١٧٠	٢٦,٦١٢	٤,٣٣٧	٠,٤٤٦	٠,٦٥٦	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٢٦,٤٠٦	٤,١٠٢			
بعد الإقبال على الحياة	الثاني	١٧٠	٣٠,٩٤١	٥,٢٢٦	١,٢٦٢	٠,٢٠٨	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	٣١,٦٤٢	٤,٩٣٩			
الدرجة الكلية للاستبانة	الثاني	١٧٠	١١٣,٥٧٦	١٤,٨٥٠	٠,٠٣٤	٠,٩٧٣	غير دالة إحصائياً
	الرابع	١٦٥	١١٣,٦٣٠	١٣,٧٧٨			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وتفسر الباحثة هذه النتيجة التي تتفق فيها مع نتائج دراسة عيسى (٢٠١٣) حيث لا توجد فروق ذات دلالة في علاقة الذكاء والرضا عن الحياة تعزي للمستوى التعليمي. وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المستوى الدراسي ينبيء بالقدرة العقلية والتحصيل ولايمثل كل مقومات الرضا عن الحياة.

الفرض الخامس من فروض الدراسة:

وللتحقق من صحة هذا الفرض، استخدمت الباحثة تحليل التباين (ANOVA).

جدول رقم (٢١)

مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تعزى لمتغير المعدل التراكمي

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	٦٩,٧٧٧	٢	٣٤,٨٨٨	٠,٨٤٧	٠,٤٣٠	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	١٣٦٧٦,٦١١	٣٣٢	٤١,١٩٥			
	المجموع	١٣٧٤٦,٣٨٨	٣٣٤				
التشاؤم	بين المجموعات	٥,٧٨٥	٢	٢,٨٩٣	٠,٠٤٢	٠,٩٥٩	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٢٢٨٨٣,٢٣٠	٣٣٢	٦٨,٩٢٥			
	المجموع	٢٢٨٨٩,٠١٥	٣٣٤				
بعد الرضا والقناعة	بين المجموعات	١١٢,٧٤٤	٢	٥٦,٣٧٢	٢,٠٨٣	٠,١٢٦	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٨٩٨٣,٩٨٤	٣٣٢	٢٧,٠٦٠			
	المجموع	٩٠٩٦,٧٢٨	٣٣٤				
بعد العلاقات الاجتماعية	بين المجموعات	٣٣,٢٤٢	٢	١٦,٦٢١	١,٠٤٠	٠,٣٥٥	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٥٣٠٨,٠٥٣	٣٣٢	١٥,٩٨٨			
	المجموع	٥٣٤١,٢٩٦	٣٣٤				
بعد الأمن والطمأنينة	بين المجموعات	٥٧,٣٤٣	٢	٢٨,٦٧٢	١,٦١٨	٠,٢٠٠	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٥٨٨٤,٣٧٠	٣٣٢	١٧,٧٢٤			
	المجموع	٥٩٤١,٧١٣	٣٣٤				
بعد الإقبال على الحياة	بين المجموعات	١٤٧,١٠٩	٢	٧٣,٥٥٤	٢,٨٧٠	٠,٠٥٨	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٨٥٠٩,٣٨١	٣٣٢	٢٥,٦٣١			
	المجموع	٨٦٥٦,٤٩٠	٣٣٤				
الدرجة الكلية للاستبانة	بين المجموعات	١٠٩١,٣٢٧	٢	٥٤٥,٦٦٣	٢,٦٩١	٠,٠٦٩	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	٦٧٣١٠,٨٧٠	٣٣٢	٢٠٢,٧٤٤			
	المجموع	٦٨٤٠٢,١٩٧	٣٣٤				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في جميع الابعاد والدرجة الكلية للرضا عن

الحياة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المعدل التراكمي. وتفسر الباحثة النتيجة بأن الإنسان وما يحصل عليه من درجات إذا اجتهد وأخذ بالأسباب فإنه سيتقبل النتيجة. فالرضا عن الحياة لا يتأثر بالمعدل التراكمي كما أظهرت النتيجة.

١٢ - المقترحات والتوصيات

في ضوء نتائج الدراسة التي أشارت إلى وجود علاقة طردية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي، فإن الباحثة توصي بما يأتي:

١ - الاهتمام بتعزيز مشاعر التفاؤل لدى الشباب الجامعي لأنهم بناة المستقبل؛ من خلال المحاضرات التوعوية والدورات التنويرية والأنشطة الترويحية داخل الجامعة.

٢ - تخصيص برامج لزيادة دعم الشباب وغيرها من فئات المجتمع ليتمتعوا بالتفاؤل والرضا عن الحياة.

٣ - تفعيل دور الأستاذ الجامعي في تكوين مناخ إيجابي يستثير زيادة الرضا عن الحياة والقناعة بها عند الشباب الجامعي.

٤ - تعزيز سمة التفاؤل من خلال السلوكيات المرتبطة بها.

٥ - دعم الشباب ومساعدتهم في التخلص من الإحساس بالتشاؤم والحد من انتشاره باعتباره مرضاً معدياً؛ قد يصل إلى حد الوباء.

كما تقترح الباحثة إجراء بعض الدراسات لتعزيز نتائج الدراسة؛ باستخدام عينات مغايرة، ومتغيرات أخرى تتعلق بالسواء النفسي والبدني:

١ - إجراء دراسات حول التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى أفراد المجتمع.

٢ - إجراءء دراسة حول التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالحياة الزواجية.

٣ - إجراء دراسة على العاملين لدراسة الرضا عن الحياة الوظيفية وعلاقتها بالإنجاز.

٤ - تصميم برامج لدعم الرضا عن الحياة لدى ذوي الاحتياجات الخاصة والفئات المهمشة.

٥ - تصميم برامج لدعم التفاؤل وزيادته لدى الفئات المهمشة.

Optimism and Pessimism As Related to Life Satisfaction for University Students (A Field Study on A Sample of Islamic University Students in Gaza)

Dr. Amal A. Nejm
University College for Applied Sciences
Gaza - Palastine

Abstract

The study aims to explore the level of optimism and pessimism and their relationship to life satisfaction among second and fourth year university students. The researcher used a descriptive analytical method. The study sample comprised (335) male and female students from the Islamic University enrolled in the summer semester.The method used in this study included a questionnaire to measure life satisfaction and scales of optimism and pessimism.

The study concluded with the following results:

Optimism and the proactive life coping dimensions obtained first place with relative weights consecutively of (70.01% and 78.22%). Next, pessimism & social relations dimensions obtained second place with relative weights consecutively of (48.81% and 78.17%). Life Satisfaction dimensions occupied fourth place with a relative weight of (66.28%). Overall the total score of the life satisfaction questionnaire obtained a relative weight of (73.29 %).

The results showed: positive correlation was found between optimism, dimensions of life satisfaction, and its total score. Negative correlation was found between pessimism and life satisfaction. No statistically significant differences can be attributed to the variables: gender, marital status, student's major, academic level, and GPA.

The researcher recommends supporting and forming programs as well as workshops, to support the youth to increase the level of optimism and life satisfaction, as well as to decrease their pessimism. It is important to realize that enhancing the youth's opportunities to succeed will help create a better future.

المراجع

١ - أبو دف، محمود خليل والأغا، محمد عثمان (٢٠٠١). التلوث الثقافي لدى الشباب في المجتمع الفلسطيني ودور التربية في مواجهته. **مجلة الجامعة الإسلامية**، ٩(٢)، ٥٨ - ١٠٨.

٢ - الأحمد، عبد العزيز بن عبد الله (١٩٩٩). **الطريق إلى الصحة النفسية**، ط١. السعودية، الرياض: دار الفضيلة للنشر والتوزيع.

٣ - الأغا، إحسان والأستاذ، محمود (١٩٩٩). **تصميم البحث التربوي**. الأردن، إربد: مؤسسة حمادة للدراسات الجامعية.

٤ - الأنصاري، بدر محمد (١٩٩٨). **التفاؤل والتشاؤم: المفهوم والقياس والمتعلقات**. مطبوعات جامعة الكويت.

٥ - البخاري، أبو عبدالله محمد (٢٠٠٦). **صحيح البخاري**. بيروت، المكتبة المصرية.

٦ - الجاسر، شعاع عبد الرحمن (١٤٢٩هـ). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بتقدير الذات وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات بمكة. رسالة ماجستير، كلية التربية للبنات، أم القرى.

٧ - حسن، هدى جعفر (٢٠٠٦). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغوط العمل والرضا عن العمل. **مجلة الدراسات النفسية**، ١٦(١)، ٨٣ -١١١.

٨ - الدسوقي، مجدي محمد (١٩٩٩). دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين كبار السن. **المجلة النفسية للدراسات**، ٢٠(٨)، ١٥٧.

٩ - الدسوقي، مجدي محمد (١٩٩٩). **مقياس الرضا عن الحياة: دليل التعليمات**. القاهرة، الأنجلو المصرية.

١٠ - الدسوقي، مجدي محمد (٢٠٠٨). **دراسات نفسية في الصحة النفسية**. القاهرة: الأنجلو المصرية.

١١- زايد، فوقية (٢٠٠١). القدرة على القيام بأنشطة الحياة المختلفة اليومية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المسنين. **مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس، مصر، ٢٥(٤)، ٢٩١- ٣١١.

١٢- السالم، هيلة (٢٠٠٦). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طالبات جامعة الملك بن سعود. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

١٣- السبيعي، منال (٢٠٠٧). الشعور بالسعادة وعلاقته بالرضا عن الحياة ووجهه الضبط لدى المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.

١٤- السهل، راشد والعبدالله، يوسف (٢٠٠٩). التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من الشباب الجامعي في بعض دول مجلس التعاون الخليجي (الكويت، قطر، البحرين). **المجلة التربوية** - مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٢٣(٩١)، ١٣-٣٨.

١٥- شكري، مايسة محمد (١٩٩٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة المشقة. **دراسات نفسية**، رابطة الأخصائين النفسيين، مصر، ٩(٣٤).

١٦- عبد الخالق، أحمد والأنصاري، بدر (١٩٩٥). التفاؤل والتشاؤم: دراسة عربية في الشخصية. القاهرة، المؤتمر الدولي الثاني لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ٢٥-٢٧ ديسمبر.

١٧- عبد الخالق، أحمد (٢٠٠٨). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي. **مجلة الدراسات النفسية**، ١٨(١)، ١٢١-١٣٥.

١٨- عبد الغني، رباب (٢٠٠٩). أنماط التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر بمدينتي مكة المكرمة وجدة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى.

١٩- عبيد، دعاء شعبان (٢٠١٣). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى

الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة فلسطين.

٢٠- علوان، نعمات (٢٠٠٧). الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية: دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطنيين. **مجلة الجامعة الإسلامية**، ١٦(٢)، ٤٧٥-٥٣٢.

٢١- عيسى، حسين عبدالحميد (٢٠١٣). الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور بمحافظة غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

٢٢- محيسن، عون (٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، ٢٠(٢)، ٩٣-٥٣.

٢٣- مصطفى، إبراهيم وآخرون (د.ت). **المعجم الوسيط**. مجمع اللغة العربية، دار الدعوة.

٢٤- ملحم، سامي (٢٠٠٥). **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس**. الطبعة الثالثة، الأردن، عمان: دار المسيرة.

٢٥- الهنداوي، محمد حامد (٢٠١١). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركياً بمحافظات قطاع غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

26 - Dember, W.N., Martin, S. H., Hummer, M. K., Howe, S. R. & Melton, R. S. (1989). The measurement of optimism and pessimism. **Current Psychology**, 8(2), 102-119.

27 - Parlow, A. (2010). The work- life conflict: The relationship between job and life satisfaction. **American Psychologist**, 56(3), 281-226.

28 - Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1995). Optimism, coping and health: as sessment and implications of generalized outcome expectancies. **Health Psychology**, 4: 219-247.