International Journal for Scientific Research (IJSR)

المجلة الدولية للبحوث العلمية

Vol. (4), No. (3) March 2025 الإصدار (4)، العدد (3)

الرضا عن الحياة وعلاقته التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية بمدينة زليتن وفق لمتغير (التخصص/الكلية)

فيصل محمد عبدالله قراطم

ماجستير في التوجيه والإرشاد النفسي، الأكاديمية الليبية للدراسات العليا، مصراته، ليبيا

مدير مكتب التوعية والإرشاد الطلابي بالجامعة الأسمرية للعلوم الإسلامية، ليبيا

takhx@yahoo.com

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين طلاب كلية الشريعة والقانون وطلاب كلية التربية بالجامعة الأسمرية بمدينة في الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم وفقاً لمتغير التخصص ومتغير الكلية (كلية الآداب- كلية الشريعة والقانون)، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لأغراض الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 494 طالبًا وطالبةً موزعين على كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية بمدينة زليتن، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة لأماني عبد المقصود بعد أن تم إجراء عليه بعض التعديلات، والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، التباين، الالتواء، معامل الارتباط، اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة، ومعادلة (كوهين d)، وتحليل التباين الأحادي، واختبار توكى (Tukey) للمقارنات المتعددة، توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب أفراد العينة في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص في الأبعاد التالية: الرضا الذاتي، والرضا الأسري، والرضا الاجتماعي، والرضا عن الدراسة، وعدم وجود فروق في الرضا عن الحياة بين الطلاب أفراد العينة في بعد الخلو من الأعراض العصابية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب أفراد العينة في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير التخصص، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب أفراد العينة في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير الكلية (كلية الشريعة والقانون - وكلية الآداب) وقد كانت الفروق لصالح كلية الشريعة في بعد الرضا الأسري والرضا الاجتماعي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب أفراد العينة في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير الكلية (كلية الشريعة والقانون - وكلية الآداب).

الكلمات المفتاحية: الرضا عن الحياة، التفاؤل، التشاؤم، الجامعة الأسمرية للعلوم الإسلامية، كلية الشريعة والقانون، كلية الآداب.

International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
Vol. (4), No. (3) March 2025 الإصدار (4)، العدد (3)

Life satisfaction and its relationship to optimism and pessimism among students of the Faculty of Sharia and Law and the Faculty of Arts at Al-Asmariya University in Zliten according to the variable (specialization/college)

Faisal Muhammad Abdullah Qaratam
Master's degree in Guidance and Psychological Counseling, Libyan Academy for Postgraduate Studies, Misurata, Libya
Director of the Student Awareness and Guidance Office at Al-Asmariya University for Islamic Sciences
takhx@yahoo.com

Abstract

The study aimed to identify the differences between students of the Faculty of Sharia and Law and students of the Faculty of Education at Al-Asmariya University in the city in life satisfaction, optimism and pessimism according to the variable of specialization and the variable of the college (Faculty of Arts - Faculty of Sharia and Law), the researcher used the descriptive approach to suit the purposes of the study, the study sample consisted of 494 male and female students distributed between the Faculty of Sharia and Law and the Faculty of Arts at Al-Asmariya University in the city of Zliten, to achieve the objectives of the study, the researcher used the life satisfaction scale of Amani Abdel Maqsoud after some modifications were made to it, and the Arab list of optimism and pessimism by Ahmed Abdel Khaleq, the researcher also used the following statistical methods: arithmetic mean, standard deviation, variance, skewness, correlation coefficient, (T) test to determine the significance of the differences between the average scores of the sample members, and the equation (Cohen's d), one-way analysis of variance, and Tukey's test for multiple comparisons, the study concluded: There are statistically significant differences between the students of the sample in life satisfaction according to the variable of specialization in the dimensions the following: self-satisfaction, family satisfaction, social satisfaction, and satisfaction with study, there are no

differences in life satisfaction among the sample students in the dimension of being free from neurotic symptoms, there are statistically significant differences among the sample students in optimism and pessimism according to the specialization variable, there are statistically significant differences among the sample students in life satisfaction according to the college variable (Faculty of Sharia and Law - and Faculty of Arts), the differences were in favor of the Faculty of Sharia in the dimension of family satisfaction and social satisfaction, There are no statistically significant differences among the sample students in optimism and pessimism according to the college variable (Faculty of Sharia and Law - and Faculty of Arts).

Keywords: Life Satisfaction, Optimism, Pessimism, Al-Asmaria University of Islamic Sciences, Faculty of Sharia and Law, Faculty of Arts.

مقدمة الدراسة

إن الرضا عن الحياة عند الطلاب يمثل عاملاً أساسيًا في توافقهم وتقبلهم للأحداث والمواقف الحياتية المختلفة، ولذلك فإن انخفاض مستوى الرضا يدل على قلة التوازن النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة، وتشكل الحياة الجامعية بجوانبها المتعددة الأكاديمية منها والإدارية والاجتماعية والمواقف التي قد يتعرض لها الطلبة في أثناء دراستهم الجامعية مصادر شتى للضغوط، الأمر الذي يكون له الأثر الكبير في درجة توافقهم ونجاحهم الأكاديمي والاجتماعي من عدمه (عبداللطيف: 1997، 304).

يعد مفهوم التفاؤل والتشاؤم من المفاهيم النفسية الحديثة نسبيًا التي دخلت البحث المكثف في مجال الصحة النفسية، نظرًا لارتباط التفاؤل بالسعادة، والصحة، والمثابرة، والإنجاز، والنظرة الإيجابية للحياة، في حين يرتبط التشاؤم باليأس، والفشل، والمرض، والنظرة السلبية للحياة.

حيث يسيطر على سلوك الفرد أحيانًا نزعة إلى توقع الخير والسرور وتوصف هذه الحالة بأنها التفاؤل، وتغلب عليه أحيانًا أخرى نزعة إلى توقع الشر وسوء الطالع وتوصف هذه الحالة بأنها التشاؤم، وهذا يعني أن للتفاؤل والتشاؤم تأثيرًا لا يمكن إنكاره أو التقليل من أهميته على سلوك الطالب فلكل منهما تأثير على الحالة النفسية للطالب وعلى توقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت نظرته تفاؤلية أو تشاؤمية (الدسوقي: 2002، 7).

مشكلة الدراسة

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة بالإجابة على التساؤلات التالية:

- س1/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)؟
- س2/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)؟
- س3/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص؟
- س4/هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير التخصص؟

أهداف الدراسة

1. التعرف على الفروق في الرضا عن الحياة بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير الكلية.
2. التعرف على الفروق في التفاؤل والتشاؤم بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير الكلية.
3. التعرف على الفروق في الرضا عن الحياة بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير التخصص.
4. التعرف على الفروق في التفاؤل والتشاؤم بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير التخصص.

أهمية الدراسة

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الموضوع فالنظرة التشاؤمية يمكن أن تعيق تحقيق الرضا عن الحياة، ومن هنا فإن دراسة التفاؤل والتشاؤم يشكل إحدى الخطوات الأساسية في تحديد الأشخاص الذين يمكن أن تقدم لهم المساعدة، وهو ما قد يفيد المرشدين والاختصاصيين العاملين في مجال الصحة النفسية، يمكن الاستفادة من النتائج التي ستتوصل إليها هذه الدراسة لدى الجهات المتخصصة بالعلاج والإرشاد النفسي لما للرضا عن الحياة والتفاؤل من دور كبير في الوقاية من الاضطرابات والأمراض النفسية والجسمية.

مصطلحات الدراسة

- الرضا عن الحياة: هو تقدير الطالب لنوعية الحياة التي يعيشها طبقًا لنسقه القيمي ومستوى هذا الرضا يعبر عنه من خلال: "السعادة، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، التقدير الاجتماعي، الطمأنينة، الحياة الاقتصادية، الحياة الصحية، والأمور الدينية" (أبو عبيد: 2013، 8).

ويعرف الباحث الرضا عن الحياة إجرائيًا: بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الرضا عن الحياة المعد خصيصاً لهذه الدراسة.

- التفاؤل والتشاؤم: هو توقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل، بأنها ستكون بشكل أفضل وستجلب الخير والسعادة والنجاح. أما التشاؤم فتوقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل بأنها ستكون بشكل أسواء، وستجلب الشر والتعاسة والفشل واليأس وخيبة الأمل" (المجدلاوي: 2012، 211).

ويعرف الباحث التفاؤل والتشاؤم إجرائيًا بأنه: الدرجة التي يحصل عليه الطالب على مقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدم في هذه الدراسة.

- مدينة زليتن: هي مدينة ساحلية ليبية تقع شرق مدينة طرابلس 150 كم، ويحدها من الشمال البحر الأبيض المتوسط ومن الجنوب مدينة بني وليد، ومن الشرق مدينة مصراته ومن الغرب مدينة الخمس.
- الجامعة الأسمرية للعلوم الإسلامية: تأسست الجامعة سنة 1995م، ويقع مقرها الرئيسي بمدينة زليتن بمحلة الشيخ، وتحتوي على تسعة عشر كلية متنوعة، موزعة داخل مدينة زليتن وخارجها، ويبلغ عدد الطلبة الدارسين بها 12838 طالبًا وطالبةً، وبلغ عدد الخرجين بها 22150 طالبًا وطالبةً.
- كلية الشريعة والقانون: تأسست الكلية سنة 1996م، ويقع مقرها الرئيسي بمدينة زليتن بمحلة الشيخ، وتتكون الكلية من أربعة أقسام وهي (قسم الشريعة، وقسم القانون، وقسم الشريعة والقانون، وقسم الاقتصاد والمالية الإسلامية)، ويبلغ عدد الطلاب الدارسين بالكلية في مرحلة اللسانس 760 طالبًا وطالبةً.
- كلية الآداب: تأسست الكلية سنة 1991م وكانت تتبع جامعة المرقب ثم انضمت إلى الجامعة الأسمرية سنة 2013م، ويقع مقرها الرئيسي بمدينة زليتن بمحلة الجمعة، وتحتوي على عشرة أقسام (قسم اللغة العربية، وقسم اللغة الإنجليزية، وقسم التربية وعلم النفس، وقسم المكتبات

والمعلومات، وقسم علم الاجتماع، وقسم الفلسفة، وقسم التاريخ، وقسم الجغرافيا، وقسم الإعلام، وقسم الآثار)، ويبلغ عدد الطلاب الدارسين بالكلية 1706 طالبًا وطالبةً.

حدود الدراسة

- البعد الموضوعي: يقتصر البعد الموضوعي على دراسة الرضا عن الحياة وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم.
- البعد البشري: يقتصر البعد البشرى على عينة من طلاب كلية الشريعة والقانون وطلاب كلية الآداب بالجامعة الأسمرية بمدينة زليتن من الجنسين.
- البعد الزماني: تم إجراء الدراسة في العام الجامعي 2018م / 2019م.
- البعد المكاني: يقتصر البعد المكاني على كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية بمدينة زليتن.

الدراسات السابقة

- **دراسة. المغراوي 2010:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التفاؤل والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة مراكز التحفيظ بمدينة مصراته، ومعرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والتفاؤل وفقًا لمتغيرات (العمر، الخبرة)، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في سمة التفاؤل وفقًا لمتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، العمل، معدل حفظ القرآن)، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، العمل، معدل حفظ القرآن). تكونت عينة الدراسة من 400 طالب وطالبة من مختلف مراكز تحفيظ القرآن الكريم بمدينة مصراته، حيث بلغ عدد الذكور 166، وعدد الإناث 234، استخدمت الباحثة مقياس التفاؤل من إعداد بدر الأنصاري 2002، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد نعمان علوان 2008، و**أسفرت نتائج الدراسة** أن أفراد العينة لديهم معدل مرتفع من التفاؤل، ومن الرضا عن الحياة، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمة التفاؤل وفقًا لمتغير الجنس لصالح الإناث، والحالة الاجتماعية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمة التفاؤل وفقًا لمتغير المستوى التعليمي، والعمل، ومعدل حفظ القرآن الكريم، لا توجد علاقة في سمة التفاؤل وفقًا لمتغير العمر، والخبرة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير (الجنس) لصالح الإناث، و(المستوى التعليمي) في مجال العلاقات الاجتماعية لصالح فئة الأساسي، وفي مجال الاستقرار الاجتماعي لصالح الفئة الجامعية، والحالة الاجتماعية، والعمل، لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية في مقياس الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير (معدل حفظ القرآن الكريم)، توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في مقياس الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير العمر في مجال السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، التقدير الاجتماعي، لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في مقياس الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير الخبرة في جميع مجالات المقياس.

- **دراسة. بسيوني 2011:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين كلاً من التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة، تكونت عينة الدراسة من 343 طالبةً من كلية التربية للبنات وينتمون إلى مستويات تعليمية مختلفة ممن تتراوح أعمارهن ما بين 21 – 25 عامًا، استخدمت الباحثة مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد الباحثة، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد إيمان شاهين وسميرة شند 2007، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي. وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشاؤم والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي، وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01 بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التفاؤل على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لصالح مرتفعي التفاؤل، وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01 بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التشاؤم على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لصالح منخفضي التشاؤم، وجود أثر دال إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01 لمتغير المستوى الدراسي في تباين درجات الطالبات على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي.

- **دراسة. المجدلاوي 2012:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى شيوع التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى عينة الدراسة، والتعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية، وأيضًا معرفة الفروق في متغيرات الدراسة تبعًا للمتغيرات الديموغرافية (العمر، الدخل، سنوات الخدمة)، وتكونت عينة الدراسة من 205 من موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقعهم بسب الخلافات السياسية، استخدم الباحث مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداده، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداده، ومقياس الأعراض النفسجسمية من إعداده، **نتائج الدراسة:** أظهرت النتائج أن 52% من العينة متشائمون و 55% غير راضين عن حياتهم و 22 % يعانون من أعراض نفسجسمية، وجود علاقة سالبة بين التشاؤم والرضا عن الحياة، لا توجد علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وبين الأعراض النفسجسمية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة في مقياس التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة تبعًا للمتغيرات الديمغرافية،

وجود فروق جوهرية في مقياس الأعراض النفسجسمية تبعًا للمتغيرات الديمغرافية، إذْ تبين أن الأفراد الذين أعمارهم ودخلهم وخبرتهم مرتفعة ارتفعت عندهم الأعراض النفسجسمية أكثر من غيرهم.

مناقشة الدراسات السابقة

يعتمد الباحث في مناقشته للدراسات السابقة المتعلقة بالرضا عن الحياة وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم على محاورها الرئيسية، وهي أهداف الدراسات، منهجية الدراسات، حجم العينة ونوعها، أدوات الدراسات، نتائج الدراسات.

أهداف الدراسات: هدفت الدراسات السابقة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وتختلف الدراسة الحالية عن جميع الدراسات السابقة حيث تهدف إلى معرفة الفروق في الرضا عن الحياة بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير الكلية، ومعرفة الفروق في التفاؤل والتشاؤم بين الطلاب كلية الشريعة والقانون وكلية الآداب بالجامعة الأسمرية من حيث متغير الكلية.

منهجية الدراسات: لاحظ الباحث أن معظم الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي، وهو ما يتفق مع الدراسة الحالية والتي يستخدم فيها الباحث المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: تختلف الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة حيث بلغ حجم العينة (494) في حين تباينت عينات الدراسات السابقة من حيث الحجم ما بين (205/400)، ومن حيث نوع العينة فقد تباينت الدراسات في ذلك أيضًا، فقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة بسيوني 2011حيث استهدف الطلبة الجامعيين، واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة المغراوي 2010 التي استهدفت طلبة مراكز التحفيظ، في حين استهدفت دراسة المجدلاوي 2012 الموظفين بالقطاعات العامة، وهو ما يختلف مع الدراسة الحالية حيث بلغ حجم العينة (495 طالب وطالبة) من طلاب الجامعة.

أدوات الدراسات: واختلفت الدراسة الحالية مع باقي الدراسات السابقة حيث استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة لأماني عبد المقصود، والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لأحمد عبدالخالق، في حين تنوعت أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات السابقة فمنها من استخدم مقياس التفاؤل من إعداد بدر الأنصاري 2002، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد نعمان علوان 2008، واستخدم بسيوني 2011 مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداده، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد إيمان شاهين وسميرة شند 2007. واستخدم المجدلاوي 2012 مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداده، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداده، ومقياس الأعراض النفسجسمية من إعداده.

نتائج الدراسات: يظهر من مراجعة نتائج الدراسات السابقة أن هناك تباين في النتائج التي توصلت إليها تبعًا لمتغيرات الدراسات حيث أظهرت نتائج الدراسات وجود معدل مرتفع من التفاؤل، ومن الرضا عن الحياة، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمة التفاؤل وفقًا لمتغير الجنس لصالح الإناث، والحالة الاجتماعية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير (الجنس) لصالح الإناث، و(المستوى التعليمي) في مجال العلاقات الاجتماعية لصالح فئة الأساسي، وفي مجال الاستقرار الاجتماعي لصالح الفئة الجامعية، والحالة الاجتماعية، والعمل، توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في مقياس الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير العمر في مجال السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، التقدير الاجتماعي، (المغراوي 2010). وجود علاقة موجبة بين التفاؤل، والرضا عن الحياة، والإنجاز الأكاديمي، (بسوني 2011)، وجود علاقة سالبة بين التشاؤم، والرضا عن الحياة، والإنجاز الأكاديمي (بسوني 2011، المجدلاوي 2012)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التفاؤل والرضا عن الحياة تعزى للمتغير الفئة العمرية، ومتغير المؤهل العلمي، ومتغير نوع المحافظة، ومتغير المستوى الاقتصادي، (المجدلاوي 2012).

منهج الدراسة وإجراءاتها

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيق أهدافه.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة الدارسين بكلية الآداب وكلية الشريعة والقانون بالجامعة الأسمرية بمدينة زليتن في جميع السنوات الدراسية، وفي مختلف التخصصات، والبالغ عددهم ((2466)) طالبًا وطالبةً.

عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من: (40) طالبًا من طلاب الجامعة الأسمرية بكلية التربية، وتم اختيارها بطريقة عشوائية، وذلك لغرض استخراج الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة، ومقياس التفاؤل والتشاؤم على عينة البحث.

عينة الدراسة الرئيسية:

تضمنت عينة الدراسة طلبة كلية الآداب وكلية الشريعة والقانون، حيث شملت جميع السنوات الدراسية في جميع التخصصات بطريقة العينة العشوائية المنتظمة، وبنسبة: (20%) من طلاب كلية الآداب وكلية الشريعة والقانون، فبلغ مجموع العينة: (494) طالبًا وطالبةً.

أدوات الدراسة:

استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة لأماني عبد المقصود 2008، والذي يتكون من: (72) فقرة فقط مقسمة إلى خمسة أبعاد رئيسية، هي: الشعور بالرضا عن الذات (الرضا الذاتي)، من الفقرة 1-18، والرضا عن الحياة الأسرية (الرضا الأسري) من الفقرة 19-28، والرضا عن العلاقات الاجتماعية (الرضا الاجتماعي)، من الفقرة 29-46، والرضا عن العمل (الرضا المهني)، من الفقرة 47-57، والخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية، من الفقرة 58-72، الملحق (1).

صدق المقياس:

حيث قامت معدة المقياس بتقنين المقياس على البيئة المصرية، وتم احتساب صدق المقياس بعدة طرق تمثلت في:

أ. **صدق المحكمين:** اعتمدت مُعدة المقياس على آراء عدد من المحكمين وعددهم عشرة محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية بالجامعات المصرية، حيث كان الاتفاق بنسبة: (90%) على البنود التي يتضمنها المقياس.

ب. **الاتساق الداخلي:** استخدمت مُعدة المقياس هذا الإجراء على ثلاثة مستويات، **أولها:** يتمثل في حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للبعد، ووجد أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى: (0.01)، وهو ما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله. **ثانيها:** حساب معاملات الارتباط بين كل بعد من الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس، ووجد أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى: (0.01)، وهو ما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله. **ثالثها:** معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس، ووجد أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى: (0.01)، وهو ما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله.

الثبات:

تم حساب الثبات بطريقة إعادة الإجراء: حيث تم تطبيق الأداة مرتين بفاصل زمني أسبوعين على مجموعة قوامها (100) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا، وبحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني كان (0.832)، وهو معامل ارتباط عالٍ، وهو ما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر عال من الثبات.

بطريقة ألفا كرونباخ: من خلال تطبيق المقياس على مجموعة كلية قوامها: (100) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا، حيث بلغ معامل الثبات ألفا: (0.734) وهو معامل ارتباط عالٍ، وهو ما طمئن معدة المقياس إلى إمكانية استخدام المقياس.

طريقة التصحيح: تم تقدير جميع بنود المقياس على مقياس متدرج من 1-3 درجات هو: نعم، إلى حد ما، لا، وتشير الدرجات المرتفعة إلى مستويات مرتفعة من الرضا عن الحياة، وتعكس الدرجة بالنسبة للعبارات السلبية وأرقامها (3-5-10-11-13-15-20-21-23-25-28-30-32-33-35-36-38-40-41-42-43-44-45-46-49-50-54-57-58-60-62-63-66)، ومن ثم تتراوح درجات المقياس بين 72-216، بحيث تشير الدرجة الأدنى إلى مستوى منخفض من الشعور بالرضا عن الحياة.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة على مجتمع الدراسة:

- **الصدق الظاهري:** تم توزيع مقياس الرضا على الحياة على عدد من المحكمين من أساتذة علم النفس وعددهم (4) انظر الملحق (2)، وقام المحكمون ببعض التعديلات على بعد الرضا المهني والمتمثلة في الفقرة 47 إلى الفقرة 57، انظر الملحق (3)، والتزم الباحث بجميع التعديلات.
- **صدق الاتساق الداخلي:** يبين جدول رقم (1) أن الفقرات 1،8،13 دالة على بعد الرضا الذاتي عند مستوى دلالة: (0.01)، وهو ما يشير إلى أن فقرات الرضا الذاتي ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وأن الفقرات 9، 14،15، 17،18،16،12،11،10،7،6،5،4،3،2 دالة على بعد الرضا الذاتي عند مستوى دلالة: (0.05)، وهو ما يشير إلى أن فقرات الرضا الذاتي ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للرضا عن الحياة.

جدول (1): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الرضا عن الحياة في بعد الرضا الذاتي

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0.378*	7	0.463**	13	0.383*
2	0.543**	8	0.393*	14	0.381*
3	0.561**	9	0.376*	15	0.377*
4	0.409**	10	0.464**	16	0.522**
5	0.407**	11	0.581**	17	0.467**
6	0.589**	12	0.513**	18	0.473**

ويبين جدول رقم (2) أن جميع الفقرات التي تنتمي للرضا الأسرى دالة إحصائياً عند مستوى: (0.01)، وهو ما يشير إلى أن فقرات الرضا الأسري ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للبعد.

جدول رقم (2): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الرضا عن الحياة في بعد الرضا الأسري

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
19	0.614**	24	0.793**
20	0.694**	25	0.462**
21	0.817**	26	0.481**
22	0.801**	27	0.530**
23	0.786**	28	0.688**

ويبين جدول رقم (3) أن جميع الفقرات دالة إحصائيًا عند مستوى: (0.01)، ما عدا الفقرات ذات الأرقام (31، 35، 40، 41) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى: (0.05)، وهو ما يشير إلى أن فقرات الرضا الاجتماعي ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول رقم (3): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الرضا عن الحياة في بعد الرضا الاجتماعي

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
29	0.451**	35	0.335*	41	0.399*
30	0.518**	36	0.586**	42	0.543**
31	0.378*	37	0.633**	43	0.643**
32	0.734**	38	0.344*	44	0.543**
33	0.533**	39	0.518**	45	0.568**
34	0.440**	40	0.318*	46	0.503**

ويبين جدول رقم (4) أن جميع الفقرات دالة إحصائيًا عند مستوى: (0.01)، وهو ما يشير إلى أن فقرات الرضا عن الدراسة ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول رقم (4): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الرضا عن الحياة في بعد الرضا عن الدراسة

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
47	0.710**	51	0.562**	55	0.439**
48	0.492**	52	0.466**	56	0.661**
49	0.346*	53	0.829**	57	0.603**
50	0.669**	54	0.519**	-	-

ويبين جدول رقم (5) أن جميع الفقرات دالة إحصائيًا عند مستوى: (0.01)، ما عدا الفقرات ذات الأرقام التالية: (66، 71) فهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى: (0.05)، وهو ما يشير إلى أن الفقرات ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية للبعد.

جدول رقم (5): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الرضا عن الحياة في بعد الخلو من الأعراض العصابية

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
58	0.497**	63	0.557**	68	0.543**
59	0.676**	64	0.616**	69	0.669**
60	0.669**	65	0.493**	70	0.647**
61	0.567**	66	0.332*	71	0.326*
62	0.793**	67	0.564**	72	0.539**

الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة: يبين جدول رقم (6) أن بعد الرضا الذاتي دال مع بعد الرضا الأسري والرضا الدراسي، عند مستوى دلالة: (0.01)، بينما يرتبط مع بعد الرضا الاجتماعي، وبعد الخلو من الأعراض العصابية، عند مستوى دلالة: (0.05)، وأن بعد الرضا الأسري يرتبط مع بعد الرضا الاجتماعي، عند مستوى: (0.01)، ويرتبط مع بعد الرضا الدراسي، وبعد الخلو من الأعراض العصابية، عند مستوى دلالة: (0.01)، ويرتبط بعد الرضا الاجتماعي مع بعد الرضا الدراسي والخلو من الأعراض العصابية، عند مستوى دلالة: (0.01)، أما بعد الرضا الدراسي فيرتبط مع بعد الخلو من الأعراض العصابية عند مستوى دلالة: (0.01)، وهذا الاتساق بين أبعاد المقياس يطمئن الباحث على سلامة المقياس وصدقه التقاربي.

جدول رقم (6): يبين الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة

أبعاد الرضا عن الحياة	الرضا الذاتي	الرضا الأسري	الرضا الاجتماعي	الرضا الدراسي	الخلو من العراض العصابية
الرضا الذاتي	-	0.351*	0.532**	0.354*	0.525**
الرضا الأسري	-	-	0.444**	0.362*	0.358*
الرضا الاجتماعي	-	-	-	0.419**	0.430**
الرضا الدراسي	-	-	-	-	0.320*
الخلو من الأعراض العصابية	-	-	-	-	-

الثبات: استخدم الباحث أسلوب التجزئة النصفية لغرض استخراج ثبات الاختبار بطريقة (الأعداد الفردية – مقابل الأعداد الزوجية)، وباستخدام معادلة التصحيح لسبيرمان براون، اتضح أن معامل الثبات لمقياس الرضا عن الحياة للأبعاد والدرجة الكلية جميعها تتمتع بثبات عالٍ، وهو ما يشير إلى أن المقياس صالح للاستخدام، وهو ما يوضحه الجدول رقم (7).

جدول رقم (7): يبين الثبات بين أبعاد مقياس الرضا بطريقة (الأعداد الفردية – مقابل الأعداد الزوجية)، وباستخدام معادلة التصحيح لسبيرمان براون

أبعاد مقياس الرضا عن الحياة	معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل ثبات الاختبار لسبيرمان براون
الرضا الذاتي	0.543	0.704
الرضا الأسري	0.559	0.717
الرضا الاجتماعي	0.258	0.411
الرضا الدراسي	0.636	0.778
الخلو من الأعراض العصابية	0.748	0.856
الدرجة الكلية	0.645	0.784

ثانيًا: مقياس القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم إعداد أحمد عبد الخالق، تتكون القائمة من ثلاثين فقرة تتوزع على مقياسين فرعيين، هما: مقياس التفاؤل من الفقرة 1-15، ومقياس التشاؤم من الفقرة 16-30، ومقابل كل فقرة مقياس تقدير خماسي انظر الملحق (4).

صدق المقياس: تم تقنين المقياس على البيئة الكويتية، وتم حساب صدق المقياس بعدة طرق تمثلت في:

الاتساق الداخلي: يقصد به معاملات الارتباط بين البند والدرجة الكلية، وتتوافر في القائمة مؤشرات مقبولة للثبات والصدق، فقد بلغ معامل الارتباط بين كل بند في قائمة التفاؤل وبين الدرجة الكلية: (0.63، 0.81)، وكان معامل الارتباط بين كل بند في قائمة التشاؤم وبين الدرجة الكلية (0.81، 0.69)، حيث يمكن القول إن القائمة العربية تتسم باتساق داخلي مرتفع، وذلك أن كل ارتباطات البنود بالدرجة الكلية على بقية البنود جوهرية إحصائياً ومرتفعة.

الصدق التلازمي: حسب الارتباط بين مقياسي القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، واختبار التوجه نحو الحياة من وضع شاير وكارفر 1985م، ويشتمل المقياس الأخير على اثنى عشر بندًا تقيس التفاؤل، واستخرج ارتباط قدره: (0.78، -0.69) (ن=111) بين الدرجة الكلية على اختبار التوجه نحو الحياة ومقياسي التفاؤل والتشاؤم على التوالي، وتشير هذه النتيجة إلى صدق تلازمي مرتفع للقائمة العربية.

الصدق التقاربي: يعني أن الاختبار يرتبط بدرجة مرتفعة بغيره من المتغيرات التي يجب أن يرتبط بها نظريًا، واعتمادًا على ذلك افترض أن كلاً من اليأس والاكتئاب والقلق والوسواس القهري ترتبط ارتباطًا دالاً إحصائيًا سلبيًا بالتفاؤل، وإيجابيًا بالتشاؤم، ووجد أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى: (0.01)، وهذه النتيجة تبرهن على الصدق التقاربي للقائمة العربية.

جدول رقم (8): يبين معاملات الارتباط بين القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم وبعض مقاييس الشخصية لدى طلاب الجامعة من الجنسين

م	المقاييس	ن	معاملات الارتباط	
			التفاؤل	التشاؤم
1	اليأس	277	0.26-	0.32
2	الاكتئاب	277	0.54-	0.73
3	القلق	134	0.68-	0.73
4	الوسواس القهري	111	0.37-	0.60

الصدق العاملي: يستخدم التحليل العاملي بوصفه أحد الطرق التي تحدد صدق التكوين، حيث أسفرت التحليل عن استخلاص عامل نقي يتضمن جميع الفقرات الخمس عشرة للتفاؤل، حيث تراوحت

التشبعات عليه بين: (0.62، 0.81)، واستخلاص عامل نقي آخر يتضمن جميع الفقرات الخمس عشرة فقرة للتشاؤم، تراوحت التشبعات عليه بين: (0.67، 0.83).

الثبات: تتوافر في القائمة مؤشرات مقبولة للثبات، فقد بلغ معامل ثبات ألفا لكرونباخ (0.93، 0.94) (ن=277) لمقياسي التفاؤل والتشاؤم على التوالي، وبذلك تكون القائمة العربية لقياس التفاؤل والتشاؤم تتسم بارتفاع نسبة ثباتها وصدقها، وهو ما يجعلها صالحة للاستخدام في البحوث النفسية العربية.

طريقة التصحيح: لكل مقياس منها درجة كلية مستقلة، ويصحح بجمع الدوائر التي وضعها المفحوص في كل عمود من الأعمدة الخمسة للاختيارات الخمسة (1-5) ويضرب التكرار المستخرج من كل عمود على حدة في الاختيار الخاص به (أي1 x، 2x، 3x، 4 x، 5x) أي التكرارات x الاختيارات، ثم يجمع ناتج الخطوة الأخيرة ويمثل الدرجة الكلية على مقياس التفاؤل، وتنفذ الإجراءات ذاتها بشكل مستقل على مقياس التشاؤم، وحيث إن العبارات 15 والاختيارات 5 فتكون الدرجة الدنيا = 15، والدرجة العليا = 75، وتفسر الدرجات على المقياسين الفرعيين كل على حدة بطريقتين المئينيات أو المتوسط + الانحراف المعياري (م + 1ع).

صدق أداة الدراسة على عينة الدراسة الحالية:

الصدق الظاهري: تم توزيع مقياس التفاؤل والتشاؤم على عدد من المحكمين (من أساتذة علم النفس) وعددهم خمسة محكمين، وقام المحكمون بالموافقة على المقياس بصيغته الأصلية.

صدق الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد: يبين جدول رقم (9) أن جميع الفقرات دالة عند مستوى دلالة: (0.01)، ما عدا الفقرة ذات الرقم (1) فهي دالة عند مستوى دلالة: (0.05)، وهو ما يشير إلى أن فقرات مقياس التفاؤل ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية لمقياس التفاؤل والتشاؤم.

جدول (9): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم في بعد (التفاؤل)

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0.101*	6	0.199**	11	0.338**
2	0.130**	7	0.297**	12	0.300**
3	0.297**	8	0.354**	13	0.349**
4	0.126**	9	0.152**	14	0.255**
5	0.249**	10	0.354**	15	0.119**

يبين جدول رقم (10) أن جميع الفقرات دالة عند مستوى دلالة: (0.01)، ما عدا الفقرة ذات الرقم (27، 28) فهما دالتان عند مستوى دلالة: (0.05)، وهو ما يشير إلى أن فقرات مقياس التشاؤم ترتبط ارتباطًا دالاً بالدرجة الكلية لمقياس التفاؤل والتشاؤم.

جدول (10): يبين صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم في بعد (التشاؤم)

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
16	0.438**	21	0.797**	26	0.702**
17	0.656**	22	0.709**	27	0.399*
18	0.632**	23	0.810**	28	0.402*
19	0.704**	24	0.761**	29	0.565**
20	0.539**	25	0.519**	30	0.592**

الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم:

يبين جدول رقم (11) أن هناك علاقة سالبة (عكسية) بين مقياس التفاؤل، ومقياس التشاؤم وهذه النتيجة تمثل الصدق التباعدي، حيث أن السمتين متناقضتين.

جدول رقم (11): يبين الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم

المتغير	التشاؤم
التفاؤل	-0.653**
التشاؤم	-

الثبات: تم استخدام أسلوب التجزئة النصفية لغرض استخراج ثبات الاختبار بطريقة (الأعداد الفردية – مقابل الأعداد الزوجية)، وبلغ معامل الارتباط بين نصفي الاختبار: (0.702)، وباستخدام معادلة التصحيح لسبيرمان براون بلغ معامل ثبات الاختبار: (0.825)، وهو ما يشير إلى درجة ثبات عالية، وأنه صالح للاستخدام في الدراسة.

الأساليب الإحصائية:

بعد جمع البيانات من عينة الدراسة تمت عملية تحليل البيانات التي جمعت باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث تمت معالجتها بالطرق الإحصائية الوصفية (المتوسط، الانحراف المعياري، التباين، الالتواء)، معامل الارتباط، اختبار (ت)، حجم التأثير (كوهين d)، تحليل التباين الأحادي، اختبار توكى (Tukey).

نتائج الدراسة

التساؤل الأول الذي ينص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)؟"

جدول (16): يبين قيمة (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقاً لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)

البعد	الكلية	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	الدلالة	حجم التأثير d*
الرضا الذاتي	كلية الآداب	342	41.13	5.481	1.243	.215	
	كلية الشريعة والقانون	152	41.77	5.247			
الرضا الأسري	كلية الآداب	342	25.38	4.008	3.535	.000	0.344
	كلية الشريعة والقانون	152	26.61	3.392			
الرضا الاجتماعي	كلية الآداب	342	42.1345	5.97841	2.924	.004	0.285
	كلية الشريعة والقانون	152	43.7039	5.28379			
الرضا عن الدراسة	كلية الآداب	342	25.2135	4.24935	.610	.543	
	كلية الشريعة والقانون	152	25.4605	4.11729			
الخلو من الأعراض العصابية	كلية الآداب	342	33.6988	6.36476	.318	.751	
	كلية الشريعة والقانون	152	33.9079	6.92089			
الدرجة الكلية للرضا	كلية الآداب	342	167.5585	20.28393	2.075	.039	0.202
	كلية الشريعة والقانون	152	171.4671	18.87355			

*(0.2 – 0.49 تأثير صغير)، (0.50-0.79 تأثير متوسط)، (0.80 – فما فوق تأثير كبير) عفانة، 2008: 38

يتبين من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب على مقياس الرضا عن الحياة في بعض الأبعاد التالية: (الأسري، والاجتماعي) وفقًا إلى متغير الكلية، وجاءت الفروق لصالح كلية الشريعة والقانون حيث بلغت قيمة (ت) على التوالي (3.53، 2.92) بمستوى دلالة: (0.01)، وأيضًا وجود فروق بين متوسط درجات أفراد العينة للرضا عن الحياة وكانت قيمة (ت) 2.075، وهى دالة عند مستوى دلالة: (0.05)، وجاءت لصالح كلية الشريعة والقانون، وفى المقابل لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في الرضا عن الحياة في بعد الرضا الذاتي والرضا الدراسي والخلو من الأعراض العصابية حيث كانت قيمة (ت) لهذين البعدين غير دالة إحصائيًا.

ولمعرفة حجم التأثير تم استخدام معادلة كوهين (d) ووجد أن حجم التأثير لبعد الرضا الأسرى (0.344) وهو معامل تأثير صغير، ومعامل التأثير للرضا الاجتماعي (0.270) وهو ذو حجم تأثير صغير أيضًا، ومعامل التأثير للدرجة الكلية (0.202) وهو معامل تأثير صغير.

ويعلل الباحث هذه النتيجة بأن طلبة وطالبات كلية الشريعة والقانون قد تشربوا تعاليم الدين الإسلامي من دراستهم للعلوم الدينية في جميع مراحل التعليم، وبهذا أصبحت هذه التعاليم معايير لسلوكهم

يلتزمون بها، وهذه المعايير تساعد الفرد على معرفة الصواب من الخطأ والحلال من الحرام فيأتمر بما أمر الله به، ويبتعد عن ما نهى الله عنه، وهم يدركون أن الإيمان بقضاء الله وقدره في السراء والضراء فيه مرضاة لله ولرسوله وهذا يولد لديهم الإحساس بالرضا عن الحياة والسكينة، فالعلاقات الاجتماعية يمكنها التنبؤ بمستوى الرضا العام عن الحياة، وتعد الحياة الأسرية في المرتبة الأولى في التنبؤ بالرضا عن الحياة.

التساؤل الثاني الذي ينص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)؟"

الجدول (17): يبين قيمة (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسط درجات الطلاب في التفاؤل والتشاؤم وفقاً لمتغير الكلية (كلية الآداب -كلية الشريعة والقانون)

البعد	الكلية	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	الدلالة
التفاؤل	كلية الآداب	342	53.8626	11.74766	.202	.840
	كلية الشريعة والقانون	152	54.1053	12.58779		
التشاؤم	كلية الآداب	342	30.4152	11.73573	.127	.899
	كلية الشريعة والقانون	152	30.2632	12.48614		

يتبين من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند أي مستوى من مستويات الدلالة بين متوسط درجات الطلاب على مقياس التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير الكلية، حيث بلغت قيمة ت للتفاؤل: (0.202)، وبلغت قيمة ت للتشاؤم: (0.127)، وهي غير دالة عند أي مستوى من مستويات الدلالة، ويعلل الباحث هذه النتيجة إلى تشابه البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الطالب، كما أن الكليات تسعى في جميع برامجها وأقسامها الأكاديمية إلى تزويد الطلبة بالنظرة السليمة للحياة ومشكلاتها اليومية وتقبل الواقع والمرونة والإيجابية ومواجهة إحباطات الحياة اليومية بالكم الكافي من المعارف والاتجاهات، الذي يعمل على مساعدة هؤلاء الطلاب في تغيير أسلوب حياتهم، وصقل شخصياتهم، والتأثير فيهم بشكل إيجابي، وهذا يعزز التفاؤل لديهم، ويجعلهم أكثر مرونة وواقعية وفعالية في التكيف مع المتغيرات المحيطة بهم.

International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
Vol. (4), No. (3) March 2025 الإصدار (4)، العدد (3)

عرض التساؤل الثالث الذي ينص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص؟"

جدول (20): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص

البعد	التخصص	ن	المتوسط	الانحراف المعياري
الرضا الذاتي	اللغة العربية	79	39.8861	5.27448
	اللغة الإنجليزية	51	40.5882	5.87257
	علم النفس	65	40.9231	5.39186
	المكتبات	33	39.7576	5.11145
	علم الاجتماع	43	42.2791	5.31093
	الفلسفة	9	45.2222	2.72845
	التاريخ	14	43.2143	5.25033
	الجغرافيا	17	42.9412	3.97603
	الإعلام	22	41.5909	5.73759
	الآثار	9	44.3333	7.77817
	الاقتصاد الإسلامي	33	41.8182	5.20489
	القانون	68	42.6029	5.41457
	الشريعة	23	41.0435	4.45664
	الشريعة والقانون	28	40.3214	5.34758
	الدرجة الكلية	**494**	**41.3300**	**5.41338**
الرضا الأسري	اللغة العربية	79	23.81013	4.326650
	اللغة الإنجليزية	51	24.78431	4.526870
	علم النفس	65	25.95385	3.475048
	المكتبات	33	25.45455	3.800419
	علم الاجتماع	43	25.93023	3.850760
	الفلسفة	9	27.77778	2.488864
	التاريخ	14	27.00000	3.328201
	الجغرافيا	17	26.94118	2.135140
	الإعلام	22	26.27273	4.049478
	الآثار	9	25.44444	4.034573
	الاقتصاد الإسلامي	33	27.00000	2.304886
	القانون	68	26.61765	3.669273
	الشريعة	23	26.52174	3.836068
	الشريعة والقانون	28	26.25000	3.513203
	الدرجة الكلية	**494**	**25.76113**	**3.868480**
الرضا الاجتماعي	اللغة العربية	79	40.0759	5.59481
	اللغة الإنجليزية	51	41.8235	5.77479
	علم النفس	65	42.5077	6.16979
	المكتبات	33	42.3030	5.22903
	علم الاجتماع	43	43.3023	5.76333
	الفلسفة	9	45.2222	6.35959
	التاريخ	14	43.5000	3.79777
	الجغرافيا	17	43.9412	4.65659
	الإعلام	22	42.0909	8.27451

	الآثار	9	44.5556	7.48517
	الاقتصاد الإسلامي	33	44.3030	4.62659
	القانون	68	43.7647	5.65980
	الشريعة	23	45.0870	4.53184
	الشريعة والقانون	28	41.7143	5.32539
	الدرجة الكلية	**494**	**42.6174**	**5.81365**
الرضا عن الدراسة	اللغة العربية	79	24.0633	3.40189
	اللغة الإنجليزية	51	23.9216	4.58189
	علم النفس	65	25.0923	3.79442
	المكتبات	33	26.3636	3.14064
	علم الاجتماع	43	26.7674	4.33610
	الفلسفة	9	27.8889	3.51584
	التاريخ	14	28.0000	3.80283
	الجغرافيا	17	24.1765	4.31908
	الإعلام	22	25.0455	6.42523
	الآثار	9	27.2222	4.46592
	الاقتصاد الإسلامي	33	25.4545	3.72568
	القانون	68	26.3529	3.91615
	الشريعة	23	24.9565	4.35345
	الشريعة والقانون	28	23.7143	4.41258
	الدرجة الكلية	**494**	**25.2895**	**4.20654**
الخلو من الأعراض العصابية	اللغة العربية	79	31.6582	5.92882
	اللغة الإنجليزية	51	33.3137	5.59818
	علم النفس	65	34.5846	5.68961
	المكتبات	33	32.1818	6.60234
	علم الاجتماع	43	34.8837	7.46168
	الفلسفة	9	35.5556	9.69679
	التاريخ	14	34.4286	5.78744
	الجغرافيا	17	34.4118	5.93779
	الإعلام	22	36.1818	6.53661
	الآثار	9	36.8889	5.62238
	الاقتصاد الإسلامي	33	35.1818	5.14450
	القانون	68	34.1765	7.66839
	الشريعة	23	32.4348	6.71380
	الشريعة والقانون	28	32.9643	6.99461
	الدرجة الكلية	**494**	**33.7632**	**6.53455**

جدول (21): يبين تحليل التباين الأحادي (ف) للرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص

البعد		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الرضا الذاتي	بين المجموعات	785.138	13	60.395	2.122	.012
	داخل المجموعات	13662.079	480	28.463		
	الكلي	14447.217	493	-		
الرضا الأسري	بين المجموعات	565.070	13	43.467	3.063	.000
	داخل المجموعات	6812.744	480	14.193		
	الكلي	7377.814	493	-		
الرضا الاجتماعي	بين المجموعات	1054.666	13	81.128	2.495	.003
	داخل المجموعات	15608.024	480	32.517		
	الكلي	16662.690	493	-		
الرضا عن الدراسة	بين المجموعات	718.227	13	55.248	3.313	.000
	داخل المجموعات	8005.378	480	16.678		
	الكلي	8723.605	493	-		
الخلو من الأعراض العصابية	بين المجموعات	936.087	13	72.007	1.718	.054
	داخل المجموعات	20115.203	480	41.907		
	الكلي	21051.289	493	-		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	15083.770	13	1160.290	3.084	.000
	داخل المجموعات	180612.043	480	376.275		
	الكلي	195695.814	493	-		

يتبين من الجدول رقم (21) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في الرضا عن الحياة وفقًا لمتغير التخصص على الأبعاد التالية: حيث كانت قيمة ف لبعد الرضا الذاتي 2.122 وهي دالة عند مستوى: (0.05)، وفي بعد الرضا الاجتماعي: 2.495، والرضا الأسري: 3.063، والرضا عن الدراسة: 3.313، وهي دالة عند مستوى: (0.01)، أما بعد الخلو من الأعراض العصابية فكان غير دال إحصائيًا، وبلغت قيمة ف 1.718، وقد بلغت قيمة ف للدرجة الكلية للرضا عن الحياة 3.084، وهي دالة عند مستوى دلالة: (0.01).

ولمعرفة الفروق بين التخصصات قام الباحث بإيجاد المقارنات المتعددة بطريقة توكى Tukey:

جدول (22): يبين المقارنات المتعددة لمتغير الرضا عن الحياة وفقًا للتخصص الدراسي

أبعاد الرضا عن الحياة	متوسط الاختلافات	الخطأ المعياري	اختبار توكى Tukey	مستوى الدلالة	الاتجاه
الرضا الأسري					
اللغة العربية مقابل علم النفس	2.143	0.63	3.40	0.05	علم نفس
اللغة العربية مقابل الاقتصاد الإسلامي	3.189	0.78	4.08	0.05	الاقتصاد الإسلامي
اللغة العربية مقابل القانون	2.807	0.623	4.5	0.05	القانون
الرضا الاجتماعي					
اللغة العربية مقابل القانون	3.688	0.943	3.91	0.05	القانون

اللغة العربية مقابل الشريعة	5.011	1.35	3.71	0.05	الشريعة
اللغة العربية مقابل الاقتصاد الإسلامي	4.227	1.18	3.58	0.05	الاقتصاد الإسلامي
الرضا عن الدراسة					
القانون مقابل اللغة العربية	2.289	0.675	3.39	0.05	القانون

يرى الباحث أن طبيعة التخصص هي التي جعلت وجود فروق دالة بين متوسطات درجات بعض الأبعاد، فالمقررات التي يدرسها طلاب كلية الشريعة والقانون، تجعلهم أكثر قدرة من غيرهم على السيطرة على الانفعالات السلبية وأكثر تحكمًا بمستويات القلق والتوتر لديهم، كما أنهم يصبحون أكثر قدرة على التحكم بغضبهم لاسيما عند التعرض للإحباطات، ويتكون لديهم فهم أعمق للمشاعر الإنسانية المختلفة وكيفية السيطرة على المشاعر السلبية منها، وزيادة الانفعالات الإيجابية، وتتعزز لديهم مهارات التعامل مع الضغوط اليومية المختلفة مما يجعلهم أقل عرضة للقلق، والحزن، وغيرها من المشاعر السلبية.

وعند قيام الباحث بالمقارنات المتعددة من خلال اختبار توكى وجد الاختلاف بين بعض التخصصات وليس كلها، فالاختلاف كان واضحًا وبدلالة: 0.05 في الرضا الأسري بين تخصص اللغة العربية وتخصص علم النفس، كان لصالح تخصص علم النفس وهذا يرجع لطبيعة المقرر الذي يدرسه طلاب علم النفس، مثل مقررات علم النفس العام والذي يهتم بدراسة سلوك الفرد، وعلم النفس الاجتماعي، والذي يهتم بدراسة اجتماعيات التربية والأسرة من خلال العديد من المقررات التربوية والنفسية، ويهتم بدراسة الصحة النفسية ومبادئ التوجيه والإرشاد وغيرها.

وظهر الاختلاف جليًا بين تخصص اللغة العربية وتخصص الشريعة وكان لصالح تخصص الشريعة، وهو الآخر يرجع إلى طبيعة التخصص، حيث أن تخصص الشريعة يركز على مبادئ الفقه والعبادات وأصول الدين التي تجعل الطالب يتحكم بقدر ما في الانفعالات السلبية، والإيمان بالقضاء والقدر في الأمور الدنيوية، والقناعة وغير ذلك من الأمور التي تعكس رضاه الأسري. وأيضًا يظهر الرضا الأسري من خلال الفروقات بين تخصص اللغة العربية والاقتصاد الإسلامي ولصالح الاقتصاد الإسلامي.

ومن جانب آخر ظهرت الفروق عند المقارنات المتعددة في الرضا الاجتماعي بين تخصص اللغة العربية والتخصصات التالية: القانون، والشريعة، والاقتصاد الإسلامي ولصالح التخصصات الثلاث الأخيرة، وهو نفس الشيء حيث طبيعة التخصص والمقررات التي يدرسها الطلاب في هذه التخصصات تعكس شخصياتهم الإيجابية وبالتالي تنعكس على الرضا الاجتماعي لديهم.

كما ظهر اختلاف بين تخصص اللغة العربية وتخصص القانون ولصالح تخصص القانون في بعد الرضا عن الدراسة.

ومن جانب آخر أن الفروق لم تكن ظاهرة بين التخصصات الأخرى، حيث لم تدخل أقسام اللغة الإنجليزية، وعلم الاجتماع، المكتبات، الفلسفة، الجغرافيا، الآثار في منظومة المقارنات المتعددة، أي أنه

لم يكن لها تأثير يذكر في الرضا عن الحياة، وبالتالي مستوى الدلالة في اختبار (ف) كان معتمدًا على أقسام علم النفس، والقانون، والشريعة، والاقتصاد الإسلامي، في كل من الرضا الأسرى، والرضا الاجتماعي، والرضا عن الدراسة.

عرض التساؤل الرابع الذي ينص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في التفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير التخصص؟"

جدول (23): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير التخصص

البعد	التخصص	ن	المتوسط	الانحراف المعياري
التفاؤل	اللغة العربية	79	50.2785	11.23175
	اللغة الإنجليزية	51	53.4314	12.09009
	علم النفس	65	54.0615	12.01936
	المكتبات	33	53.7879	10.47544
	علم الاجتماع	43	55.8372	12.58293
	الفلسفة	9	53.0000	11.90588
	التاريخ	14	60.1429	7.84324
	الجغرافيا	17	58.5882	9.88723
	الإعلام	22	55.1364	12.11569
	الآثار	9	56.2222	14.60118
	الاقتصاد الإسلامي	33	57.7576	10.60669
	القانون	68	57.3529	11.51866
	الشريعة	23	46.1304	11.32296
	الشريعة والقانون	28	48.4643	13.75037
الدرجة الكلية		**494**	**53.9372**	**12.00009**
التشاؤم	اللغة العربية	79	35.0127	10.23755
	اللغة الإنجليزية	51	30.0392	11.70463
	علم النفس	65	29.4769	11.86790
	المكتبات	33	32.4242	13.55551
	علم الاجتماع	43	27.9767	12.24645
	الفلسفة	9	24.6667	7.58288
	التاريخ	14	26.3571	7.22823
	الجغرافيا	17	29.1176	10.70562
	الإعلام	22	25.2273	10.80975
	الآثار	9	30.4444	16.00087
	الاقتصاد الإسلامي	33	27.1212	12.54681
	القانون	68	30.5735	12.98256
	الشريعة	23	32.1739	12.92866
	الشريعة والقانون	28	31.6429	10.65351
الدرجة الكلية		**494**	**30.3684**	**11.95910**

جدول (24): يبين تحليل التباين الأحادي (ف) للتفاؤل والتشاؤم وفقًا لمتغير التخصص الدراسي

البعد		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	5736.401	13	441.262	3.246	.000
	داخل المجموعات	65256.654	480	135.951		
	الكلي	70993.055	493			
التشاؤم	بين المجموعات	3743.840	13	287.988	2.070	.015
	داخل المجموعات	66765.107	480	139.094		
	الكلي	70508.947	493			

يتبين من الجدولين رقم (23، 24) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب وفقًا لمتغير التخصص في التفاؤل والتشاؤم، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للتفاؤل 53.93، وبانحراف معياري بلغ: 12.00، وبلغت قيمة ف للتفاؤل: 3.246، وهي دالة عند مستوى دلالة: (0.01)، وبلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للتشاؤم 30.36، وبانحراف معياري بلغ: 11.95، وبلغت قيمة ف للتشاؤم 2.070 وهي دالة عند مستوى دلالة: (0.05)، وهذا يدل على أن التفاؤل والتشاؤم يختلف باختلاف التخصص الدراسي، وهذا ما ستظهره نتائج المقارنات المتعددة.

ولمعرفة الفروق بين التخصصات قام الباحث بإيجاد المقارنات المتعددة بطريقة Tukey:

جدول (25): يبين المقارنات المتعددة لمتغير التفاؤل وفقًا لمتغير التخصص الدراسي

	متوسط الاختلافات	الخطأ المعياري	اختبار توكي Tukey	مستوى الدلالة	الاتجاه (لصالح أي تخصص)
التفاؤل					
اللغة العربية مقابل القانون	7.074	1.928	3.66	0.05	القانون
التاريخ مقابل الشريعة	14.124	3.95	3.57	0.05	التاريخ
الشريعة مقابل الاقتصاد الإسلامي	11.627	3.167	3.671	0.05	الاقتصاد الإسلامي
التشاؤم					
اللغة العربية مقابل الإعلام	9.785	2.843	3.44	0.05	اللغة العربية

من خلال الجدول (25) يتبين أن هناك فروق بين متوسط درجات الطلاب وفقًا للتخصص الدراسي على قائمة التفاؤل والتشاؤم، ويعلل الباحث ذلك أنه كلما شعر الطالب الجامعي بالرضا عن الحياة كلما كانت نظرته للحياة تفاؤلية، حيث إن الطلاب يمرون في هذه المرحلة بمرحلة التكوين الأكاديمي قبل التوجه نحو الحياة العملية بما يعتريها من مصاعب وضغوطات، فالجامعة تعد المتعلمين لأن يكونوا قادرين على مواجهة الصعوبات وضغوطات الحياة وتنمية قدراتهم الفكرية، وتنمية ثقة الطالب بنفسه وشعوره بالارتياح النفسي، ويجعله ذلك قادرًا على أن يلبي حاجاته وحاجات المجتمع وينمي فيه النظرة الإيجابية للمستقبل.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة يوصي الباحث بالتالي:

1. الاهتمام بإعداد البرامج الإرشادية التي تساعد على تنمية وتقوية الرضا عن الحياة والتفاؤل.
2. تدريب الطلاب على التفكير التفاؤلي وتجنب التفكير التشاؤمي.
3. القيام ببرامج تدريبية من شأنها رفع مستوى الرضا عن الحياة والتفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، والخفض من مستوى التشاؤم لدى الطلاب.
4. الاهتمام ببيئة الطالب الجامعية من خلال تفعيل الأنشطة الصفية وغيرها من الفعاليات التي تجعل البيئة الجامعية بيئة معززة للرضا عن الحياة والتفاؤل بجميع أبعادها ومعانيها.

المقترحات

يقترح الباحث إجراء الدراسات والبحوث التالية:

1. إجراء دراسة حول برنامج إرشادي لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطلاب وأثره على الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم.
2. إجراء دراسات حول الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة والمتغيرات المتصلة بالصحة والمرض النفسي والجسمي.
3. إجراء دراسة للتعرف على دور مساندة مؤسسات المجتمع المدني في تحقيق الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات.
4. إجراء دراسة للتعرف على أثر برنامج إرشادي على طلبة الجامعات الليبية في زيادة شعورهم بالرضا عن الحياة.

المراجع والملاحق

1. أبو عبيد. دعاء شعبان (2013). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة. رسالة ماجيستير غير منشورة. كلية التربية. الجامعة الإسلامية غزة.
2. بسيوني. سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز (2011). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي. مركز الإرشاد النفسي. ع28. ص ص67-114.

3. الدسوقي. مجدي محمد (2002). مقياس التفاؤل والتشاؤم. جمهورية مصر العربية. مطبعة الشمس.

4. عبد الخالق. أحمد محمد (1996). القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم. جمهورية مصر العربية. دار المعرفة الجامعية.

5. عبد الوهاب. أماني عبدالمقصود (2014). مقياس الرضا عن الحياة للكبار. جمهورية مصر العربية.

6. عبداللطيف. حسن (1997). الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة الكويت. المجلة التربوية. م11. ع43. ص ص301-349.

7. المجدلاوي. ماهر يوسف (2012). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسب الخلافات السياسية في قطاع غزة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية. م20. ع2. ص ص207-236.

8. المغراوي. زهرة يوسف (2010). التفاؤل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة مراكز تحفيظ القرآن الكريم بمدينة مصراته. رسالة ماجيستير غير منشورة. الأكاديمية الليبية بمدينة مصراته. ليبيا.

International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
Vol. (4), No. (3) March 2025 الإصدار (4)، العدد (3)

الملحق رقم (1): مقياس الرضا عن الحياة للكبار، إعداد: أماني عبدالمقصود عبد الوهاب في صورته الأصلية

ر. م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
.1	حظى في الحياة أكثر من معظم الناس الذين أعرفهم.			
.2	عندما أسترجع حياتي الماضية أشعر بالرضا بدرجة كافية.			
.3	قد تكون حياتي السابقة أكثر سعادة مما أنا عليه الآن.			
.4	أشعر بأنني حسن المظهر بالمقارنة بالآخرين من نفس سني.			
.5	عندما أفكر في حياتي الماضية أجد أنني لم أحقق ما أردته.			
.6	حصلت على ما كنت أتوقعه في الحياة.			
.7	أشعر بأن لي نفع وفائدة في الحياة.			
.8	أنا غير راضي عن نفسي.			
.9	حياتي تبدو لي روتينية.			
.10	أشعر بأن شخصيتي ضعيفة.			
.11	لدى هدف ومعنى لحياتي.			
.12	أفخر بإنجازاتي في الحياة حتى الآن.			
.13	تبدو لي الحياة أحياناً بلا أمل.			
.14	أنا راضى عن مستوى معيشتي بوجه عام.			
.15	لا يوجد عندي تعارض بين أمور الدين والدنيا.			
.16	أهدافي في الحياة واضحة ويمكنني تحقيقها.			
.17	لا أفكر في الماضي ولا أعيش في المستقبل ولكنني أعيش بشكل كامل في الحاضر.			
.18	أرى المشكلات التي تواجهني في الحياة بمثابة تحديات أتعلم منها.			
.19	أشعر بجو من التفاهم داخل أسرتي.			
.20	أحب أسرتي بدرجة كبيرة.			
.21	أتمتع بعلاقات طيبة مع أفراد أسرتي.			
.22	يتوافر الحب والأمان داخل الأسرة.			
.23	أشعر بالسعادة في حياتي العائلية.			
.24	أشعر بالراحة داخل المنزل.			
.25	أعاني كثيراً من وجود خلافات أسرية.			
.26	أشعر بمكانتي في الأسرة.			
.27	يصعب على البقاء في المنزل في حالة ارتياح.			
.28	لدى القدرة على التفاعل الإيجابي مع أفراد عائلتي.			
.29	أشعر أن علاقاتي الاجتماعية ضعيفة.			
.30	عندما ألتقى بالناس لأول مرة أشعر بتقبلهم لي.			
.31	لا يهتم أحد من المحيطين لي برأي.			
.32	أشعر بالرضا لأن الآخرين يفهمون مشاعري.			
.33	نادراً ما أشعر بالحب من جانب المحيطين بي.			
.34	علاقاتي الاجتماعية سطحية.			
.35	أفتقد الصداقة الحقيقية.			
.36	أجد صعوبة في الاندماج مع الآخرين.			
.37	لا يوجد من أتوجه إليه عندما أريد.			
.38	أتقبل النقد الذي يوجه لي بصدر رحب.			
.39	أتقبل نجاح زملائي بدون حسد.			

40.	أميل إلى مساعدة الآخرين والوقوف بجانبهم.			
41.	أشعر أن الآخرين يقدرونني حق قدري.			
42.	لا أستطيع مواجهة المشكلات التي تقابلني.			
43.	أشعر بالفخر لأنني أنتمي لهذا المجتمع.			
44.	أعتقد أن علاقاتي جيدة بمن حولي.			
45.	أفكاري وآرائي موضع تقدير الآخرين.			
46.	أهتم بالآخرين سواء كانوا من العائلة أو الأصدقاء.			
47.	يتناسب العمل الذي أقوم به مع ميولي واهتماماتي.			
48.	يوجد تعاون وتفاهم بيني وبين زملاء في العمل.			
49.	أشعر بحيوية وقدرة على التركيز أثناء فترة العمل.			
50.	أجد نفسي في العمل الذي أقوم به.			
51.	أسعى إلى التميز في العمل كي تتحقق طموحاتي وآمالي.			
52.	أشعر بمكانتي وسط زملائي.			
53.	أنا راضي عن الأجر الذي أحصل عليه مقابل عملي.			
54.	أشعر بالرضا عند مقارنة راتبي براتب نظرائي في سوق العمل.			
55.	أشعر بالإرهاق أثناء العمل.			
56.	أشعر بالملل أثناء فترة العمل.			
57.	أشعر بالرضا عن عملي.			
58.	أشعر بالملل والإجهاد في كثير من الأحيان.			
59.	كل يوم بالنسبة لي هو نفس اليوم السابق.			
60.	حياتي فارغة ومليئة باليأس.			
61.	فكرت في الانتحار كمخرج من الحياة.			
62.	أشعر أنني وحيد رغم كثرة معارفي.			
63.	نومي مضطرب.			
64.	أشعر بالتعب مع أي مجهود ولو بسيط.			
65.	أعاني من اضطرابات في الهضم واجهاد العين المتكرر.			
66.	أجد صعوبة في حفظ توازني أثناء السير.			
67.	أشعر بآلام في رأسي في معظم الوقت.			
68.	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر.			
69.	أفضل البعد عن الآخرين.			
70.	أشعر أنني معزول عن الآخرين.			
71.	أشعر بالخجل في كثير من الأحيان.			
72.	أشعر بالتعاسة في معظم الأحيان.			

الملحق رقم (2): أسماء المحكمين من أساتذة علم النفس

ر.م	أسماء المحكمين	الدرجة العلمية	التخصص	مكان العمل
1.	د. حسين محمد الأطرش	أستاذ مشارك	علم النفس التربوي	جامعة مصراته
2.	د. جمال منصور بن زيد	أستاذ مساعد	علم النفس	الجامعة الأسمرية
3.	د. عمر مصطفى النعاس	أستاذ مساعد	الصحة النفسية	الأكاديمية الليبية مصراته
4.	د. الطاهر محمد بن مسعود	أستاذ	طرق تدريس	الجامعة الأسمرية

الملحق رقم (3): مقياس الرضا عن الحياة للكبار، إعداد: أماني عبدالمقصود عبد الوهاب في صورته النهائية

ر. م	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
.1	حظى في الحياة أكثر من معظم الناس الذين أعرفهم.			
.2	عندما استرجع حياتي الماضية أشعر بالرضا بدرجة كافية.			
.3	قد تكون حياتي السابقة أكثر سعادة مما أنا عليه الأن.			
.4	أشعر بأنني حسن المظهر بالمقارنة بالآخرين من نفس سني.			
.5	عندما أفكر في حياتي الماضية أجد أنني لم أحقق ما أردته.			
.6	حصلت على ما كنت أتوقعه في الحياة.			
.7	أشعر بأن لي نفع وفائدة في الحياة.			
.8	أنا غير راضي عن نفسي.			
.9	حياتي تبدو لي روتينية.			
.10	أشعر بأن شخصيتي ضعيفة.			
.11	لدى هدف ومعنى لحياتي.			
.12	أفخر بإنجازاتي في الحياة حتى الآن.			
.13	تبدو لي الحياة أحياناً بلا أمل.			
.14	أنا راضي عن مستوى معيشتي بوجه عام.			
.15	لا يوجد عندي تعارض بين أمور الدين والدنيا.			
.16	أهدافي في الحياة واضحة ويمكنني تحقيقها.			
.17	لا أفكر في الماضي ولا أعيش في المستقبل، ولكنني أعيش بشكل كامل في الحاضر.			
.18	أرى المشكلات التي تواجهني في الحياة بمثابة تحديات أتعلم منها.			
.19	أشعر بجو من التفاهم داخل أسرتي.			
.20	أحب أسرتي بدرجة كبيرة.			
.21	أتمتع بعلاقات طيبة مع أفراد أسرتي.			
.22	يتوافر الحب والأمان داخل الأسرة.			
.23	أشعر بالسعادة في حياتي العائلية.			
.24	أشعر بالراحة داخل المنزل.			
.25	أعاني كثيراً من وجود خلافات أسرية.			
.26	أشعر بمكانتي في الأسرة.			
.27	يصعب على البقاء في المنزل في حالة ارتياح.			
.28	لدى القدرة على التفاعل الإيجابي مع أفراد عائلتي.			
.29	أشعر أن علاقاتي الاجتماعية ضعيفة.			
.30	عندما ألتقى بالناس لأول مرة أشعر بتقبلهم لي.			
.31	لا يهتم أحد من المحيطين لي برأي.			
.32	أشعر بالرضا لأن الآخرين يفهمون مشاعري.			
.33	نادراً ما أشعر بالحب من جانب المحيطين بي.			
.34	علاقاتي الاجتماعية سطحية.			
.35	أفتقد الصداقة الحقيقية.			
.36	أجد صعوبة في الاندماج مع الآخرين.			
.37	لا يوجد من أتوجه إليه عندما أريد.			
.38	أتقبل النقد الذي يوجه لي بصدر رحب.			
.39	أتقبل نجاح زملائي بدون حسد.			

.40	أميل إلى مساعدة الآخرين والوقوف بجانبهم.			
.41	أشعر أن الآخرين يقدرونني حق قدري.			
.42	لا أستطيع مواجهة المشكلات التي تقابلني.			
.43	أشعر بالفخر لأنني أنتمي لهذا المجتمع.			
.44	أعتقد أن علاقاتي جيدة بمن حولي.			
.45	أفكاري وآرائي موضع تقدير الآخرين.			
.46	أهتم بالآخرين سواء كانوا من العائلة أو الأصدقاء.			
.47	يتناسب تخصصي الدراسي مع ميولي واهتماماتي.			
.48	يوجد تعاون وتفاهم بيني وبين زملاء في الدراسة.			
.49	أشعر بحيوية وقدرة على التركيز أثناء فترة الدراسة.			
.50	أجد نفسي في تخصصي الدراسي الذي أقوم به.			
.51	أسعى إلى التميز في دراستي كي تتحقق طموحاتي وآمالي.			
.52	أشعر بمكانتي وسط زملائي.			
.53	أنا راضي عن تخصصي الذي أدرس به.			
.54	أشعر بالرضا عند مقارنة تخصصي الدراسي بنظرائي في كليات أخرى.			
.55	أشعر بالإرهاق أثناء الدراسة.			
.56	أشعر بالملل أثناء فترة الدراسة.			
.57	أشعر بالرضا عن دراستي.			
.58	أشعر بالملل والإجهاد في كثير من الأحيان.			
.59	كل يوم بالنسبة لي هو نفس اليوم السابق.			
.60	حياتي فارغة ومليئة باليأس.			
.61	فكرت في الانتحار كمخرج من الحياة.			
.62	أشعر أنني وحيد رغم كثرة معارفي.			
.63	نومي مضطرب.			
.64	أشعر بالتعب مع أي مجهود ولو بسيط.			
.65	أعاني من اضطرابات في الهضم واجهاد العين المتكرر.			
.66	أجد صعوبة في حفظ توازني أثناء السير.			
.67	أشعر بآلام في رأسي في معظم الوقت.			
.68	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر.			
.69	أفضل البعد عن الآخرين.			
.70	أشعر أنني معزول عن الآخرين.			
.71	أشعر بالخجل في كثير من الأحيان.			
.72	أشعر بالتعاسة في معظم الأحيان.			

International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
Vol. (4), No. (3) March 2025 الإصدار (4)، العدد (3)

الملحق رقم (4): القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، إعداد: أحمد محمد عبد الخالق، 1996

ر.م	العبارات	لا	قليلاً	متوسط	كثيراً	كثيراً جداً
.1	تبدو لي الحياة جميلة.					
.2	أشعر أن الغد سيكون يوماً مشرقاً.					
.3	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلاً.					
.4	أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيداً.					
.5	أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل.					
.6	يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة.					
.7	ستكون حياتي أكثر سعادة.					
.8	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.					
.9	أرى أن الفرج سيكون قريبًا.					
.10	أتوقع الأفضل.					
.11	أرى الجانب المشرق المضيء من الأمور.					
.12	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.					
.13	إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً.					
.14	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.					
.15	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.					
.16	تدلني الخبرة على أن الدنيا سوداء كالليل المظلم.					
.17	حظي قليل في هذه الحياة.					
.18	أشعر أنني أتعس مخلوق.					
.19	سيكون مستقبلي مظلماً.					
.20	يلازمني سوء الحظ.					
.21	مكتوب على الشقاء وسوء الطالع.					
.22	أنا يائس من هذه الحياة.					
.23	كثرة الهموم تجعلني أشعر بأنني أموت في اليوم مائة مرة.					
.24	أترقب حدوث أسوء الأحداث.					
.25	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ.					
.26	أتوقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل.					
.27	لدي شعور غالب بأنني سأفارق الأحبة قريباً.					
.28	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة.					
.29	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.					
.30	أشعر كأن المصائب خلقت من أجلي.					