الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. عدنان مارد جبـر م.م. حسام محمد منشد

جامعة كربلاء/ كلية التربية الأساسية

الملخص:

استهدف البحث الحالي تعرف درجة الرضا عن الحياة والأمل لدى طلبة كلية الآداب جامعة القادسية، والعلاقة بين الرضا عن الحياة والآمل، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحثان بتبني مقياس (الدسوقي ،١٩٩٨) للرضا عن الحياة، في حين قام الباحثان ببناء مقياس الأمل؛ اعتماداً على نظرية (سيلجمان،١٩٩١)، وقد توفر لمقياسي البحث الخصائص السيكومترية من صدق وثبات والقدرة على التمييز ، حيث طبقت الأداتان على عينة قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة للعام الدراسيّ ٢٠١٣-٢٠١٤ ، اختيروا بالأسلوب الطبقيّ العشوائيّ ذي التوزيع المتساوي. وبعد استعمال الوسائل الإحصائية المناسبة أظهرت النتائج ما يأتي:

١- أن الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.
٢- أن الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الأمل.
٣- هناك علاقة ارتباطيه ايجابية بين الرضا عن الحياة و الأمل.

وفي ضوء هذه النتائج قدم الباحثان بعض التوصيات كما اقترحا عدد من الدراسات المستقبلية.

مشكلة البحث:

إنَّ الظروف والأحداث التي مرّ بها العراق في أيام النظام السابق وما خلفه من السياسات العشوائية والحروب الطويلة والصراعات الداخلية وحصار اقتصادي إلى إن جاء باحتلال العراق وما خلفه هذا الاحتلال من سلب ونهب وتفجيرات والحث على الطائفية، وقتل وتخريب وغير ذلك الكثير من الآثار السلبية على المواطن العراقي بصورة عامة وعلى المؤسسات التربوية والتعليمية ومنهم طلبة الجامعة موضع البحث الحالي على وجه الخصوص ، حيث بدى هناك صراع دائم في ضل هذه الظروف بين الأمل واليأس، وبين الحياة والاستمرار بالتعلم والتقدم العلمي وبين الموت، بسبب التوترات والاضطرابات السياسية والاقتصادية والاجتماعية واعمل العنف حتى أصبح عصرنا عصر الانفصال والقلق (يعقوب ، ١٩٧٨: ١٧١).

لذا أشار (Fred,2003) إلى أنَّ نقص الأمل يؤدي إلى المعاناة من الاكتئاب والسلوك الانتحاري ، وكذلك في الإحساس بانعدام الحيلة ، والتشاؤم والوجدان السلبي وضعف القدرة على التحمل والتقييم السلبي للأحداث في الحياة (القاسم ،٢٠١١: ٥٦).

في حين أشارت دراسة (Kivimaki et al.,2005) إلى أنَّ الدرجات المنخفضة من الأمل بوجه خاص لمن مروا بخبرات وأحداث حياة صعبة جداً، أدت إلى عدم المواجهة والتوافق مع الحياة .(Kivimaki et al.,2005,p.413)

لذا الشباب العراقي في عصرنا هذا يعانون من الشعور بالإحباط ولذلك أصبح هؤلاء الشباب معرضين بحكم طبيعة الحياة التي يعيشونها للمعاناة من بعض صور الاضطراب النفسي ، والإحساس بعدم الرضا عن الحياة الذي يمثل مشكلة في حياة الشباب العراقي في هذا العصر نظراً لأن هذه المشكلة تعتبر نقطة البداية بالنسبة لكثير من المشكلات التي تبدد طاقات الشباب وتجعله فريسة للانحراف (الدسوقي ، ١٩٩٨: ١١٧).

وإنَّ انخفاض درجة الرضا عن الحياة يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة ، والحياة الجامعية بجوانبها المتعددة قد تكون من إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب، فضلًا عن المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب أثناء هذه المرحلة في الأسرة والمجتمع، فإن هذه العوامل يمكن ان تؤثر على توافق الطلاب ، وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم (الشعراوي،١٩٩٩: ١٥١).

والإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا كان يراد للفرد أن يعيش حياة مستقرة (عيسى ، رشوان ،٢٠٠٦: ١٤).

لذا الحياة الجامعية بجوانبها المتعددة من أكاديمية واجتماعية وإدارية ومالية مصادر شتى للضغوط والمواقف التي قد يتعرض لها الطلاب في أثناء دراستهم الجامعية ، وعلى ذلك فإنه من المتوقع أن يكون هناك تباين بين الطلاب في مستوى الرضا عن الحياة الجامعية الأمر الذي يكون له أكبر الأثر في مدى توافقهم ونجاحهم الأكاديمي والاجتماعي من عدمه، وان هذه الضغوط المختلفة قد تحد من رضا الطلاب عن الحياة الجامعية ، فقد أشار (Schetter&Lobei,1990) أن الحياة الجامعية غالباً ما تكون صعبة، فالطلاب يتركون أهلهم وذويهم ، وقد يقيمون صداقات جديدة وعليهم مطالب جامعية كثيرة غالباً ما تكون غير واضحة (عبد اللطيف،١٩٩٧: ٣٠٣-٣٠٤).

أهمية البحث:

تُعدُّ المرحلة الجامعية من المراحل المفصلية في حياة الفرد التي تحدد شكل حياته المستقبلية، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح، فيتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية، فضلًا عن مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى ، كما يتطلب ذلك أيضاً رضا الطالب واقتناعه بالتخصص الذي يدرسه، وكل ذلك يتطلب قدراً من الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي تمكنه من عبور هذه المرحلة بسلام (شقورة ،٢٠١٢: ٣).

فقد اعتنى المتخصصون في مجال علم النفس بدراسة العوامل التي تساعد على زيادة التوافق النفسي لدى طلاب الكليات والجامعات، ومن ثم معرفة العوامل المؤدية للشعور بالرضا عن الحياة الجامعية، وإنَّ هذه تؤثر على المستوى النفسي للطلاب، وقد قام عدد من الباحثين بدراسات مهمة؛ لغرض تحديد هذه العوامل، حيث يفترض أنَّها ترتبط بالرضا النفسيّ عن الحياة الجامعية عند الطلاب، ومن ثمَّ التكيف والنجاح الأكاديميّ، ومن هذه الدراسات الدراسة التي قام بها كلٌّ من (Aspinwall & Taylor,1992) فقد قاما بدراسة التفاؤل والضبط النفسيّ، وتقدير الذات كمنبئات بالتوافق النفسي في الكلية الجامعية والدافعية نحو التحصيل والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وقد أوضحت نتائج الدراسة أن صفة التفاؤل لدى الطلاب كان لها أكبر الأثر في التنبؤ بالتوافق النفسيّ، حيث كان التفاؤل والأمل يدفع الطالب إلى التركيز في الجوانب الإيجابية للمواقف الضاغطة بالكلية، كما توصلت نتائج دراسة (Lembord,1993) إلى أنَّه كلما زاد التفاعل بين الطالب والأستاذ الجامعيّ؛ زاد تكيف الطالب ورضاه عن الحياة الجامعية.

(عبد اللطيف ،١٩٩٧: ٣٠٤ -٣٠٧)

في حين أشارت دراسة (Meeks &Murrell,2001) إلى أن الأفراد المتعلمين يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة ، وأن زيادة المستوى التعليمي تؤثر إيجابياً على الصحة النفسية والجسمية للأفراد من ناحية ، ويكون أكثر قدرة على التوافق وتجاوز الأحداث السلبية في حياتهم من ناحية أخرى .(Meeks &Murrell,2001:26)

لذا فان موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات المهمة التي تناولتها العلوم النفسية كعلم الصحة النفسية وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء باعتبار الرضا عن الحياة علامة مهمة على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة إذ أن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والإقبال عليها والرغبة الحقيقية في ان يعيشها (علوان ، ٢٠٠٨: ٤٧٧)؛ وذلك لأنَّ الرضا عن الحياة يشير إلى كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بأبعادها المختلفة، وهذا التقييم يكون في جانبين،

الأول، معرفي: ويتمثل في إدراك الأفراد وتقييمهم للحياة بشكل عام أو تقييم جوانب محددة من الحياة مثل الرضا الزواجي أو الرضا عن العمل ، والجانب الثاني :تقييمي ويتمثل في كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بناءً على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة التي تسبب إما السعادة والفرح أو التوتر والقلق والاكتئاب، ومن ثم الشعور بالرضا أو عدم الرضا بدرجاته المختلفة (شقورة،٢٠١٢: ٣).

وعلى الرغم من أننا في عصر تعقدت فيه منظومة الدوافع الإنسانية ، وتزداد تعقيداً يوماً بعد يوم، إلا أن الأمل Hope لازال المحرك الأهم والأكثر ارتباطاً بالجوانب الإيجابية من الشخصية، والأمل نقيض اليأس Hopelessness، أحد أهم عوامل الخطورة الرئيسة في حدوث الاضطرابات النفسية والعقلية، ومن ثم الاضطرابات الاجتماعية، ويرى Burrowو Odellو Hill (٢٠١٠) أنَّ وجود أمل في الحياة مصدر قوة لعملية النمو والتغيير (Burrow et,al. , 2010,p:144)

وقد أشار (Synder,et al. ,2002) إلى أنَّ للأمل القدرة على التنبؤ بالنجاح على المستوى الأكاديمي، وهذا ما تؤكده دراسة قامت بها (Cheavens,et al., 2006) حيث كشفت نتائجها عن فعالية الأمل في تعزيز بعض جوانب القوة النفسية كتقدير الذات والمعنى في الحياة ، وتقليل بعض أعراض الجوانب المرضية كالقلق والاكتئاب لدى الفرد (Synder,etal.,2002,p.250)

وأشار (Bailey,et al.,2007) إلى أنَّ الدرجات المرتفعة من الأمل مهمة بوجه خاص لمن مروا بخبرة أحداث حياة صعبة جداً، حيث يساعدهم الأمل على المواجهة واستعادة التوافق وبالتالي يعدُّ الأمل منبئاً قوياً للرضا عن الحياة .(Bailey,et al.,2007,p.170)

ويرى (Tiger) أن الأمل هو الذي يجعل ظروف الفرد ممكنة ، فقدرات الفرد العقلية هي التي تسمح له رؤية بعض الأشياء في حياته قبل حدوثها كالموت مثلا ، فالأمل هو الذي يبعث في الفرد الحركة والنشاط ، بالرغم مما يعانيه من شعور يملؤه كثير من الخوف والقلق (Peterson & Seligman,2004 ,p.527).

كما تناولت دراسة (Proctor,et al.,2010) الأمل كمنبئ لرفاهية الفرد ورضاه عن حياته لدى عينة من طلبة الجامعة، وكشفت نتائج الدراسة عن قدرة الأمل على التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة (Proctor,et al.,2010,p.583)

وفي مقارنة بين مرتفعي ومنخفضي الأمل وجد أن ارتفاع الأمل كان مرتبط بالوصول إلى عدد أكبر من أهداف الحياة ومزيد من الثقة في بلوغ تلك الأهداف وتوليد عدد أكبر من

الاستراتيجيات التي يمكن من خلالها تحقيق تلك الأهداف وتحقيق الأهداف الصعبة مقارنة بالطلاب منخفضي الأمل، وكما أن الطلاب مرتفعي الأمل يركزون على النجاح وليس الفشل في التكيف ومواجهة العقبات والصعوبات من أجل تحقيق أهدافهم (القاسم ،٢٠١١: ٦١-٦٢).

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي تعرّف:

١- درجة الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.
٢- درجة الأمل لدى طلبة الجامعة .
٣- العلاقة بين الرضا عن الحياة والأمل.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على طلبة كلية الآداب /جامعة القادسية من كلا الجنسين للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤.

تحديد المصطلحات :

أولاً / الرضا عن الحياة : عرفه كل من:

- **منظمة الصحة العالمية (١٩٩٥):**

" معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه"

(عيسى،رشوان ،٢٠٠٦: ٩)

- **(الدسوقي ،١٩٩٨)**

" تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد انه مناسب لحياته.

(الدسوقي ،١٩٩٨: ١٦٢)

- **(Eenhoven,2001):**

" الدرجة التي يحكم فيها الشخص إيجابياً على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام ، كما تعني حب الشخص للحياة التي يحياها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها ككل"

(علوان،٢٠٠٧: ٤٧٧).

- **(عبد الوهاب،٢٠٠٧):**

" حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجاباته ، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين ، والبيئة المدركة وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة" (عبد الوهاب ،٢٠٠٧: ٢٤٨).

- **(عبد الخالق، ٢٠٠٨):**

" التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماداً على حكمه الشخصي"

(عبد الخالق،٢٠٠٨: ١٢٣).

ثانياً / الأمل (Hope) : عرفه كل من :-

- **(Seligman, 1991):**

" محاولة الفرد تجنب الأفكار السلبية من خلال التركيز على بلوغ أهدافه الايجابية المستقبلية وتحقيق النتائج المرجوة لديه" (Seligman, 1991,122)

- **(Snyder,et al.,2000)**

"حالة إيجابية لحفز الهمم والتي تقوم على التبادل المستمد من الإحساس بالنجاح ويشمل مكونين وهما مكون المقدرة وهي الطاقة الموجه للهدف،والسبل وهي التي يتم من خلال توجيه تلك الطاقة للوصول للهدف" (Heaven& Clarrochi,2008,p.708)

- **(Lazarus,2006)**

" حالة عقلية يمر بها الفرد في المواقف الصعبة التي لا تكون المخرجات الإيجابية التي يريدها الفرد قد حدثت بالفعل ، ولكن من المتوقع حدوثها في المستقبل.

(Lazarus,2006,p.241)

- **(Rand & Cheavens,2009)**

"القدرة التي يدركها الفرد،والتي تساعده وتزوده بالدافعية لإيجاد الوسائل والطرق التي تمكنه من تحقيق أهدافه التي يرغب بها " (Rand & Cheavens,2009,p.323)

- **التعريف النظريّ:**

من التعاريف السابقة ، تبنى الباحثان تعريف(Seligman, 1991) كونه التعريف النظري للأمل في البحث الحالي.

- **التعريف الإجرائيّ:**

الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب نتيجة إجابته الإجرائية على فقرات المقياس المعُد من قبل الباحث.

الفصل /الإطار النظريّ:

يُعدُّ مفهوم الرضا عن الحياة من مؤشرات السعادة الوجدانية الذاتية Subjective Well-Being والتي تتضمن بالإضافة إلى الرضا عن الحياة مؤشرات التأثيرات الموجبة positive Affect والتأثيرات السالبة Negative Affect ويختلف الرضا عن الحياة عنهما في أن الأخير يتضمن عامل التقدير المعرفي بجانب عامل التقويم الوجداني (Greenspoon& Saklofske,1998,p.965-971)

والرضا عن الحياة يُعدُّ دالة للمقارنة بين ما حققه الفرد وما يأمل في تحقيقه وما حققه الآخرون والدراسات المبكرة في هذا المجال تناولت الشعور بالسعادة كبديل للرضا عن الحياة ولكن الدراسات الحديثة تركز على مصطلح الرضا عن الحياة نظراً لأنه يتضمن المكون المعرفي بجانب المكون الوجداني الذي يتضمنه مفهوم السعادة وينظر البعض إلى المفهومين على انهما مترادفين وهو ما أدى إلى تداخل في تفسير كثيراً من النتائج التي توصلت إليها الدراسات والبحوث السابقة (عيسى ، رشوان ،٢٠٠٦: ١٤).

- **بعض النظريات التي تناولت الرضا عن الحياة بالتفسير**

١. نظرية التقييم الجوهرية للذات Core Self Evaluation Theory (Judge,1997):

يرى (Judge) أن التقييم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة هو الذي ينتج الشعور النهائي بالرضا عن ذلك المجال الخاص في الحياة مثل (العمل أو الأسرة) ومن ثم يتسبب في الشعور العام بالرضا عن الحياة ، وان الرضا عن مجالات مهمة في الحياة مثل الأسرة أو العمل والصحة تفسر حوالي خمسين بالمائة من التباين في الرضا العام عن الحياة ، أما الخمسون بالمائة الباقية فتفسرها الفروق الفردية والأخطاء التجريبية والمتغيرات الدخيلة ، ويعرف (Judge) التقييم الجوهري للذات على أنه مجموع الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الأفراد عن ذواتهم وقدراتهم، حيث حدد أربعة محكات معيارية لتحديد العوامل الممثلة للتقييم الجوهري للذات وهي :

- مرجعية الذات.
- بؤره التقييم وهو ما يمكن موازاته بعمليات العزو.

- السمات السطحية.
- اتساع الرؤية وشمول المنظور.

وقد وجد (Judge) أن الأفراد الذين يمتلكون تقييماً جوهرياً مرتفعاً للذات أكثر شعوراً بالرضا عن الحياة وعن الميادين العديدة للحياة مثل الأسرة والعمل ، والدراسة ، لأنهم أكثر ثقة في قدرتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في أفق حياتهم (أحمد ،٢٠٠٨: ١٥).

٢.نظرية القيم والأهداف والمعاني (Values,Goals & Meanings)لـ(Oishi ,et al. 1999):

ترى هذه النظرية إن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم ، ويختلف الشعور بالرضا باختلاف أهداف الأفراد ودرجة أهميتها بالنسبة لهم حسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون بها، وان الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم وينجحون في تحقيقها يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم، ويعتمد تحقيق الأهداف على الاستراتيجيات المتبعة في تحقيقها والتي تتلاءم مع شخصية الأفراد ، وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولوية هذه الأهداف .(Oishi ,et al. 1999:982)

٣.نموذج المقارنة الاجتماعية Social Comparison Models لـ (Easterlin,2001):

يرى (استرلين) أن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين ضمن الثقافة الواحدة ويكونون أكثر سعادة إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم ، فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع والثقافة الواحدة ، فالرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية، أو المتوقعة الفردية أو الثقافية أو الاجتماعية أو المادية من ناحية، وما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى . وقد تكون المقارنة بين الأفراد أو الجماعات المحيطة أو بين الدول، ومن ثم تختلف درجات الرضا عن الحياة باختلاف المعايير الذاتية والاجتماعية والاقتصادية (سليمان ،٢٠٠٣: ١٥).

وأشار (Easterlin,2001) إلى أنَّ الأفراد العاديين في أي ثقافة يكونون معتدلين أو متوسطين في درجة الرضا، بينما يكون البعض فوق المعدل والبعض تحت المعدل ، ويركز ايسترلين في دور الدخل المادي وعلاقته بالسعادة والرضا عن الحياة لأن الدخل المادي يرتبط بجميع مراحل الحياة خاصة عند الأفراد الذين يضعون مستوى حياتهم المادي في المقام الأول ، فقد أثبتت بعض الدراسات بأن خريجي الجامعات الذين يحصلون على دخل جيد أقل شعوراً بالرضا ممن لم يحصلوا على تعليم جامعي ويحصلون على نفس الدخل ، وقد كان أكثر الأفراد

إغراء للمقارنة معهم ، وأكثر المقارنات وضوحاً هي تلك التي مع الجيران والأقارب أو زملاء الدراسة أو الجامعة السابقين، أي الذين مروا بنفس الظروف ، وتبين العديد من التجارب أن الناس تحت ظروف المشقة أو الذين لديهم تقدير ذات منخفض يختارون مقارنة أنفسهم بمن هم أقل منهم مكانة لتحسين صورة الذات لديهم بل وصحتهم النفسية (شقورة ،٢٠١٢: ٣٣-٣٤).

- **الأمل Hope :**

يعدَّ الامل من المفاهيم المهمة في علم النفس ، وقد بدأ تقديم المفاهيم المرتبطة بالامل في الدراسات النفسية والطبية النفسية في خمسينيات القرن العشرين ، وقد ألقي تيار مبكر من البحوث الضوء على دور الأمل في التكيف الإنساني ، فضلاً عن أهمية الأمل في البدء بالتغير ، والرغبة في التعلم (عبد الخالق ،٢٠٠٤: ١٣٩).وخلال السبعينيات من القرن الماضي زاد الاهتمام بمفهوم الامل وذلك بالتركيز على أهمية الأهداف (جودة ، ابو جراد،٢٠١١: ١٣٨) ونظراً لان بعض الخطط قد لا تنجح فلذلك فان الشخص الذي يكون لديه درجة مرتفعة من الأمل يعمل على إنتاج عدد كبير من الطرق من أجل التغلب على العقبات التي من المحتمل ان تقف أمام أي طريق لتحقيق تلك الأهداف (القاسم ،٢٠١١: ٧٠).

النظريات التي تناولت الأمل بالتفسير :

١- نظرية سيلجمان (Seligman, 1991)

يرى صاحب هذه النظرية سلجيمان١ (Seligman,1991) إن كلاً من التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان في التفكير وفي تفسير الوقائع والأحداث ، طريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح أو فشل ، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا ولإمكاناتنا وفرصنا و لمكانتنا في الحياة. ويمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة ، أو إحاطة وزجر وإهمال ، وحط من القدر . وحيث إن هذا الأسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في التفكير متعلم ، فإنه يمكن إعادة تعلمه ، واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية (حجازي ، ٢٠١٢: ١٢٠).

وقد أشار (Seligman,1991) أن الأفراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم ، كما أكد ذلك كل من (Walton,1985) و(Lawler,1986) و (Manz&Sims,1989) و أن ذلك يؤدي إلى أن الفرد يكتشف جوانب القوة التي لديه ويستعمل

أساليب وأنشطة موجهة لإدارتها والتي تجعله أكثر تحكماً بصورة إرادية في اتجاهات ومسارات تفكيره (العنزي ، ٢٠٠٧: ٨).

لذا فقد أشار كل من سيلجمان إلى أن التفاؤل يعد بعداً رئيسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية ، فالتفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم (Carr, 2004:p.83) في (قاسم ،٢٠٠٩: ٧١٦)

كما أكد سيلجمان (Seligman,2002) على أن تنمية الخصال الإيجابية في الشخصية أمر ضروري للإنسان ، فهي تعد حصناً قوياً وقائياً ضد الضغوط ونواتجها السلبية . كما أن لهذه الخصال الإيجابية دوراً في استثارة السعادة الحقيقية فهي من أفضل السبل للوصول للهناء والسعادة وتحمل الصعاب ، وتحرر الفرد من قسوة الماضي .(Seligman, 2002 : p.8)

لذا فقد لاحظ سيلجمان ارتباط التفاؤل بالأسلوب التفسيري وهي الطريقة التي يفسر بها الأشخاص كيفية وسبب الأحداث بالطريقة التي يريدونها ، ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات السلبية للأشخاص المتعلقة بإحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الإحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك (البرزنجي،٢٠١٠: ٤٥).

٢- نظرية الأمل Hope Theory (Snyder et, al. , 2002)

تبدأ نظرية الأمل مع افتراض أن الأنشطة البشرية والهدف الموجه وفقاً لذلك ، هي أهداف تسلسل العمل العقلي ،وأنها توفر المكون المعرفي الذي تستند عليه نظرية الأمل ، وقد تكون الأهداف قصيرة أو طويلة الأجل ،ولكن التي يحتاجونها لتكون ذات قيمة لاحتلال الفكر الواعي وبالمثل ، يجب أن تكون الأهداف قابلة للتحقيق ، لكنها أيضاً تحتوي عادة على بعض درجة من عدم اليقين.وحول هذه المسألة أجريت مقابلات مع الناس ، وأشار التقرير إن الأمل يزدهر في ظل الاحتمالات المتوسطة في تحقيق الهدف .(Snyder et,al.,2002: p.258)

ترى نظرية الأمل أنه يتمثل خصوصاً في اعتقاد الشخص بأن في مقدوره أن يجد سبلاً لتحقيق الأهداف المرجوة ، ويصبح مدفوعاً لاستخدام هذه السبل . وعليه فلا بد من التمييز بين الأمل الذي يتخذ طابع الرجاء السلبي في تحقيق الأهداف ، من خلال فعل قوى خارجية وتلقي آثارها من قبيل انتظار الفرج ، وبين منظور الأمل الإيجابي والمبادر الذي تقول به هذه النظرية (حجازي ،٢٠٠٥: ٣٣٨)، فنظرية الأمل تبدأ بمواصلة الجهود نحو تحقيق الأهداف حيث تهتم هذه النظرية بمعالجة بنيات احترام الذات (William et, al., 2002:p.441)

وأشار (Snyder et, al.,1991) أن الأهداف يمكن الحصول عليها بالمثابرة على الرغم من العقبات التي قد تكون عرضة للحصول على نتائج إيجابية أكبر . ولذا كان الاهتمام في دور الأمل ، أو التصرف الهادف المنحى، باعتبارها مصدراً للقوة البشرية التي تؤدي إلى إيجابية التفكير وبالتالي توجه السلوك والأداء النفسي إلى أن يرتبط بقوة الأمل في مهارات حل المشكلات والصحة النفسية الإيجابية ، والاستجابات لمواجهة الضغوطات المستمرة ، والتعافي من أعراض الاكتئاب . وبناء على ذلك فإن الأمل يلبي معايير لقوة الإنسان بسبب مساهماته لانجازات الحياة الشخصية الحسنة.(Snyder et,al.,1991a:p.570)

لذا فإن نظرية الأمل (Hope Theory) تؤكد صراحة أن الدافع أو المعتقد التي يمكن توليدها الاستراتيجيات المعرفية ويستمر في الحصول على النتائج المرجوة من حيث القياس ، ويتم تقييم الأمل باستعمال عناصر الكفاءة الذاتية والاعتقاد بأنه يمكن التغلب على عوائق الأهداف (William et, al.,2002:p. 444).

كما يؤدي الأمل دوراً فاعلاً في التغيير، إذ إنَّه يشكل المحفز عليه، ذلك أن التغيير يحدث؛ لأنَّ الناس يتعلمون تفكيراً موجهاً نحو الهدف مزوداً بوسائل وصول، ودافعية فاعلة أكثر نجاعة، وهو ما يرفع من مستوى توقع النجاح في تحقيق الأهداف، ومن ثمَّ في إمكانية التغيير (حجازي ،٢٠١٢: ١٣١). لذا من المهم التأكيد على أن التفكير الأمل يتطلب كل من ينظر إليه على أنه قدرة تصور طرق عملية والهدف الموجه للطاقة وهكذا ، فالأمل هو تحفيز الإيجابية التي تقوم على مستمدة الشعور وبشكل تبادلي ،فمثلاً النجاح (الهدف الموجه للطاقة) والمسارات (التخطيط لتلبية هدفاً). (Snyderet,al.,1991b:p.287)

وقد أشار (Snyder& hamilton ,2008) أن نظرية الأمل تتضمن ثلاثة مقومات متفاعلة تشكل النموذج الكامل للأمل :

- **المقوم الأول / تشكيل الأهداف :**

انطلاقا من الافتراض بأن السلوك توجهه أهداف ومن ثمَّ فأن الأهداف هي مبتغى تتابع النشاط الذهني الذي يؤسس لنظرية الأمل . وقد تكون الأهداف قصيرة المدى أو بعيدة المدى إلا أنها يتعين أن تكون ذات قيمة كافية كي تشغل حيز التفكير، كما تحتاج إلى أن تكون ممكنة التحقيق (وليست مستحيلة) ، أي تحتاج إلى أن تتجاوز إمكان الوصول العادي الإجرائي ، وأن تحاط بشيء من عدم التأكد . (Snyder& hamilton , 2008: p.805)

- المقوم الثاني / التفكير الوسائلي (Pathway Thinking) :

يتعين الوصول إلى الهدف أن يدرك المرء ذاته على انه قادر على إيجاد سبل وصول عملية إليه ، أو توليد هذه السبل ، وهي العملية التي يطلق عليها (Snyder) تسمية التفكير الوسائلي الذي يعني إدراك القدرة على تدبر أو توليد سبل إجرائية للوصول(حجازي،٢٠١٢: ١٣٣).

- المقوم الثالث /التفكير التدبيري (أو المعبئ للطاقات والإمكانات) وما أطلق عليه سنايدر تسمية (Agentic Thinking) : وهو يعني القدرة المُدركة على حشد الإمكانات للسير على سبيل الأنجع للوصول إلى الهدف ، من بين البدائل التي تم توليدها . كما يعني شحذ الدافعية الذاتية وتعبئتها بغية المثابرة والإصرار في السير نحو الهدف " أنا أستطيع إنجاز ذلك ، ولن أتوقف أو أتراجع عن السعي وبذل الجهد من أجل ذلك "، إذاً لابد من تفاعل هذه الثلاثية وتكامل مقوماتها لتحقيق الأهداف الكبرى : أهداف طموحة واقعية ، تفكير وسائلي خلاق ، تفكير تدبيري يقوم على دافعية عالية . يتطلب الأمل عمل هذه الثلاثية بحالتها الفضلى . وعلى ذلك يصبح الأمل تبعاً لنظرية (Snyder) هو حالة دافعية فعالة تقوم على ثقة بالنجاح مشتقة بشكل متبادل التأثير ، من تخطيط سبل ناجعة للوصول إلى الهدف وفاعلية عالية والمثابرة والتصميم والقدرة في التحرك على مسار البديل الناجع (حجازي ، ٢٠١٢: ١٣٤) .

إجراءات البحث:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لإجراءات البحث من حيث تحديد المجتمع والعينة واختيارها، وأداتا البحث واستخراج الخصائص السايكومترية لها، والوسائل الإحصائية المستعملة لمعالجة البيانات.

أولا / مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة كلية الآداب/جامعة القادسية للعام الدراسي ٢٠١٣ -٢٠١٤ /الدراسة الصباحية/ والبالغ عددهم (٢٧٩٧)(*) طالباً وطالبة موزعين على (٥) أقسام علمية بواقع (١٢٨٧) طالباً ، و (١٥١٠) طالبة وجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

مجتمع البحث موزعين على الأقسام العلمية وفق متغير الجنس

القسم العلمي	الطلبة		المجموع
	ذكور	إناث	
اللغة العربية	٢٢٩	٢٧٨	٥٠٧
الجغرافية	٣٢٤	٤٥٣	٧٧٧
علم الاجتماع	٢٨١	٤٠٩	٦٩٠
الآثار	٢٥١	١١٣	٣٦٤
علم النفس	٢٠٢	٢٥٧	٤٥٩
المجموع	١٢٨٧	١٥١٠	٢٧٩٧

ثانياً / عينة التحليل الإحصائي :

تم اختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية Stratified Random Sample بأسلوب التوزيع المتساوي قوامها(٢٠٠) طالباً وطالبة من مجتمع البحث وبواقع (١٠٠) طالباً و (١٠٠) طالبة . و جدول (٢) يوضح ذلك .

(*) تم الحصول على إحصائيات مجتمع البحث من وحدة التسجيل في كلية الآداب/جامعة القادسية .

جدول(٢)

عينة البحث موزعة وفق متغير الجنس

القسم العلمي	الطلبة		المجموع
	ذكور	اناث	
اللغة العربية	٢٠	٢٠	٢٠
الجغرافية	٢٠	٢٠	٢٠
علم الاجتماع	٢٠	٢٠	٢٠
الاثار	٢٠	٢٠	٢٠
علم النفس	٢٠	٢٠	٢٠
المجموع	١٠٠	١٠٠	٢٠٠

ثالثاً / أداتا البحث :

من اجل تحقيق أهداف البحث الحالي ، اقتضى ذلك توفر أداتين تتوافر فيهما خصائص المقاييس النفسية من صدق وثبات ، وفيما يأتي عرض لإجراءات أعداد أداتي البحث:

أولا : مقياس الرضا عن الحياة

قام (الدسوقي،١٩٩٨) ببناء مقياس لقياس الرضا عن الحياة لدى الطلبة ، حيث تكون المقياس بصيغته النهائية من (٢٨) فقرة تتم الإجابة عليها وفق تدرج استجابة خماسي. كما قام باستخراج الخصائص السايكومترية له من صدق وثبات وقدرة على التمييز . ولما كان البحث الحالي يستهدف التعرف على الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الآداب ارتئ الباحثان القيام بعدة خطوات ليكون المقياس أكثر ملائمة وطبيعة العينة المستهدفة في البحث الحالي، وفي ما يأتي هذه الخطوات.

خطوات تكييف مقياس الرضا عن الحياة :

١ . إعداد تعليمات المقياس:

سعى الباحثان إلى أن تكون تعليمات المقياس واضحة ، حيث طلب من المستجيب الإجابة عنها بكل صراحة وصدق وموضوعية لغرض البحث العلمي، وذكر بأنه لا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، و بأنه لا داعي لذكر الاسم وان الإجابة لن يطلع عليها احد ، وذلك ليطمئن المستجيب على سرية إجابته .

٢. آراء المحكمين في صلاحية فقرات المقياس وتعليماته :

عُرِضَ المقياس بصيغتهِ الأولية ذات الفقرات الـ ٢٨ على (١٠) من المحكمين المختصين في مجال علم النفس (ملحق/١)، متضمناً الهدف من الدراسة ، والتعريف النظري المعتمد لغرض إبداء أرائهم فيما يخص :

- مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله .
- مدى ملائمة بدائل الإجابة.
- إجراء ما يرونه من تعديلات (إعادة صياغة، وحذف، وإضافة) على الفقرات.

واعتماداً على آراء وملاحظات المحكمين* وباعتماد نسبة (٨٠ %) فأكثر لغرض قبول الفقرة أو رفضها تم استبقاء (٢٧) فقرة، ورفض (١) فقرة ،كما حصلت موافقتهم على تعليمات المقياس وبدائل الإجابة ، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الرضا عن الحياة

أرقام الفقرات	العدد	الموافقون		المعارضون	
		التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
١،٢،٣،٤،٥،٦،٧،١١،١٣،١٤،١٥،١٦،١٧،١٨،١ ٩،٢١،٢٢،٢٤،٢٦،٢٧،٢٨	٢١	١٠	%١٠٠	–	–
٢٣	١	٨	%٨٠	٢	%٢٠
٩،٨،١٠،٢٠،٢٥،٢٦	٦	٩	%٩٠	١	%١٠
١٢	١	٧	%٧٠	٣	%٣٠

وبذلك أصبح عدد فقرات مقياس الرضا عن الحياة المُعد للتطبيق على عينة تحليل الفقرات (٢٧) فقرة (ملحق/١).

* الخبراء حسب اللقب العلمي ، و الاختصاص ، و الجامعة مرتبة وفق الحروف الهجائية .
أ.د عبد العزيز حيدر – علم النفس التربوي – كلية التربية –جامعة القادسية .
أ . م . د سلام هاشم حافظ - علم النفس – كلية الآداب جامعة القادسية .
أ.م.د. علي صكر – علم النفس التربوي – كلية التربية –جامعة القادسية .
أ.م . د عصام حسن احمد - علم النفس – كلية الآداب – جامعة القادسية .
م.د علي حسين عايد – علم النفس- كلية الآداب- جامعة القادسية.
م . د طارق محمد بدر - علم النفس – كلية الآداب – جامعة القادسية.
.م.د احمد عبد الكاظم جوني – علم نفس - كلية الآداب – جامعة القادسية.
م . د خالد أبو جاسم عبد- علم النفس – كلية التربية – جامعة القادسية.
م.د. رواء ناطق – علم النفس- كلية الآداب- جامعة القادسية.

٣. وضوح تعليمات المقياس وفقراته:

لضمان وضوح تعليمات المقياس وفهم فقراتهِ لعينة البحث طُبّق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عدد أفرادها (١٠) طالباً وطالبة ، وتمت الإجابة بحضور الباحث وطلب منهم إبداء ملاحظاتهم حول وضوح الفقرات وصياغتها وطريقة الإجابة عليها ، وفيما إذا كانت هناك فقرات غير مفهومة تبين من خلال هذا التطبيق أن تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة وليس هناك حاجة لتعديل أي منها ، وكان الوقت المستغرق للإجابة بمتوسط قدره (٨) دقيقة .

٤. التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

يُعد تحليل الفقرات إحصائيا من المتطلبات الأساسية في المقاييس النفسية كون التحليل المنطقي لها قد لا يكشف عن صلاحيتها أو صدقها بالشكل الدقيق ، والهدف من هذا الإجراء هو الإبقاء على الفقرات المميزة بين الأشخاص الممتازين في الصفة التي يقيسها المقياس وبين الأشخاص الضعفاء في تلك الصفة (الإمام ،١٩٩٠: ١١٤). ويُعد أسلوبا المجموعتين المتطرفتين ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إجراءين مناسبين لضمان الإبقاء على الفقرات الجيدة واستبعاد الفقرات الضعيفة.

أ.المجموعتين المتطرفتين:

بهدف تحليل فقرات مقياس الجمود الفكري على وفق هذه الطريقة، قامت الباحثة بتطبيق المقياس البالغ (٢٧) فقرة على عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة وبعد تصحيح فقرات المقياس بإعطاء المفحوص درجة من (٥-١) على كل فقرة من فقرات المقياس ، ثم جمع درجات إجابات فقرات المقياس لاستخراج الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة، و ترتيبهاً تنازلياً ابتداءً من أعلى درجة وانتهاء بأقل درجة، ثم اختيرت نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات، وكانت (٥٤) استمارة واختيرت نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أوطأ الدرجات وكانت (٥٤) استمارة أيضا وذلك بهدف تحديد مجموعتين تتصفان بأكبر حجم وأقصى تباين ممكنين (Anastasi,1976: 208).

وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ظهر إن القيمة التائية المحسوبة لجميع فقرات هذا المقياس عند مقارنتها بالقيمة الجدولية كانت مميزة عند مستوى (٠،٠٥)والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول(٤)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الرضا عن الحياة بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة(*)	مستوى الدلالة ٠,٠٥
	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	الانحراف المعياري		
١	٤.٠٠٠٠	٠.٧٧٧٠٣	٢.٥٩٢٦	١.٠٠٠٣	٨.١٦٥	دالة
٢	٤.٥١٨٥	٠.٦٣٦٦٤	٣.١١١١	١.٠٤٠٠	٨.٤٨١	دالة
٣	٣.٩٠٧٤	٠.٧٥٩٠٦	٢.٣٨٨٩	٠.٨٩٨٩	٩.٤٨٤	دالة
٤	٣.٩٤٤٤	٠.٩٤٠٠٣	٢.٣٧٠٤	٠.٨٥٣٣	٩.١١١	دالة
٥	٤.٦٤٨١	٠.٦١٩١١	٣.٥١٨٥	٠.٨٨٤٦	٧.٦٨٨	دالة
٦	٤.٤٠٧٤	٠.٧٤٠١٨	٢.٦٦٦٧	١.٠٦٣٩	٩.٨٦٩	دالة
٧	٤.٣٥١٩	٠.٦١٩١١	٢.٣١٤٨	٠.٩٨٧١	١٢.٨٤٦	دالة
٨	٤.٣٥١٩	٠.٦٤٨٨٧	٢.٨٣٣٣	١.١١١٦	٨.٦٦٩	دالة
٩	٤.٥٣٧٠	٠.٥٣٩٥٠	٢.٩٤٤٤	١.٢٣٤٩	٨.٦٨٤	دالة
١٠	٤.٣٨٨٩	٠.٦٨٤٥١	٢.٧٤٠٧	١.١٦٨٥	٨.٩٤٣	دالة
١١	٤.٤٤٤٤	٠.٨٣٩٢٩	٢.٨١٤٨	١.٢٢٩٧	٨.٠٤٣	دالة
١٢	٤.٤٨١٥	٠.٧٢٠٠٨	٣.١٦٦٧	١.٣٢٨٢	٦.٣٩٥	دالة
١٣	٤.٤٠٧٤	٠.٧١٤٢٤	٢.٣٥١٩	٠.٨٧٢١	١٣.٤٠٠	دالة
١٤	٤.٧٠٣٧	٠.٥٣٦٥٧	٣.٣٥١٩	١.٠٤٨٩	٨.٤٣١	دالة
١٥	٤.١٢٩٦	٠.٧٧٨١٥	٢.٦٤٨١	١.١٠١٥	٨.٠٧٢	دالة
١٦	٤.٨٣٣٣	٠.٣٧٦١٨	٣.٥٩٢٦	١.٠٠٠٣	٨.٥٣١	دالة
١٧	٤.٤٨١٥	٠.٥٧٤٣٢	٢.٥٠٠٠	٠.٩٤٦٦	١٣.١٥٠	دالة
١٨	٤.٠٥٥٦	١.٠٥٣٦٠	٢.٩٤٤٤	١.١٢٢٩	٥.٣٠٣	دالة
١٩	٤.٣٨٨٩	٠.٦٢٦٩٦	٣.٣٥١٩	١.٠١٢٣	٦.٤٠٠	دالة
٢٠	٤.٧٠٣٧	٠.٦٦٢٤٦	٣.٧٥٩٣	٠.٩٧٠٠	٥.٩٠٨	دالة
٢١	٤.٣٨٨٩	٠.٧٣٧٦٨	٢.٩٤٤٤	١.٢٧٩٩	٧.١٨٥	دالة
٢٢	٤.٨٨٨٩	٠.٣١٧٢٢	٣.٨٥١٩	٠.٩١٩٥	٧.٨٣٤	دالة
٢٣	٤.٢٩٦٣	٠.٦٩٠٣٥	٢.٦٦٦٧	١.٢١٣١	٨.٥٧٩	دالة
٢٤	٤.٥١٨٥	٠.٦٦٥٦٢	٣.٤٢٥٩	٠.٩٠٢٨	٧.١٥٨	دالة
٢٥	٤.٦٨٥٢	٠.٥٧٧٠٥	٣.٥٥٥٦	٠.٩٤٥٠	٧.٤٩٧	دالة
٢٦	٤.٥٣٧٠	٠.٥٣٩٥٠	٢.٨٨٨٩	١.٠٥٨٠	١٠.١٩٨	دالة

(*) القيمة الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٠٦) = (١,٩٨).

٢٧	٣.٤٦٣٠	١.٢٥٤٦٢	٢.٧٠٣٧	١.٢٩٧٧	٣.٠٩١	دالة

ب / علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس(الاتساق الداخلي)

تمثل الدرجة الكلية للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية Immediate Criterion Measures من خلال ارتباطها بدرجة الأفراد على الفقرات ومن ثم فأن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات (Lindauist , 1957, p. 286) .التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا(Anastasi , 1976 , p. 154) والمقياس الذي تنتخب فقراته على وفق هذا المؤشر يمتلك صدقاً بنائياً ومن مميزات هذا الأسلوب أنه يقدم مقياساً متجانساً في فقراته (Smith, 1966,p.70) وقد استعمل معامل ارتباط بيرسون (Pearson Produst-Moment Correlation)لاستخراج العلاقة الأرتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لـ (٢٠٠) استمارة وهي الاستمارات ذاتها التي خضعت لتحليل الفقرات في ضوء المجموعتين المتطرفتين وأظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط تم قبولها اعتماداً على معيار (Lopez,1998) و(Field,2005) الذي يشير إلى قبول الفقرة يتحدد إذا حصل الباحث على معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية على (٠.٢٠) فأعلى. (رضوان ،٢٠٠٦: ٣٣٠) .

والجدول (٥) يوضح ذلك. وفي ضوء ذلك تم قبول جميع فقرات المقياس البالغة (٢٧) فقرة

جدول (٥)
معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	٠.٥٨	١٠	٠.٦٥	١٩	٠.٤٥
٢	٠.٥٢	١١	٠.٥٨	٢٠	٠.٤٤
٣	٠.٥٦	١٢	٠.٤٣	٢١	٠.٥٤
٤	٠.٥٩	١٣	٠.٧٠	٢٢	٠.٥٢
٥	٠.٥١	١٤	٠.٥٣	٢٣	٠.٦١
٦	٠.٦٤	١٥	٠.٥٩	٢٤	٠.٤٩
٧	٠.٧١	١٦	٠.٥٧	٢٥	٠.٤٦
٨	٠.٥٥	١٧	٠.٧٦	٢٦	٠.٦٦
٩	٠.٥٧	١٨	٠.٤١	٢٧	٠.٢٩

الخصائص القياسية (السيكومترية) لمقياس الرضا عن الحياة:

يرى المختصون بالقياس النفسي ضرورة التحقق من بعض الخصائص القياسية في أعداد المقياس مهما كان الغرض من استخدامها (علام ، ١٩٨٦ : ٢٠٩) مثل الصدق والثبات حيث هي من أهم الخصائص السيكومترية إذ تعتمد عليها دقة المعلومات التي توفرها المقاييس النفسية (عبد الرحمن ، ١٩٩٨ : ١٥٩) .

فالمقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس ما أعد لقياسه أو يحقق الغرض الذي أعد لأجله . وأن المقياس الثابت هو المقياس الذي يقيس بدرجة مقبولة من الدقة (عودة ، ٢٠٠٢: ٣٣٥) .

أ . الصدق . Validity

يشير أوبنهايم Oppenheim إلى أن الصدق يدل على قياس الفقرات لما يفترض ان تقيسه والمستوى أو الدرجة التي يكون فيها قادراً على تحقيق أهداف معينة ، وهناك عدة أساليب لتقدير صدق الأداة إذ يمكن الحصول على تقدير كمي وفي حالات أخرى يتم الحصول على تقدير كيفي (فرج ، ١٩٨٠ : ٣٦٠) ولقد كان لمقياس الرضا عن الحياة عدة مؤشرات للصدق وهي :

١ . الصدق الظاهري Face Validity

إن أفضل طريقة لحساب الصدق الظاهري . هي عرض الباحث فقرات المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من المحكمين الذين يتصفون بخبرة تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات الاختبار في قياس الخاصية المراد قياسها ، بحيث تجعل الباحث مطمئناً إلى آرائهم ويأخذ بالأحكام التي يتفق عليها معظمهم أو بنسبة (٨٠%) فأكثر (الكبيسي ،٢٠١٠: ٢٦٥) ،وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء المتخصصين في ميدان علم النفس . كما ذكر سابقاً .

٢ . صدق البناء : Construct Vaalidity

يسمى صدق البناء بصدق التكوين الفرضي أيضاً ويقصد به مدى قياس المقياس لتكوين فرضي معين (Anastasi , 1976: p.151)إذ يعني تحليل درجات المقياس استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين (Cronbach,1964: p.120-121) أي أنه عبارة عن المدى الذي يمكن أن نقرر بموجبه ان المقياس يقيس بناءات نظرية محددة أو خاصية معينة . وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتي :

(أ-٢) إجراء تحليل الفقرات :

عد المقياس صادق بنائياً من خلال مؤشر تمييز الفقرات . كما ذكر سابقاً.

(ب-٢)علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

عد المقياس صادقاً بنائياً وفقاً لهذا المؤشر . كما ذكر سابقاً .

الثبات Reliability

١- معامل (الفا) للأتساق الداخل :

أن معامل الفا يزودنا بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف وتعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى وتستند إلى الانحراف المعياري للاختبار والانحراف المعياري للفقرة المقررة (ثورندايك وهيجن ، ١٩٨٩ : ٧٩) وفي صورتها العامة يطلق عليها معامل ألفا ويمثل معامل ألفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطرق مختلفة (عبد الرحمن ، ١٩٨٣: ٢٠١) . ولحساب الثبات فقد أعتمد الباحثان على عينة بلغت (٤٠) طالب وطالبة من كلية الآداب جامعة القادسية ثم استعملت معادلة ألفا وقد بلغ معامل ثبات ألفا للمقياس (٠.٧٤) ويُعدّ المقياس متسقاً داخلياً لأن هذه المعادلة تعكس مدى أتساق فقرات المقياس داخلياً .

٢ - طريقة التجزئة النصفية (Spilt- halves- Method) :

تعتبر هذه الطريقة من أكثر الطرق عملية وسهولة (الجلبي ،٢٠٠٥: ١٣٣) لإيجاد الثبات وفق هذه الطريقة وتطبيقها تم سحب (٤٠) استمارة عشوائياً من العينة ، حيث قسمت فقرات المقياس إلى نصفين (فردية وزوجية) ، ثم تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات النصفين فبلغ (٠,٨١) وباستعمال معادلة (سبيرمان براون) التصحيحية بلغ معامل الثبات (٠.٨٩)

ثانياً / مقياس الأمل:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة و مراجعة الأدبيات النفسية التي تناولت الأمل ، لم يجد الباحث مقياساً يتناسب مع عينة وأهداف البحث الحالي ، لذا كان لا بد للباحثان من بناء مقياس للأمل ، و من أجل بناء المقياس ، هناك خطوات علمية محددة لبناء المقاييس النفسية ، والتي ينبغي أن تبدأ بتحديد المنطلقات النظرية التي يستند أليها الباحث في بناء المقياس ، إذ يشير "كرونباخ Cronbach" إلى ضرورة بدء الباحث بتحديد المفاهيم البنائية التي يستند إليها أو تنطلق

منها إجراءات بناء المقاييس النفسية قبل البدء بإجراءات البناء (**الكبيسي ،٢٠١٠: ٢٦٣**) وفيما يأتي توضيح لذلك:

من خلال ما عرض في الإطار النظري للبحث الحالي، تمّ تحديد المنطلقات النظرية التي يعتمدها الباحثان في بناء المقياس ، لأنها تعطي رؤية واضحة ينطلق منها الباحثان للتحقق من إجراءات بناء المقياس ، وعليه حدد الباحثان المنطلقات النظرية الآتية:

١ . تبني الإطار النظري لنظرية **Seligman** .

٢ . تبني التعريف النظري (**Seligman,1991**) **للأمل** .

٣. بعد إطلاع الباحثان على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث حيث تمت الاستفادة منها في اختيار بعض الأفكار ومن ثم صياغتها بصورة تتلائم مع المقياس الحالي.

- أعداد تعليمات المقياس:

تعدَّ تعليمات المقياس بمنزلة الدليل الذي يسترشد به المفحوص في أثناء استجابته لفقرات المقياس، لذا روعي عند إعدادها البساطة والوضوح، حيث طلب من المستجيب أن يضع علامة(ℵ) تحت البديل المناسب أمام كل فقرة من الفقرات والذي يعبر عن موقفه ومشاعره فعلاً مع التأكيد على أهمية الدقة والصراحة في الإجابة ، كما تم التأكيد على سرية الاستجابات لذا لم يطلب من المبحوث ذكر أسمه ، وذلك من أجل التقليل المحتمل من عامل المرغوبية الاجتماعية (Social Desirability)، وقد طلب من المفحوص أن تكون أجابته على كل فقرة مباشرة بعد قراءتها لضمان الحصول على الانطباع الأول في الإجابة الذي يفترض أن يكون أقرب إلى الواقع ، لأن المستجيب عندما يأخذ فترة زمنية في الإجابة ، فأن ذلك يؤدي إلى تأثير متغير دخيل قد يشوه الإجابة ويؤثر في موضوعيتها ويطلق عليه التفضيل الاجتماعي.

٦- تصحيح المقياس وإيجاد الدرجة الكلية :

يقصد به وضع درجة لاستجابة المفحوص على كل فقرة من فقرات المقياس ، ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لمقياس الأمل بفقراته الـ (٢٨) فقد وضع أمام كل فقرة خمس بدائل هي : (تنطبق عليَّ دائما) و (تنطبق عليَّ غالباً) و (تنطبق عليَّ الى حد ما) و(لا تنطبق عليَّ) و (لا تنطبق عليَّ أبداً) . يقابلها سلم درجات يتراوح من (5، 4، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وبهذه الطريقة يتم حساب الدرجة الكلية لكل مفحوص بالجمع الجبري لدرجات أجابته

على جميع الفقرات وعليه فإن أدنى درجة لمقياس التفكير الإيجابي وأعلى درجة له تتراوح ما بين (5-1) درجة للفقرة الواحدة.

٧- صلاحية فقرات المقياس:

من اجل التعّرف على مدى صلاحية المقياس وتعليماته وبدائله ، قام الباحثان بعرض المقياس الذي قاما ببنائه والمكون من (٢٨) فقرة على مجموعة من المختصين الذين لديهم الكفاءة في مجال علم النفس[١]، لبيان آرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية المقياس ، وملاءمته للهدف الذي وضع لأجله ، وتعديل ما يرونه مناسباً أو حذف ما هو غير مناسب ، كما سأل الباحثان الخبراء صلاحية البدائل في مدى مناسبتها للإجابة وللعينة ، والتي هي :

تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليَ غالباً	تنطبق عليّ الى حد ما	لا موافق عليّ	لا تنطبق عليّ ابداً

وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها اعتمد الباحثان نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر من أجل تحليل التوافق بين تقديرات المحكمين (عودة ، ١٩٨٥ ، ص ١٥٧) ولم يحذف أثر هذا الإجراء أي فقرة من المقياس، أما بشأن البدائل؛ فحصل الباحثان على موافقة جميع الخبراء بوضع البدائل السابقة للإجابة.

*** التطبيق الاستطلاعي الأولي للمقياس:**

قام الباحثان بالتطبيق الاستطلاعي الأولي لمقياس الأمل على مجموعة من طلبة كلية الآداب جامعة القادسية، وذلك لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وبدائله ووضوح لغته، فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للإجابة ، و ذلك على عينة عشوائية مكونة من (٢٥) طالب وطالبة. و قد تبين للباحثين أن التعليمات كانت واضحة والفقرات مفهومة ، وكان الوقت المستغرق في الإجابة يتراوح بين (٤ . ٨) دقيقة و بمتوسط (٥) دقيقة .

*** التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات) :**

إن الهدف من هذا التطبيق هو الحصول على بيانات يتم من خلالها حساب ما إذا كان المقياس قادرا على تشخيص الفروق بين الطلبة في مقياس الأمل ، و من أجل ذلك قام الباحثان باستخراج القوة التمييزية للمقياس من خلال تطبيقه على عينة طبقية عشوائية ذات التوزيع المتساوي من طلبة كلية الآداب جامعة القادسية بلغ قوامها (٢٠٠) طالباً وطالبة. ويقصد بالقوة

م . نغم هادي حسين - علم النفس – كلية الآداب – جامعة القادسية.

التمييزية للمقياس هو في مدى قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد المتميزين في الصفة التي يقيسها الاختبار وبين الأفراد الضعاف في تلك الصفة (Gronlund , 1971 , P. 250) . وتمّ استخراج تمييز الفقرة بأسلوبين هما :

أ . أسلوب المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method :

بعد تصحيح استمارات المفحوصين قام الباحثان بترتيبها تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى أدناها ثم أخذت نسبة الـ (٢٧%) العليا من الاستمارات بوصفها حاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا والتي بلغت (٥٤) استمارة ، ونسبة الـ (٢٧%) الدنيا والحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والتي بلغت (٥٤) استمارة، وفي هذا الصدد و أكد إيبل Ebel و ميهرنز Mehrens إن اعتماد نسبة الـ (٢٧ %) العليا و الدنيا تحقق للباحثان مجموعتين حاصلتين على أفضل ما يمكن من حجم و تمايز (رضوان ، ٢٠٠٦، ص ٣٣١) .و من أجل استخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس الأمل ، قام الباحثان باستعمال الاختبار التائي (T–test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس، وأظهرت النتائج أن جميع الفروق ذات دلالة إحصائية ولجميع الفقرات ، وفي ضوء ما تقدم استبقيت جميع الفقرات كما هي حيث يكون بصيغته النهائية مؤلفا من (٢٨) فقرة وجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

القوة التمييزية لمقياس الأمل بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

رقم	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	
الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	النتيجة
١	٤.٦٨٥٢	٠.٥٧٧	٤.١٢٩٦	٠.٦٧٤٢٢	٤.٦٠٠	دالة
٢	٤.٩٦٣٠	٠.١٩٠٦٣	٤.٢٧٧٨	٠.٧٨٧٠٨	٦.٢١٧	دالة
٣	٤.٩٢٥٩	٠.٢٦٤٣٥	٣.٥٥٥٦	٠.٧٤٣٩٥	١٢.٧٥٥	دالة
٤	٤.٧٥٩٣	٠.٥١١٥٧	٣.٧٧٧٨	٠.٦٩١٣٧	٨.٣٨٦	دالة
٥	٤.٨١٤٨	٠.٤٣٧٥٨	٣.٧٠٣٧	١.١٩١٦٣	٦.٤٣٢	دالة
٦	٤.٥٩٢٦	٠.٤٩٥٩٧	٣.٨١٤٨	٠.٧٥٤٢١	٦.٣٣٢	دالة
٧	٤.٩٤٤٤	٠.٢٣١٢١	٤.١٢٩٦	٠.٨٦٩٧٥	٦.٦٥٣	دالة
٨	٤.٧٤٠٧	٠.٤٤٢٣٤	٣.٤٢٥٩	٠.٧٤٢٣٠	١١.١٨١	دالة
٩	٤.٥٧٤١	٠.٧١٦٤٣	٣.٤٠٧٤	٠.٧٨٩٥٢	٨.٠٤١	دالة
١٠	٤.٤٨١٥	٠.٦٦٥٦٢	٣.٠٩٢٦	٠.٩٩٥٦٢	٨.٥٢٢	دالة

١١	٤.٧٧٧٨	٠.٥٧١٨٨	٣.٦٦٦٧	٠.٨٢٤١٦	٨.١٣٩	دالة
١٢	٤.٩٠٧٤	٠.٢٩٢٥٨	٣.٦٢٩٦	٠.٨٣٠٩٢	١٠.٦٥٩	دالة
١٣	٤.٨١٤٨	٠.٣٩٢١٠	٣.٤٤٤٤	١.١٤٣٧٦	٨.٣٢٩	دالة
١٤	٤.٤٨١٥	٠.٦٩٣٣٨	٣.١١١١	٠.٩٦٤٧٩	٨.٤٧٦	دالة
١٥	٤.٧٠٣٧	٠.٦٦٢٤٦	٣.٦٦٦٧	٠.٨٦٨٧٤	٦.٩٧٥	دالة
١٦	٤.٩٠٧٤	٠.٤٠١٣٤	٤.٠٣٧٠	٠.٩٥٠٩٣	٦.١٩٧	دالة
١٧	٤.٨٨٨٩	٠.٣١٧٢٢	٣.٤٨١٥	٠.٩٨٥٥٧	٩.٩٨٩	دالة
١٨	٤.٦٦٦٧	٠.٤٧٥٨٣	٣.٧٠٣٧	٠.٩٠٣٤٤	٦.٩٣٠	دالة
١٩	٤.٥١٨٥	٠.٧٤٥٨٢	٣.٤٨١٥	٠.٨٦٣١٠	٦.٦٨١	دالة
٢٠	٤.٧٥٩٣	٠.٤٧٣٢٥	٣.٧٥٩٣	٠.٨٦٧٣٤	٧.٤٣٧	دالة
٢١	٤.٥٠٠٠	٠.٥٤٠٧٩	٣.٧٩٦٣	٠.٩١٨٩٧	٤.٨٥٠	دالة
٢٢	٤.٧٩٦٣	٠.٤٥٠٥٦	٣.٧٠٣٧	٠.٨١٥٦٤	٨.٦١٦	دالة
٢٣	٤.٨٨٨٩	٠.٣١٧٢٢	٤.٠١٨٥	٠.٨١٢٤٢	٧.٣٣٣	دالة
٢٤	٤.١٢٩٦	٠.٨٠٢٠٣	٢.٨٧٠٤	١.٠٢٨٧٦	٧.٠٩٤	دالة
٢٥	٤.٨١٤٨	٠.٣٩٢١٠	٣.٦٤٨١	٠.٨٠٤٦٤	٩.٥٧٨	دالة
٢٦	٤.٤٨١٥	٠.٦٦٥٦٢	٣.٢٥٩٣	١.١٥٢٢٨	٦.٧٤٩	دالة
٢٧	٤.٥٣٧٠	٠.٦٠٥٤١	٣.٦١١١	٠.٨٥٥٩٨	٦.٤٩٠	دالة
٢٨	٤.٨٥١٩	٠.٣٥٨٥٨	٣.٤٦٣٠	١.٠٢٢٦٣	٩.٤١٨	دالة

جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ٩٨ . ١ و مستوى دلالة (٠.٠٥) و درجة حرية (١٠٦)

ب . علاقة الفقرة بالدرجة الكلية Internal Consistency Method :

تمثل الدرجة الكلية للمقياس بمثابة قياسات محكية آنية Immediate Criterion Measures من خلال أرتباطها بدرجة الأفراد على الفقرات ومن ثم فأن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات (Lindauist , 1957, p. 286) .التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا(Anastasi , 1976 , p. 154) والمقياس الذي تنتخب فقراته على وفق هذا المؤشر يمتلك صدقاً بنائياً ومن مميزات هذا الأسلوب أنه يقدم مقياساً متجانساً في فقراته. (Smith , 1966 ,p.70). وقد استعمل معامل ارتباط بيرسون (Pearson Produst- Moment Correlation)لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لـ (٢٠٠) استمارة وهي الاستمارات ذاتها التي خضعت لتحليل الفقرات في ضوء المجموعتين المتطرفتين وأظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط تم قبولها اعتماداً على معيار (Lopez,1998) و(Field,2005) الذي يشير إلى قبول الفقرة يتحدد

إذا حصل الباحث على معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية على (٠.٢٠) فأعلى. (رضوان ،٢٠٠٦: ٣٣٠)، جدول (٧) يوضح ذلك. وفي ضوء ذلك تم قبول جميع فقرات المقياس البالغة (٢٨) فقرة .

جدول(٧)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الأمل

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٣٤	١١	٠.٤٤	٢١	٠.٢٧
٢	٠.٤٧	١٢	٠.٦٣	٢٢	٠.٥٥
٣	٠.٥٦	١٣	٠.٥٨	٢٣	٠.٤٩
٤	٠.٤٩	١٤	٠.٥٥	٢٤	٠.٤٧
٥	٠.٥٤	١٥	٠.٥١	٢٥	٠.٥٨
٦	٠.٤٥	١٦	٠.٤٤	٢٦	٠.٤٧
٧	٠.٤٤	١٧	٠.٦٢	٢٧	٠.٣٩
٨	٠.٥٨	١٨	٠.٥٢	٢٨	٠.٦٠
٩	٠.٤٤	١٩	٠.٤٧		
١٠	٠.٤٧	٢٠	٠.٤٥		

*** صدق المقياس:**

يعدُّ الصدق من الخصائص اللازمة في بناء المقاييس لكونه يشير إلى قدرة المقياس على قياس الخاصية التي وضع من اجل قياسها (فرج، ١٩٨٠، ص٣٦٠) واستخرج للمقياس الحالي ما يأتي:

١-الصدق الظاهري Face Validity :

يشير ايبل (Ebel) إلى أنَّ أفضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها (Ebel, 1972, P.55) . وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت فقراته على مجموعة من المحكمين بشأن صلاحية المقياس وملاءمته لمجتمع الدراسة .

٢ . مؤشرات صدق البناء Construct Validity : وتحقق ذلك من خلال استعمال قوة تمييز الفقرة من خلال أسلوب المجموعتين المتطرفين ، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية .

*** الثبات:**

ينبغي أن تكون الأداة المستخدمة في البحث متصفة بالثبات، أي إنَّها تعطي النتائج ذاتها – أو قريبة منها – أذا أعيد تطبيقها على إفراد العينة في وقتين مختلفين (الزوبعي ،١٩٨١ : ٣٠).

وقد أعتمد الباحثان في إيجاد الثبات على عينة بلغت (٤٠) طالب وطالبة من كلية الآداب جامعة القادسية . واستعمل الباحثان في إيجاد الثبات الطريقتين الآتيتين :

١. **طريقة التجزئة النصفية:** حيث قام الباحثان بتقسيم الاختبار على قسمين، أخذين درجات الأفراد الفردية على المقياس لوحدها، ودرجات الأفراد ذات الأرقام الزوجية وحدها. وقبل استخدام التجزئة النصفية قام الباحثان باختبار نصفي الاختبار، من خلال استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (لغرض معرفة التجانس بينهما)، ووجد الباحثان عدم ملاحظة دلالة إحصائية ما بين النصفين للاختبار عند مقارنة القيمة التائية بالقيمة الجدولية، وعند ذلك قام الباحثان باستعمال طريقة التجزئة النصفية حسب معادلة بيرسون للتجزئة النصفية، فوجدا أن معامل الثبات المقاس كانت (٠.٧٨). ولغرض اكمال معامل ثبات الاختبار، حيث إنَّ الدرجة التي حصل عليها الباحثان كانت لنصف الاختبار فقط، استعمل الباحثان معادلة سبيرمان براون التصحيحية، فوجد أنَّ معامل الثبات للاستبانة بصورته النهائية كانت (٠.٨٨)، وهو معامل ثبات جيد إحصائيا.

٢. **معادلة ألفا كرونباخ:** تقوم فكرة هذا المعامل على حساب الارتباطات الداخلية بين علامات مجموعة الثبات لكل فقرة و العلامات على أي فقرة أخرى من جهة و مع العلامات على الاختبار ككل من جهة أخرى . (عودة ، ١٩٨٥ : ١٤٩) . ومن خلال استعمال معادلة الفا كرونباخ للثبات ، وجد الباحثان أن الثبات قد بلغ (٠.٧٤) .

*** المقياس بصورته النهائية:**

أصبح المقياس يتألف بصورته النهائية من ٢٨ فقرة تكون إجابته على خمسة بدائل ، وبذلك فأن درجة المقياس تتراوح بين (١٤٠) كدرجة عليا و (٨٤) كدرجة متوسطة ، و(٢٨) كدرجة دنيا. وقد تم احتساب درجة الطالب الفعلية على المقياس بوضع درجة له على كل فقرة طبقا للبديل الذي يختاره ، و من ثم جمعت درجات الفقرات كلها لاستخراج مجموع درجات الطول على المقياس. ملحق /٢

الفصل الرابع/ عرض النتائج وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها بعد تحليل إجابات الطلبة على وفق أهداف البحث، ثم تفسيرها في ضوء الأطر النظرية، وتقديم عدد من التوصيات والمقترحات وعلى النحو الآتي:-

أولاً/ تعرف درجة الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الآداب:

أظهرت نتائج البحث أنَّ المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الرضا عن الحياة بلغ (١٠٠.٤٤٥٠) وبانحراف معياري قدره (١٦.٠١٣٤) وهو اكبر من المتوسط الفرضي* للمقياس البالغ (٨١)، وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفرق بين المتوسطين، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٨٨.٧٠٧)، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) مما يشير إلى أن طلبة كلية الآداب لديهم رضا عن الحياة و جدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث على مقياس الرضا عن الحياة

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	١٠٠,٤٤	١٦,٠١٣٤	٨١	٨٨.٧٠٧	١,٩٨	٠,٠٥

ويمكن تفسير هذه النتيجة اعتماداً على ما طرح في الإطار النظري بأن طلبة الجامعة الذين يمتلكون تقيماً جوهرياً مرتفعاً عن ذواتهم يكونون أكثر سعادة ورضا عن الحياة سوى الدراسية او الاجتماعية كما اشر إلى ذلك (Judge,1997)، أو يمكن تفسير ذلك بأن الطلبة يدركون بأنهم حققوا جزءً مهماً وكبيراً من أهدافهم وطموحاتهم وبالتالي تكون درجة تقيمهم عالية في الرضا عن الحياة ، كما أشار إلى ذلك (oishi,et,al.,1999)، أو يمكن تفسير ذلك الى المستوى الاقتصادي والظروف البيئية في داخل الجامعة والتقدم على المستوى العمراني والتكنلوجي ومقارنة الطلبة ظروفهم الحالية بظروف الطلبة في السنوات السابقة في زمن الحصار الاقتصادي على البلد .وكما أشار إلى ذلك (Easterlin,2001)

ثانياً / تعرف درجة الأمل لدى طلبة كلية الآداب:

أظهرت نتائج البحث أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الأمل بلغ (١١٨.٢٣) وبانحراف معياري قدره (١٢.٦٠٠) وهو اكبر من المتوسط الفرضي للمقياس

البالغ (٨٤)، وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفرق بين المتوسطين، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١٣٢.٧٠٠)، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) مما يشير إلى أن طلبة كلية الآداب يمتلكون درجة عالية من الأمل وكما هو في جدول (٩) .

جدول (٩)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث على مقياس الأمل

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	١١٨.٢٣	١٢.٦٠٠	٨٤	١٣٢.٧٠٠	١,٩٨	٠,٠٥

ويمكن تفسير ذلك اعتماداً على نظرية (Seligman,1991) الذي يرى إن طريقة تفسير الأفراد للوقائع من نجاح نتيجة لما يمتلكون من ثقة عالية بأنفسهم وإمكاناتهم والفرص المتاحة لهم وإمكانية الاستفادة منها في حياتهم، أو يمكن تفسير ذلك كما أشارت النظرية إلى نمط التنشئة الاجتماعية في غرس روح الأمل والتفاؤل لدى الأفراد أو الطلبة موضع البحث الحالي بما يتصف من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز من قبل أساتذتهم وأسرهم أظهرت هذه الدرجة العالية من الأمل لدى الطلبة.

ثالثاً/ تعرف علاقة الرضا عن الحياة بالأمل لدى طلبة كلية الآداب:

بهدف تعرف طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة والأمل لدى طلبة كلية الآداب ، قام الباحثان بتطبيق معامل ارتباط بيرسون على درجاتهم الكلية لكلا المتغيرين، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما(٠.٧٥)، و باستعمال الاختبار التائي الخاص بمعامل ارتباط بيرسون ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (١٥.٩٥٧) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يشير إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الرضا عن الحياة والأمل) ، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

علاقة الرضا عن الحياة والأمل لدى طلبة كلية الآداب

نوع المتغير	العدد	معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
علاقة الرضا عن الحياة بالامل	٢٠٠	٠.٧٥	١٥.٩٥٧	١,٩٨	دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

ويمكن تفسير ذلك اعتمادا على نظرية (Seligman,1991) الذي يرى إن الأفراد الذين يمتلكون الحرية والمقدرة في اختيار طريقة تفكيرهم يودي ذلك بالفرد الى اكتشاف جوانب القوة والأمل ويستخدم أساليب وأنشطة موجهة لإدارة الحياة وبالتالي الرضا عنها ، وان الأفراد الذين يمتلكون الخصال الايجابية ومنها الأمل يكون لها دور وعلاقة في استثارة السعادة والرضا عن الحياة ، فهي من أفضل السبل للوصول للهناء والرضا وتحمل الصعاب وتحرر الفرد من قسوة الماضي.

(Seligman,2002,p.8)

المصادر والمراجع:

- أحمد ، عطية (٢٠٠٨):التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية ، **مجلة أطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة** www.gulfkids.com
- الإمام ،مصطفى محمود ،وآخرون، (١٩٩٠) : **التقويم النفسي**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
- ثورندايك ، روبرت وهيجن ، اليزابيث (١٩٨٩) : **القياس والتقويم في علم النفس والتربية** ، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس ، مركز الكتب الأردني ، عمان.
- الجلبي ، سوسن شاكر (٢٠٠٥): **أساسيات بناء الإختبارات والمقاييس النفسية والتربوية**_،ط١ ، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع ، دمشق – سوريا.
- جودة ، آمال وأبو جراد ، حمدي (٢٠١١) : **التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة** – فلسطين.
- حجازي ، مصطفى (٢٠١٢) : **إطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الإيجابي)** ، التنوير للطباعة والنشر ، بيروت – لبنان .
- رضوان ، محمد حضر الدين (٢٠٠٦): **المدخل إلى القياس** ، التربية البدنية والرياضية ،ط١، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١) : **الاختبارات والمقاييس النفسية** ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة الموصل.
- سليمان، عادل محمد (٢٠٠٣): الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديرياتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية ، **رسالة ماجستير** ،جامعة النجاح الوطنية – فلسطين.
- الشعراوي ، علاء محمود(١٩٩٩): سمات الشخصية والدافع للإنجاز الأكاديمي وعلاقتهما بالرضا عن الحياة في المرحلة الجامعية ، **مجلة كلية التربية بالمنصورة** ،العدد ٤١، ص١٤٨-١٩٦.

- شقورة ، يحيى عمر (٢٠١٢): المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة الفلسطينية بمحافظات غزة (**رسالة ماجستير**) ،جامعة الازهر ،كلية التربية ،غزة.
- عبد الخالق ،احمد (٢٠٠٨): الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي ،**مجلة دراسات نفسية** ،الكويت، المجلد ١٨، العدد(١) من ١٢١-١٣٥.
- عبد الرحمن ، سعد (١٩٨٣) : **القياس النفسي** ، الطبعة الأولى ، مكتبة الفلاح ، الكويت.
- عبد الرحمن ، محمد السيد (١٩٩٨) : **نظريات الشخصية** ، دار قباء للطباعة ، القاهرة.
- عبد اللطيف ، حسن (١٩٩٧): الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة الكويت ،**المجلة التربوية** ، الكويت ، المجلد ١١، العدد ٤٣، ص٣٠١-٣٤٩.
- عبد الوهاب ، أماني (٢٠٠٧): **أثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين** ، المؤتمر السنوي الرابع عشر، مركز الارشاد النفسي ،جامعة عين شمس ، ص ٢٤٣-٢٨٩.
- علام ، صلاح الدين محمود (١٩٨٦) : **تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي** ، مطابع القيسي التجارية ، الكويت.
- علوان ، نعمات (٢٠٠٨): الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية ، دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينين ، **مجلة الجامعة الإسلامية** (سلسلة الدراسات الإنسانية ، مجلد ١٦، العدد ٢، ص ٤٥٧-٥٣٢.
- العنزي ، يوسف محيلان سلطان (٢٠٠٧) : أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت ، **رسالة دكتوراه** ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الكويت.
- عيسى ، جابر محمد ورشوان ، ربيع عبده(٢٠٠٦): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي لدى الأطفال ، **مجلة دراسات تربوية واجتماعية** ، كلية التربية ، جامعة حلوان،مجلد ١٢، عدد ٤، ص ٤٥-١٣٠.
- فرج ، صفوت (١٩٨٠) : **القياس النفسي** ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- القاسم ،موضي محمد(٢٠١١): الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة الأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى ، **رسالة ماجستير** ،جامعة أم القرى ،كلية التربية ،المملكة العربية السعودية.
- الكبيسي ، وهيب مجيد (٢٠١٠): **الإحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية** ،ط١، العالمية المتحدة، بيروت – لبنان.

- Anastasi, Ann, (1976) **Psychological Testing** , New York: Macmillan Company.
- Bailey, T.,Eng,w.,& Frisch,M.(2007). Hop and optimism as related to life atisfaction. The Journal of positive psychology, 2(3) , 168-175.
- Carr, A. (2004). **Positive psychology: the science of happiness and human strengths**. Hove and New York : Brunner-Rutledge.

- Chiselli, E.E.et.al (1981): **Measurement theory for behavioral sciences** , San Francisco: W.H Freeman and Company.
- Cronbach, L.J (1964) **Essential of Psychology testing** , New York Harper, Brothers.
- Ebel, R.L. (1972) **Essentials of Education Measurement** , New Jersy, Englewood cliffs prentice-Hall.
- Kivimaki,M., Elovainio, M., Singh- manoux ,A.,Vahtera, J., Helenius, H. & pentti , J.(2005).Optimism and pessimism as predictor of change in health after death or onset of severe illness in family**. American psychological Association**, 24(4),413-421.
- Oishi, shigehiro,Diener, Edward. Lucas, Richard,E.,and suh, Eunkook, M.(1999).Cross- Cultural Variation : Perspectives from needs and Values. **Journal of personality and Social psychology Bulletin**, vol. 25, NO, 8,p.980-990.
- Peterson,C. &Seligman, M.(2004).chracter strength and virtues:A andbook and classification, New York: oxford University press ,Inc.
- Proctor,K.Maltby,J.& Linley,P.(2010).Strengths use a sa predrctor of well-Being and Health-Related quality of Life**. Journal of happiness studies**.10,583-630.
- Seligman, (2002) . positive psychology,positive prevention and positive therapy**.** In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.) . **The Handbook of positive psychology** (pp.3-9). New York : Oxford University press.
- Seligman, (2002) . positive psychology,positive prevention and positive therapy**.** In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.) . **The Handbook of positive psychology** (pp.3-9). New York : Oxford University press.
- ———, M. E. P. (1991). **Learned optimism**. New York: Knopf.
- Snyder,C.,Shorey,H.,Cheavens, J., pulvers,K.,Adams,v.& wiklund,C.(2002).Hope and academic success in college. Journal of Educational psychology, 94,4,820-826.
- ——— , C. R. (2002). **Hope theory: Rainbows in the mind**. Psychological Inquiry, 13, 249–275.
- William ,E., Todd, B. Alan, R., Richard & Jonathan, D.(2002) .Hope and optimism as human strengths in parents of children with externalizing disorders: Stress is in the eye of the beholoer. **Journal of Social and Clinical psychology**, 21(4) 441-468.

الملاحق

ملحق (١)

مقياس الرضا عن الحياة بصيغته النهائية

الجامعة القادسية

كلية الآداب

عزيزي الطالب.....

عزيزتي الطالبة.....

يتضمن هذا الاستبيان الذي بين يديك عدد من الفقرات او العبارات ، لذا نرجو تعاونك معنا في قراءة العبارات بكل دقة وتمعن والإجابة بصدق وصراحة وذلك بوضع (√)تحت البديل الذي ينطبق عليك أمام كل عبارة ، ونرجو منك عدم ترك أي فقرة من دون إجابة .وإنا نطمئنك إن إجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحث وهي لأغراض البحث العلمي .

شكرا لتعاونكم معنا..... مع وافر شكري وامتناني

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ الى حد ما	لاتنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ ابداً
١	أنا أسعد حالاً من الآخرين.					
٢	أنا راضٍ عن نفسي.					
٣	ظروف حياتي ممتازة.					
٤	في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية.					
٥	أشعر بالثقة تجاه سلوكي الاجتماعي.					
٦	أشعر بالأمن والطمأنينة.					
٧	أتمتع بحياة سعيدة.					
٨	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى					
٩	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي.					
١٠	أشعر أنني موفق في حياتي.					
١١	أنا راض بما وصلت إليه					
١٢	أميل إلى الضحك وتبادل الدعابة					
١٣	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروفي الحياتية					
١٤	أتقبل الآخرين وأتعايش معهم كما هم.					
١٥	أعيش في مستوى حياة معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه.					
١٦	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين.					
١٧	أشعر أن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل					
١٨	أتقبل نقد الآخرين.					
١٩	يثق الآخرين في قدراتي					
٢٠	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح					
٢١	أنام نوماً هادئاً مسترخياً.					

٢٢	ينظر الآخرين لي باحترام.					
٢٣	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل.					
٢٤	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه.					
٢٥	علاقاتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة .					
٢٦	روحي المعنوية مرتفعة.					
٢٧	لو قُدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيئاً من حياتي.					

ملحق(٢)
مقياس الأمل بصيغته النهائية

الجامعة القادسية

كلية الآداب

عزيزي الطالب.....

عزيزتي الطالبة.....

بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن آرائك إزاء بعض المواقف الحياتية.قد تنطبق عليك أو لا تنطبق ، يرجى قراءة جميع الفقرات في أدناه بدقة ، والإجابة عنها بوضع علامة (√) تحت البديل الذي تراه مناسبا والذي يمثل اختيارك.... ولا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ... .. وان لا تترك أي فقرة من دون إجابة...علما أن هذه الإجابات ستكون لأغراض البحث العلمي .....لا حاجة لذكر الاسم

شكرا لتعاونكم معنا..... مع وافر شكري وامتناني

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ الى حد ما	لاتنطبق عليّ	لا تنطبق عليّ ابداً
١	رغم المشكلات التي تواجهني فأنا أسعى إلى حياة جيدة .					
٢	أحاول أن يكون مستقبلي مشرقا .					
٣	لا يمنعني الفشل من تحقيق أهدافي.					
٤	رغم فشلي في بعض المواقف فأنا أحاول ان أجد طرائق جديدة للنجاح.					
٥	يملئوني الأمل في تحقيق طموحاتي .					
٦	أضع أهدافي نصب عيني من اجل تحقيقها					
٧	أفكر بمشاعر السعادة التي سأشعر بها عند تحقيق أهدافي .					
٨	أعمل على تحقيق الخطط التي وضعتها لأهدافي.					
٩	لا تعوقني مشكلاتي عن التفكر بما سأجنيه من فوائد مستقبلا عند تحقيق أهدافي .					
١٠	أحاول تجنب التفكير بالمصاعب التي تواجهني والتركيز على المستقبل .					
١١	أحاول أن أتذكر متعة عملي ودراستي كي انجح فيهما .					
١٢	أحاول التركيز على جوانب القوة في داخلي من اجل تحقيق أهدافي.					
١٣	اعمل بكل قواي حتى أتخلص من مشاكلي					
١٤	أنظر إلى الحياة على انها هادفة					

١٥	أتمتع بالثقة بنجاحي					
١٦	أرى ان الفرج يأتي بعد الشدة					
١٧	أقبل على الحياة بكل أمل حتى أحقق أهدافي					
١٨	أسعى إلى أيجاد السبل لنيل ما أبتغي.					
١٩	عليَ استيعاب المصاعب حتى أتمكن من مواجهتها.					
٢٠	لكل مشكلة أكثر من طريقة لحلها .					
٢١	أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التي أفكر بها.					
٢٢	لن أتراجع عن السعي وبذل الجهد للوصول إلى أهدافي.					
٢٣	أتمسك بالتفاؤل والأمل.					
٢٤	لا مكان لليأس في حياتي.					
٢٥	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.					
٢٦	تستحق الحياة أن تقبل عليها.					
٢٧	أتكيف مع ظروف الحياة المتقلبة.					
٢٨	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل تجاه المستقبل					

Life satisfaction and hope his relationship with the university students

Dr. Adnan Jaber **M.M . Hossam Mohammed**

University of Karbala basic / College of Education

Abstract :

Targeted current research to know the degree of satisfaction with life, and hope among the students of the Faculty of Arts, University of Qadisiyah, and the relationship between life satisfaction and hope, and to achieve the objectives of the research the researchers to adopt a measure (ElDesoki 0.1998) for the satisfaction of life, while the researchers built a measure of hope depending on theory (Seligman, 1991), may provide a standard search psychometric properties of validity and reliability and the ability to distinguish, where the two instruments were applied on a sample of 200 students for the academic year 2013-2014, were chosen random-style class with equal distribution. After the use of appropriate statistical methods showed the following results:

1. That students enjoy a high degree of satisfaction with life.
2. That students enjoy a high degree of hope.
3. There is a positive correlation between life satisfaction and hope.

In light of these results the researchers gave some recommendations also suggested a number of future studies.