



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة زيان عاشور - الجلفة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس والفلسفة

الرقم التسلسلي:

**الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة
لدى الطالب الجامعي
(دراسة ميدانية بجامعة زيان عاشور بالجلفة)**

مذكرة مكملة لنيل شهادة (الماستر) في علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذة:

د. داودي خيرة

إعداد الطالبتين:

بن عبد الحفيظ أسماء

حدو كلتوم

لجنة المناقشة:

1. أ مرباح أحمد تقي الدين رئيسا
2. أ داودي خيرة مقرا
3. أ درماش أسيا مناقشا

السنة الجامعية: 2023/2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ فَأَمَّا الْرِيذِيَّةُ فَيَتَذَقَبُ جَفَاءً وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ

النَّاسَ فَيَمْنُكُثُ فِي الْأَرْضِ ﴾

(سورة الرعد: 17)

إهداء

بأنامل تحمل قلما أعياه التعب والإرهاق فلم يقوى على الحراك

يتكى على قطرات حبر مملوءة في آن واحد

حزن للفراق بعد الاجتماع وفرح لبزوغ فجر جديد

من حياتنا هو يوم تخرجنا

اليوم سنضع كلمات لكل من ترك بصمة في حياتنا وغير

من مجراها وعمق من توسيع مداركاتنا العلمية والعقلية

وكلنا شكر لهم بعد شكرنا لك يا رازقي

لروح الرسالة الطاهرة محمد صلى الله عليه وسلم

لأنفسنا التي جاهدت معنا للوصول الى هذا اليوم

لكل من اشعرنا باننا لسنا وحيدين

الى من رضاهما غابتنا وطموحنا صاحبتا البصمة الصادقة في حياتنا

الى امهاتنا اللاتي ربينا والى من انجبتنا ببارك الله في عمرهما

الى الذي طالما سد خطاي والدي حفظه الله

الى اخوتنا وسندنا جهيد وخالد

الى رفقاء البيت الطاهر الانيق اخواتي واخوتي وزوجاتهم

وابناؤهم حفظهم الله ورعاهم

الى كل الاصدقاء والصديقات

الى الاستاذة الفاضلة داودي خيرة

نهديكم جميعا هذا العمل

أسماء / كلثوم

شكر

وتقدير

قال الله تعالى: {ولقد ءاتينا لقمان الحكمة ان اشكر لله ومن يشكر فإنما يشكر لنفسه ومن كفر فإن الله غني حميد} ال آية 11 من سورة لقمان
الشكر لله أولاً أخراً ان اتممت هذا العمل بعد ان أمدني بالصبر والثبات للوصول فله الحمد
والشكر للأستاذة داودي خيرة لقبولها الاشراف على هذا العمل وعلى ما قدمته لي من توجيهات
كما أتقدم بجزيل الشكر الى استاذتي بودار نجاه وجمعية الامام نافع المدني بسيدي لعجال ونادي شباب نافع كل باسمه ومقامه.
ونتوجه بالشكر ايضاً الى اساتذة وطلبة قسم علم النفس دون استثناء هذا ونتقدم بالشكر المسبق للجنة المناقشة على سعيهم وتحملهم عناء قراءة هذا البحث وتصحيحه
كما ونوجه الشكر لصديقاتنا في الاقامة الجامعية

أسماء/ كلثوم

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن لدى الطالب الجامعي والكشف عن الفروق في الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغير الجنس والتخصص ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحثة عفراء ابراهيم 2017 ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد الباحث مجدي

الدسوقي 1996، طبقت على عينة مكونة من (243) طالب وطالبة. وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي.

2-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس

3-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.

4-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

5-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي -الرضا عن الحياة -الطالب الجامعي.

Abstract

Study summary: The current study aimed to know the relationship between psychological resilience and satisfaction with the university student and to detect differences in psychological resilience and life satisfaction among university students according to the variable of gender and specialization. Researcher Magdy El-Desouki 1996, applied to a sample of (243) male and female students.

The descriptive correlation method was used .

The study reached the following results: 1- There is a statistically significant correlation between psychological resilience and life satisfaction among

university students. 2- There are no statistically significant differences in the degree of psychological resilience among university students due to the gender variable. 3- There are no statistically significant differences in the degree of psychological resilience among university students due to the variable of specialization. 4- There are no statistically significant differences in the degree of life satisfaction among university students due to the gender variable. 5- There are no statistically significant differences in the degree of satisfaction with life among university students due to the variable of specialization.

Keywords: psychological resilience - satisfaction with life - university student

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

رقم الصفحة	المحتوى
	البسمة
أ	الإهداء
ب	الشكر
ج	ملخص الدراسة باللغة العربية
د	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
هـ	فهرس المحتويات

ط	فهرس الجداول
ي	فهرس الاشكال
ك	فهرس الملاحق
1	مقدمة
الفصل الأول: بناء إشكالية الدراسة	
04	بناء إشكالية الدراسة
07	فرضيات الدراسة
07	أهمية الدراسة
08	أهداف الدراسة
08	تحديد مفاهيم الدراسة
08	الدراسات السابقة
10	التعقيب على الدراسات السابقة

فهرس المحتويات

الفصل الثاني: الصمود النفسي	
14	_ تمهيد
15	1_ التسلسل التاريخي للصمود النفسي
16	2- مفهوم الصمود النفسي
18	3- المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي
20	4_ أهمية الصمود النفسي
21	5- أنماط الصمود النفسي
22	6- مقومات الصمود النفسي
22	7_ متطلبات الصمود النفسي

23	8_ مكونات الصمود النفسي
24	9_ دورة الصمود النفسي
25	10_ العوامل المؤثرة في الصمود النفسي
26	12_ النظريات المفسرة للصمود النفسي
29	_ خلاصة
الفصل الثالث: الرضا عن الحياة	
31	_ تمهيد
32	1_ مفهوم الرضا عن الحياة
34	2_ المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة
36	3_ مقومات الرضا عن الحياة
37	4_ عوامل الرضا عن الحياة
39	5_ أبعاد الرضا عن الحياة

فهرس المحتويات

40	6_ مبادئ الرضا عن الحياة
41	7_ محددات الرضا عن الحياة
42	8_ فضل الرضا ومنزلته عند الله
42	9_ أهمية الرضا عن الحياة
43	10_ النظريات المفسرة للرضا عن الحياة
46	_ خلاصة
الفصل الرابع: الإجراءات الدراسة الميدانية	
48	_ تمهيد

49	1_ الدراسة الاستطلاعية
49	2_ حدود الدراسة
50	3_ منهج الدراسة
50	4-مجتمع وعينة الدراسة
55	5_ أدوات الدراسة ومحدداتها السيكومترية
58	6_ الأساليب الاحصائية
59	7_ خلاصة
الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها	
61	_ تمهيد
62	1_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها
63	2_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها

فهرس المحتويات

65	3_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها
66	4_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة وتفسيرها
67	5_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة وتفسيرها
69	_ استنتاج عام
69	_ خاتمة
70	_ التوصيات والاقترحات
	_ قائمة المراجع.....

فهرس الجداول

فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
51	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	01
52	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص	02
53	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	03
54	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص	04
55	يمثل بدائل الاجابة على سلم ليكرت الخماسي	05

56	يبين الفروق بين درجات المجموعتين المتطرفتين في مقياس الصمود النفسي	06
56	يوضح قيمة معامل الثبات لمقياس الصمود النفسي بحساب معامل ألفا كرومباخ	07
57	يبين الفروق بين درجات المجموعتين المتطرفتين في مقياس الرضا عن الحياة	08
57	يوضح قيمة معامل الثبات لمقياس الرضا عن الحياة بحساب معامل ألفا كرومباخ	09
62	يبين العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة	10
64	يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين	11
65	يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين	12
66	يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين	13
68	يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين	14

فهرس الأشكال

فهرس الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
51	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	01
52	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص	02
53	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	03

54	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص	04
----	--	----

فهرس الملاحق

فهرس الملاحق

رقم الملاحق	عنوان الملاحق
01	أدوات الدراسة
02	نتائج ال spss للدراسة الأساسية

مقدمة

تشهد حياتنا المعاصرة أنماطا كثيرة من التطور السريع والمتلاحق في مختلف مجالات الحياة، فضلا عما تواجهه الامم من محن وأزمات متنوعة ورغم هذا التغير السريع وتعرض الافراد للكثير من المحن والأزمات والضغوط إلا أن هناك أفرادا عديدين ينهضون من هذه المحن بقوة وعزيمة وضمود، وهذا ما انتبه إليه الباحثون مما دفعهم إلى دراسة الصمود النفسي وذلك سعيا للوقوف على طبيعة هذا المتغير وطبيعة السمات التي تميز هؤلاء الافراد وتحديد درجات اختلافه عن المتغيرات الاخرى الشبيهة به وتحديد طبيعة صلته بالمتغيرات الاخرى. (زينب الرفاعي واخرون ٢٠١٩ ص ٨٣٦-٨٣٧)

كما يعد الرضا عن الحياة أحد أهم موضوعات علم النفس الايجابي، لما له من أهمية في مساعدة الفرد على مواجهة تحديات العصر، وبالتالي تحقيق التوافق والصحة النفسية والجسمية، كما أنه من الموضوعات المهمة التي لفتت أنظار الباحثين في النصف الثاني من القرن العشرين، وذلك لأن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والاقبال عليها والرغبة الحقيقية في أن يعيشها ويتضمن هذا المتغير صفات عدة أهمها (الاستبشار والتفؤل وتوقع الخير والرضا عن النفس وتقبلها واحترامها) ، كما إن الاحساس بعدم الرضا عن الحياة يمثل واحدة من المشكلات الاخرى. (حواء ابراهيم 2016 ص 490) .

ونظرا لأهمية الموضوع جاءت هاته الدراسة التي عنوانها الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي وقد قسمت الدراسة إلى جانبين: الجانب النظري ويتضمن ثلاث فصول وهي:

-الفصل الاول: خصص هذا الفصل لتحديد مشكلة الدراسة بعرض الاشكالية ثم صياغة فرضيات الدراسة ثم تحديد الاهداف وأهمية الدراسة وكذلك تحديد مفاهيم الدراسة وختم هذا الفصل بتحديد الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي والرضا عن الحياة انتهى بتعقيب على الدراسات السابقة.

-الفصل الثاني: وقد خصص للصدود النفسي وقد تم التطرق إلى التطور التاريخي ومفهوم الصدود النفسي وبعض المفاهيم المتعلقة بالصدود النفسي كذلك تم التطرق إلى أنماط ومكونات ومقومات ومتطلبات الصدود النفسي ودورة الصدود النفسي والعوامل المؤثرة والمدعمة للصدود النفسي والنظريات المفسرة للصدود النفسي إنتهاءا بخاتمة الفصل.

-الفصل الثالث: وقد خصص للرضا عن الحياة وقد تم التطرق إلى مفهوم الرضا عن الحياة والمفاهيم المرتبطة به ومقومات وأبعاد ومبادئ الرضا عن الحياة وخصائص وعوامل الرضا عن الحياة، ومحددات الرضا عن الحياة وأهميته والنظريات المفسرة للرضا عن الحياة إنتهاءا بخاتمة الفصل.

-الجانب التطبيقي: حيث تم تقسيمه إلى فصلين:

الفصل الرابع: خصص لإجراءات الدراسة الميدانية حيث تم التطرق الى المنهج الدراسة ومجتمع وعينة الدراسة ومجالات الدراسة والادوات المستخدمة في الدراسة والاساليب الاحصائية.

-الفصل الخامس: خصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة إنتهاءا باستنتاج عام والتوصيات والاقتراحات وتحديد قائمة المصادر والمراجع والملاحق.

الفصل الأول: بناء إشكالية الدراسة

__ بناء إشكالية الدراسة

__ فرضيات الدراسة

__ أهمية الدراسة

__ اهداف الدراسة

__ تحديد مفاهيم الدراسة

__ الدراسات السابقة

__ التعقيب على الدراسات السابقة

الإشكالية:

تعتبر الجامعة مؤسسة من مؤسسات التي تهدف إلى تكوين الفرد وتطوير قدراته واستعداداته ليتولى في المستقبل أحد المناصب الهامة فهي تهيب الفرد لمستقبله ومن ثم بناء مجتمع مثقف وحضاري ويعد هذا من أهم وظائف التعليم الجامعي، والتي يتمثل بعضها في تنمية قدرات الطلاب و إتاحة فرص العمل حيث تمثل المرحلة الجامعية نقطة التحول مهمة في حياة الطلبة فهي تساهم في بناء شخصيتهم في مختلف الجوانب وهنا لا تعي البيئة المحيطة للتنشئة الاجتماعية التي تؤثر على الطلبة في الحياة التي يعيشونها تتميز بنوع من التداخل لتصبح أكثر مشقة وصعوبة.(شريف زهرة 2018-2019ص4)

فهذا المحيط الجديد (الجامعة) يحمل الفرد على ان يتقلد مسؤولية جديدة، مسؤولية الطالب الجامعي الباحث، أين يتوجب عليه مسايرة متطلبات التعليم العالي الأكاديمي والبحث العلمي، من بحوث وأعمال وواجبات موجهة /تطبيقية واعمال إضافية ناهيك عما تفرضه كثافة المناهج في النظام الجديد ولهذا كله انعكاسات على مقدرة الطلاب على التكيف مع المحيط الجديد ونظامه التعليمي ما قد ينجز عنه مشكلات دراسية /أكاديمية او أخرى اجتماعية أو مشكلات نفسية /عاطفية أو حتى من الصنف الاقتصادي /المالي وهو ما أكدته دراسة قادري حليلة (2012) التي تناولت موضوع مشكلات الطلبة الجدد بجامعة وهران (الجزائر) التي توصلت إلى أن الطلبة الجدد يواجهون مجموعة من المشكلات (سمية سعدون وآخرون 2021)

ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح فيتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية، بالإضافة الى مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى، كما يتطلب ذلك أيضا رضا الطالب واقتناعه بالتخصص الذي يدرسه فهذه المرحلة من العمر يكون الفرد معرض لكثير من التغيرات النفسية التي من شأنها

ان تؤثر بالسلب على مجرى حياته وبملاحظة المشكلات التي نعاشها يوميا من حيث المعاناة التي يعيشها الطلبة والضغط التي يتعرضون لها بشكل يومي والتي تؤثر بشكل ملحوظ على توافقهم والحياة الجامعية وما تمليه عليهم متطلباتها لذا هم بحاجة الى آليات تسمح لهم بإعادة التوازن والتوافق كالصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والصمود النفسي والذي يعد أحد أهم محركات السلوك لدى الأفراد وتوجيههم الوجهة السليمة كما يؤدي ضعف الصمود الى حدوث اضطرابات نفسية وسلوكية لديهم، وان من القوى الإنسانية الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة اللذان يعدان من المفاهيم الإيجابية فالصمود النفسي للفرد يساعد على تخطيها وتجاوزها لكي يصل إلى أهدافه فالفرد الصامد يظهر توافق إيجابي عن المحن ويمكن الفرد من استعادة توازنه ويمنحه القدرة على الخروج من الصعاب ويدير هذه المحن بكفاءة فهو من هذا المنطلق ينظر للحياة نظرة تفاؤلي (مصطفى خليل محمود 2018-ص8)

ويعد الرضا عن الحياة عاملا أساسيا في توافق الفرد النفسي وتقبله للأحداث الحياتية لذلك فإن انخفاض مستوى الرضا يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة، والحياة الجامعية بجوانبها المتعددة قد تكون من إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب بالإضافة الى المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب أثناء هذه المرحلة في المرحلة الاسرة أو حتى ذواتهم، فإن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على توافق الطلاب وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم.

حيث يبين مجدي الدسوقي أن الرضا عن الحياة علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية. إذ أن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد لها والإقبال عليها والرغبة الحقيقية في أن يعيشها لذا فهي تتضمن مجموعة من الصفات المتنوعة كالتفاؤل وتوقع الخير والاستبشار والرضا عن الواقع وتقبل النفس واحترامها والاستقلال المعرفي والوجداني فإذا تحققت هذه الصفات لدى الفرد فانه عندئذ سيشعر بالرضا أكثر من أي وقت وآخر. (الدسوقي 1998ص06)

ونجد دراسة حواء إبراهيم احمد سعت إلى الكشف العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى المراهقين وأظهرت نتائجها أن هناك علاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة .

ولأهمية الموضوع خاصة في زمننا هذا المتصف بالضغوط والمشاكل على مختلف الاصعدة والتي ألفت بظلالها على الحياة الجامعية والطالب الجامعي باعتباره أحد أهم شرائح المجتمع ارتأينا البحث في الموضوع من طرح التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي؟
والذي تفرعت عنه التساؤلات التالية:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية. في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص علمي وأدبي؟

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس؟

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص علمي وأدبي؟

فرضيات الدراسة :

1/ توجد فروق علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي .

2/ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس .

3/ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص علمي وأدبي

4/ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

5/ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص علمي وأدبي

أهمية الدراسة:

_تتناول هذه الدراسة مفهوم من أهم المفاهيم والموضوعات التي حظيت باهتمام الباحثين في علم النفس وهو الصمود النفسي بأنه عامل إيجابي وفعال لبناء شخصية سوية.

_بالإضافة إلى تناول موضوع الرضا عن الحياة الذي يعتبر مهم فهو علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة.

_توفر الدراسة الحالية قدرا من المعرفة يساعد الطلبة على تحقيق الرضا عن الحياة.

_تبرز أهمية هذه الدراسة في محاولة تسليط الضوء على طبيعة العلاقة القائمة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي.

نتائج هذه الدراسة والأدوات المستخدمة يمكن أن توظف في دراسات وبحوث قادمة فقد تفتح نتائج هذه الدراسة آفاقا جديدة للبحث في هذا المجال كما انها قاعدة بحثية للانطلاق منها إلى بحوث قادمة لفهم أعمق لهذا الموضوع.

أهداف الدراسة

التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي
التعرف على وجود فروق كلا من الصمود النفسي والرضا عن الحياة حسب النوع (ذكور -إناث) والتخصص (علمي -أدبي) لدى الطلبة الجامعيين

مصطلحات الدراسة:

1) الصمود النفسي: تعريف إيمان سيرميني 2015: بأنه استجابات الفرد إزاء مشيرات المشقة الصادمة التي تتصف بالتعاطف، التواصل والتقبل بما يساعده على حل المشكلات بمرونة وكفاءة مع قدرة على التعافي.

2) الرضا عن الحياة: يعرف الدسوقي بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتمد أنه مناسب لحياته. (الدسوقي 1998ص6)

التعريفات الإجرائية:

الصمود النفسي: هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال إستجابة على مقياس

الصمود النفسي المستخدم في الدراسة الحالية لصاحبة عفراء ابراهيم (2017).

الرضا عن الحياة: يقاس اجرائيا في هذه الدراسة من خلال الدرجة الكلية التي يتحصل

عليها الطالب الجامعي من خلال استجابة على مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي

(1996).

الدراسات السابقة

نظرا لما تمثله الدراسات السابقة من أهمية للباحث ومصدرا للاستقصاء المعلومات

يمكننا عرض بعض الدراسات التي كان لها الفضل في انجاز هذا البحث.

-دراسات تناولت الصمود النفسي:

1) قام روسي وتوني (2007Rossi.Toni): استهدفت الى معرفة أهمية الصمود النفسي

حيث اعتمدت هذه الدراسة على (55) من الأرامل المراهقات بعد مرور شهر واحد من وفاة

الزوج وذلك لتحديد دور الصمود النفسي في الشعور بالرضا عن الحياة بعد خسارة الزوجة

أو الشريك الآخر وقد أشارت النتائج إلى أهمية

الصمود النفسية لأنه يؤثر في العلاقة بين الاكتئاب والرضا عن الحياة وكذلك يؤثر في

العلاقة بين تأثير الاكتئاب على الفرد ومدى المرونة اللازمة للتعايش مع الوضع الجديد.

-دراسات تناولت الرضا عن الحياة:

1)دراسة لجين(1997): التي هدفت لبحث العلاقة بين التدين والرضا عن الحياة وذلك على عينة قوامها (367) مفحوصا من الذكور والإناث بمتوسط عمر (30عاما) استخدم مقياس التدين ومقياس الرضا عن الحياة وأظهرت النتائج وجود في أبعاد الرضا عن الحياة لدى الجنسين لصالح الإناث.

2) دراسة هبة جابر (2008): هدفت لبحث الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة حيث طبقت فيها مقياس الرضا عن الحياة على عينة قوامها (148) من معالي أعضاء هيئة التدريس (84 ذكورا) و(64إناث) وأظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في الحياة تجاه الذكور .

دراسات تناولت العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة:

1/ في دراسة لدريتزوتينا(2004Dietz.Tina) تناولت العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة تألفت من (31) من الاناث الخريجات من الجامعة تتراوح أعمارهن من (30-32) عاما اعتمدت الدراسة على البيانات من سجلات الجامعة إلى جانب مقياس الصمود النفسي والرضا عن الحياة وأشارت نتائج الدراسة إلى أهمية الصمود النفسي للشعور بالرضا عن الحياة.

(2) دراسة يحيى عمر (2012): استهدفت التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة وتم اختيارهم بصورة عشوائية وطبق عليهم مقياس الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة.

(3) في دراسة يحيى عمر (2012): استهدفت التعرف على كل من مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة أوضحت نتائجها عدم وجود فروق في أبعاد الرضا عن الحياة لدى الجنسين.

(4) دراسة ورد مختار (2014): استهدفت التعرف على العلاقة بين الصمود والرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي لدى الطالبة الجامعية وتكونت عينة الدراسة من (2000) طالبة طبق عليهم مقياس الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي ككل والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة حيث كلما زاد الصمود النفسي كلما ارتفع الرضا عن الحياة.

تعقيب على الدراسات السابقة: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة يمكننا أن نلاحظ ما يلي:

-التنوع الكبير في الدراسات التي تناولت الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي والتي هدفت للكشف عن العلاقات بينها وبين متغيرات أخرى ومن بين هذه

المتغيرات التدين والاكنتاب والمرونة والاداء الأكاديمي.

أما البحث الحالي فقد اختص بالبحث عن الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي وما تم تسجيله انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي.

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.

كل الدراسات المعروضة سابقا والمتعلقة بالصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة تباينت فيها عينة الدراسة المستخدمة من حيث الجنس والعمر والمستوى الدراسي والملاحظ هو ان أغلب الدراسات طبقت على طلاب المرحلة الجامعية وهو ما يتفق مع الدراسة الحالية فعينة البحث فيها تمثلت في (243) .

أما من ناحية التخصص الدراسي فنلاحظ انه تراوح بين التخصص العلمي والادبي في معظم الدراسات المعروضة وهذا مع توافق مع الدراسة الحالية التي كانت عينة البحث فيها التخصص العلمي والادبي.

كما اختلفت الدراسات المعروضة في حجم العينة دراسة لدرتيزوتينا 2004. Dietz. Tina وكان أكبر هذه الدراسات من حيث الحجم المستخدم للعينة هي دراسة ورد مختار أما الحالية فقد استخدمت عينة قوامها (243) كما أن بعض الدراسات إقتصرت عيناتها على الاناث فقط مثل دراسة لدرتيزوتينا 2004 Dietz. Tina ودراسة روسي وتوني.

كما نجد أن بعض الدراسات أدخلت متغير الجنس (ذكور/اناث) من حيث تفاعله مع الصمود النفسي والرضا عن الحياة حيث أشارت دراسة كل من هبة جابر ودراسة يحيى عمر ففي بعض الدراسات كانت الفروق بين الجنسين لصالح الاناث وفي دراسات أخرى لصالح الذكور في حين لا توجد فروق بينهما في بعض الدراسات.

أغلب الدراسات السابقة المتعلقة بالصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي اعتمدت على المنهج الوصفي وهذا ما اتفق مع الدراسة الحالية من حيث أدوات الدراسة فقد تعددت المقاييس المستخدمة وذلك وفقا للهدف من الدراسة والتي سعت كل دراسة إلى تحقيقه ومن أكثر الاساليب الاحصائية المستخدمة: حساب المتوسطات

الحسابية الانحراف المعياري، معاملات الارتباط، تحليل التباين اختبار T. Test للفروق

الإحصائية.

استفادت الطالبتان من الدراسات السابقة في اختيار أداة الدراسة المناسبة، استخدمت

في الدراسة الحالية مقياسين المقياس الاول لقياس الصمود النفسي من إعداد عفراء

ابراهيم 2017، والثاني لقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي 1996.

الملاحظ من استعراض الدراسات السابقة هو التنوع الكبير وثراء البحوث في مجال

علم النفس الايجابي وعلاقتها ببعض المتغيرات مما ساعد الطالبتان في إنتقاء متغيرات

بحثها.

أغلب الدراسات المعروضة اهتمت بالكشف عن الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن

الحياة لدى الطلبة وهذا ما يدل على أهمية هذه الفئة في المجتمع، وما تعانيه من مشاكل

وعوائق تؤدي بهم إلى الانهاك والتعب.

أفادت هذه الدراسات البحث الحالي في بعض الجوانب من الإطار النظري خاصة في

تحليل وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها.

الفصل الثاني: الصمود النفسي.

_تمهيد:

1_ التسلسل التاريخي للصمود النفسي

2_ مفهوم الصمود النفسي

3_ المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي

4_ أهمية الصمود النفسي

5_ أنماط الصمود النفسي

6_ مقومات الصمود النفسي

7_ متطلبات الصمود النفسي

8_ مكونات الصمود النفسي

9_ دورة الصمود النفسي

10_ العوامل المؤثرة في الصمود النفسي

11_ العوامل المدعمة للصمود النفسي

12_ النظريات المفسرة للصمود النفسي

_ خلاصة

تمهيد:

إن دراسة الصدود النفسي تعد حديثة في علم النفس الايجابي ظهرت للحاجة الملحة لدراستها، حيث يعد موضوع الصدود النفسي من الموضوعات التي شغلت بال علماء النفس في العشرين سنة الاخيرة، وقد تم تناوله بالدراسة والتحليل ودورة الحياة للأفراد وذلك لأهميته في تحقيق الصفحة النفسية والنظرة الايجابية للحياة وفي هذا الفصل تطرقت الى عنوان مختلفة له والتسلسل التاريخي لهذا المفهوم ولذلك يعرض هذا الفصل ال متطلبات وانماط ومكونات الصدود النفسي والنظريات المفسرة له..... وهي كالآتي:

1/ التسلسل التاريخي للصمود النفسي:

ظهرت دراسات الصمود منذ خمسين عاما، ولكنها نشطت في العشرين عام الاخيرة حيث زاد عدد الباحثين وزادت وتنوعت المادة العلمية وتعمقت وانتشرت الممارسة المهنية وكانت البداية في ملاحظة أطفال أو شباب تعرضوا لمحن وصعاب أثناء حياتهم لكن وعلى الرغم مما تعرضوا له حققوا النجاح والتكامل على كافة المستويات وعلى مدار أربعة عقود وحاول الباحثون المهتمون بدراسة الأطفال الذين حققوا ارتقاء سليما عند التعرض لمحنة شديدة جاهدين فهم المسارات ومن ثم شرح العمليات التي تقضي الى الارتقاء الطبيعي ولتوفير المعلومات السليمة التي يمكن أن تبني عليها التداخلات الوقائية والسياسات الاجتماعية التي من شأنها أن تحسن من حياة الأطفال والعائلات المعرضين للإصابة ويمكن ارجاع أبحاث الصمود النفسي الى جارمزي 1973 الذي نشر أول بحث أجري في الصمود النفسي واستخدم "جارمزي" في بحثه ما يعرف بعلم الأوبئة والذي يعني بدراسة من يتعرض للمرض ومن لا يتعرض له ولماذا وذلك للكشف عن عوامل الخطر وعوامل الوقاية والتي تسهم في توضيح مفهوم الصمود النفسي، وبناءا على ذلك يشير كلا من (الاعسر 2010م) بأن دراسة الصمود النفسي مرت بثلاث موجات وهي كالآتي :

الموجة الأولى: كانت استكشافية تجيب عن التساؤل ماهي العوامل أو الخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود ومعظم أدبيات الصمود كانت حول هذا المطلب وهو وصف هذه الخصائص، وقد نتج عن هذه المرحلة مادة علمية غزيرة وعريضة خاصة بالعوامل الشخصية والاسرية والاجتماعية والثقافية، وارسلت بعض قواعد دراسة الصمود وقدمت المصطلحات الرئيسية التي تسير التواصل بين الباحثين والممارسين على المستويين النظري والتطبيقي الموجة الثانية: فتجيب عن التساؤل: كيف تعمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية، السلبية والايجابية بما يؤدي إلى استعادة التوازن وتحقيق التوافق أو الى الانكسار وفقدان التوازن وما بينهما من أطراف وهنا ظهرت النظرية الايكولوجية التفاعلية التبادلية حيث يعكس الصمود في هذه المرحلة العمليات أو الاستراتيجيات التي تعبر من التبادل بين

الفرد والبيئة بما تحمله من محن وصعاب وتعد تأثيرها السلبي ويقوي التمكن من تحقيق النواتج الإيجابية.

الموجة الثالثة: وترتكز على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصدود فتركز على برامج الاثراء والتدخل وتناقش الفرق بين اضطراب المجتمع واضطراب الفرد وتنطلق من ان كل فرد لديه قوى يمكن تعظيمها لبناء توجه عقلي يؤكد على الصدود ويقاوم الانكسار. (محمد الطلاع، 2016، ص48_46)

ومنه نستنتج أن تطور الصدود مرة بثلاث موجات ونقوم باختصارها كما يلي:
الموجة الأولى: فهي استكشافية تجيب عن التساؤلات (ماهي العوامل أو الخصائص....) التي ترتبط بالصدود.

الموجة الثانية: فتجيب عن التساؤلات كيف تعمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية حيث تغير من التفاعل وتحد من التأثيرات السلبية وتقوي من تحقيق النواتج الايجابية
الموجة الثالثة: وهذه الموجة تركز على توظيف نواتج الموجتين الاولى والثانية في تنمية الصدود.

2/ مفهوم الصدود النفسي:

الصدود: لغة: صمد صمدا صمودا، ثبت واستمر ومنه قول على كرم الله وجهه {صمدا صمدا حتى يتحلى لكم عمود الحق}؛ ثباتا ثباتا. (باسل عاشور، 2017، ص9، 10)
اصطلاحا:

أنه أحد مفاهيم علم النفس الايجابي الذي يعظم القوى الايجابية في الشخصية الإنسانية بدلا من التركيز على الشخصية المرضية التي ظلت مسيطرة على الفكر النفسي لمدة طويلة وذلك لتفعيل أساليب التوافق في مواجهة الضغوط التي يعاني منها الانسان ومن أجل أفضل، حيث يعني أن الفرد لديه القدرة على استعادة توازنه بعد التعرض للمحن والصعاب بل وقد يوظف وهذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل. (عمر بن سليمان، 2022 ص445)

وذكر أبو حلاوة أن الصمود النفسي هو القدرة على المحافظة على حالة الايجابية والتأثير الفعال والتماسك والثبات الانفعالي في الظروف الصعبة أو المتحدية مع الشعور بحالة من الاستبشار والتقاؤل والاطمئنان الى المستقبل. (منيرة الزامل، 2021، ص507)

* أيضا بأنه هو قدرة الفرد على مقاومة الصعوبات ومواصلة النشاط عقب العقبات وعلى التعرض من المحن، والتعايش الإيجابي الدائم مع الحياة والاحساس بالهناء. (ثامر شوقي، 2014، ص145)

* ويعتبر عطية 2011 الصمود بأنه عملية ديناميكية حيث يبدي الافراد توافقا رغم خبرات المحنة أو الصدمة ولا يمثل هذا المصطلح سمة أول صفة تعزي للفرد أنه بالأحرى مفهوم ذو بعدين يتضمن التعرض المحنة واطهار نتائج التوافق الإيجابي. (باسل عاشور، 2016، ص12)

* وعرفت الرابطة الأمريكية لعلم النفس: بأنه عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات والضغوط النفسية التي تواجه الافراد مثل المشكلات الامريكية أو المشكلات الخاصة بالعلاقة بالآخرين والمشكلات الصحية الخطية وضغوط العمل والمشكلات المالية. (باسل عاشور، 2016، ص9، 10)

* مفهوم الصمود النفسي من منظور اسلامي:

إن الأمة الاسلامية متميزة بعقيدها وهي أمة الخير، تنبذ الجاهلية وتزرع في قلوب المؤمنين الثقة وان الاحداث المتتالية التي يتعرض لها الفرد عموما من ضغوطات ومشاكل وهو ما جعل الدين الاسلامي يكتسب أهمية قصوى وقاعدة عظمى وركنا فاعلا في تحقيق البناء النفسي للفرد لذلك كان القرآن الكريم مصدر الراحة وسبب السعادة في الدنيا والاخرة قال تعالى: {وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا} " سورة الاسراء الآية _ 8

ولا يستطيع الفرد أن يبقى بمنأى عن الأحداث والاضطرابات ولكنه في المقابل يستطيع تحصين نفسه وحمايتها بتمسكه بكتاب الله وتشريعاته والتقييد بسنة النبي الكريم محمد صلى الله عليه وسلم لذا يحثنا الدين الاسلامي على الصبر على البلاء والرضا بالقضاء استجابة

لرب الارض والسماء قال تعالى: ﴿ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الاموال والانفس والثمرات وبشر الصابرين ذلك﴾ سورة البقرة الآية __115 (باسل محمد عبد الله عاشور، 2016، ص22)

عرفه ماتياس شمالي، القدرة على الصمود في الاتحاد الدولي لجمعيات الطبیب الأحمر والهلال الاحمر من منصور نفسي هو عملية التكيف ومجموعة المهارات، والقدرات والسلوك، والأفعال الرامية الى التعامل مع الشدائد. (شريف زهرة، 2019، ص18)
*وعرفه جولد ستين وبروكس:

الصمود النفسي بأنه قدرة الفرد على التعامل بكفاءة مع الضغوط والكروب ومواجهة التحديات اليومية، والاختفاء، والصدمات، والمحن، وأن يضع لنفسه أهدافا واقعية واضحة وأن يحل المشكلات وأن يتفاعل بيسر مع الآخر أن يعامل نفسه والآخر باحترام ورفعته. (زهرة شريف 2019، ص19)

3/ المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي:

1_ المناعة النفسية:

يرى العلماء والمختصين أن المناعة النفسية مفهوم فرضي يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعاب والمصائب ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وسخط وعداوة وانتقام وأفكار ومشاعر يأس وعجز وانهزامية وتشاؤم، وتمتد المناعة النفسية الجسم بمناعة اضافية ويرون أن المناعة النفسية توجهات ثلاثة أساسية:

1_ الطبيعية: هي مناعة ضد التأزم والقلق وهي موجودة عند الانسان المؤمن في طبيعة تكوينه النفسي، فالشخص صاحب التكوين النفسي السليم والراضي بالإيمان القويم له مناعة طبيعية عالية ضد الهموم والكروب وعنده قدرة عالية على تحمل الاحباط ومواجهة الصعاب وضبط النفس.

2_ المكتسبة: هي تلك التي يكتسبها الانسان من التعلم والخبرات والمهارات التي تمر به حيث تعد بمثابة تطعيم لتنشيط جهاز المناعة لديه وهذا يجعل تعرضه للهموم أقل من جهة الأثر عليه.

3_ الصناعة: وهي الموجهة من المعلمين والتربويين والمتخصصين بصورة مقصودة الى من يشكو من ذلك الداء أو غيره من الأمراض التي قد تصيب النفس. (باسل عاشور، 2016، ص 20،19)

1_ المناة النفسية: ورد في الكتابات المتعلقة بعلم النفس وبالتحديد في مجال الصحة النفسية مفهومان مستقلان ومتدخلان لهما علاقة بقدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها ومواصلة شق طريقه في الحياة بشكل ايجابي وهذا المفهومان هما الصمود النفسي والصلابة النفسية ويعود الفضل في التركيز على مفهوم الصلابة النفسية الى عالمة النفس كوباس حيث تكمن وراء احتفاظ الاشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعويضها للضغوط كوباس الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ادراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ويتعايش معها نحو ايجابي، وتتضمن ثلاث أبعاد هي:

1_ الالتزام: التحكم والتحدي ويشير في تعريف الصلابة بأنها اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة. (جرادي حفصة، 2016، ص 27)

2_ المرونة النفسية: تناولت صفاء الاعسر، بالتحليل الترجمات التي طرحت لمفهوم حيث أنه يشير الى الصعاب التي تمثلها التركيبية السيكولوجية فيما يتعلق بترجمتها الى العربية فقد توفت أمام مرادفات عديدة منها: مقاومة الانكسار، الصلابة، التصالحية المرونة، التعافي وكان في كل منها قصور عن احتواء المعنى الاصلي، وانتهت الى تفضيل ترجمتها الى المقابل العربي للصمود كما رأيت أن مفهوم الصمود دلالات كثيرة فأشارت الى أن في حرف (ص) صلابة وحرف (م) مرونة وحرف (و) وقاية وفي حرف (د) دافعية وبالتالي يتجاوز الصمود كمصطلح المدلول اللغوي النفسي لكلمة الصمود النفسي بمعناه المتعارف عليه وبهذا بعد صمود الانسان بالرغم من المحن التي يتعرض لها أكبر دليل على الايجابية

الخلاقة التي لا نزعن لظروف البيئية الخارجية، ولا تركز لعوامل التغيير القدرى التي لا يستطيع الانسان تغييرها حتى يصل الانسان الصامد في علاقته بظروف البيئة ظرفا قاهرا الا ويقابلها التأثير المتبادل ويقابلها بنوع من الأمل والتطلع الدائم الى الامام.

3_الدافع: يعرفه محمد السيد حالة داخلية تنتج عن حاجة، والتي تنشط وتستشير السلوك والذي عادة ما يتجه نحو تحقيق تلك الحاجة النشطة. (عبادو ملاك، لوصيف ايمان، 2021، 22، 23)

_أهمية الصمود النفسي:

1/ تحقيق الصحة النفسية:

وتعني النضج الانفعالي والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم حوله والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة، ومواجهة ما يقابله من مشكلات، وتقبل الفرد حياته والشعور بالرضا والسعادة، وأشارت منظمة الصحة العالمية 2005 الى أن هناك الكثير من المشاهد والنماذج حول مفهوم الصحة النفسية الايجابية ومنها الصمود، أن يختلف الافراد بشدة في القدرة على مقاومة المحن والضراء وتجنب الانهيار عند مجابهة الشدائد، لذلك فالنتيجة ليست دائما مضره وربما تصبح العوامل الواقعية قابلة للكشف عن مواجهة المحن والشدائد.

2/ النظرة الايجابية للحياة:

كلما كان الانسان متحملا بخاصية الصمود كان أكثر ايجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات فالنظرة الايجابية في الحياة هي التي تحدد ايضا مكانته وقيمه الاجتماعية في الحياة هي التي تحدد ايضا مكانته وقيمه الاجتماعية في الحياة لأنها سبب في العمل والحركة وعامل في الفاعلية والعزم.

3/ الاستمرارية في العطاء:

لا يؤتي العمل المقطع ثماره ويورث العمل المتكرر الكآبة والانسان الصامد يكتسب استمرارية لا تعرف الانقطاع وعمله لا يعرف الكآبة والملل فهو يواصل العمل بهمة وحماس وروح واتقان في عطاء متجدد فالوحدات العسكرية التي تعودت على النصر في معاركها

السابقة عندما تستقضي عليه مهمة أو معركة تصنع من لا شيء نصرا مقابل الا تتراجع أو يسجل عليها أنها فشلت.

4/الاتصال الفعال:

يرتبط نجاح الانسان بمدى قدرته على اقامة علاقات انسانية ويرتبط فشله بفشل هذه العلاقات، وبالتالي بمستوى اتصاله الانساني بالآخرين والانسان الصامد والمرة يمتلك خاصية الاتصال الفعال لأنه لديه القدرة على تقبل الاخرين وعدم الاصطدام بهم. (ريم سلمون، 2015، ص102)

4/أنماط الصدود النفسي:

هو أحد المكونات العامة في الصدود وهو وجود محنة تقع على الفرد بصورة عشوائية وغير متوقعة ووجود تهديد لظروف الحياة مما ينجم عنه القلق والتوتر لدى الفرد ويتم احتساب صدود الفرد في اي لحظة من خلال احتساب النسبة بين وجود عوامل الحماية ووجود عوامل الخطر وقد استخلص بولك 1997 أربعة أنماط من الصدود:

1_ النمط التنظيمي:

وهذا ينتمي لتلك الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم الصدود في مواجهة ضغوط الحياة ويمكن أن تتضمن الاحساس بالسيطرة او الارتكاز على الذات الاحساس بالقيمة الذاتية الاساسية الصحة الجسمية الجيدة والمظهر الجسمي الجيد.

2_ النمط الارتباطي:

وهو المتعلق بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقته بالآخرين هذه الادوار والعلاقات يمكن أن تتراوح من علاقات وثيقة الى حميمة الى تلك التي تشمل نظام المجتمع الأوسع.

3_ النمط الموقفي:

وهو يحدد تلك الجوانب المشاركة في الربط ما بين الفرد والموقف الضاغط وهذه يمكن أن تتضمن قدرة الفرد على حل المشكلات القدرة على تقييم الموافق والاستجابات الاستعداد لاتخاذ الافعال التدابير في مواجهة الموقف.

4_ النمط الفلسفي:

وهو يشير الى نظرة الفرد لنموذج الحياة، وهذه تتضمن معتقدات متنوعة ويمكنها أن ترتقي بالصمود مثل الايمان بأن المعنى الايجابي يمكن أن نجده في كل الخبرات التي نمر بها، الايمان بأن النمو الذاتي مهم والايمان بأن الحياة هادفة وعلى ذلك فإن الشكل الذي يتخذه صمود الفرد يتنوع طبقاً لتنوع البيئي والثقافي للأفراد، اضافة إلى التنوع في المعطيات الشخصية للأفراد الصامدين من خصائص جسمانية أو ذهنية معرفية. (باسل عاشور، 2016 ص18)

5/ مقومات الصمود النفسي:

1_ نضج العلاقات الشخصية المتبادلة: وهي مقدرة الافراد على بناء العلاقات الشخصية والاجتماعية.

2_ تنمية الاستقلالية الذاتية: بحيث يعتمد الفرد على نفسه في اتخاذ القرارات التي تتعلق بمستقبله وحياته وبذات الوقت تقبل نصائح الاخرين، واستخلاص ما يتلاءم منها مع ذاته.

3_ القدرة على التعامل مع العواطف: وهي نمو قدرة الفرد على ضبط عواطفه وانفعالاته بحيث يتعامل معها بمرونة ولضبطها في الوقت التي تتطلب ذلك.

4_ تنمية الكفاية: وهي بناء قدرات الفرد العقلية والجسمية والاجتماعية، بحيث تصل الى درجة المهارة والكفاية وتساعد على التوافق مع متطلبات الحياة المختلفة.

5_ تبلور الذات: وهو تنمية قدرات الفرد على فهم ذاته وامكانياته والعمل على حياة تتميتها ويضع ذاته ضمن إطار معين بحيث يتلاءم مع الواقع والشعور الواضح للشخصية وتأثيرها على كل ما يحيط به. (علاء الشويكي، 2019، ص19، 20)

6/ متطلبات الصمود النفسي:

يتجراً متطلبات الصمود النفسي في النقاط التالية:

__ مخاطرة الضغوط والنزوح نحو مواجهة الظروف البيئية والاجتماعية والنفسية.

__ التعرض للضغوط ذات الخطورة العالية وذات الأهمية

__ الاستجابة للمؤشرات الخارجية والداخلية.

__ العودة لمستويات الخط القاعدي للوظائف النفسية والاعراض المرتبطة بها. (راضية بن حليلة واخرون 2021، ص32)

7/ مكونات الصمود النفسي:

أوجز كل من دير وجينيس أربعة مكونات أساسية للصمود النفسي وهي كالتالي:
أ/__ النهوض وتخطي العقبات وتعني مواجهة الحياة.

ب/__ الاحساس بالذات ويعني قبول ما تقدمه الحياة من أحداث

ج/__ النزعة نحو غاية ما تعني المثابرة حتى يتم انجاز الهدف رغم ما يواجه الفرد من صعوبات

د/__ اتجاه الى ما قبل الاجتماعية ويعني القدرة على ادخال الاخرين حياة الفرد أثناء الظروف الصعبة أو أثناء مرور الفرد بمصائب وصعوبات في الحياة ورفضه التعامل مع الافراد ورغبته في أن يعيش منعزلاً في محنته. (عرفات المشايخ، 2018، ص29)

** وايضا تشير منيرة يوسف إلى:

1/ الرؤية الشخصية: وتتضمن (الغرض والمعنى والمبادئ والأهداف)

2/ القدرة على حل المشكلات: وتتضمن (الاستجابة السريعة عند المواجهة للخطر البحث عن المعلومات والقيام بمخاطرة حاسمة)

3/ المساندة الاجتماعية: وتتضمن (تتميز الفرد بالآخرين وقدرته على اقامة العلاقات الاجتماعية).

4/ ميكانيزمات الدفاع للأننا: وتتضمن (القدرة على ضبط الانفعال واعادة البنية المعرفية).
وكما حدد مكونات الصمود النفسي في:

__1/ التعاطف: وهو القدرة على التفاعل مع افكار واتجاهات ومشاعر الاخرين ويؤثر التعاطف تأثيراً قوياً في حياة الافراد الشخصية المهنية

__2/ التواصل: الافراد الذين يمتلكون مهارات التواصل الجيد يمكنهم التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم ومشاعرهم بوضوح ودبلوماسية كما يمكنهم حل المشكلات بفعالية التواصل يلعب دوراً محورياً في التمتع بأسلوب حياة مرنة.

3/ التقبل: أن يكون الفرد افتراضات وأهداف واقعية ويحدد حقيقة مشاعره وأم يعبر عنها وأن يتعامل بشكل بناء ومفيد ويكشف نقاط قوته وضعفه. (منيرة يوسف صالح الزامل، 2021 ص507، 508)

9/ دورة الصمود النفسي:

تصف بيسال 2003 المراحل التي يمر بها الفرد عنه ما يتعرض للمحن والأزمات كما يلي:

1_ مرحلة التدهور:

وهي تبدأ بمشاعر الغضب والاحباط وتتمو هذه المشاعر مع الفرد، وتظهر في القاء اللوم على الآخرين والتقليل من قيمة الذات وقد تطول أو تقصر هذه الفترة ويرجع ذلك الى المكونات الشخصية والخبرات السابقة للفرد.

2_ مرحلة التكيف:

وفي هذه الفترة والمرحلة قد يرتد الفرد مرة اخرى عكس مسار التدهور والاختلال بقدر يسمح له بالتكيف من خلال اتخاذ بعض التدابير والاجراءات للتعامل مع عوامل الخطر.

3_ مرحلة التعافي:

وتعد هذه المرحلة استمرارية لمرحلة التكيف ويحاول الفرد فيها أن يصل الى مستوى الأداء النفسي كما كان عليه قبل التعرض للمحنة.

4_ مرحلة النمو:

وفي هذه المرحلة يستفيد الفرد ويتعلم من الشدائد والمحن التي تعرض لها وبهذا التعلم الى مستوى مرتفع من الأداء النفسي يفرق أدائه قبل التعرض للمحنة وهو ما يسمى باستعادة التوازن الفردي في الاتجاه التصاعدي. (باس عاشور، 2017، ص16، 17)

10/العوامل المؤثرة في الصمود النفسي:

أ/ عوامل الحماية الداخلية: وتتمثل في سمات الشخصية كالانسياب والتوافق والانفتاح على الخبرة واليقظة، تتضمن تقدير الذات والثقة بالنفس وفاعلية الذات والتقبل، والضبط الانفعالي، وقوة الأنا والصحة النفسية والقدرات على حل المشاكل.

ب/ عوامل الحماية الخارجية:

وتتمثل في القدرات والمكانات التي تتواجد بالبيئة المحيطة بالفرد وكذلك الدعم الاجتماعي والمجتمعي الأسري ومساعدة المهنيين من خلال تقديم البرامج والدورات التعليمية والتدريبية التي تساعد الفرد على تجاوز محنته.

11/العوامل المدعمة للصمود النفسي:

هناك عدة عوامل اخرى تظهر نتائج العديد من الدراسات وان هناك ثلاثة مجموعات من العوامل:

1/ مجموعة العوامل التي تمثل خصائص الفرد:

هي الكفاءة الاجتماعية والذكاء، الضبط الداخلي وحاسة الدعابة وتقدير الذاتي المرتفع.

2/ مجموعة عوامل مرتبطة بالعلاقات الاجتماعية والأسرية:

وهي العوامل الرئيسية في تكوين أو تنمية الصمود النفسي والاجتماعي خاصة الاجتماعية السوية الدافئة والمساندة داخل الأسرة وخارجها فالعلاقة التي يتوافر فيها الحب والثقة هي نموذج الدور الايجابي والتشجيع والمساندة.

3/ مجموعة العوامل التي تمثل خصائص المجتمع:

وتتمثل في بيئة خالية من الكوارث الطبيعية، ومختلف المخاطر، بيئة آمنة من خلال الصداقة ودور اجتماعي جيد. (عبادو ملاك واخرون 2021، ص30، 31)

12/ النظريات المفسرة للصمود النفسي:

لقد تعددت النظريات المفسرة لصمود النفسي ووجهات نظر الباحثين في علم النفس الانساني ويتعدد مؤشرات المفهوم وعليه نحاول استعراضها كما يلي:
1/ نظرية التحليل النفسي:

ارتبط التحليل النفسي في بداية القرن العشرين محاولة فرويد تفسير لمضمون الواقع النفسي، الظواهر النفسية وقدم فرويد تحليلا لمفهوم قوة التحمل النفسي كم حلال طرحه لمفهوم الأنا ويرى فرويد أنه جهاز السيطرة الاداري المنظم لشخصية_والشخصية بالنسبة لفرويد مكونة من ثلاثة مكونات وتتمثل في الأنا، الهو، الأنا الأعلى، فالهو يعتبر الأكبر والأقدم بينهم ويتضمن مورثتنا البيولوجية أما الأنا فهو بتطور من أجل أن يحقق الرغبات التي يظهرها الهو وهذه المكونات تندمج مع بعض وتكمل بعضها البعض في الشخصية الناضجة المتوافقة الأنا هو المنفذ الذي يتحكم وسيطر على الهو والأنا، والأنا الأعلى ويعمل كوسيط بين طلباتهم والعالم الخارجي.

ويرى فرويد أن بتقوية الأنا تستطيع أن تصبح أكثر وعيا لدوافعنا وتتعامل معها بفاعلية أكثر اي كلما كانت الأنا قوية كلما تحققت سرية الشخصية وهنا يقدم فرويد لنا نظرية التحليل النفسي تأثيرا ديناميكيًا للصمود النفسي.

2/ النظرية الوجودية:

من الأفكار التي تؤكد عليها الوجودية هي فكرة (الوحدة الغير قابلة للتكك). وهي ما يطلق عليها الوجوديين مطلق (الوجود في العالم) وتتفق نظريات الوجودية على مجموعة من الأسس الفلسفية استندت اليها الكثير من البحوث والدراسات التي تناولت موضوع للصمود النفسي واتفقت هذه النظريات على الانسان يسعى دائما للبحث عن وجود في الحياة وأن بيئته الاجتماعية والاقتصادية والسياسية في تغير مستمر لذا تركز هذه النظريات على تحليل وجود الفرد في علم معقد ويرى فرانكل أن الوجودية تعني محاولات الشخص ليحسن بوجوده من خلال ايجاد معنى لهذا الوجود ثم يتولى أعماله الخاصة كلما حاول أن يعيش طبقا لقيمه وتحويل حوادث الحياة المجهدة الى احتمالات وفرص لمصلحتهم.

فالبشر هم وحدهم القادرون على اختبار سلوكهم في أي وقت طبعاً لهذا فإن له بناء الشخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغوط اذن مفهوم الصمود النفسي طبقاً لنظرية الوجودية يمكن النظر اليه على أنه تحمل المسؤولية الفعل القرار الحر باعتماد العقل من طویل تحمل الأحداث الضاغطة ومواجهتها من خلال وجود هدف للحياة.

نظرية ريتشاردسون:

وهي من أوائل النظريات لتفسير الصمود النفسي والتي صياغة للصمود بأنه القوة التي توجد داخل كل فرد والتي تدفعه الى تحقيق الذات والحكمة والايثار وأن يكون متناغم مع المصدر الروحي للقوة ويمكن الغرض الأساسي للنظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي للقوة (التوازن). (شريف زهرة، 2019، ص29-31)

1/ نظرية الإطار المرجعي العالم:

تعد أصول هذه النظرية الى علم النفس في العام 1999 والتي لاحظ فيها ان الاغراض التي يتسم بها الناجون من الصدمة هي نفس اعراض استراتيجية التكيفية التي تنشأ عن ادارة التهديد بهدف ككامل وسلامة الذات وتطبيق هذه النظرية على مجموعة من الناجين من صدمات الحياة المختلفة لاحظ أن لديهم قدرات خاصة في فهم العالم الخارجي ومن أهمها القدرات الروحية والقدرات الذاتية الانفعالية فوجد لديهم حفاظاً على ارتباطهم الداخلي مع ذواتهم من جانب اخر وان لديهم القدرة على الحفاظ على هذه القدرات التي تبنى هذه النظرية في عام 2004م، حيث أشار الى استجابة الفرد للأحداث الصادمة في الحياة تستوجب عليه أن يتكامل مع الحدث (مصدر الصدمة) ونتائجها في تكامل تام بين ذاته والآخرين وأشار الى أن من أهم عوامل هذا التكامل قدرته على ضبط انفعاله والقدرة على التحمل ومقاومة الصدمة.

2/ نظرية التوازن البيولوجي النفسي:

تود هذه النظرية لعلم النفس الي وضع في العام 2022، تعريف للصمود النفسي ورأى بأنه قوة كامنة لدى الفرد داخله تحثه على تحقيق ذاته والحكمة خلال ذلك وتقوم هذه النظرية على فرض رئيس مفاده أن التوازن النفسي الروحي ما يدفع الفرد (روحا وعقلا وجسدا) للتكيف مع الظروف والضغوط النفسية التي تواجهه وتقبل الظروف الحياتية الصعبة وتجاوز الضغوطات النفسية من خلال عملية تكاملية تحقق له التوازن. (سرى اسعد واخرون، 2020، ص346، 347)

خلاصة:

وفي الأخير ومن خلال عرضنا لهذا الفصل يمكن القول إن عملية الصمود النفسي هي عملية ديناميكية تعتمد على قدرة الفرد في المواجهة والتوافق الايجابي مع أحداث الحياة ومصاعبها وهي في الأساس ترتبط ارتباطا وثيقا بسمات الشخصية وطبيعة البيئة الاجتماعية ونمط تفكيره المعرفي إذا إن الفرد الصامد هو الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة.

الفصل الثالث: الرضا عن الحياة

_تمهيد:

- 1_ مفهوم الرضا عن الحياة
 - 2_ المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة
 - 3_ مقومات الرضا عن الحياة
 - 4_ عوامل الرضا عن الحياة
 - 5- أبعاد الرضا عن الحياة
 - 6_ مبادئ الرضا عن الحياة
 - 7- محددات الرضا عن الحياة
 - 8_ فضل الرضا ومنزلته عند الله
 - 9_ أهمية الرضا عن الحياة
 - 10_ النظريات المفسرة للرضا عن الحياة
- _ خلاصة

تمهيد:

يعتبر موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات المهمة ذات الحيوية التي حظيت بالاهتمام والدراسة خلال السنوات الماضية من قبل الباحثين في مجال علم النفس لكونه مؤشرا هاما يدل على سعادة الفرد وسلامة البناء النفسي لديه ويرتبط بجودة حياته التي يعيشها فهو الطريقة التي يظهر بها الناس مشاعرهم وأحاسيسهم وكيف يشعرون بنشأة توجهاتهم للمستقبل.

1_ تعريف الرضا عن الحياة:

هو مقدار السعادة التي يصل اليها الفرد من خلال تحقيقه لأهدافه الحياتية ومقارنة ما حققه في الحاضر بما كان يأمله في الماضي أو هي الشعور الشخصي بأنه وصل لما كان يطمح اليه. (مومني رضوان 2021-2020 ص9)
_الرضا عن الحياة:

يعرف الدسوقي 1998 الرضا عن الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنفسه، ويعتمد على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته.

ويرى شين وجونسون 1978 أن الرضا عن الحياة هو تقدير عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي انتقما لنفسه. (حواصي ايمان، 2018، ص23)
_الرضا عن الحياة:

لغة: جاء تعريف الرضا عن الحياة في المعجم الوجيز ترضيه وبه وعنه وعليه رضاء ورضوانا، ومرضاة أي اختاره وقبله ويقال رضية له أي له أي رآه أهلا.
اصطلاحاً: عرف الديب الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحيها في المجال الحيوي الذي يحيط به فهو متوافق مع ربه وذاته وأسرته وسعيدا في عمله، مستقبلاً لأصدقائه وزملائه، راضيا على انجازاته الماضية متفاعلاً بما ينتظره من مستقبل مسيطر على بيئته فهو صاحب القرار قادر على تحقيق أهدافه (سامية ماضي، 2018، ص12)

_الرضا عن الحياة: هو مفهوم يشير الى تقييم الفرد لمجمل جوانب حياته في مختلف المواقف وبالتالي هي أحكام نابغة من شعور الفرد بالسعادة والارتياح.
(زقاوة أحمد، 2021، ص6)

_الرضا عن الحياة: انه شعور داخلي يؤثر على سلوك الفرد واستجاباته المختلفة والرضا عن الحياة يظهر ذاته، وأسرته، والآخرين والبيئة المحيطة به. (نبيل جبرين وآخرون، 2016، ص142)

الرضا من منظور القرآن الكريم:

الرضا موضوع من موضوعات القرآن الكريم عرضته آياته عنه، فهو مصطلح اسلامي قرآني خاص بالأمة المسلمة وهو روح اسلامية تسري في كافة ميادين الحياة فتدب فيها الحياة الطيبة وهو نور مبارك يسير حياتهم، وإذا ما تخلوا عن الرضا، فقد خرجت الروح من حياتهم واطفى النور من وجودهم وعاشوا البؤس والشقاء، ويقول الله سبحانه وتعالى في محكم تنزيله في سورة البينة {جزأؤهم عند ربهم جنات عدم تجري من تحتهم الانهار خالدين فيها أبدا رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك لمن خشي ربه}

* وايضا في سورة الفتح: {لقد رضى الله عن المؤمنين إذا يبايعونك تحت الشجرة فعلم ما في قلوبهم فأنزل السكينة عليهم وأثابهم فتحا قريبا}

الرضا عن الحياة من منظور السنة النبوية:

أ/ورد الرضا في أقوال وتوجيهات الحبيب المصطفى الكريم عليه أفضل الصلاة وازكى التسليم موضحا وشارحا ومؤكدا لمفهوم الرضا في القرآن الكريم، عن اسماعيل بن محمد بن سعد بن ابيه قال. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: {من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله له ومن شقاوة ابن آدم تركه استخاره الله ومن شقاوة ابن آدم سخطه بما قضى الله له} "الترمذي، السنن، باب ما جاء في الرضا بالقضاء حيث رقم "2077

ب/_عن انس بن مالك ان رسول صلى الله عليه وسلم: {إن عظم الجزاء مع عظم البلاء وأن الله تعالى إذا أحب قوما ابتلاهم، فمن رضى فله الرضى ومن سخط فله السخط}{الترمذي، السنن، باب ما جاء في الصبر على البلاء رقم الحديث 2320(مرشد رده، 2018، ص6، 7)

2_ المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة:

1_ جودة الحياة:

يعني مفهوم جودة الحياة مفهوماً شاملاً لنواحي الحياة المتعددة، وينصب التركيز الأساسي لجودة الحياة على تطوير معايير الحياة الطيبة، وتقييم مدى ملائمة الواقع لهذه المعايير، وتحقيق ما هو مطلوب للاقترب قدر المستطاع إلى الوضع المثالي والدفع اتجاه مآله أفضل.

وتعرف جودة الحياة بأنها حالة عامة إيجابية يشعر خلالها الفرد بالصفاء والهدوء والطمأنينة والبهجة، والارتياح، والرضا، وحسن الحالة الصحية والنفسية، وتقبل وفهم الذات كما هي، والتوافق والتفاعل الأكاديمي والاجتماعي.

ويشير محمد السعيد أبو حلاوة إلى أن أبعاد جودة الحياة تتمثل في ثلاثة رئيسية وهي:

_ القدرة على رعاية الذات والالتزام والوفاء بالأدوار الاجتماعية.

_ القدرة على الاستفادة من المصادر البيئية المتاحة وتوظيفها بشكل إيجابي، وتعتمد جودة الحياة على خبرة الفرد الذاتية، إذا نشير إلى حالة الرفاهية الشاملة التي يعيشها ويدركها الفرد ويتضمن مؤشرات ذاتية كالرضا عن الحياة، ومؤشرات موضوعية يمكن ملاحظتها كالعمل والتعليم والصحة والدخل. (جعفر أحمد جوهر محمد علي، 2018، ص246، 247)

2_ السعادة:

هي انفعال وجداني إيجابي ثابت نسبي ويتمثل بإحساس الفرد بالبهجة والسرور والفرح وغياب المشاعر السلبية من خوف وقلق واكتئاب والتمتع بصحة البدن والعقل فضلاً عن الشعور بالرضا الشامل في مجالات الحياة المختلفة. (سامية ماضي، 2018 ص13)

*وكذلك ميز العلماء بين الرضا عن الحياة والسعادة، حيث إن السعادة تعني حالة وجدانية بينما الرضا عن الحياة هو عملية تتضمن إصدار حكم معرفي، وبما أن السعادة مكونين هما المكون الانفعالي الوجداني والذي يتمثل في مشاعر الفرح والابتهاج والسرور، واللذة والاستمتاع والمكون المعرفي والذي يتمثل في الرضا عن الحياة، ويعد بمثابة التقدير العقلي للفرد لرضاه وتوفيقه ونجاحه في مجالات حياته المختلفة.

ويرى مايكل ارجايل أنه يمكن فهم السعادة بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وشدتها، لذا ينبغي أن نأخذ ثلاثة عناصر السعادة في الاعتبار:

_ الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة.

_ الاستمتاع والشعور بالبهجة

_ العناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب.

*وينصح خبراء الصحة النفسية ببعض الارشادات التي تؤدي الى السعادة والرضا عن الحياة وهي:

_ حاول قدر الامكان أن تقضي معظم وقت فراغك مع أناس تحبهم وترتاح معهم وتفرح بوجودهم معك.

_ ابحث دائما واعمل جادا على أداء أشياء تستمتع بأدائها

_ لا تفكر بأشياء السلبية التي تجلب كل مشاعر الضيق والحزن وفكر دائما بالجوانب الايجابية في حياتك وسبل تعزيزها

_ نظم وقتك بين العمل والاسترخاء والراحة.

_ طهر قلبك من الحسد، ونقه من الحقد، وأخرج منه البغضاء، وأزل منه الشحنة

_ عليك بالمشي والرياضة، واجتنب الكسل والخمود

_ تقاعل ولا تقنط ولا تياس وأحسن الظن بربك وانتظر منه كل خير وجميل

_ لا تغضب فإن الغضب يفسد المزاج، ويغير الخلق ويسيء العشر، ويفسد المودة ويقطع

الصلة (جعفر أحمد جوهر محمد علي، 2018، ص251_248)

التدين:

هو الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه ويشكل من خلاله مفاهيمه ومبادئه في الحياة وهو عامل هام من عوامل شعور الفرد بالرضا والسعادة والتوافق مع نفسه مع الآخرين وبعد التدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الانسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والاحساس بالسعادة، حيث يعتبره البعض حاجة نفسية موروثة، فمعظم الناس عبر التاريخ

يمارسون شكلا من أشكال التدين ويمثل لهم محددات لهويتهم وسببا من أجله يعيشون أو في سبيله يموتون وتشير منال السبيعي الى أن الدين يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي، والتقاؤل وحب الحياة ورضاه عنها، كما يوفر احساسا بمعنى الحياة اليومية فهو يخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد، كما أن الشعور الديني يؤدي الى الاحساس بالسعادة والرضا عن الحياة والقناعة والايامن بالقضاء والقدر خيره وشره، واليقين بأن الله عز وجل يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائما ويتحقق ذلك للفرد من خلال: الدعاء، الصلاة، والشكر كما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة ويقول عز وجل: ﴿مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ سورة النحل "97(جعفر أحمد جوهر محمد علي ، 2018، ص251 252)

3_تقبل الحياة:

هو مفهوم عام يشمل القدرة على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الآخرين محيطين به (حواسي ايمان، 2018، ص25)

3_ مقومات الرضا عن الحياة:

تتمثل مقومات الرضا عن الحياة في حالة معافاة الكاملة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا وفق عدة عناصر وهي:

أ. الصحة الجسدية: وتشمل الحلو من التوتر والقلق والأمراض

الاخري، والقدرة على العلاج والخدمات الصحية الجيدة

ب . الاوضاع الاقتصادية المريحة: مثل المسكن الجيد، غذاء، دخل والقدرة الشرائية للشخص.

ج . الجو الأسري: وجود شريك في الحياة والاولاد والعلاقات

الاجتماعية والتواصل مع الأقرباء والأصدقاء .

د . العلاقات الاجتماعية: القدرة على اقامة العلاقة مع كل ما يحيط بالفرد من مادة وأشخاص وقوانين وأنظمة. (سامية ماضي، 2018، ص24-23)

4_ عوامل الرضا عن الحياة:

- _ أن يعيش الانسان في ظروف طيبة تشعره بالأمن والطمأنينة
- _ أن يدرك الخبرات التي تمتعت وتسره
- _ أن يحقق أهدافه في الحياة ويتغلب على الصعوبات التي تواجهه
- _ أن تكون طموحاته في مستوى قدراته وامكانياته حتى لا يتعرض الاحباط كثيرا
- _ أن ينجح ويتفوق في عمله أو دراسته حتى يشعر بالكفاءة والجدارة وتقدير الذات (حواشي ايمان، 2018، ص32)

وأيضاً يمر الفرد بالعديد من المراحل في حياته اليومية ويتعرض الى الكثير من العوامل الايجابية والسلبية فمنها من تعرقل مسيرته الاخرى تساعده على التفوق وتساعده على التفوق وتساعده على رضاه على حياته وعليه يمكن تقسيم هذه العوامل الى ما يلي:

1/الصحة: منذ اللحظة التي ينفصل فيها الفرد عن بدن الام تبدأ أعضاء جسمه و الاعضاء التي لحقها القصور في جهادها ضد العالم الخارجي، وهو جهاد شاق جليل أشد وأقسى بكثير في عنقه من الجهاد الذي تقوم به لأعضاء السوية، أما الضحايا التي تهافتت وتسقط في ميدان هذا الجهاد فإن عددها يفوق بكثير جدا من تسرعهم نواب الزمن وأحداث الحياة الكثيرة....

ومع هذا فإن ألوان القصور التي قسمت عليهم تهيئ لهم قدرة كبيرة لتعويض وما فوق التعويض وتزيد قدرتهم على التغلب على العقبات العادية والخرافة للعادة وتدفع بهم الى تكوين كثير من الوظائف الجديدة وأشكال النشاط العالية... الخ

وعلى هذا المنوال تصبح الاعضاء القاصرة ينبوعاً لا ينضب من العناصر التي يستطيع الكائن الحي أن يعمل على تحسينها والانتقاء منها، حتى يستطيع أن يوفق بينها وبين ظروف الحياة التي أقل عليها.

2/البيئة: يواجه الشخص صعوبات فائقة في ممارسة أنشطة الحياة اليومية وتنقلاته من مكان لآخر، وذلك نتيجة فقدان الوسط الحسابي الاساسي اللازم التعامل مع الميراث البيئة ومن ثم التوجه الدائم في الفراغ، مما يدفعه الى بذل المزيد من الجهد ويعرضه لإجهاد

العصبي والتوتر النفسي والشعور بانعدام الأمن عموماً والارتباك اتجاه المواقف الجديدة من خلال ما سبق فإن البيئة المحيطة بالشخص تلعب دوراً هاماً في التأثير على شخصيته وخصائصه.

3/ المدرسة: تعتبر المدرسة المكان المناسب لتقديم الخدمات التربوية النفسية للأطفال حيث تتبع فيها طرق تربوية خاصة وتتوافر بها الإمكانيات الخاصة اللازمة للأطفال إن جو المدرسة وما يتوفر فيه من توجيه سليم وخدمات تربوية ونفسية لطفل، يعني الطفل وأسرته من تحمل المتاعب الكثيرة، خاصة أن الكثير من الأسر لا يكون على درجة من الوعي بتربية وتوجيه الطفل ومن خلال هذا تتاح للطفل الفرص المناسبة لتعامل مع رفاقه مما يحرره من الشعور بالخجل والنقص والدونية ويجعله يتقبل ذاته ويرضى عن الحياة.

4/ الأسرة: تعتبر الأسرة من أهل العوامل المساعدة في الرضا عن الحياة لدى الطفل المراهق من خلال تقبل الذات وبالتالي تقبل الطفل والتسليم بالأمر الواقع فالأفراد الذين يتمتعون بدفء الوالدين ويعيشون داخل أسرة آمنة ويستطيعون أن يكونوا صداقات ناجحة مع أقرانهم من العاديين وبذلك تؤثر الحياة الأسرية وطبيعة التفاعل بين الوالدين على شعور الأفراد بالرضا عن الحياة السعيدة.

5/ الأصدقاء والجيران: فالأصدقاء والجيران أثر كبير في الرضا عن الحياة لدى الطفل فتشير العديد من البحوث إلى أن يملك عدداً أكبر من السعادة والرضا، وتصل الصداقة إلى أقصى درجات أهميتها عند الشباب بدأ من المراهقة وحتى الزواج، ثم تظهر أهمية الصداقة مرة أخرى مع التقدم في العمر وبذلك يوفر الأصدقاء التحسين الفوري للحالة المعنوية الفرد، ويكون ذلك بتوفير جو من المرح في حالة الأطفال والشباب، فغالباً حاجة الفرد إلى الأصدقاء وتبرز أهمية الجيران أكبر لدى منها أكبر في السن بالنسبة للعلاقات الاجتماعية.

6/ الرضى عن الحياة والصحة النفسية: يتفق العديد من الباحثين على أن الإحساس بالرضا عن الحياة يشير إلى سماته الشخصية، كما أن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابياً بتقدير الفرد بذاته وهذا الأخير بعد أحد العوامل المسؤولة عن إحساس الفرد بالرضا عن الحياة وكل هذا

من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب والغضب، ويسلم الكثير من علماء النفس بأن الاحساس بعد الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي اغفاله أو تجاهله إذا أراد الفرد أن يعيش حياة اجتماعية مشبعة ومنتجة فالصحة النفسية للأفراد تبدو في قدراتهم على التكيف مع وضعيتهم الصحية الراهنة واستمتاعهم بالحياة وشعورهم بالطمأنينة والسعادة والرضا وراحة البال.

7/العمر: يعتبر العمر هو الآخر من العوامل المساعدة في الرضا عن الحياة لدى لمراهقين بصفة عامة، ولكن يوجد اختلاف من ناحية السن لان الاشخاص الذين يرضون مبكرا ربما يكونون أكثر توافقا على المستويين الشخصي والاجتماعي وأكثر شعورا بالرضا من أولئك الذين يرضون متأخرا، نظرا لان الافراد الفئة الاولى غالبا ما يسخرون حواسهم الاخرى المتبقية ويدربونها بشكل متواصل. ويتكيفون مع أنفسهم كأمر واقع، وعلى العكس من أفراد الفئة الثانية الذين يكون شعورهم بالصدمة والأسى والألم النفسي. (ديدي سميحة، 2018 ص52، 53، 54)

5/ أبعاد الرضا عن الحياة:

1_ الرضا عن الذات: يشير هذا البعد الى أن يدرك ما يزود به من امكانيات وأن ينجح في تحقيق هذه الامكانيات وأن يرضى عن نجاحه في تحقيق ما يريده وهذا من مظاهر الصحة النفسية، أن يدرك أن الناس يختلفون فيما بينهم من حيث ما زودوا به من امكانيات عقلية معرفية أو انفعالية.

2_ الرضا عن الوالدين: تتغير أدوار الأسرة بزيادة عمر الأبناء ففي المراحل الأولى من العمر يعتمد الصغار على الوالدين اعتمادا كليا ولهذا يكونون طائعين، ويقوم الآباء بحمايتهم وتوجيههم، وبزيادة العمر يحتاج الأبناء الى تحقيق فرديتهم الخاصة وتأكيد عن الآخرين حتى لو كان الوالدين.

3_ الرضا عن الأقران: يقضي الأشخاص معظم وقتهم مع الأقران ولهذا فإن تأثير جماعة الأقران عظيم على الاتجاهات والسلوك والقيم وقد يفوق تأثير الأسرة.

4_التفاعل الاجتماعي: القدرة على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين وأن يؤثر فيهم ويتأثر لهم، وأن يدرك أنهم مصدر ثقة وانتماء.

5_القناعة: وهي رضا الفرد بما يقدم اليه من مساعدة أو قبول ذاته والمحيطين به.

6_التفاؤل: توقعات الفرد الايجابية نحو مستقبل حياته والاستبشار والأمل في أن العسر يليه اليسر

7_الثبات الانفعالي: التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النسبي، مع القدرة على ضبط النفس واستقرار الحالة المزاجية والاعتدال في اشباع الحاجات النفسية والبيولوجية (حواسي ايمان، 2018، ص31-30)

8_الخبرة الذاتية: والتي تنبثق داخل الفرد، مما يعني تأثيرا مباشرا للعوامل الأكثر التصاقا بالشخص في شعوره بالرضا، كسمات شخصيته وأساليبه في التعايش ودرجة تدنيه، وحالته الجسمية.

10_غياب الوجداني السلبي: كالشعور بالقلق والاكتئاب، واليأس.

11_التقييم الشامل: لكافة جوانب حياة الشخص على نحو متكامل، فالفرد يضع توقعاته في حدود قدراته ، واحتمالات النجاح والفشل. (مومني رضوان 2021-2020ص23)

6/مبادئ الرضا عن الحياة:

أوضحت جودي أن جودة الحياة والرضا عنها تعتمد على مجموعة من المبادئ منها:
1/إن جودة الحياة مرتبطة بمجموعة من الاحتياجات الرئيسة للإنسان وبمدى قدرته على تحقيق أهدافه في الحياة.

2/إن معاني جودة الحياة تختلف باختلاف وجهات النظر الانسانية بمعنى انها تختلف من شخص لأخر ومن عائلة لأخرى، ومن برنامج تأهيلي الى اخر ومن شخص مهني لأخر.

3/أن مفهوم جودة الحياة له علاقة وطيدة ومباشرة بالبيئة التي يعيش فيها هذا الانسان أو ذلك

4/أن مفهوم جودة الحياة يعكس التراث الثقافي للإنسان والاشخاص المحيطين به. (زينب بن شعاعة 2020 ص33)

7/ محددات الشعور بالرضا عن الحياة:

يعد الشعور بالرضا واحدا من المكونات الأساسية للسعادة والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي وهناك شعور بالرضا عم الحياة بوجه عام عن العمل وعن وقت الفراغ وعن الزواج وعن المجالات الأخرى، ويختلف الناس في درجة تقديرهم لمدى رضاهم من الحياة ويمكن تفسير الاختلاف في الشعور بالرضا عن الحياة بين الناس بعدة محددات أو عوامل منها:

1/_ تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا:

ما من شك أن ظروف الحياة تؤثر على الشعور بالرضا فالأشخاص المستقرون في زواجهم ولديهم عمل مشوق وصحتهم جيدة لا شك أنهم أكثر سعادة من الآخرين، ولكن هذا ليس كل شيء، فهناك الكثير من الشعور بالرضا المستمر من أنشطة ممتعة ولكنها لا ترتبط بإشباع الحاجات.

2/_ خبرة الأحداث السارة:

إذا كان الشعور بالرضا لا يتأثر دوما بالظروف الموضوعية، فربما كان يتأثر أيضا بخبرة الأحداث السارة والتي تولد مشاعر ايجابية وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية حسنة يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل.

3/_ الطموح والانجاز:

يمكن الشعور بالرضا أكثر عندما تقترب الطموحات من الانجازات ويكون أقل عندما تبتعد عنها، وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية.

4/_ المقارنة مع الآخرين:

لكي تحدد ما إذا كان الفرد قصيرا أم طويلا لابد من عقد مقارنات مع الآخرين، وتعتمد كيفية اصدار الناس للأحكام أو التقديرات على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه ويحتمل أن تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة مع الآخرين بينما يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة (يحيى عمر شعبان شقورة،

2021، ص.40_41)

8/ فضل الرضا ومنزلته عند الله:

إن الرضا من أعظم الصفات التي يمكن أن يتحل بها الانسان المؤمن وأنها من أعظم الطاعات لله، فهو يمثل الخضوع الكامل لله وهي مرتبة عظيمة، وليعلم الانسان أن السخط والجزع والهلع لن ينفعه، وإنما ما ينفع هو الايمان بالقدر والصبر على المصاب، ويقول تعالى: {جزاؤهم عند ربهم جنات عدن تجري من تحتها الانهار خالدين فيها ابدا رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك لمن خشي ربه}.

فالرضا مطردة للهموم والغموم مذهبة للأحزان، وهو علاج التردد والحيرة والاضطراب لأنه التسليم بالحكمة والتصديق بالشرع، والركون الى اللطف والاطمئنان لحسن الاختيار *ويقول ابن الجوزي رحمه الله: {إن الرضا من جملة ثمرات المعرفة فإذا عرفته رضيت بقضائه، وقد يجري ضمن القضاء مرارات يجد بعض طعمها الرضا}. (عاطف محمد عوض 2020، ص 67)

9/ أهمية الرضا عن الحياة:

يعتبر الرضا عن الحياة أحد الغايات الكبرى التي يسعى لتحقيقها معظم البشر، وهو بعد أساسي من أبعاد الصحة النفسية السليمة ومؤشرا من المؤشرات الأساسية للتكيف النفسي ويمثل الاحساس بعدم الرضا نقطة لبء الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق والشعور بالوحدة، كما أن مقومات الصحة النفسية للفرد مع نفسه وتكيفه مع المجتمع من حوله أفرادا كانوا أو جماعات ويتطلب هذا فهم الفرد لنفسه ومشاعره وميوله والتغييرات التي يمكن أن تطرأ عليه خلال نموه، و ادراك الفرد لقدراته ووقوفه على أسباب سلوكه ويكسبه أسلوبا مناسباً للتغلب على ما يقابله من مشكلات فيعيش راضيا سعيدا ويهتم كثير من الباحثين بالرضا عن الحياة كما له من أهمية كبيرة في التأثير على شخصية الافراد وسلوكياتهم المختلفة وتوافقهم مع ظروف الحياة والرضا عنها نظرا لارتباط الرضا عن الحياة بالصحة النفسية والجسدية لأفراد كما يهتم الباحثين بمفهوم الرضا عن الحياة أمثال (ثورندين وهورنيوسلفيان وفروم)، حيث يرى هؤلاء العلماء أن مفهوم الرضا هو شعور الفرد بالراحة النفسية بعد القيام بـإشباع حاجاته وتحقيق أهدافه، ويمثل الاحساس بعدم

الرضا عن الحياة أحد المشكلات المهمة في حياة شباب هذا العصر لان هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة البداية بالنسبة لكثير من المشكلات التي تبدد طاقات الشباب وتجعله فريسة للتيارات المغرضة كتيارات العنف والارهاب ونظرا لأهمية الرضا عن الحياة يتفق عدد من الباحثين على الاحساس بالرضا عن الحياة يشير الى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته في الحياة استنادا الى سماته الشخصية. (مي عبد الخير عبد اللطيف عبد العال، 2018، ص19، 20)

10/ وجهات النظر التي فسرت الرضا عن الحياة:

1/ اتجاه القمة _القاع_:

يذكر ميلو أن اتجاه القمة القاع يركز على أهمية سمات الشخصية في تحديد مستوى الرضا عن الحياة لدى الأفراد ويرى أن الرضا عن الحياة لدى الأفراد هو نتاج لعمليات ذاتية داخلية أكثر من نتاج لعوامل خارجية موضوعية وطبقا لهذا الاتجاه فإن أحداث الحياة اليومية وبالرغم من تأثيرها على تقييم الفرد الذاتي وما يمر به من خبرات الا أن تأثير هذه الاحداث والتغيرات التي تحدثها في مستوى الرضا عن الحياة على المدى الطويل وهو تأثير محدود، إذا ما قرن بتأثير الشخصية في الرضا عن الحياة

2/ اتجاه التفاعلي:

اقترح هذا الاقتراح "هبدي وبونج" ويتخذ منظور التفاعل منطلقا له وينظر لكل من العوامل الشخصية والعوامل البيئية على قدر متساوي في علاقتها بالسعادة ويفترض هذا الاتجاه انه في الوقت الذي يتسبب فيه الرضا الكلي عن الحياة نتيجة للرضا عن المجالات وبالتالي يعرف هذا الاتجاه بأهمية كل من الاستعداد الراسخ لدى الفرد الذي يؤثر على تقييمه للرضا سواء عن الرضا الكلي أو الرضا عن مجالات متعددة في حياته. (مسلمانية العجال، 2018، ص26)

وتوجد نظريات اخرى مفسرة لرضا عن الحياة:

1/ نظرية المواقف:

يشعر الفرد بالرضا عن حياته عندما تكون خبراته فيها سارة وممتعة، وليست المواقف الطيبة هي مصدر الرضا، وانما ما يدركه الفرد من خبرات سارة في هذه المواقف والإدراك مسألة نسبية تختلف من فرد لأخر.

2/ نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز:

يشعر الفرد بالرضا عن حياته عندما يحقق طموحاته، لابد أن يتحقق التوازن بين الطموحات والامكانيات، فيضع الفرد لنفسه طموحات يستطيع تحقيقها كي يشعر بالنجاح والكفاءة والجدارة.

3/ النظرية المعرفية:

ترتكز على دور العمليات المعرفية في الشعور بالرضا والسعادة والرفاهية كالانتباه والتفسير الايجابي للأحداث فالأفراد الاكثر شعورا بالهناء الشخصي يرتكزون على المثيرات الايجابية ويفسرون الاحداث بالإيجابية، وينتبهون للمثيرات الايجابية أكثر من السلبية. (أبو الفتوح، نهى عبد الرحمان، 2014، ص490، 491).

وترى ايضا هدى جمالفي بعض النظريات المفسرة لرضا عن الحياة وهي كالتالي:

1/ نظرية التقييم:

يرى أصحاب هذه النظرية أن يمكن قياس الرضا عن الحياة من خلال عدة معايير منها الحالة المزاجية للفرد، الثقافة، القيم السائدة، إذا عدت هذه النظرية إن الظروف المحيطة بالفرد لها أكبر الأثر في شعوره بالرضا عن الحياة.

2/ نظرية الخبرات السارة:

يرى اصحاب هذه النظرية أن الفرد يمكن أن يحقق الرضا عن الحياة عندما تكون خبراته سارة وممتعة، ما يولد مشاعر إيجابية وهذا يتوقف على مدى إدراك الفرد لهذه الخبرات التي تختلف من فرد الى اخر وفق ما يدركه كل فرد كم خبرات ممتعة أو غير ممتعة في هذا الموقف.

3/ نظرية الظروف الموضوعية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد يرضى عن حياته عندما يعيش في ظروف طيبة ويشعر بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، وبذلك يتمتع بالصحة النفسية.

4/ نظرية التعود:

يرى اصحاب هذه النظرية عمل مدى الاختلاف في تصرفات الأفراد اتجاه الاحداث الجديدة في حياتهم، وإذا يتعمد ذلك على نمط شخصيتهم أو ردود أفعالهم وأهدافهم في الحياة ثم يعود الأفراد الى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الأحداث نتيجة التعود. (هدى جمال 2018، ص 895، 986)

خلاصة:

الشعور بالرضا عن الحياة ينطوي على أهمية كبيرة ولاسيما لدى الطلبة الجامعية بوصفهم الفئة الأكثر تعرضا وتأثير بالتغيرات السريعة والمتلاحقة التي تشهدها في عصر الدولة في شتى مجالات الحياة الثقافية والفكرية والاجتماعية والاقتصادية والامور الذي لا بد من ملاحظته عند دراسة مسألة الشعور بالرضا عن الحياة بمجملها بناء على المواقف التي يمر بها الشخص للحياة أن تسير على وتيرة واحدة بل تعثرها بعض الصعاب ورضا مع الفرد عن حياته مؤشر الصحة النفسية ومن السمات الايجابية الشخصية التي تساعد على زيادة مشاعر التقبل والاحساس بالأمن والطمأنينة.

الفصل الرابع: اجراءات الدراسة الميدانية

1. الدراسة الاستطلاعية
2. حدود الدراسة
3. منهج الدراسة
4. مجتمع وعينة الدراسة
5. أدوات الدراسة ومحدداتها السيكومترية
6. الأساليب الاحصائية
7. خلاصة

تمهيد:

يتناول في هذا الفصل بيان المنهج المتبع في الدراسة الحالية ووصف المجتمع الاصيلي، العينة التي اختيرت منه والادوات التي تم استخدامها، والخطوات اللازمة لتحقيق من دلالات صدقها وثباتها والمعالجات الاحصائية المناسبة التي قام الباحث باستخدامها لتحليل البيانات واستخلاص النتائج لمناقشتها وتفسيرها.

1/ الدراسة الاستطلاعية:

هي مرحلة في البحث العلمي وذلك لارتباطها بالميدان، فمن خلالها تتحقق جملة من الأهداف تسير طريقتنا في الدراسة الأساسية ومعرفة العوائق والتفاصيل قبل البدء فيها.

_ أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية الى جملة من الأهداف:

_ استكشاف ميدان الدراسة الأساسية بصورة عامة

_ معرفة الصعوبات التي تواجهنا أثناء التطبيق ومحاولة ضبطها وتجاوزها أثناء تطبيق الدراسة الأساسية

_ دراسة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

_ ضبط متغيرات الدراسة

_ جمع المعلومات الضرورية للدراسة

_ التأكد من جدوى الدراسة التي ترغب فيها الطالبان الباحثان القيام بها

_ توفر الفرصة للطالبان الباحثان لتقويم مدى مناسبة البيانات التي يحصل عليها للدراسة كما تأكد من صلاحية الأدوات التي يستخدمونها لهذه الدراسة.

2/ حدود الدراسة: تحددت الدراسة الحالية على الحدود أو المجالات التالية:

_ المجال البشري: تم اجراء هذه الدراسة (في جامعة زيان عاشور، الجلفة) على عينة من الطلبة بجامعة زيان عاشور الجلفة.

_ المجال الزمني: تم اجراء هذه الدراسة في الموسم الدراسي 2023/2022

_ المجال المكاني: تم اجراء هذه الدراسة في جامعة زيان عاشور الجلفة

3/ منهج الدراسة:

استخدمنا في الدراسة الحالية المنهج الوصفي وذلك لمناسبته للدراسة الحالية والذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا من خلال إعطاء وصف رقمي يوضح مقدار وجود الظاهرة وحجمها ودرجة ارتباطها بالظواهر الأخرى وتحليلها وتفسيرها وذلك من خلال التنبؤ بالصمود النفسي في ضوء الرضا عن الحياة.

2/ مجتمع وعينة الدراسة:**2-أ-مجتمع الدراسة:**

تكون مجتمع الدراسة الأصلي من جميع طلاب وطالبات جامعة زيان عاشور

المسجلين للعام الدراسي 2023/2022 وقد بلغ العدد الكلي للطلبة المسجلين (27334)

2-ب- عينة الدراسة:

تكونت العينة من صورتها النهائية من (243) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية بجامعة

زيان عاشور الجلفة من المجموع الأصلي تم اختيار عينة الدراسة بطريقة الصدفة.

ب/1- عينة الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة قمنا بتطبيق أداة الدراسة (مقياس

الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة) على عينة استطلاعية عشوائية قوامها (30)

طالب وطالبة من المجتمع الدراسة الأصلي المتمثل في طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة

وقد استغرقت مدة الدراسة الاستطلاعية أيام بهدف التحقق من صلاحية أداة الدراسة للتطبيق

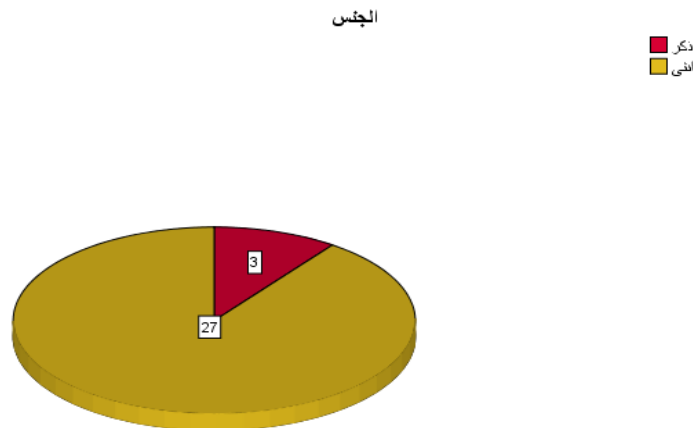
على أفراد العينة الأساسية من خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الإحصائية الملائمة.

خصائص العينة الاستطلاعية:

_ جدول رقم: (01) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

النسبة المئوية	العدد	الجنس
10%	03	ذكر
90%	27	أنثى
100%	30	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (01) ان عدد الذكور بلغ 03 من اصل 30 بنسبة مئوية قدرت ب: 10% وهي أصغر من النسبة المئوية للإناث، هذا وقد قدر عدد الإناث 27 من اصل 30 بنسبة مئوية قدرت ب: 90%.



الشكل رقم: (01) دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

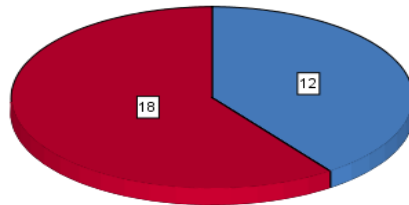
_ جدول رقم: (02) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص

التخصص	العدد	النسبة المئوية
علمي	12	%40
أدبي	18	%60
المجموع	30	%100

يتضح من خلال الجدول رقم (02) ان عدد الافراد في التخصص العلمي بلغ 12 من اصل 30 بنسبة مئوية قدرت ب: %40 وهي أصغر من النسبة المئوية الخاصة بالتخصص الادبي، هذا وقد قدر عدد الافراد في التخصص الادبي 18 من اصل 30 بنسبة مئوية قدرت ب: %60.

التخصص

علمي
ادبي



الشكل رقم: (02) دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص ب/-2- عينة الدراسة الاساسية:

تم اختيار عينة الدراسة من مجتمع أصلي قدر ب 243 حيث بلغ حجم العينة الاساسية

224 طالب وطالبة واختيروا بطريقة عشوائية.

خصائص العينة الاساسية:

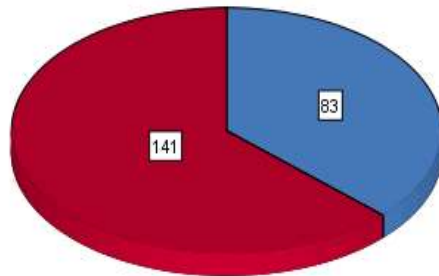
_ جدول رقم: (03) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

النسبة المئوية	العدد	الجنس
37.1%	83	ذكر
62.9%	141	أنثى
100%	224	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (03) ان عدد الذكور بلغ 83 من اصل 224 بنسبة مئوية قدرت ب: 37.1% وهي أصغر من النسبة المئوية للإناث، هذا وقد قدر عدد الإناث 141 من اصل 224 بنسبة مئوية قدرت ب: 62.9%.

الجنس

ذكر
أنثى



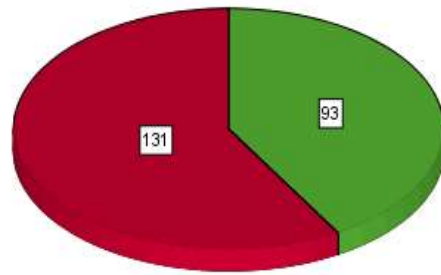
الشكل رقم: (03) دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

_ جدول رقم: (04) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص

التخصص	العدد	النسبة المئوية
علمي	93	%41.5
أدبي	131	%58.5
المجموع	224	%100

يتضح من خلال الجدول رقم (04) ان عدد الافراد في التخصص العلمي بلغ 93 من اصل 224 بنسبة مئوية قدرت ب: %41.5 وهي أصغر من النسبة المئوية الخاصة بالتخصص الادبي، هذا وقد قدر عدد الافراد في التخصص الادبي 131 من اصل 224 بنسبة مئوية قدرت ب: %58.5.

التخصص



الشكل رقم: (04) دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص

4/ أدوات الدراسة ومحدداتها السيكمترية:

بعد اطلاعنا على الدراسات السابقة التي بحثت في الصمود النفسي والرضا عن الحياة تم اختيار المقياسين التاليين:

_ **مقياس الصمود النفسي:** تم استخدام الصمود النفسي من قبل الباحثة عفراء ابراهيم خليل (2017) وتكون المقياس من 30 فقرة وبدائل الاجابة على سلم ليكرت الخماسي وهي حسب ما موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم: (05) يبين بدائل الاجابة على سلم ليكرت الخماسي

البدائل	دائماً	كثيراً	احيانا	نادرا	ابدا
الدرجة	5	4	3	2	1

وبذلك تراوحت الدرجة الكلية على المقياس بين (30) درجة وهي أدنى درجة نظرية و(150) درجة وهي أعلى درجة نظرية ومتوسط نظري (90) درجة.

_ **مقياس الرضا عن الحياة:** أعده مجدي الدسوقي سنة (1996) يتكون من 30 عبارة تقيس عدة أبعاد هي السعادة، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي.

لهذا المقياس خمس بدائل هي تنطبق تماما، تنطبق، بين بين، لا تنطبق، لا تنطبق أبداً، أما تصحيحه فهو كالاتي:

5-مقابل تنطبق تماما

4-مقابل تنطبق

3-مقابل بين بين

2-مقابل لا تنطبق

1-مقابل لا تنطبق أبداً

الدرجة الدنيا للمقياس (29) درجة (درجة منخفضة من الرضا عن الحياة) والدرجة العليا للمقياس (145) درجة (درجة مرتفعة من الرضا عن الحياة). (سامية ماضي، 2018، ص 28_29)

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة: للتأكد من صدق الأداة تم حساب الصدق

التمييزي والذي جاءت نتائجه كالتالي:

الصدق: (الصدق التمييزي):

الجدول رقم (06) يبين الفروق بين درجات المجموعتين المتطرفتين في مقياس

الصمود النفسي ن=30

sig	قيمة t	المجموعة الدنيا ن		المجموعة العليا ن		العينات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.000	8.972	6.319	64.25	4.373	88.63	

تم سحب 27% من طرفي التوزيع للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس الصمود النفسي بعد ترتيبها من أدنى درجة الى أعلاها، حيث قدرت "ت" ب: 8.972 وهي دالة احصائيا لأن قيمة sig قدرت ب: 0.000 وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد 0.05 مما يشير الى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين وهذا ما يدل على صدقه.

الثبات: تم التحقق من ثبات مقياس الصمود النفسي من خلال حساب معامل ألفا كرومباخ والنتائج موضحة في الجدول التالي:

_ جدول رقم: (07) يوضح قيمة معامل الثبات لمقياس الصمود النفسي بحساب

معامل ألفا كرومباخ ن=30

معامل ألفا كرومباخ	البنود
0.695	30

يظهر من خلال الجدول رقم(04) أن قيمة معامل ألفا كرومباخ لمقياس الصمود النفسي تساوي 0.695، وهي دالة احصائيا وتطمئن على ثبات المقياس واستقرار نتائجه إذا ما طبق في الدراسة الأساسية.

للتأكد من صدق الأداة تم حساب الصدق التمييزي والذي جاءت نتائجه كالتالي:

الصدق: (الصدق التمييزي):

الجدول رقم (08) يبين الفروق بين درجات المجموعتين المتطرفتين في مقياس

الرضا عن الحياة ن=30

العينات	المجموعة العليا ن		المجموعة الدنيا ن		قيمة t	sig
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
	93.63	10.267	52.88	7.220	9.183	0.000

تم سحب 27% من طرفي التوزيع للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس الرضا عن الحياة بعد ترتيبها من أدنى درجة الى أعلاها، حيث قدرت "ت" ب: 9.183 وهي دالة احصائيا لأن قيمة sig قدرت ب: 0.000 وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد 0.05 مما يشير الى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين وهذا ما يدل على صدقه.

الثبات: تم التحقق من ثبات مقياس الرضا عن الحياة من خلال حساب معامل ألفا كرومباخ والنتائج موضحة في الجدول التالي:

_ جدول رقم: (09) يوضح قيمة معامل الثبات لمقياس الرضا عن الحياة بحساب

معامل ألفا كرومباخ ن=30

البنود	معامل ألفا كرومباخ
30	0.903

يظهر من خلال الجدول رقم(06) أن قيمة معامل ألفا كرومباخ لمقياس الرضا عن الحياة تساوي 0.903، وهي دالة احصائيا وتطمئن على ثبات المقياس واستقرار نتائجه إذا ما طبق في الدراسة الأساسية.

5/ الاساليب الاحصائية:

من الاساليب التي تم الاعتماد عليها في الدراسة الحالية والملائمة لطبيعة الموضوع

والمنهج المتبع من خلال البرامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) نجد:

- التكرارات والنسب المئوية لوصف مجتمع الدراسة وتحديد استجاباتهم.

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياريّة.

- اختبار T-test للعينتين مستقلتين لاختبار فرضيات الفروق.

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تناولنا اجراءات الدراسة الميدانية وذكرنا المنهج المناسب وكذلك حصر مجتمع الدراسة في اختيار عينة الدراسة الأساسية، كما تم اجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية وحساب خصائصها السيكومترية، والتي تتمثل في الصدق والثبات، حيث تبين بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحية الأدوات للتطبيق في الدراسة الأساسية، كما تمت الاشارة الى الأساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجة الرضيات التي سوف يتم عرضها ومناقشتها في الفصل اللاحق.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها

- 1_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الاولى وتفسيرها
- 2_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها
- 3_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها
- 4_ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة وتفسيرها
- 5_ عرض ومناقشة النتائج الفرضية الخامسة وتفسيرها
- 6_ توصيات واقتراحات

تمهيد:

نستعرض في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، وذلك بعد الإجابة على الأسئلة والتحقق من الفرضيات، باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة كما قام الباحث بتفسيرها ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الاولى وتفسيرها: وتنص هذه الفرضية على ما يلي:
 {توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي}

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وقد دلت نتائج المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية الاولى على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم(10) يوضح العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة

العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة المحسوب Sig	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
	0.360	0.000	0.05	دالة

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة معامل الارتباط بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة 0.360 وهي دالة إحصائياً لأن قيمة sig قدرت ب: 0.000 وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد 0.05، وهذا يعني أن الفرضية تحققت وعليه نقبل الفرض البديل القائل بأنه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي، وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لكشف عن قيم معامل الارتباط بين المقياسين واثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (08) انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي وهذا ما يتفق مع دراسة يحيى عمر(2012) ودراسة ورد مختار(2014) ودراسة(Dietz.Tina2004) وهذا ما يبرر لنا الافراد الذين يتسمون بالصمود النفسي يتمتعون بالرضا عن الحياة لانهم يؤمنون بأن الحياة هادفة ويواجهون ما يتعرضون له من مواقف ويؤمنون بأن نجاحهم وفشلهم في تصديهم بقوة لما يواجهونه من مواقف وعلى

ذلك فان الشكل الذي يتخذه صمود الفرد يتنوع طبقا لتنوع البيئي والثقافي لإفراد فالعلاقة التي توفر فيها الحب والثقة هي نموذج الدور الايجابي والتشجيع والمساندة وبالتالي يكون لدى الفرد نوع من النضج الانفعالي والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم حوله والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات وتقبل الفرد حياته والشعور بالرضا والسعادة ولكي يتمتع الفرد بصحته النفسية فلا بد أن تتوفر لديه القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة ومواجهتها بقدر كاف من الصمود النفسي التي تمكنه من مواصلة حياته بشكل يكون راضي عنه، فالصمود النفسي يؤدي إلى التوافق النفسي والاجتماعي، كما يعمل على التخفيف من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد لإحداث الحياة الضاغطة ، مما يقلل من احساسهم بالمعاناة والمشكلات الانفعالية، كما اشارت منال السبيعي إلى أن الدين يوفر قاعدة وجدانية تضمن الامن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي والتفأؤل وحب الحياة ورضاه عنها كما يوفر احساسا بمعنى الحياة اليومية فهو يخفف من وطأة الكوارث والازمات والتي تتعرض طريق الفرد.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:
{توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس}

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار t_test للعينتين مستقلتين، وقد دلت نتائج المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية الثانية على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم: (11) يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين

الفروق في درجة الصمود النفسي تبعاً لمتغير الجنس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة المحسوب sig	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
	ذكر	83	78.61	8.815	1.827	0.069	0.05	غير دالة
	انثى	141	76.31	9.278				

يلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن قيمة "ت" للعينتين مستقلتين ($t = 1.827$) وهي غير دالة احصائياً لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.069) وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05)، وهذا يعني أن الفرضية لم تتحقق وعليه نقبل الفرض الصفري ونقول بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس، للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T. test للعينتين مستقلتين وقد دلت النتائج المدونة في الجدول (09) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس، ويرجع ذلك إلى وعيهم واحساسهم بالمسؤولية وذلك راجع إلى البيئة التي تفرض على الطلبة الصمود وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة يحيى عمر (2012) و عفراء (2017) وتتفق مع دراسة عاشور (2012) وفاتن فاروق عبد الفتاح (2014) على أنه لا توجد فروق في الصمود النفسي تبعاً لمتغير الجنس، وهذا ما يفسر لنا أن الطلبة الجامعيين يعيشون تقريباً نفس الظروف الحياتية التي تمر بها كل طالب وخصوصاً في ظل التطور التكنولوجي وتقدم العلمي وذلك من خلال اكتشاف ما هو جديد في العصر الذي نعيش فيه ، وبالتالي فإن تعرض هؤلاء الافراد لنفس الظروف الحياتية والاحداث الضاغطة والمعاناة من كل هذا أدى إلى وجود مستويات متشابهة من الصمود النفسي لديهم ونجد ايضاً لا توجد فروق الصمود النفسي نتيجة المعاملة الاسرية في التربية والتعليم وإعطائهم نفس الحقوق التي يحظى بها الجنسين والتي تتسم بأنها لا تفرق بينهم وهذا نتيجة الوعي انه لا فرق بينهم.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:
 {توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى
 لمتغير التخصص}

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار t_test للعينتين مستقلتين، وقد دلت نتائج
 المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية الثالثة على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم: (12) يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين

الدلالة	مستوى الدلالة المعتمد	مستوى الدلالة المحسوب sig	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التخصص	الفروق في درجة الصمود النفسي تبعاً لمتغير التخصص
غير دالة	0.05	0.558	0.586	9.056	77.59	93	علمي	
				9.251	76.86	131	أدبي	

يلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة "ت" للعينتين مستقلتين ($t = 0.586$)
 وهي غير دالة احصائياً لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.558) وهي أكبر من مستوى
 الدلالة المعتمد لدينا (0.05)، وهذا يعني أن الفرضية لم تتحقق وعليه نقبل الفرض الصفري
 القائل بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة
 الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T.
 test للعينتين مستقلتين وقد دلت نتائج المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية على النتائج
 المدونة في الجدول (10) انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الصمود النفسي
 لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (2015)
 حيث أشارت نتائج الدراسة بوجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات الصمود
 النفسي لصالح التخصص العلمي، وهذا ما يفسر لنا أن طلبة الجامعة يعانون من نفس

الفصل الخامس

عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها

الظروف وتقع عليهم أعباء دراسية وواجبات مختلفة بغض النظر عن نوع التخصص الذي يدرسه الطالب الجامعي، فهؤلاء الطلبة بتخصصاتهم المختلفة قد مرت عليهم نفس المشكلات والصعاب فتشابهت المعاناة والازمات التي واجهتهم فكانت أساليبهم في التعامل معها متقاربة إلى حد ما، وكل هذا بسبب طبيعة المقررات التي تدرس لطلبة الجامعيين سواء اختصاص ادبي او علمي اذ أنها تلعب دورا في جعل الطلبة أكثر تفهما لأحداث وترسخ لديهم القدرة على تخطي الصعاب، أي أنها تضيف خبرات جديدة لديهم والتعامل مع قد يواجههم من صعوبات وأزمات.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة وتفسيرها: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:
{توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس}

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار t_test للعينتين مستقلتين، وقد دلت نتائج المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية الرابعة على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم: (13) يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين

الفروق في درجة الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة المحسوب sig	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
	ذكر	83	76.80	10.549	1.885	0.061	0.05	غير دالة
	انثى	141	73.87	12.320				

يلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن قيمة "ت" للعينتين مستقلتين ($t = 1.885$) وهي غير دالة احصائياً لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.061) وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05)، وهذا يعني أن الفرضية لم تتحقق وعليه نقبل الفرض الصفري

ونقول بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس، للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T. TEST للعينتين مستقلتين وقد دلت نتائج المعالجة الإحصائية لبيانات الفرضية على النتائج المدونة في الجدول (11) انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس، كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كامل كاتلو (2014) حيث أشارت نتائج هذه إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السعادة والرضا عن الحياة والتدين تعزى لمتغير الجنس وتتفق ايضا نتائج الدراسة الحالية مع دراسة شقورة (2012) حيث لا توجد فروق ذات دلالة بحسب النوع (ذكر-أنثى)، كما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة سليمان (2003) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة خاصة في المجالات التالية: الرضا من الناحية الاقتصادية، الحياة الدينية، النقل والمواصلات، العناية الصحية، ونجد ايضا دراسة زيدان (2012) التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور مقابل الإناث، وهذا ما يبرر لنا أن الطلبة الجامعيين يتعايشون مع نفس الظروف الفيزيائية داخل الحرم الجامعي بالإضافة إلى الاعباء الأكاديمية وبالتالي فإن مدى رضاهم عن الحياة يكون متقاربا جداً، ونجد أن الجنسين اليوم لهما نفس الواجبات تقريبا بعد خروج المرأة وتحرها ماديا وتكلفتها إلى حد ما بأعبائها المالية فهي تعمل جنبا إلى جنب مع شقيقها الرجل.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة وتفسيرها: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:
{توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص}

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار t_test للعينتين مستقلتين، وقد دلت نتائج المعالجة الإحصائية لبيانات الفرضية الخامسة على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم: (14) يبين قيمة اختبار "ت" للعينتين مستقلتين

الدالة	مستوى الدالة المعتمد	مستوى الدالة المحسوب sig	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التخصص	الفروق في درجة الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير التخصص
غير دالة	0.05	0.367	-0.904	11.878	74.11	93	علمي	
				11.679	75.55	131	أدبي	

يلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن قيمة "ت" للعينتين مستقلتين ($t = -0.904$) وهي غير دالة احصائياً لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.367) وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05)، وهذا يعني أن الفرضية لم تتحقق وعليه نقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T. TEST للعينتين مستقلتين وقد دلت نتائج المعالجة الاحصائية لبيانات الفرضية على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، وهذا ما يبرر لنا أن أغلبية الطلبة عندما يلتحقون بالجامعة فإن اختيارهم للتخصص يكون باختيارهم الشخصي ووفق ميولهم وبالتالي فكل واحد منهم يكون راضياً بما اختاره وقد اتفقت الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة عبدالحميد (2008) التي بينت عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير التخصص، ونحن كمجتمع مسلم نرى أن الرضا عن الحياة وعدم التذمر وإبداء السخط والجزع من الأمور الايمانية العليا وسمات أصحاب الهمم والصابرين والرضا بالمقسوم والقناعة بعبء الله هو جزء لا يتجزأ من الايمان بالقدر خيره وشره.

استنتاج عام:

يتضح لنا من خلال ما سبق أنه توجد علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي، وهذا يبرر لنا كلما كان الفرد مدركا لواقعه ويشعر بالرضا عنه كانت زيادة في تمتعه بصحته وصموده أمام العقبات.

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف الفروق في الصمود النفسي والتي تعزى لمتغير الجنس ولمتغير التخصص وجاءت النتيجة بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية سوءا على مستوى المتغير الاول أو الثاني، وايضا قد هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في الرضا عن الحياة والتي تعزى لمتغير الجنس ولمتغير التخصص وجاءت النتيجة بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية سوءا على مستوى المتغير الاول أو الثاني.

خاتمة:

وفي الختام هذه الدراسة التي حاولنا فيها التطرق إلى موضوع الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي، وبما أن الشباب اي طلاب الجامعات شريحة هامة في المجتمع فالجامعة تسعى إلى تكوين الفرد وتطوير قدراته واستعداداته ليتولى في المستقبل أحد المناصب الهامة فهي تهيئ الفرد لمستقبله ومن ثم بناء المجتمع مثقف لذلك فإن تنمية الصمود النفسي يقوي من الرضا عن الحياة لدى الطلبة بما يحمله من أمل وتفاؤل وسعادة وحب وذلك لمستقبل أفضل ومشرق.

وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

1-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

2-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس

3-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص (علمي/أدبي).

4-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

5- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص (علمي/ أدبي).

التوصيات:

1_ الاهتمام بدراسة الصمود النفسي والرضا عن الحياة بصفة خاصة وبعلم النفس الايجابي بصفة عامة.

2_ إجراء ندوات لطلبة حول اليأس من الحياة وأن تشمل الجوانب الدينية التي تجعلهم يرتبطون بخالقهم.

3_ نظرا لأهمية الصمود النفسي في مواجهة الضغوط لابد من إعداد برامج لتنمية وتعزيز مهارات الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

4_ زيادة اهتمام الأسر بدورهم في تنمية الصمود النفسي والرضا عن الحياة، وغرس لدى أبناءهم الوازع الديني من أجل تخطي الازمات التي تواجههم وزرع الرضا لديهم.

الاقتراحات:

*الرضا عن الحياة وعلاقته بالتدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

*القيام ببحوث ودراسات تتناول الصمود النفسي لدى الطلبة وعلاقته ببعض المتغيرات

كالصحة النفسية، القيم الدينية ودافعية الانجاز.

*الرضا عن الحياة وعلاقته بالقيم الدينية لدى الطالب الجامعي

المصادر و المراجع

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر:

_القران الكريم

_السنة النبوية

قائمة المراجع:

_ابراهيم تامر شوقي، (2014)، الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 24، العدد 85، ص137-200.

_ إبراهيم عراء خليل إسماعيل العبيدي، (2017)، الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، كلية العلوم الإنسانية، جامعة ابن رشد، بغداد.

_ ابو غبوش مرفت يوسف، الجندي نبيل جبرين، (2016)، درجات الرضا عن الحياة لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين في محافظة الخليل، مجلة الجامعة الاسلامية التربوية والنفسية، المجلد 35، العدد 2، ص 137-149

_ ابو الفتوح، نهى عبد الرحمان، (2014)، الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 24، العدد 85، ص 483-540

_ ابو المشايخ، عرفات حسين، (2018)، الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقليا في قطاع غزة، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

_ الأحيوات ايمان سليمان، (2017)، الرضا الحياتي وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى أمهات طلبة غرف المصادر في مدينة العقبة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة.

_ بن حليلة راضية، لماني شهرة، بوراس مريم، (2020)، الصمود النفسي في ظل تبعيات جائحة كورونا -التدريس عن بعد انموذجا، مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة

_ بن شعاعة زينب، (2019)، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة غرداية (الجزائر)

قائمة المصادر والمراجع

_ جوهر محمد علي جعفر أحمد كرم، (2018)، الرضا عن الحياة لدى الأبناء، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة، المجلد 05، العدد 2، ص 274-239.

_ حواسي ايمان، (2017)، مستوى الرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة

_ دريدي سميحة، (2018)، ادمان الفيس بوك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة (الجزائر)

_الدسوقي مجدي، (1998)، دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 8، العدد 20، ص 259-278

_رضوان مومني، (2020)، الرضا عن الحياة للطلبة الجامعيين المتحصلين على شهادة جامعية العاطلين عن العمل، مذكرة لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية والعلوم الاسلامية، جامعة العقيد احمد دراية، ادرار (الجزائر)

_الرفاعي زينب محمد، بدرية كمال احمد، (2019)، الصمود النفسي وعلاقته بالدافع للإنجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين. مجلة دراسات عربية، المجلد 18، العدد 04، ص 835-884
_الزامل منيرة يوسف صالح، (2021)، الصمود النفسي وعلاقته بالضغط النفسية لدى المعلمات المغتربات في الأحساء، مذكرة تخرج شهادة الماجستير، كلية التربية، جامعة الملك فيصل، السعودية.
_زقاوة، احمد، (2021)، الفروق في مستوى الرضا عن الحياة وفقا لمتغيرات النوع، التخصص والمستوى الدراسي، مجلة التمكين الاجتماعي، جامعة احمد زبانة، غيليزان (الجزائر)، المجلد 03، العدد 1، ص 1-14

_السباب محمد مجيد، جميا أسعد سري، (2020)، الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة تكريت، المجلد 47، العدد 2، ص 344-355

_سمية سعدون، احمد فلوح، (2021)، واقع مشكلات الطلبة الجامعيين الجدد دراسة ميدانية، جامعة وهران (الجزائر)، المجلد 5، العدد 1، ص 259-278

قائمة المصادر والمراجع

_سلمون ريم، (2015)، الصمود النفسي ومعنى الحياة والتدفق من وجهة نظر علم النفس الايجابي دراسة تحليلية لصدود الجيش العربي السوري، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، المجلد 37، العدد 4، ص 59-105

_السيد هدى جمال محمد، (2018)، اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين، دراسات نفسية، المجلد 28، العدد 4، ص 884-940

_ شريف، زهرة، (2018)، الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة

_ شقورة يحي عمر شعبان، (2012)، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

_ الشلاش يحي عمر شعبان، (2022)، الصراع المعرفي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الاسلامية التربوية والنفسية، المجلد 30، العدد 3، ص469-453

_ الشوكي علاء ناجح، (2019)، الصمود النفسي وعلاقته بالإجهاد الوظيفي لدى عينة من الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل.

_ الطلاع محمد عصام محمد، (2016)، الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الاسلامية، المجلد 1، العدد 7، ص63-37

_ عاشور باسل محمد عبد الله، (2017)، الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضين العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

_ عبادو ايمان، لوصيف ايمان، (2021)، مستوى الصمود النفسي لدى الممرضين في ظل جائحة كورونا، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

_ عبد العال مي عبد الخير عبد اللطيف، (2018)، الرضا عن الحياة والوعي بالذات كمنبئات بالصمود النفسي لدى عينة من طلبة الأقسام العلمية والأدبية بالجامعة، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

قائمة المصادر والمراجع

_ عبد الفتاح فانتن فاروق، حليم شيرى مسعد، (2014)، الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، مجلة التربية، جامعة دور سعيد، العدد 15، ص90-134

_ العتيبي مرشد رده عسكر، (2018)، مفهوم الرضا بين التصور الاسلامي ونظرة الدراسات النفسية الحديثة، المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الابحاث العلمية والتربوية، العدد 7، ص1-1

_العجال سلامنية، (2017)، دراسة مقارنة في الرضا عن الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي لدى كبار السن، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم (الجزائر)

_ عوض عاطف محمد، (2020)، الذكاء الوجداني وقلق المستقبل المهني وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس غير المتفرغين في الجامعات الفلسطينية، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، كلية التربية، جامعة الاقصى، غزة.

_ وهبي سحر محمد، (1996)، وسائل الإعلام في تقديم القدوة للشباب الجامعي، دار الفجر للنشر والتوزيع، ط1، القاهرة.

_حواء ابراهيم احمد ابليش، (2016)، الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 17، ص 489-504

الملاحق

الملحق رقم: (01) مقياس الصمود النفسي

أخي الطالب/ أختي الطالبة

تروم الباحثتان اجراء البحث الموسوم (لصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة) وخدمة للبحث العلمي نرجوا منكم مساعدتنا من خلال الإجابة عن الفقرات بوضع علامة (×) تحت البديل الذي يمثل رأيكم ولا داعي لذكر الاسم. شاكرين تعاونكم معنا

الرجاء الاجابة على المعلومات الآتية:

الجنس:

نكر أنثى.....

التخصص:

أدبي علمي

الرقم	العبارة	دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
-------	---------	-------	-------	--------	-------	------

					لحياتي أهداف أعيش لأجلها.	1
					قيمة الحياة تكمن بتطبيق مبادئ وقيمة المجتمع.	2
					لدي قيم ومبادئ ألتزم بها.	3
					المشكلات تستفز قوتي وقدرتي على التحدي	4
					أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين.	5
					اعتقد ان سوء الحظ يعود الى سوء التخطيط.	6
					أفكر في عدة طرق للتخلص من المشكلة	7
					الحياة هي فرصة وليست كفاح.	8
					اهتم بالتغيير في نمط حياتي لكي أصل الى النجاح.	9
					أشعر بالقلق والخوف من تغيرات الحياة.	10
					أعتقد ان حياة الأفراد تؤثر عليها قوة خارجية	11
					عندما اواجه اية مشكلة أحس بالخوف.	12
					أحس بالارتياح عندما أقدم أي عمل يخدم مجتمعي.	13
					اعتبر تغيرات الحياة تهديد لي ولحياتي	14
					اعتقد انه لا جدوى من الحياة.	15
					لدي القدرة على التحكم بجميع أمور حياتي.	16
					اعتقد ان لي تأثير على من هم حولي.	17
					اعتقد ان السكوت من الذهب	18
					للصدفة والحظ دور في حياتي	19
					لدي اهتمام كبير بكل ما يجري حولي من قضايا وأحداث	20

					أشعر بالسعادة عندما اواجه تحديات الحياة	21
					اضع استراتيجية لأمر حياتي	22
					اتوقع النجاح عندما أقوم بأي عمل.	23
					أرى الضوء في نهاية الطريق (نفق).	24
					أشعر باليأس عندما تكون الظروف ضدي.	25
					اشعر بأنني سأصل الى ما اريد	26
					أفضل ان تكون توقعاتي وفق قدراتي.	27
					الحياة الهادئة هي الحياة الممتعة بنظري	28
					الحياة مملة ولا تستحق ان نحياها	29
					لدي القدرة على التخطيط للمستقبل	30

الملحق رقم: (02) مقياس الرضا عن الحياة

أخي الطالب/ أختي الطالبة

تروم الباحثان اجراء البحث الموسوم (لصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة)
وخدمة للبحث العلمي نرجوا منكم مساعدتنا من خلال الإجابة عن الفقرات بوضع علامة
(X) تحت البديل الذي يمثل رأيكم ولا داعي لذكر الاسم. شاكرين تعاونكم معنا

الرجاء الاجابة على المعلومات الآتية:

الجنس:

ذكر أنثى.....

التخصص:

أدبي علمي

الرقم	العبارة	تنطبق تماما	تنطبق	بين وبين	لا تنطبق	لا تنطبق أبدا
1	من حالا أسعد من الآخرين.					
2	أنا راض عن نفسي.					
3	ظروف حياتي ممتازة.					
4	في معظم الأحيان تقترب حياتي من المثالية					
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي.					
6	أشعر بالثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي					
7	أشعر بالأمان والطمأنينة					
8	أتمتع بحياة سعيدة					
9	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى.					
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي					
11	أشعر أنني موفق في حياتي					
12	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل.					
13	أنا راض بما وصلت اليه					
14	أميل الى الضحك وتبادل الدعابة					
15	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروف الحياتية.					
16	أقبل الآخرين وأتعاش معهم كما هم.					
17	أعيش في مستوى حياة معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه					

					أشعر بالسعادة لوجود علاقة طيبة تربطني مع الآخرين	18
					أشعر أن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل	19
					أتقبل نقد الآخرين	20
					يثق الآخريين في قدراتي	21
					يتسم سلوكي مع الآخريين بالتسامح والمرح	22
					أنام نوما هادئا مسترخيا.	23
					ينظر الي الآخريين باحترام	24
					لا أعاني من مشاعر اليأس وخيبة الأمل	25
					لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه	26
					أفكاري وأرائي تنال إعجاب الآخريين.	27
					علاقاتي الاجتماعية بالآخريين ناجحة	28
					روحي المعنوية مرتفعة	29
					لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيئا من حياتي	30

الملحق رقم: (03) نتائج ال SPSS

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

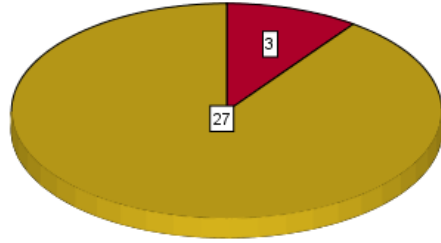
الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات:

خصائص العينة:

		الجنس			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	3	10.0	10.0	10.0
	انثى	27	90.0	90.0	100.0
Total		30	100.0	100.0	

الجنس

ذكر
انثى

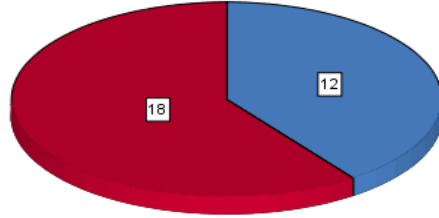


التخصص

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	علمي	12	40.0	40.0	40.0
	ادبي	18	60.0	60.0	100.0
Total		30	100.0	100.0	

التخصص

علمي
ادبي



1_ مقياس الصمود النفسي:
1/أ_ الصدق: (الصدق التمييزي)

Group Statistics

لمقياس المجموعات		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي الصمود لمقياس الكلية الدرجة	العليا المجموعة	8	88.63	4.373	1.546
	الدنيا لمجموعة	8	64.25	6.319	2.234

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
النفسي الصمود لمقياس الكلية الدرجة	Equal variances assumed	.146	.708	8.972
	Equal variances not assumed			8.972

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
8.972	14	.000	24.375	2.717	18.548	30.202
8.972	12.454	.000	24.375	2.717	18.479	30.271

2/ب_ الثبات: (بمعامل ألفا كرومباخ)

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.695	30

2/مقياس الرضا عن الحياة:

2/أ_ الصدق: (الصدق التمييزي)

Group Statistics

		لمقياس المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
		الحياة عن الرضا				
الحياة عن الرضا لمقياس الكلية الدرجة	العليا المجموعة		8	93.63	10.267	3.630
	الدنيا لمجموعة		8	52.88	7.220	2.553

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
الحياة عن الرضا لمقياس الكلية الدرجة	Equal variances assumed	2.081	.171	9.183
	Equal variances not assumed			9.183

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
9.183	14	.000	40.750	4.438	31.232	50.268
9.183	12.563	.000	40.750	4.438	31.129	50.371

2/ب_ الثبات: (بمعامل ألفا كرومباخ)

Reliability Statistics

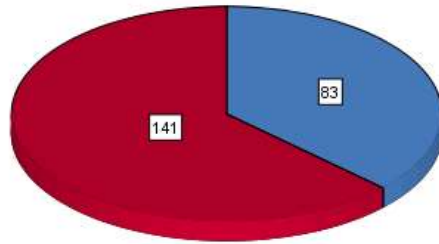
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.903	30

2/ نتائج الدراسة الأساسية:
_ خصائص العينة:

		الجنس			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	83	37.1	37.1	37.1
	انثى	141	62.9	62.9	100.0
Total		224	100.0	100.0	

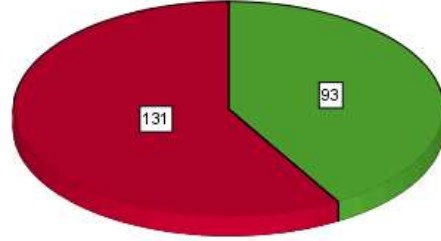
الجنس

ذكر
انثى



		التخصص			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	علمي	93	41.5	41.5	41.5
	ادبي	131	58.5	58.5	100.0
Total		224	100.0	100.0	

التخصص



الفرضية الأولى: {توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي}

Correlations

	لمقياس_الكلية_الدرجة الحياة_رضا_	لمقياس_الكلية_الدرجة النفسي_الصمود
النفسي_الصمود_لمقياس_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	.360**
	N	224
الحياة_رضا_لمقياس_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	.360**
	Sig. (2-tailed)	1
	N	224

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الفرضية الثانية: {توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس}

Group Statistics					
	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي_الصمود_لمقيس_الكلية_الدرجة	ذكر	83	78.61	8.815	.968
	انثى	141	76.31	9.278	.781

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
النفسي_الصمود_لمقيس_الكلية_الدرجة	Equal variances assumed	1.751	.187	1.827
	Equal variances not assumed			1.851

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
1.827	222	.069	2.302	1.260	-.181-	4.786
1.851	179.181	.066	2.302	1.244	-.152-	4.756

الفرضية الثالثة: {توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص}

Group Statistics					
	التخصص	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي_الصمود_لمقيس_الكلية_الدرجة	علمي	93	77.59	9.056	.939
	ادبي	131	76.86	9.251	.808

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
النفسي_الصمود_لمقيس_الكلية_الدرجة	Equal variances assumed	.096	.757	.586
	Equal variances not assumed			.588

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
.586	222	.558	.729	1.243	-1.722-	3.179
.588	200.814	.557	.729	1.239	-1.714-	3.172

الفرضية الرابعة: {توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس}

Group Statistics

الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الحياء رضا لمقياس الكلية الدرجة ذكر	83	76.80	10.549	1.158
الحياء رضا لمقياس الكلية الدرجة انثى	141	73.87	12.320	1.038

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
الحياء رضا لمقياس الكلية الدرجة	Equal variances assumed	4.094	.044	1.811
	Equal variances not assumed			1.885

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
1.811	222	.072	2.930	1.618	-.259-	6.119
1.885	193.475	.061	2.930	1.555	-.136-	5.996

الفرضية الخامسة: {توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص}

Group Statistics

	التخصص	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الحياة رضا لمقياس الكلية الدرجة	علمي	93	74.11	11.878	1.232
	ادبي	131	75.55	11.679	1.020

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
الحياة رضا لمقياس الكلية الدرجة	Equal variances assumed	.157	.692	-.904-
	Equal variances not assumed			-.902-

t-test for Equality of Means						
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
-.904-	222	.367	-1.442-	1.595	-4.585-	1.701
-.902-	196.213	.368	-1.442-	1.599	-4.596-	1.712