

الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف

Life Satisfaction for the students of the Department of Science and Technology of physical activities and sports at the University of Setif

تاريخ القبول: 2019-09-24

تاريخ الارسال: 2018-09-23

عبد المنعم مفتي، جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2

naimmmdo@gmail.com

المخلص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في جامعة سطيف، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي لكي يكشف مستوى الرضا عن الحياة للطلبة من جهة، ومعرفة الفروق في هذا المستوى من جهة أخرى تبعا لمتغيرات الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للطلاب، التوظيف، لذلك استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1998م) على عينة من طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في جامعة سطيف، والبالغ عددهم 161 طالبا من أصل 1607 طالبا يدرسون في هذا القسم، وخلص الباحث إلى أن مستوى درجة الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة متوسط، كما توصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي والتخصص والحالة الرياضية للطلاب والتوظيف.

الكلمات المفتاحية: الرضا، الرضا عن الحياة، الطالب الجامعي، علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

Résumé

Le but de la présente étude est de relever le niveau de satisfaction des étudiants, des étudiants du Département de STAPS (Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives) de l'Université de Sétif 2. À l'égard de leurs vies. Pour déterminer le degré de cette satisfaction et pour savoir si les variables (sexe, niveau d'instruction, spécialité, profil sportif de l'étudiant, etc.) ont un effet significatif sur ce niveau, nous utilisons la méthode descriptive comparative. Ainsi, l'échelle de satisfaction de vie développée par DESSOUKI Magdy (1998) a été appliquée à un échantillonnage de 161 étudiants. L'analyse des données a révélé que le niveau de satisfaction de vie de notre échantillon est au-dessus de la moyenne et qu'il n'existe, par conséquent, aucune différence statistiquement significative de la satisfaction à l'égard de la vie, entre les variables représentant le sexe, le niveau d'instruction, la spécialité, l'emploi et le profil sportif de l'étudiant.

Mots-clés : La satisfaction, Satisfaction l'égard de la vie, étudiant universitaire, Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS).

Abstract

The purpose of the present study is to identify the level of life satisfaction among students of the Department of Sciences and Techniques of Sports and Physical Activities at Setif 2 University. In order to determine the level of life satisfaction among students, and to find out whether the variables of gender, educational level, specialty, sports status as well as employment, have a significant effect on this level, the researcher, accordingly, used the comparative descriptive method. Hence, the scale of life satisfaction developed by DESSOUKI Magdy (1998) was applied on a sample of 161 out of 1607 students. The data analysis therefore revealed that the level of life satisfaction of our sample is above average, and thus there are no statistically significant differences, at the level of life satisfaction, between the variables representing sex, level of education, specialty, students' athletic state and employment.

Keywords: The Satisfaction, Life satisfaction, University student, Sciences and techniques of physical and sports activities.

1- مقدمة ومشكلة البحث

الرضا عن الحياة هو إدراك الفرد لمدى إشباع حاجاته الأساسية بالتزامن مع إدراكه لنوعية الحياة خلال خبراته الحياتية، لذلك تجده يختلف من شخص إلى آخر، ومن ثقافة إلى أخرى، ومن مرحلة عمرية إلى مرحلة عمرية أخرى، وبالتالي فالحكم على درجة الرضا عن الحياة يأتي من الأفراد بحسب تقييمهم لأنفسهم وتقديرهم لذاتهم (Korff, 2006, P20)

فقدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التي تواجهه تؤدي دورا مهما في تحقيق سعادة الفرد وشعوره بالرضا عن الحياة التي يحياها.

(Rice, R., et al., 1980, p38)

وبالتالي يتقبل الفرد لذاته ولأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، فيكون متوافقا مع ربه وذاته وأسرته، وسعيدا في عمله، متقبلا لأصدقائه وزملائه، راضيا عن إنجازاته الماضية، ومتفائلا بما ينتظره من مستقبل، مسيطرا على بيئته، فهو صاحب القرار، وقادر على تحقيق أهدافه. (عبد المقصود، 2003، ص4)

والأمر الذي يجب ملاحظته عند دراسة مسألة الشعور بالرضا عن الحياة بجمالها أن هذا الشعور يكتسب أهمية كبيرة في أهم مرحلة من مراحل حياة الفرد، وهي مرحلة الدراسة، ويعود ذلك إلى أن هذا الشعور يؤثر ويتأثر بشكل كبير بالتحصيل العلمي للفرد ونجاحه الدراسي.

كما يتزايد دوره لدى الشباب الجامعي بوصفهم الفئة الأكثر تعرضا وتأثرا بالتغيرات السريعة والمتلاحقة التي نشهدها في عصر العولمة في شتى مجالات الحياة الثقافية والفكرية والاجتماعية والاقتصادية (خليفة، 2004)، وفي الوقت نفسه فإن الشباب الجامعي بحكم وضعهم الاجتماعي يؤلفون فئة غير مستقرة؛ فهي تعيش مرحلة انتقالية تسعى - في أثنائها ومن خلال تحصيل العلم والمعرفة - نحو تغيير وضعها الاجتماعي إلى الأفضل. كما أن الشباب الجامعي من جهة أخرى يشكلون أقوى عوامل التغيير الثقافي والاجتماعي لما يحملونه من رؤى وتصورات تخالف في بعض جوانبها تلك الرؤى والتصورات التي تحملها الأجيال السابقة (الأنصاري وكاظم، 2008، ص108)، وهذا ما يظهر خصوصية وحساسية المرحلة التي يمر بها الشباب الجامعي، وبالتالي فدراسة الرضا عن الحياة لهذه الفئة من الأفراد له أهمية خاصة.

وقد أشارت نتائج بعض الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة إلى وجود ارتباط إيجابي بينها وبين عدد من المتغيرات النفسية الإيجابية مثل تقدير الذات (الدسوقي 1998)، (الزعيبي، 2015)، والمرونة النفسية (شقورة، 2012) ... الخ، كما أشارت دراسات أخرى إلى أن الرضا عن الحياة يرتبط سلبا ببعض الصفات السلبية كالشعور بالوحدة والاكئاب (الدسوقي 1998)، والعصبية (جودة 2010)، والتشاؤم (شقورة 2012) ... الخ.

ولتفادي وقوع الطلبة الجامعيين في هذه الصفات السلبية بسبب عدم الرضا عن الحياة، والمحافظة على المتغيرات النفسية الإيجابية بسبب الرضا عن الحياة، أراد الباحث أن يوضح مستوى درجة الرضا عن الحياة لطلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، لذلك تسعى هذه الدراسة للإجابة على التساؤلات الآتية:

- 1- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلاب قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف؟
- 2- ما هي الأبعاد الأكثر انتشارا من بين أبعاد الرضا عن الحياة لدى الطلبة؟
- 3- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة للطلاب تبعا لمتغيرات الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للطلاب، التوظيف؟

2- فروض البحث

- 1- مستوى الرضا عن الحياة مرتفع لدى طلاب قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف.
- 2- يعد بعد الاجتماعية الأكثر انتشارا لدى الطلبة.
- 3- لا توجد فروق في مستوى الرضا عن الحياة للطلاب تبعا لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للطلاب، التوظيف).

3- أهداف البحث

- معرفة مستوى الرضا عن الحياة لطلاب قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف.
- معرفة أبعاد الرضا عن الحياة الأكثر انتشارا لدى الطلاب.
- معرفة الفروق إن وجدت في مستوى الرضا عن الحياة تبعا لكل من (الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للطلاب، التوظيف).

4- أهمية البحث

على مقياس الرضا عن الحياة ، حيث من خلال الدرجة نتعرف على مستوى الرضا عن الحياة منخفضاً أو متوسطاً أو مرتفعاً.

2-2-5 أبعاد الرضا عن الحياة

السعادة

قد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفاً أسمى للحياة؛ لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل. (السيد أبو هاشم، 2010، ص1)

وتختلف السعادة من شخص لآخر؛ فمثلاً المريض يرى السعادة في صحته، والسجين يرى السعادة في حريته وهكذا، أما الطالب الجامعي فيسعى إلى تحقيق سعادته في شتى المجالات، ومن هذه المجالات دراسته وتعليمه الجامعي. إن تفوق الطالب في مساره الجامعي على الصعيد الدراسي والأخلاقي والتعامل مع الزملاء والموظفين والأساتذة يبعث في نفسيته الارتياح، فيشعره بنوع من السعادة تساهم ولو بشكل بسيط في رضاه عن الحياة.

الاجتماعية

إن الشخص الناجح في حياته وعلاقاته الاجتماعية يكون أكثر نشاطاً وحيوية وتقبلاً للآخرين، وتشير كافة الأبحاث إلى أن الشخص السوي هو من يتمتع بعلاقات اجتماعية سوية، وهؤلاء الأشخاص — أي الذين يتمتعون بعلاقات اجتماعية سوية — يشعرون بالرضا عن حياتهم، ويتميزون بدافعية نحو العمل وتقدير قيمته، والسيطرة على القلق والتفكير بإيجابية وتفاؤل، والتمتع بشخصية ذات صحة جيدة، فهم أكثر قدرة على تحقيق ذاتهم، والتعاون والمشاركة مع الآخرين، والتخطيط الجيد لحياتهم وطموحاتهم. (عبد الخالق، 2003، ص322)

والشخص الذي يبني علاقات اجتماعية صحيحة وقوية تجده مرتاحاً نفسياً، وراضياً عن نفسه، فالطالب الجامعي الذي تكون علاقته مع الجميع جيدة سواء داخل الحرم الجامعي أو خارجه، تجد له القدرة على التواصل مع الآخرين لحل مشاكله، وبالتالي له القدرة على تحقيق الأهداف، وهذا يشعره بنوع من الارتياح الذي يعدّ دافعاً لرضاه عن الحياة.

الطمأنينة

قال الله عز وجل: ﴿يَتَأْتِيهَا الْتَقْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۝ أَرْجِي ۝ إِلَى رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ۝ فَأَدْخُلِي فِي عِبْدِي ۝ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ۝﴾ (سورة الفجر، 27-30)

تكمن أهمية البحث من جانبين: جانب علمي سيستفيد منه الطلبة الجامعيون والباحثون، وذلك بتعزيز المكتبات الجزائرية ببحث جديد، وتوضيح كيفية معالجة هذا النوع من الدراسات منهجياً وإحصائياً، وجانب عملي يحاول الباحث من خلاله معرفة وجهة نظر الطلبة فيما يخص رضاهم عن الحياة، من أجل معرفة مستواهم من خلال درجاتهم في المقياس، وفتح مجالات للباحثين لبناء برامج تحافظ على مستوياتهم المرتفعة في الرضا عن الحياة، أو ترفع من مستوياتهم المنخفضة، وبالتالي سينتفع الطالب علمياً وعملياً.

5- تحديد مصطلحات البحث

1-5 الرضا

يعدّ الرضا من المفاهيم القديمة، وقد ورد في القرآن الكريم في عدة مواضع منها قوله تعالى: ﴿يَتَأْتِيهَا الْتَقْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۝ أَرْجِي ۝ إِلَى رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ۝ فَأَدْخُلِي فِي عِبْدِي ۝ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ۝﴾ (سورة الفجر، 27-30)

وقال البركوي: الرضا هو طيب النفس بما يصيبه ويفوته مع عدم التغيير. (الناقلي، 2008، ص105)

والرضا حسب عديد العلماء هو شعور الفرد بالراحة النفسية بعد القيام بإشباع حاجاته، وعلى هذا فإن الرضا يعني إرضاء الحاجات والرغبات لدى الفرد.

2-5 الرضا عن الحياة

1-2-5 مفهوم الرضا عن الحياة

هو حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجاباته، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين، وتقبله للبيئة المدركة، وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة. (أماني عبد المقصود، 2003، ص5)

كما يعرف بأنه حضور المشاعر الإيجابية مقابل غياب المشاعر السلبية، كما أن تقييماً للسعادة يتطلب فهم بنود الرضا عن الحياة، وكذا بنود المشاعر والعواطف الإيجابية والسلبية. (Marilo B-S, 2014,p17)

ويعرف الباحث الرضا عن الحياة بأنه شعور الفرد بالسعادة والطمأنينة والقناعة نتيجة استقراره النفسي، ونجاح علاقاته الاجتماعية، وتقبله لذاته وللآخرين.

كما يرى الباحث أنّ الرضا عن الحياة يبرز إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوصون من أفراد العينة

2003) إلى أن مستوى الرضا عن الحياة يزداد كلما حظي الفرد بتقدير اجتماعي مرتفع. وإذا حظي الطالب الجامعي بالتقدير الاجتماعي فبالتالي سوف يقدر نفسه، ويسعى إلى الوصول إلى مبتغاه وتحقيقه وبالتالي يصل إلى الإحساس بالرضا عن الحياة.

القناعة

القناعة هي الرضا بما قسمه الله لك في الحياة، لذلك تجدها مرتبطة بالرضا عن الحياة، فكلما زادت القناعة لدى الفرد زاد رضاه عن الحياة، والعكس، فلا يمكن القول إن الفرد راض عن حياته إذا لم تكن القناعة صفة من صفاته.

وهي رضا الفرد بما يقدم له من مساعدة أو عون، وقبول ذاته والمحيطين به. (تفاح، 2009، ص 276) ويرى الباحث أن القناعة هي الرضا وقبول الأمر الواقع، والعيش والتكيف وفقا للظروف المحيطة بحياة الفرد. والطالب الجامعي الذي يتصف بالقناعة تجده راضيا عن حياته بصفة عامة، وعن حياته الجامعية بصفة خاصة.

3-5 الطالب الجامعي

الطلاب هم مدخلات ومخرجات العملية التعليمية الجامعية. (محمد العربي ولد خليفة، 1989، ص 197) والطالب هو ذلك الشخص الذي سمحت له كفاءته العلمية بالانتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة تبعا لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة أو دبلوم يؤهله لذلك، ويعتبر الطالب أحد العناصر الأساسية والفاعلية في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي إذ إنه يمثل عدديا النسبة العالية بالمؤسسة. (فضيل دليو وآخرون، 2006، ص 95) والطالب الجامعي أحد عناصر العملية التربوية في الجامعة، بل هو أهم عنصر، يتلقى فيها تكوينها ملائما لتخصصه يسمح له بإعداد نفسه لمهنة ملائمة.

4-5 ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية:

يعدّ أحد الميادين في الجامعة الجزائرية، والذي يسعى إلى تكوين الطلبة المقبلين على التخصصات التي لها علاقة بالرياضة التطبيقية، وهي التربية البدنية، والتدريب الرياضي، والنشاط الرياضي المكيف، أو التعريف بالرياضة وإدارتها، كالإدارة والتسيير الرياضي، والإعلام الرياضي.

ويتوزع هذا الميدان في عدة ولايات، ويدرس في معاهد وأقسام خاصة به، حيث يهدف إلى تكوين كفاءات

من خلال الآيات الكريمة نلاحظ أن الطمأنينة مقرونة بالعمل الصالح والإيمان بالله، وبالتالي فهي مقرونة بالتدين، فتربية الفرد تربية دينية وأخلاقية يعتبر دعامة لسلوكه السوي وشعوره بالإطمئنان. (زهرا، 1997، ص 117)

ويشير الحديدي 2007 إلى أن الدين يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والإطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي، والتفاؤل وحب الحياة ورضاه عنها، كما يوفر إحساسا بمعنى الحياة اليومية، فهو يخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد، كما أن الشعور الديني يؤدي إلى الإحساس بالسعادة، والرضا عن الحياة، والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر خيره وشره، واليقين بأن الله عز وجل يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائما، ويتحقق ذلك للفرد من خلال الدعاء، والصلاة، والشكر، مما يوفر له أسمي صور الدعم والطمأنينة. (المحروقي، 2011، ص 30-31) فالفرد المتخلق بالمتدين الذي يربط كل أموره برضا الرحمان تجده مطمئنا في حياته، راضيا عن نفسه، يشعر براحة نفسية وبارتياح.

الاستقرار النفسي

هو تلك الحالة التي يستطيع فيها الفرد إدراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعد على تحديد نوع الاستجابة وطبيعتها التي تتفق ومقتضيات الموقف الراهن، وتسمح بتكيف استجابته تكيفا ملائما ينتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة، والإسهام بشكل إيجابي في نشاطاتها، وفي الوقت نفسه ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة. (عبد الفتاح، 1984، ص 36).

ولا يمكن للفرد أن يسعى إلى تحقيق أهدافه إلا باستقراره النفسي؛ لأنه الطريق السوي إلى الإنتاج والبقاء، والطالب الجامعي المستقر نفسيا تجده دائما يتحدى الصعاب، ويتكيف مع المعطيات من أجل تحقيق أهدافه، والوصول إلى مبتغاه.

التقدير الاجتماعي

للتقدير الاجتماعي جانبان الأول يتمثل في تقدير الفرد لذاته، والثاني يأتي من خلال تقدير الآخرين له، وهما متكاملان ومتلازمان، فلا يمكن تحقيق أحدهما دون الآخر.

والفرد يسعى بكل جهده لكي يحظى بتقدير الآخرين له لكي يحقق رضاه عن الحياة، حيث توصل (سليمان،

ونوع السكن والمستوى الدراسي، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قدرها 480 طالبة من جامعة أم القرى بمدينة مكة المكرمة، واستخدمت الباحثة مقياس الرضا عن الحياة للدسوقي ومقياس عوامل الشخصية الكبرى من إعداد كوستا وماركي وترجمة الأنصاري، وتوصلت النتائج إلى أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة والانبساطية والطيبة وبقطة الضمير، وعلاقة ارتباطية سالبة بين الرضا عن الحياة والعصابية، كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغيرات الحالة الاجتماعية، والعمر والتخصص، ونوع السكن، والمستوى التعليمي.

4-6 دراسة أبو العلا (2008م) بعنوان: ((الرضا عن الحياة وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لطلبة المرحلة الثانوية بمدينة المنصورة))

هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين النوع والمستوى الاجتماعي الاقتصادي في أبعاد مقياسي الرضا عن الحياة والحياة الضاغطة، وتحديد العلاقة الارتباطية بين درجتيهما، لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لعينة قدرها 457 طالبا وطالبة في المرحلة الثانوية بمدينة المنصورة، ولتحقيق الغاية سُلِّمَتْ لهم كل من مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة لعبد العزيز الشخص، ومقياس الحياة الضاغطة من إعداد الباحث نفسه، ومقياس الرضا عن الحياة لسكوت هوبنر، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق جوهرية بين الإناث والذكور في مقياس الرضا عن الحياة، في حين توجد فروق تبعا لمتغيري المستوى الاقتصادي والاجتماعي لصالح الطلاب ذوي المستوى المرتفع، كما وصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين درجات كل من مقياس الحياة الضاغطة، ومقياس الرضا عن الحياة.

5-6 دراسة المدهون (2009م) بعنوان: ((فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة فلسطين بغزة))

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية، وذلك من أجل تعديل سلوك الطلبة، وتحسين مستوى الرضا عن حياتهم، حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قدرها 200 طالب وطالبة من طلبة جامعة غزة، ولتحقيق الغاية استخدم الباحث مقياس الحياة الضاغطة من إعداد زينب شقير، ومقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي، وأظهرت النتائج

وإطارات للعمل في مختلف القطاعات التربوية، والتكوين العالي، والتكوين المهني... الخ.

6- الدراسات السابقة والمماثلة

1-6 دراسة الدسوقي (1998م) بعنوان: ((أبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن))

هدفت الدراسة إلى التحقق من تأثير كل من الجنس والنوع والمستوى الاجتماعي الاقتصادي في تباين درجات أفراد العينة على الأبعاد الفرعية لمقياس الرضا عن الحياة، كما هدفت إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات النفسية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قوامها 200 طالب وطالبة من كلية التربية جامعة عين شمس، وكلية التربية جامعة المنوفية، وذلك باستخدام عدة مقاييس منها مقياس الرضا عن الحياة من إعداد الباحث، وأوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المستوى الاجتماعي والاقتصادي لصالح الأفراد ذوي المستوى المرتفع، كما بينت النتائج عدم وجود فروق جوهرية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس، كما أوضحت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين الرضا عن الحياة وتقدير الفرد لذاته، وعلاقة سلبية دالة بين الرضا عن الحياة، والشعور بالوحدة النفسية والإكتئاب.

2-6 دراسة العيش (2002م) بعنوان: ((الرضا عن الحياة وعلاقته بأنماط التعلق في المرحلة الوسطى من مرحلة الرشد))

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى درجة الرضا عن الحياة لدى الأفراد الأردنيين في الفئة العمرية الممتدة من 40 إلى 60 سنة، ومعرفة هل توجد فروق في درجات الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث؟ لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 1500 فرد أردني، ولتحقيق هدفه أعد الباحث مقياس الرضا عن الحياة وطبقه على عينة البحث، وتوصل إلى أن الأفراد الأردنيين يتمتعون بمستوى عال من الرضا عن الحياة، كما أن الذكور يفوقون الإناث في مستوى الرضا عن الحياة.

3-6 دراسة قاروث (2007م) بعنوان: ((الرضا وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة))

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وبعض سمات الشخصية، ومعرفة الفروق في الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات الحالة الاجتماعية والعمر والتخصص

بينهما وكشف الفروق في مستوى كل منهما من حيث الجنس والنخص، والجامعة والمعدل التحصيلي للطالب، لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 600 طالب وطالبة من طلبة جامعات (الأزهر، الأقصى، الإسلامية) من التخصصات العلمية والأدبية، وقد توصل الباحث إلى وجود مستوى فوق المتوسط في كل من المرونة النفسية والرضا عن الحياة للطلبة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، كما توصل إلى أنه لا توجد فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس والنخص.

6-9 دراسة منار وطرطوش (2014م) بعنوان: (أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك بالأردن))

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى كل من الحياة الضاغطة والرضا عن الحياة، ومعرفة العلاقة بينهما، كما هدفت إلى معرفة هل توجد فروق جوهرية في كل منهما تعزى إلى عدة متغيرات؟ لذلك استخدم الباحثان المنهج الارتباطي المقارن على عينة قوامها 350 طالبا وطالبة من طلبة جامعة اليرموك، وقد توصل الباحثان إلى أن مستوى الحياة الضاغطة كان مرتفعا بينما مستوى الرضا عن الحياة كان منخفضا، كما أنه لم تكن هناك علاقة دالة إحصائية بينهما، كما توصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، في حين توجد فروق جوهرية تعزى في التحصيل لصالح ذوي التحصيل الممتاز.

6-10 دراسة الزعبي (2015م) بعنوان: ((الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة دمشق))

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى العينة، وما إذا كانت توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث، وبين السنة الأولى والسنة الخامسة، لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قوامها 300 طالب وطالبة من كلية التربية بجامعة دمشق، مستعينا بمقياس الرضا عن الحياة الذي أعده ميخائيل، كما استخدم مقياس تقدير الذات الذي طوره الزعبي، وأهم النتائج التي توصل إليها البحث وجود مستويات إيجابية متوسطة في كل من الرضا عن الحياة وتقدير الذات، كما أنه لا توجد فروق تعزى لمتغيري الجنس والمستوى التعليمي.

أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الرضا عن الحياة، ومواقف الحياة الضاغطة بين القياس القبلي والبعدي. 6-6 دراسة جودة (2010م) بعنوان: (سمات الشخصية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة))

تهدف الدراسة إلى كشف مستوى الرضا عن الحياة لعينة البحث، ومعرفة العلاقة بينه وبين سمات الشخصية، لذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 293 معلما ومعلمة من معلمي المرحلة الأساسية الدنيا بمحافظة غزة، ولتحقيق الغاية استخدمت الباحثة مقياس الرضا عن الحياة من إعداد دبرن وآخرون وترجمته الباحثة، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا وماكري وقام بتعريبه الأنصاري، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الرضا عن الحياة كان مقبولا، كما توصلت إلى أنه توجد علاقة سالبة دالة بين العصبية والرضا عن الحياة، وعلاقة موجبة دالة بين الانبساطية والمجازاة ويقظة الضمير والرضا عن الحياة، كما توجد فروق جوهرية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس.

6-7 دراسة الهالكي (2011م) بعنوان: ((فاعلية الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية))

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين فعاليات الأنا كما افترضها إيركسون وبين الرضا عن الحياة، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 272 من السعوديات العاملات وغير العاملات، ومن أعمار مختلفة ومستويات تعليمية مختلفة، ولتحقيق الهدف استخدمت الباحثة مقياس فعاليات الأنا مارستكروم وآخرون (1997)، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1999)، وتوصلت الباحثة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية قوية دالة بين الدرجة الكلية لفاعليات الأنا، والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، كما أظهرت الدراسة أنه توجد فروق جوهرية في درجة الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات المستوى التعليمي، واختلاف المهنة للعاملات، والحالة الاجتماعية لصالح العازبات.

6-8 دراسة شقورة (2012م) بعنوان: (المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة))

تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى كل من الرضا عن الحياة والمرونة النفسية لطلبة جامعات غزة، ومعرفة العلاقة

التعقيب على الدراسات السابقة

الدراسات السابقة، كما استفاد من معرفة المقاييس التي تقيس الرضا عن الحياة وأبعاد هذه الأخيرة. وتتفق الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي تهدف إلى معرفة مستوى الرضا عن الحياة، والتي تهدف أيضا إلى معرفة الفروق في هذا المستوى تبعا لعدة متغيرات، كما تتفق مع بعض الدراسات التي تهتم بفئة الطلبة. لكن تكمن خصوصية هذه الدراسة في التركيز على طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح لتحديد مستواهم في الرضا عن الحياة من جهة، ولفتح مجالات للباحثين من أجل رفع مستوى الرضا عن الحياة لهذه العينة من جهة أخرى، إضافة إلى معرفة الفروق في مستوى الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات جديدة كحالة الطالب رياضيا (غير ممارس، لاعب، مدرب) والتوظيف (موظف، غير موظف).

7- المنهج المتبع

استخدم الباحث المنهج الوصفي في هذه الدراسة؛ إذ يعد المنهج المناسب في وصف مستوى الرضا عن الحياة لأفراد عينة البحث، وما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة تعزى إلى كل من الجنس (ذكر، أنثى) والمستوى التعليمي (من السنة الأولى ليسانس إلى الثانية ماستر)، والتخصص (جذع مشترك، تربوي، تدريب) والحالة الرياضية للطالب (غير ممارس، لاعب، مدرب) وأخيرا التوظيف (موظف، غير موظف).

8- مجتمع وعينة البحث

تمثل مجتمع البحث في جميع الطلبة الذين يدرسون في قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد لمين دباغين بسطيح والبالغ عددهم 1607، حيث تم اختيار عينتين الأولى خاصة بالدراسة الاستطلاعية قوامها 30 طالبا وتم استبعادها فيما بعد من العينة الثانية الخاصة بالدراسة الأساسية، هذه الأخيرة تمثل 10% من مجتمع البحث أي ما يعادل نحو 161 طالبا، وذلك باستخدام العينة الطبقيّة انطلاقا من المستوى الدراسي. والجدول رقم 01 يصف عينة البحث الخاصة بالدراسة الأساسية، حيث يتضح من خلاله أن 77% من أفراد العينة ذكور و 23% إناث. كما نرى أن توزيع العينة على السنوات الدراسية الأولى والثانية والثالثة ليسانس والأولى والثانية ماستر قد جاء في الترتيب كالتالي: 27.3%، 31.1%، 26.1%، 10.6%، 05%.

قسم الباحث الدراسات السابقة من حيث الهدف إلى عدة أقسام فمنها ما تطرق إلى مستويات الرضا عن الحياة في عينة البحث، ومنها ما تطرق إلى العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغيرات أخرى، ومنها ما تطرق إلى الفروق في الرضا عن الحياة تبعا لعدة متغيرات كالجنس والمستوى التعليمي والتخصص.

أما من حيث المنهج فمعظم الدراسات التي تهدف إلى إبراز العلاقة استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، أما باقي الدراسات فقد استخدمت الوصفي التحليلي لكشف المستوى باستثناء دراسة المدهون (2009) التي استخدمت المنهج التجريبي.

أما بالنسبة إلى العينة فإننا نلاحظ أن معظم الدراسات السابقة اهتمت بالطلبة باستثناء دراسة الدسوقي (1998) التي قامت على عينة من الراشدين الصغار، ودراسة العش (2002) التي اهتمت بالراشدين من 40-60 سنة، ودراسة جودة (2010) خاصة بمعلمي المرحلة الأساسية، ودراسة المالكي (2011) والتي اهتمت بالسعوديات القاطنات بمكة المكرمة.

أما من حيث الأداة المستخدمة فلاحظ الباحث تنوع المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة لقياس الرضا عن الحياة فنجد من استخدم مقياس الرضا عن الحياة مثل دراسة الدسوقي (1998) ودراسة قاروث (2007) ودراسة المدهون (2009) ودراسة المالكي (2011)، ومنهم من استخدم مقياس لسكوت هيوبنر مثل دراسة أبو العلا (2008)، ومنهم من استخدم مقياس دينر وآخرين مثل دراسة جودة (2010)، ومنهم من استخدم مقياس الرضا عن الحياة من إعداد ميخائيل كما لاحظناه في دراسة الزعبي (2015).

وبالنسبة للنتائج فلاحظ الباحث أنها كانت متباينة؛ فعلى مستوى الرضا عن الحياة نجد دراسة أثبتت أن مستواه مرتفع، في حين أن دراسة أخرى أظهرت أن مستواه منخفض، أما باقي الدراسات فكان المستوى معتدلا أو قريبا من المرتفع، أما على مستوى الفروق في درجة الرضا تبعا لبعض المتغيرات فلاحظ الباحث أن هناك دراسات توصلت إلى وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي والتخصص، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس والمستوى التعليمي في دراسات سابقة أخرى. واستفاد الباحث من الدراسات السابقة في معرفة الجوانب المختلفة للمشكلة والحلول التي تطرقت لها

10- أداة الدراسة

1-10 وصف الأداة

استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1998م)، حيث تكون من 30 فقرة موزعة على ستة أبعاد كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02): توزيع فقرات مقياس الرضا عن

الحياة على الأبعاد

الأبعاد	عدد الفقرات	الفقرات
السعادة	7	15-11-9-8-7-3-1
الاجتماعية	5	28-22-18-16-14
الطمانينية	6	-29-25-23-20-19
الاستقرار النفسي	3	15-5-2
التقدير الاجتماعي	6	27-26-24-21-6-4
القناعة	3	17-13-10
		30

المصدر: شقورة، 2012

توزيع فقرات مقياس الرضا عن الحياة على الأبعاد

وقد وزعت درجات فقرات المقياس على النحو التالي:

تنطبق دائما	تنطبق	بين بين	لا تنطبق	لا تنطبق أبدا
5	4	3	2	1

المصدر: شقورة، 2012

حيث يتحدد مستوى الرضا عن الحياة بالدرجات الكلية للمقياس والتي تتراوح بين 30 و150 درجة، وقسم إلى ثلاث فئات كالآتي:

مستوى الرضا عن الحياة	منخفض	متوسط	مرتفع
الدرجات	من 30 إلى 70	من 70 إلى 110	من 110 إلى 150

المصدر: من إعداد الباحث

10-2 الخصائص السيكومترية للأداة

أولاً: صدق المقياس: تم استخدام صدق الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة، والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته كما هو مبين في الجدول رقم (03)، ثم تم حساب معاملات الارتباط بين

أما بالنسبة للتخصص فوجد أن 27.3% جذع مشترك 35.4% تربيوي 37.3% تدريب، ونرى أن هناك ما نسبته 43.5% لا يمارس الرياضة خارج القسم 43.5% يمارسها كلاعب و13% كمدرّب.

وفي الأخير نلاحظ أن 23% من الطلبة موظفون ووظيفة رسمية، في حين أن 77% غير موظفين.

الجدول رقم (01) عينة الدراسة حسب متغيرات

الجنس والمستوى والتخصص والمهارة والتوظيف

المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	124 % 77
	إناث	37 % 23
الإجمالي		
المستوى التعليمي	الأولى ليسانس	44 % 27.3
	الثانية ليسانس	50 % 31.1
	الثالثة ليسانس	42 % 26.1
	الأولى ماستر	17 % 10.6
	الثانية ماستر	8 % 05
الإجمالي		
التخصص	جذع مشترك	44 % 27.3
	تربيوي	57 % 35.4
	تدريب	60 % 37.3
الإجمالي		
المهارة	غير ممارس	70 % 43.5
	لاعب	70 % 43.5
	مدرّب	21 % 13
الإجمالي		
التوظيف	موظف	37 % 23
	غير موظف	124 % 77
	الإجمالي	

المصدر: من إعداد شخصي

9- الدراسة الاستطلاعية

قام الباحث بالدراسة الاستطلاعية للتعرف على مختلف الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة الأساسية، ورصد مختلف الصعوبات التي ربما تؤثر على تطبيق الدراسة الأساسية، كما قام الباحث بالاتصال بإدارة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح من أجل تزويده بكافة المعلومات الخاصة بمجتمع الدراسة، وأخيراً قام الباحث بالتأكد من الصدق والثبات للأداة المستخدمة وذلك بعد استرجاع الأداة من أفراد عينة الكفاءة السيكومترية المقدرّة بـ 30 طالباً.

درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة كما هو موضح في الجدول رقم (04):

الجدول رقم (03): معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته

السعادة		الاجتماعية		الطمأنينية		الاستقرار النفسي		التقدير الاجتماعي		القناعة	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.503*	14	0.422	19	0.635*	2	0.831*	4	0.370	10	0.553*
3	0.716*	16	0.624*	20	0.713*	5	0.641*	6	0.590*	13	0.690*
7	0.833*	18	0.797*	23	0.400	12	0.701*	21	0.657*	17	0.394
8	0.627*	22	0.642*	25	0.603*			24	0.708*		
9	0.717*	28	0.507*	29	0.776*			26	0.770*		
11	0.762*			30	0.572*			27	0.598*		
15	*0.830*										

** دالة عند مستوى دلالة 0.01

المصدر: من اعداد الباحث

الجدول رقم (04)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط
السعادة	0.774
الاجتماعية	0.647
الطمأنينية	0.851
الاستقرار النفسي	0.869
التقدير الاجتماعي	0.576
القناعة	0.616

** دالة عند مستوى دلالة 0.01

المصدر: من اعداد الباحث

من خلال الجدول رقم (03) يتبين لنا أن جميع فقرات المقياس قد حققت دلالة إحصائية، كما أن معظم الفقرات حققت هذه الدلالة عند مستوى دلالة 0.01.

كما يتضح من الجدول رقم 04 أن جميع الأبعاد حققت دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 مما يحقق صدق التكوين الفرضي كل بعد عن الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معاملات الثبات بالطرق التالية:

أ- الثبات بطريقة التجزئة النصفية: قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية ومجموع درجات الفقرات الزوجية لمقياس الرضا عن الحياة، ثم استخدم الباحث معادلة جتمان Coefficient de

Guttman split-half لتعديل طول الاختبار، وقد تبين أن معامل جتمان يساوي 0.887، وكان معامل الارتباط للفقرات الفردية يساوي 0.766، وللقرات الزوجية يساوي 0.734

ب- الثبات بإيجاد معامل ألفا-كرونباخ: قام الباحث بحساب ثبات مقياس الرضا عن الحياة باستخدام معامل ألفا-كرونباخ حيث كانت قيمته تساوي 0.863 وهي مرتفعة، وتقترب من الواحد مما يدل على ثبات المقياس.

11- الأساليب الإحصائية المستخدمة

- التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة البحث.
- الاتساق الداخلي لمعرفة صدق الأداة والتجزئة النصفية، ومعامل ألفا-كرونباخ لمعرفة ثبات الاختبار.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والوزن النسبي لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة لأفراد عينة البحث
- الاختبار التائي وتحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق الفردية في الرضا عن الحياة تبعا لعدة متغيرات.

12- الدراسة الأساسية

12-1 خطوات الدراسة الأساسية

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، قام الباحث بالخطوات التالية:

- إعداد الإطار النظري وذلك بعد الاطلاع على مختلف المصادر والمراجع والنظريات والدراسات السابقة التي لها علاقة بمتغيرات الدراسة الحالية.

الجدول رقم (06): تحديد مستوى الرضا من خلال

درجات مقياس الرضا عن الحياة

مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى الرضا عن الحياة
من 110 إلى 150	من 70 إلى 110	من 30 إلى 70	الدرجات

المصدر: من إعداد الباحث

وتشير نتائج الجدول رقم (05) أن قيمة المتوسط هي 110.08، وبمقارنة هذه النتيجة مع معطيات الجدول رقم (06) يتبين أن مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة سطيح مرتفع، ويعزو الباحث ذلك إلى أنه وبالرغم من وجود مشاكل في حياة الطلبة اقتصادية كانت أو اجتماعية أو في الميدان الدراسي إلا أنهم راضون عن حياتهم وربما يعود هذا الرضا لكونهم يرون أن نجاحهم في البكالوريا ودراساتهم في الجامعة قد تفتح لهم مستقبلاً أواباً لتحسين ظروف حياتهم، كما أن الدراسة في الجامعة ترفع من مستواهم العلمي والثقافي، وبالتالي تزيد من إصرارهم على مواجهة مشاكل الحياة.

فالجامعة تفتح أفاقاً جديدة من العلم والثقافة التي تعمل على ازدياد معارف الطلبة ومدركاتهم، بالإضافة إلى أن الالتحاق بالجامعة يعدّ الخطوة الأولى لرسم مستقبل الطلبة المهني والحياتي، وما يصاحبه من آمال بمستقبل مشرق يساعدهم على خوض غمار الحياة متمسكين بشهاداتهم الجامعية التي تؤهلهم للبحث عن فرصة عمل أو وظيفة تمكنهم من بناء حياتهم المستقبلية. (شقورة، 2012، ص 89)

وتوافق هذه الدراسة دراسة العشي (2002) الذي توصل إلى أن عينة البحث تميزت بمستوى عال من الرضا عن الحياة.

لكن جاءت نتائج هذه الدراسة مخالفة لكل من دراسة جودة (2010) التي توصلت إلى أن مستوى الرضا عن الحياة لعينة البحث كان مقبولاً، ودراسة شقورة (2012) والذي توصل إلى أن مستوى الرضا عن الحياة لعينة بحثه كان فوق المتوسط، ودراسة الزعبي (2015) والذي توصل إلى وجود مستويات إيجابية متوسطة في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلاب كلية التربية بجامعة دمشق، ودراسة منار

- جمع وإعداد الدراسات السابقة للاستفادة منها في معرفة الجوانب التي تطرقت إليها في المشكلة، والجوانب التي لم تنطرق إليها، وفي فروض الدراسة، وإعداد أدوات الدراسة.

- تم التأكد من الخصائص السيكومترية، وذلك بتقديم هذه الأدوات إلى أفراد عينة الكفاءة السيكومترية، والتي تكونت من 30 طالباً بقسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح.

- تم تطبيق أدوات الدراسة على العينة الفعلية والتي تكونت من 161 طالباً، ومن ثم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج الإحصاء SPSS وعرض النتائج وتفسيراتها ومناقشتها، ومحاولة ربطها بنتائج الدراسات السابقة، ومن ثم صياغة التوصيات اللازمة.

12-2 مناقشة وتفسير نتائج الدراسة الأساسية

12-2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى

"مستوى الرضا عن الحياة لطلاب قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مرتفع".

قام الباحث بحساب الدرجة الكلية للمقياس ومتوسط الدرجات كما هو موضح في الجدول رقم 05:

الجدول رقم (05): يبين متوسط الدرجات لمقياس

الرضا عن الحياة

المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	المتوسط
	30	150	110.08

المصدر: من إعداد الباحث

ثم قام الباحث بمقارنة المتوسط المتحصل عليه من البيانات مع مفتاح المقياس لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة للطلبة.

حيث من خلال مفتاح المقياس يتحدد مستوى الرضا عن الحياة بالدرجات الكلية للمقياس، والتي تتراوح بين 30 و150 درجة، وقُسم إلى ثلاث فئات كما هو موضح في الجدول رقم (06):

سبب الاختلاف إلى مجانية التعليم في الجامعات الجزائرية عكس الجامعات في الأردن.

12-2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية

"يعد بعد الاجتماعية الأكثر انتشارا لدى الطلبة".

قام الباحث بحساب متوسط الدرجات والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، والدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح في الجدول رقم 07

الجدول رقم (07) يبين متوسط الدرجات والوزن النسبي لمعدل انتشار الرضا عن الحياة

الأبعاد	عدد الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
السعادة	7	3.54	0.24	70.828	4
الاجتماعية	5	4.06	0.18	81.320	1
الطمانينية	6	3.48	0.39	69.633	5
الاستقرار النفسي	3	3.66	0.27	72.066	3
التقدير الاجتماعي	6	3.80	0.35	76.033	2
القناعة	3	3.48	0.25	69.600	6
الدرجة الكلية	30	110.08	15.697	73.386	/

المصدر: من إعداد الباحث

طبيعة اجتماع الطلبة مع بعضهم، ومع أفراد المجتمع وتفاعلهم وتبادل مشاعرهم واحتكاكهم ببعض. كما احتل بعد التقدير الاجتماعي المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره 76.03، وبالتالي فله أيضا دور في رضا الطلاب عن حياتهم، ونحن نعلم أن للتقدير الاجتماعي جانبين متكاملين وهما تقدير الطالب لذاته، وتقدير الآخرين له.

وهذا ما يؤكد على أهمية التقدير الاجتماعي في تحسين مفهوم الذات لدى الفرد، والذي ينتج عنه اقتناع الفرد بنفسه وتقدير الآخرين الجيدة له، ومن ثم الإحساس بالرضا عن الحياة وتشكيلها من خلال حالة القبول لمنحي الحياة. (شعبان، 2013، ص 19)

وطرطوش (2014) حيث كان مستوى الرضا عن الحياة لطلبة جامعة اليرموك منخفضا.

ويرجع الباحث هذا الاختلاف إلى اختلاف الظروف الخاصة بكل عينة؛ ففي دراسة كل من جودة وشقورة والزعي أهتمت بالمعلمين والطلبة الفلسطينيين والسوريين، ونحن نعلم الظروف الصعبة التي يعيشها هؤلاء ويدرسون فيها في ظل الاحتلال، أما بالنسبة لدراسة منار وطرطوش؛ فقد يعود

يبيّن من الجدول رقم (07) أن معدل انتشار الرضا عن الحياة هو 110.08 بوزن نسبي قدره 73.38، كما يرى الباحث بعد ترتيب أبعاد الرضا عن الحياة أن بعد القناعة هو الأقل انتشارا بوزن نسبي قدره 69.60، ورغم ذلك فقد كان لبعد الاجتماعية دور كبير في مستوى الرضا عن الحياة بوزن نسبي قوامه 81.32، وهذا ما يؤكد أن الطلبة يتمتعون بعلاقات اجتماعية جيدة وملائمة، وقد يرجع ذلك إلى أن الأشخاص المحيطين بهم يعاملونهم معاملة حسنة، لذلك نلاحظ أن الطالب الجامعي الذي تكون علاقته مع الجميع جيدة سواء داخل الحرم الجامعي أو خارجه تجد له القدرة على التواصل مع الآخرين لحل مشاكله، وبالتالي فإن له القدرة على تحقيق الأهداف، وهذا يشعره بنوع من الارتياح الذي يعدّ دافعا لرضاه عن الحياة. فالعلاقات الاجتماعية تنشأ من

3-2-12 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

أبعاد الرضا عن الحياة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
السعادة	بين المجموعات	99.56	4	24.89	0.94	0.44
	داخل المجموعات	41.15.25	156	26.38		
	المجموع	4214.82	160			
الاجتماعية	بين المجموعات	27.67	4	6.91	0.83	0.50
	داخل المجموعات	1287.88	156	8.25		
	المجموع	1315.55	160			
الطمأنينية	بين المجموعات	100.95	4	25.23	1.22	0.30
	داخل المجموعات	3214.25	156	20.60		
	المجموع	3315.20	160			
الاستقرار النفسي	بين المجموعات	25.88	4	6.47	0.94	0.44
	داخل المجموعات	1074.52	156	6.88		
	المجموع	1100.41	160			
التقدير الاجتماعي	بين المجموعات	44.05	4	11.01	1.02	0.40
	داخل المجموعات	1682.35	156	10.78		
	المجموع	1726.41	160			
القناعة	بين المجموعات	18.88	4	4.72	0.82	0.51
	داخل المجموعات	894.80	156	5.73		
	المجموع	913.68	160			

المصدر: من إعداد الباحث

" لا توجد فروق في مستوى الرضا عن الحياة تبعاً لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للاعب، التوظيف)".

قام الباحث باستخدام الاختبار التائي بالنسبة لعينتين مستقلتين مثل الجنس والتوظيف، واستخدام تحليل التباين الأحادي بالنسبة للعينات المستقلة مثل المستوى التعليمي والتخصص والممارسة الرياضية.

1- بالنسبة للجنس

الجدول رقم (08): يوضح الفروق بين متوسطات درجات أبعاد الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس

أبعاد الرضا عن الحياة	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
السعادة	ذكور	24.44	5.23	1.57	0.11	غير دالة
	إناث	25.95	4.66			
الاجتماعية	ذكور	20.19	2.86	1.16	0.24	غير دالة
	إناث	20.81	2.84			
الطمأنينية	ذكور	20.82	4.67	0.36	0.715	غير دالة
	إناث	21.14	4.18			
الاستقرار النفسي	ذكور	10.64	2.63	1.57	0.11	غير دالة
	إناث	11.41	2.51			
التقدير الاجتماعي	ذكور	22.68	3.36	0.96	0.33	غير دالة
	إناث	23.27	2.98			
القناعة	ذكور	10.26	2.36	1.79	0.07	غير دالة
	إناث	11.05	2.39			

المصدر: من إعداد الباحث

في درجات أبعاد مستوى الرضا عن الحياة بين الطلبة من حيث متغير الجنس.

يتبين من الجدول رقم (08) أن القيم الاحتمالية لكل أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تتراوح بين (0.36 و 1.791) وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وبالتالي لا توجد فروق

وتقبله لهم يجعل من عملية التعليم عملية إنسانية تضيء على الحياة عمقا وقيمة. (Roberts, et. al.2004)، وهذا يتطابق مع العديد من الدراسات منها دراسة الدسوقي (1998) وأبو العلا (2008) ودراسة شقورة (2012) ودراسة منار وطرطوش (2014) ودراسة الزعبي (2015)، حيث توصلت إلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الرضا عن الحياة، كما أن هذه الدراسة تتعارض مع دراسة كل من العش (2002) وجودة (2010) اللذين توصلا إلى أنه توجد فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة.

2- بالنسبة للصف الدراسي

الجدول رقم (09): يوضح نتائج تحليل التباين لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعا لمتغير الصف الدراسي

أبعاد الرضا عن الحياة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
السعادة	بين المجموعات	99.56	4	24.89	0.94	0.44
	داخل المجموعات	41.15.25	156	26.38		
	المجموع	4214.82	160			
الاجتماعية	بين المجموعات	27.67	4	6.91	0.83	0.50
	داخل المجموعات	1287.88	156	8.25		
	المجموع	1315.55	160			
الطمانينية	بين المجموعات	100.95	4	25.23	1.22	0.30
	داخل المجموعات	3214.25	156	20.60		
	المجموع	3315.20	160			
الاستقرار النفسي	بين المجموعات	25.88	4	6.47	0.94	0.44
	داخل المجموعات	1074.52	156	6.88		
	المجموع	1100.41	160			
التقدير الاجتماعي	بين المجموعات	44.05	4	11.01	1.02	0.40
	داخل المجموعات	1682.35	156	10.78		
	المجموع	1726.41	160			
القناعة	بين المجموعات	18.88	4	4.72	0.82	0.51
	داخل المجموعات	894.80	156	5.73		
	المجموع	913.68	160			

المصدر: من إعداد الباحث

يقضيها الطالب في الجامعة لا تؤثر على رضاه عن الحياة، ويرجع الباحث ذلك كون الطالب يواجه ظروفه ومشاكله حسب المستوى الذي يكون فيه ويعدّه مناسباً له، وبالتالي فإنه رغم اختلاف السنوات التي يدرسونها لكنهم راضون إلى حد ما عن حياتهم.

ورغم اختلاف المستوى الدراسي لطلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح إلا أنهم يشتركون في مرحلة عمرية تتمثل في مرحلة الشباب، حيث يسعى

ويرجع الباحث ذلك إلى أن العادات والتقاليد السائدة في المنطقة تجعل من الإناث راضيات عن حياتهنّ بمجرد كونهنّ يدرسن، كما أن الظروف التي يتعرض لها الطلبة والطالبات في جامعة سطيح متشابهة إلى حد ما، مما يجعل مستوى الرضا عن الحياة متقارباً عند كلا الجنسين، كما أن مصدر تلقي المعرفة والعلم للطلبة هو نفسه من نفس المصدر؛ حيث يرى روبرت وآخرون أن الجامعة تؤثر تأثيراً مهماً في شخصية الطلبة من الجنسين، فالأستاذ الجامعي - بما له من أهمية - يعد مصدر توافقيهم النفسي الاجتماعي، ورضاهم عن الحياة، وتقديرهم لذاتهم، إذ إن إحترامه لطلبته

يتضح من بيانات الجدول (09) أن القيمة الاحتمالية لكل الأبعاد تتراوح بين (0.30 و 0.51) وهي كلها أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وعليه لا توجد فروق دالة إحصائية في جميع أبعاد الرضا عن الحياة لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح بين المستويات الدراسية (السنة الأولى، السنة الثانية، السنة الثالثة، السنة الأولى ماستر، السنة الثانية ماستر).

وبالتالي فالرضا عن الحياة للمستويات الدراسية المختلفة للطلبة متقارب، مما يعني أن المدة الزمنية التي

تختلف مع دراسة الهالكي (2011) التي استنتجت وجود فروق جوهرية بين السعوديات في متغير المستوى التعليمي.

3- بالنسبة للتخصص

الطلبة في هذه المرحلة إلى تحقيق آمالهم ، والتخلص من أوجاعهم حسب إمكاناتهم وقدراتهم الشبابية.

وهذا يوافق دراسة كل من قاروث (2007) ومنار

وطرطوش (2014) والزعيبي (2015)، كما أن هذه الدراسة

الجدول رقم (10): يوضح نتائج تحليل التباين لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعا لمتغير التخصص

أبعاد الرضا عن الحياة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
السعادة	بين المجموعات	2.29	2	1.14	0.04	0.95
	داخل المجموعات	4212.52	158	26.66		
	المجموع	4214.82	160			
الاجتماعية	بين المجموعات	6.63	2	3.32	0.40	0.67
	داخل المجموعات	1308.91	158	8.28		
	المجموع	1315.55	160			
الطمأنينية	بين المجموعات	45.64	2	22.82	1.10	0.33
	داخل المجموعات	3269.56	158	20.69		
	المجموع	3315.20	160			
الاستقرار النفسي	بين المجموعات	21.15	2	10.57	1.54	0.21
	داخل المجموعات	1079.25	158	6.83		
	المجموع	1100.41	160			
التقدير الاجتماعي	بين المجموعات	6.52	2	3.26	0.29	0.74
	داخل المجموعات	1719.89	158	10.88		
	المجموع	1726.41	160			
القناعة	بين المجموعات	18.03	2	9.01	1.59	0.20
	داخل المجموعات	895.65	158	5.67		
	المجموع	913.68	160			

المصدر: من اعداد شخصي

فرغم اختلافها في التسميات وبعض الخصوصيات إلا أنها تشترك في الكثير من الخصائص ، فالتخصصات الثلاثة هي تخصصات تابعة لميدان علوم وتقنيات النشاطات الرياضية ، وكل الطلبة رغم اختلاف التخصصات يدرسون مقاييس نظرية ، و أخرى تطبيقية على أرضية الميدان ، كما تشترك التخصصات السابقة في كثافة المقاييس وكثافة الحجم الساعي ، وبالتالي كثافة المادة العلمية وتعدد متطلبات استيعابها ، كما أن طلبة هاته الاختصاصات يدرسون في رقعة جغرافية واحدة ، والمتمثلة في جامعة سطيح ومن الأساتذة أنفسهم في الظروف البيداغوجية والإدارية نفسها ، مما يجعل مستوى رضاهم عن الحياة متقاربا.

يتضح من بيانات الجدول (10) أن القيمة الاحتمالية لكل الأبعاد تتراوح بين (0.20 و 0.95) وهي كلها أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وعليه لا توجد فروق دالة إحصائية في جميع أبعاد الرضا عن الحياة لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح بين التخصصات (جذع مشترك ، تربوي ، تدريب).

ويرى الباحث أن عدم وجود الفروق راجع ليقين الطلبة أن التخصصات الموجودة لا تؤثر حاليا على الوظيفة المستقبلية ؛ لأنه ورغم اختلاف التخصصات فإنهم في الأخير يتولون الوظيفة نفسها سواء كأستاذ رياضة في المتوسط أو الثانوي ، أو كمدرّب في التخصصات المختلفة.

وهذا يتوافق مع دراسة كل من قاروث (2007) عن الحياة تبعا لمتغير التخصص في عينتي دراستهما.

4- بالنسبة للحالة الرياضية للطلاب:

وشقورة (2012) والذدان توصلنا إلى عدم وجود فروق في الرضا

الجدول رقم (11): يوضح نتائج تحليل التباين لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعا لمتغير حالة الطالب الرياضية

القيمة الاحتمالية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد الرضا عن الحياة
0.91	0.09	2.60	2	5.19	بين المجموعات	السعادة
		26.64	158	4209.62	داخل المجموعات	
			160	4214.82	المجموع	
0.25	1.36	11.16	2	22.33	بين المجموعات	الاجتماعية
		8.18	158	1293.21	داخل المجموعات	
			160	1315.55	المجموع	
0.54	0.61	12.84	2	25.68	بين المجموعات	الطمأنينية
		20.82	158	3289.52	داخل المجموعات	
			160	3315.20	المجموع	
0.72	0.32	2.26	2	4.52	بين المجموعات	الاستقرار النفسي
		6.93	158	1095.88	داخل المجموعات	
			160	1100.41	المجموع	
0.21	1.62	17.34	2	34.70	بين المجموعات	التقدير الاجتماعي
		10.70	158	1691.71	داخل المجموعات	
			160	1726.41	المجموع	
0.74	0.30	1.67	2	3.35	بين المجموعات	القناعة
		5.76	158	910.33	داخل المجموعات	
			160	913.68	المجموع	

المصدر: من إعداد الباحث

أي وقت لأن يكون لاعبا أو مدربا ، كما أن اللاعب أيضا مؤهل لأن يصبح مدربا ، لذلك لا يرى الطلبة غير الممارسين والطلبة اللاعبين أن هذا المتغير يؤثر على رضاهم عن الحياة.

يتضح من بيانات الجدول (11) أن القيم الاحتمالية لكل الأبعاد تتراوح بين (0.21 و 0.91) وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع درجات متوسطات أبعاد الرضا عن الحياة لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح تبعا لمتغير الحالة الرياضية للطلاب (غير ممارس ، لاعب ، مدرب).

ويرجع الباحث عدم وجود فروق إلى أن الطالب غير الممارس للرياضة خارج القسم يعلم أنه مؤهل في أي وقت لأن يكون لاعبا أو مدربا لذلك لا يرى أن هذا المتغير يؤثر على رضاه عن الحياة.

ويرجع الباحث عدم وجود فروق في متغير الحالة الرياضية للطلاب كونه غير ممارس أو لاعبا أو مدربا أن الطالب غير الممارس للرياضة خارج القسم يعلم أنه مؤهل في

5- بالنسبة للتوظيف

الجدول رقم (12): يوضح الفروق بين متوسطات درجات أبعاد الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير التوظيف

أساليب المواجهة	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
السعادة	موظف	25.62	5.58	1.12	0.26	غير دالة
	غير موظف	24.52	4.98			
الاجتماعية	موظف	20.32	2.77	0.27	0.78	غير دالة
	غير موظف	20.36	2.90			
الطهائنية	موظف	21.32	4.79	0.65	0.51	غير دالة
	غير موظف	20.77	4.48			
الاستقرار النفسي	موظف	10.92	2.63	0.27	0.78	غير دالة
	غير موظف	10.78	2.62			
التقدير الاجتماعي	موظف	23.57	3.05	1.59	0.11	غير دالة
	غير موظف	22.59	3.33			
الطهائنية	موظف	10.57	2.43	0.36	0.71	غير دالة
	غير موظف	10.40	2.38			

المصدر: من إعداد الباحث

وجود طلبة يلعبون في فرق مختلفة تضمن لهم أجوراً مقابل ذلك.

ولا يمكن نفي عدم وجود وقت كافٍ للتحضير بالنسبة للطلبة الموظفين، خاصة عندما نعلم طبيعة مهنتي التدريس والتدريب والتي تستلزم التخطيط والتحضير المسبق للقيام بالوحدات التعليمية أو الوحدات التدريبية، وبالتالي كثافة المهام وضيق الوقت بين التحضير لها تستلزم المهنة والتحضير لها تستلزم الدراسة، لكن في المقابل يمكن لهم توفير سيولة لمجابهة أعباء الحياة، عكس الطلبة غير الموظفين، الذين لا يملكون المال الكافي لمواجهة أعباء الحياة، لكنهم في الوقت نفسه يمتلكون الوقت لانشغالهم بتحضير الدروس واستيعابها، لذلك نلاحظ أن لكلا المجموعتين (الطلبة الموظفين، والطلبة الغير موظفين) سلبيات وإيجابيات، وبالتالي هم متكافئون في أبعاد الرضا عن الحياة.

13- الاستنتاجات العامة للدراسة

- مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مرتفع.

- احتل بعد الاجتماعية المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره 4.06 وانحراف معياري 0.18.

- جاء ترتيب أبعاد الرضا عن الحياة على النحو التالي: بعد الاجتماعية، يليه بعد تقدير الذات، ثم بعد الاستقرار

يتضح من بيانات الجدول (12) أن القيم الاحتمالية لكل أبعاد الرضا عن الحياة تتراوح بين (0.11 و 0.78) وهي كلها أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الرضا عن الحياة لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيح تبعاً لمتغير التوظيف (موظف، غير موظف).

ويرجع الباحث عدم وجود فروق في أبعاد الرضا عن الحياة بين الطلبة الموظفين والطلبة غير الموظفين إلى أن غير الموظفين يعلمون أن الشهادة التي يدرسون من أجل تحصيلها قد تعتبر تأشيرياً للحصول على وظيفة في المستقبل، كما أن الطالب غير الموظف ربما يصعب عليه توفير ما يلزمه من مال لصرفه على أعباء الحياة وأعباء الدراسة، لكن له الوقت الكامل في التركيز على دراسته عكس الطالب الموظف الذي يمتلك مالا لمواجهة الأعباء، لكن لا يمتلك الوقت الكافي للتركيز في الدراسة، وبالتالي فكل منهما له إيجابيات، ويعاني من سلبيات مما أدى إلى عدم وجود فروق في هذا المتغير.

أما الطلبة الموظفون فنلاحظ أن معظمهم يقتصر توظيفه في تخصصه، فمثلاً تجده طالبا وفي الوقت نفسه مدرباً للفئات الصغرى في إحدى الرياضات، كما نجد أن الكثير من طلبة الماستر يمتنون مهنة تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المتوسطات والثانويات، كما نلاحظ

- الإهتمام المستمر بقياس مستوى رضاهم عن الحياة بشكل دوري من أجل الرفع من تركيزهم الدراسي، والابتعاد عن ممارساتهم السلبية في دراستهم.
- إعداد برامج إرشادية ونفسية للطلبة للرفع من مستوى رضاهم عن الحياة.
- إجراء المزيد من الدراسات لكشف مستوى الرضا عن الحياة في مختلف الكليات والجامعات والمعاهد المتواجدة في أرض الوطن وفي الدول العربية والاسلامية.

- النفسي، ثم بعد السعادة، يليه بعد الطمأنينة، وفي الأخير يأتي بعد القناعة.
- لا توجد فروق في متوسط درجات أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تبعا لمتغيرات الدراسة (الجنس، المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الرياضية للطالب، التوظيف).

14- التوصيات والاقتراحات

- في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج هذه الدراسة ونتائج الدراسات والبحوث السابقة يقترح الباحث ما يلي:
- الإهتمام الضروري بطلاب قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف لزيادة مستوى رضاهم عن الحياة.

المصادر والمراجع

أولاً: باللغة العربية

- 01- القرآن الكريم.
- 02- الأنصاري وآخرون، قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة: دراسة ثقافية مقارنة بين الطلبة الكويتيين والعمانيين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 9(4)، 2009.
- 03- السيد محمد أبو هاشم، النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، 2010.
- 04- المحروفي عائشة بنت عباس، مصادر السعادة لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة والثانوية والجامعية في ضوء بعض الخصائص الديموجرافية والاجتماعية والأكاديمية بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية، 2011.
- 05- أماني عبد المقصود، دليل مقياس الرضا عن الحياة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2013.
- 06- تفاح جمال الدين، الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين، مجلة كلية التربية، جامعة الاسكندرية، المجلد التاسع، العدد الثالث، 2009.
- 07- خليفة عبد اللطيف، التغير في نسق القيم لدى الشباب الجامعي: مظاهره وأسبابه، ورقة مقدمة في مؤتمر كلية التربية جامعة الزرقاء، الأردن، 2004.
- 08- سليمان عادل محمود محمد، الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظة فلسطين الشمالية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، الضفة الغربية، 2003.
- 09- شقورة يحي عمر شعبان، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، 2012.
- 10- شعبان دعاء أبو عبيد، الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2013.
- 11- زهران حامد عبد السلام، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط4، عالم الكتب، القاهرة، 1997.
- 12- عبد الخالق أحمد محمد، معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي. مجلة دراسات نفسية، المجلد 13، العدد الرابع، 2003.
- 13- عبد الفتاح كاميليا، مستوى الطموح وعلاقته بالشخصية، مكتبة القاهرة الحديثة، القاهرة، 1984.
- 14- فضيل دليو وآخرون، 2006، المشاركة الديمقراطية في تسيير الجامعة، ط2، مخبر التطبيقات النفسية التربوية، مخبر علم الاجتماع والاتصال جامعة منتوري، قسنطينة.
- 15- محمد العربي ولد خليفة، المهام الحضارية للمدرسة والجامعة الجزائرية، دار المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1989.

ثانياً: باللغة الأجنبية

- 16- Marilou.B; Schweitzer, Psychologie de la santé: Concepts, méthodes et modèles, 2 édition, Dunod, Paris, 2014.
- 17- Rice, R. et al. The job satisfaction / life satisfaction relationship: a review of research, Basic and Applied Psychology. 1980.
- 18- Roberts, et Al, Perceived family, Peer transaction, and self- esteem, Journal of Adolescence, 2004.
- 19- Korff, S. Religious orientation as a predictor of life satisfaction within the elderly population, Ph.Ds. Thesis, Walden University. School of psychology. U.S.A. 2006.