الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف –المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: ...../2018

رقم التسجيل: 13D/95/333

التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم
-دراسة ميدانية بمركز ثامر مبروك بمدينة المسيلة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

إعدادالطالبة:
سماتي سعاد

إشراف الدكتور:
د. بركات عبد الحق

السنة الجامعية 2018/2017

شكر وتقدير

احمد الله سبحانه وتعالى أن منّ عليّ بفضله من اجل إكمال هذا العمل المتواضع. انطلاقا من قول الله تعالى" لئن شكرتم لأزيدكم "(إبراهيم، 07)، وقوله صلى الله عليه وسلم " ومن لم يشكر الناس لم يشكر الله " فإنني:

أتقدم بوافر الشكر وعظيم التقدير، واعترافا مني بالجميل إلى الدكتور بركات عبد الحق الذي حصد الأشواك من دربي ليمهد لي طريق العلم، ولما بذلهُ من جهد خلال إشرافه على هذه الدراسة، والتي لولا توفيق من الله ثم توجيهاته السديدة وملاحظاته الهادفة في إنجاز هذا العمل بالشكل المشرف، وكما أتقدم بجزيل الشكر إلى أساتذة قسم علم النفس وفي الختام أشكر كل من ساهم في انجاز هذا العمل المتواضع ولو بكلمة أو بفكرة وكان سببا بعد الله في إتمام دراستي هذه فجزاهم الله عنا خير الجزاء.

الإهداء

إلى الروح التي تحيا بها روحي إلى من أرضعتني الحب والحنان

أمي ...أمي ...أمي

إلى روح أبي الذي تجرع الكأس فارغا ليسقيني قطرة الحب

أبي ...اسكنه الله فسيح جناته

إلى من هم أغلى من روحي ومن كانوا سند لي بكل شيء

إخوتي ...كمال ...عيسى

إلى من زرعوا الأمل والتفاؤل في حياتي أخواتي وزوجة أخي

سهام ...سهيلة ...آسيا

إلى من أشعلوا الشمعة في دروب طريقي صديقاتي

عبير...جميلة...بسمة...عائشة...نبيلة

إلى من فضلوا عليا بإعناتهم في هذا العمل

رياض... يعقوب... جواد

إلى زملائي وزميلاتي في قسم علم النفس

فهرس

الموضوعات

فهرس الموضوعات

الموضوع	الصفحة
الاهداء	
الشكر والتقدير	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
فهرس الملاحق	
ملخص الدراسة	
مقدمة	أ-ب
الفصل الأول الإطار النظري للدراسة	
1-تحديد الإشكالية	6
2-فرضيات الدراسة	8
3-أهمية الدراسة	9
4-أهداف الدراسة	9
5-تحديد مفاهيم الدراسة	10
6-الدراسات السابقة	11
الفصل الثاني التفاؤل والتشاؤم	
تمهيد	17
1-مفهوم التفاؤل والتشاؤم	18
2-أنواع التفاؤل والتشاؤم	19
3-العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم	20
4-النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم	21
خلاصة	23
الفصل الثالث: الرضا عن الحياة	
تمهيد	25
1- مفهوم الرضا عن الحياة	25
2-محددات الشعور بالرضا عن الحياة	26
3-العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة	27
4-النظريات المفسرة للرضا عن الحياة	29

خلاصة	31
الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة.	
تمهيد	34
1-منهج الدراسة	34
2-عينة الدراسة وخصائصها	34
3-حدود الدراسة	35
4-أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية	36
خلاصة	42
الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج	
تمهيد	44
1-عرض وتحليل النتائج.	44
2-تفسير ومناقشة النتائج.	49
خاتمة	57
قائمة المراجع	59
الملاحق	63

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	خصائص العينة حسب متغير الجنس	35
02	خصائص العينة حسب متغير السن	35
03	معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس التفاؤل.	37
04	معاملات الارتباط، بين درجة العبارة، والدرجة الكلية للمقياس التشاؤم.	38
05	معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لمقياس الرضا.	39
06	قيمة معامل Cronbach's Alpha	41
07	يمثل معامل الارتباط بين التفاؤل والرضا عن الحياة.	44
08	يمثل معامل الارتباط بين التشاؤم والرضا عن الحياة.	45
09	(Kolmogorov-Smirnov)	45
10	الفروق في التفاؤل حسب متغير الجنس	46
11	الفروق في التشاؤم حسب متغير الجنس	46
12	الفروق في الرضا عن الحياة حسب متغير الجنس	47
13	يوضح الفروق في التفاؤل حسب متغير السن	47
14	يوضح الفروق في التشاؤم حسب متغير السن	48
15	يوضح نتائج الفروق في الرضا عن الحياة حسب متغير السن	48

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	المقياس الفرعي للتفاؤل	64
02	المقياس الفرعي للتشاؤم	64
03	مقياس الرضا عن الحياة	65
04	تقديم المؤسسة المستقبلة	66
05	مخرجات برنامج Spss	69

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى العينة من المراهقين المعاقين سمعيا بمركز الأطفال المعاقين بصريا بمركز " ثامر مبروك " بأخذ المتغيرات التالية بعين الاعتبار (الجنس، السن)وأثر هده المتغيرات على كل من التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وتمحورت دراستنا حول التساؤلات التالية:

-هل توجد علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم؟

-هل توجد علاقة بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم؟

واعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لملائمة طبيعة الموضوع حيث تكونت عينة الدراسة من 36 مراهق أصم بمركز ثامر مبروك وبعد تطبيق أدوات الدراسة والمتمثلة في المقياس الفرعي للتفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق والرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي والمعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها توصلنا للنتائج التالية:

- توجد علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم.

– توجد علاقة بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم.

– عدم وجود فروق بين الجنسين في سمة التفاؤل لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير الجنس.

–عدم وجود فروق بين الجنسين في سمة التشاؤم لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير الجنس.

– توجد فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير الجنس.

– توجد فروق في السن لسمة التفاؤل لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير السن.

–عدم وجود فروق في السن لسمة التشاؤم لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير السن.

– توجد فروق في السن للرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم تعزى لمتغير السن.

Abstract:

The aim of this study was to identify optimism, pessimism, and their relationship with satisfaction with life in the sample of adolescents with hearing disabilities in the Center of the visually impaired children at Thamer Mabrouk Center by taking the following variables into account (gender, age) and the effect of these variables on optimism, pessimism and satisfaction with life. On the following questions:

- Is there a relationship between optimism and satisfaction with life in the deaf teenager?
- Is there a relationship between pessimism and satisfaction with the life of the deaf teenager?
- Are there statistically significant differences of optimism due to gender variable?
- Are there any statistically significant differences of pessimism attributed to gender variable?
- Are there statistically significant differences in life satisfaction due to gender variable?
- Are there statistically significant differences of optimism due to the age variable?
- Are there any statistically significant differences of pessimism due to the age variable?
- Are there statistically significant differences in life satisfaction due to the age variable?

The study sample consisted of 37 deaf adolescents at Thamer Mabrouk Center. After applying the study tools of optimism, pessimism, satisfaction with life, and statistical processing of the data obtained, we obtained the following results:

- There is a relationship between optimism and satisfaction with life.
- There is a relationship between pessimism and satisfaction with life.
- No gender differences in optimism.
- There are no gender differences in the trait of pessimism.
- There are gender differences in satisfaction with life.
- There are differences in age for optimism.
- No age differences for pessimism.
-There are differences in age for satisfaction with life.

مقدمة

مقدمة

احتل مفهوم التفاؤل والتشاؤم في الآونة الأخيرة مركز الصدارة في مجالات علم النفس المختلفة، حيث دلت دراسات كثيرة على أن التفاؤل لو دور مهم في الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق الأهداف المنشودة الذي يسعى إليها الإنسان.

كما يعتبر موضوع التفاؤل والتشاؤم من الموضوعات المهمة في علم النفس لما لهما من تأثير في سلوك الأفراد وفى حالتهم النفسية، فعندما تلبى جميع حاجات الفرد يشعر بالتفاؤل وبأنه يستطيع أن يحقق أهدافه مما يجعله يشعر بالسعادة والانبساط وبالتالي يحفزه علي أن يقبل علي الحياة بهمة ومثابرة ورغبة؛ ويضع في اعتباره احتمالات النجاح، أما إذا فشل الفرد في إشباع حاجاته فانه يشعر بالتشاؤم وأنه لا يستطيع أن يحقق أهدافه مما يجعله يشعر باليأس وفقدان الأمل والإحباط ويقبل علي الحياة بفتور وتردد وتوقع الفشل وهو دائماً متشكك في النجاح مما قد يؤدي إلى اضطرابه والمراهق الأصم ليس في منأى عن مواجهةّ هذه الصراعات التي تحول دون تحقيقه توافقه النفسي و الاجتماعي، لذا فهو يحاول التعامل معها بأساليب تحد منها أو تخففا، بما يحقق توافقه وتقبله لذاته ولعلاقاته الاجتماعية وإشباعه لحاجاته، ورضاه عن نفسه الذي يعد العامل الأساسي في تحقيق الصحة النفسية للفرد.

ولدراسة هذا الموضوع قمنا بصياغة الخطة التالية:

-الجانب النظري : ويحتوي على ثلاث فصول:

-الفصل الأول : تم فيه تحديد الخلفية النظرية للإشكالية ، فرضيات الدارسة أهمية وأهداف الدراسة وكذا التعارف الإجرائية للمفاهيم الواردة وأخيرا عرض الدارسات السابقة.

-الفصل الثاني : تطرقنا فيه إلى التفاؤل والتشاؤم حيث تم تعريفيهما وأنواعهما والعوامل المؤثرة فيهما ، أخيرا تطرقنا إلى النظريات المفسرة إليهما.

-الفصل الثالث : خصص للرضا عن الحياة حيث تم تعريفه و بعض محددات الشعور بالرضا عن الحياة، وبعض العوامل المساعدة في تحقيقه وأخيرا تطرقنا إلى بعض النظريات المفسرة له.

-أما الجانب الميداني : فتضمن الدراسة الميدانية فصلين هما : الفصل الرابع والفصل الخامس.

-الفصل الرابع : الذي تطرقنا فيه لأدوات جمع البيانات و خصائصها السيكومترية في الدراسة الاستطلاعية ثم جاءت الدراسة الأساسية موضحة المنهج المتبع و أدوات جمع البيانات في صيغتها النهائية، والعينة و مواصفاتها، وأخيرا المعالجة الإحصائية.

-الفصل الخامس : تعرضنا فيه إلى عرض نتائج الدراسة التي توصلنا إليها في ضوء الفرضيات المقترحة إضافة إلى تفسير ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها في ضوء الجانب النظري و الدراسات السابقة.

وقد نوقشت النتائج في ضوء الجانب النظري وختمت الدراسة بخلاصة وجملة من الاقتراحات.

الجانب النظري

الفصل الأول

- تحديد الإشكالية
- تحديد الفرضيات
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- تحديد مفاهيم الدراسة
- الدراسات السابقة

1- تحديد الإشكالية:

يعد الرضا عن الحياة من المفاهيم النفسية الرئيسية التي حظيت باهتمام الباحثين في مجال علم النفس.

فمفهوم الرضا يعتمد في تعريفه لهرمية ماسلو في إشباع الحاجات بادئا من الحاجات الفيزيولوجية الدنيا إلى الحاجات العليا المتمثلة في تحقيق الذات، لأن الإنسان يسعى لتحقيق أهدافه الهامة من أجل الشعور بالسعادة ورضا عن الحياة، وتتحقق الحياة الجيدة عندما تلبى للإنسان متطلبات الأمن والانتماء والاستقلال وتأكيد الذات.

كما تشير علوان (2008) إلى أن الرضا عن الحياة هو امتلاك الأفراد لمجموعة من الصفات كالتفاؤل والحماس وتقبل الذات واحترامها والقبول بالواقع والاستقلال المرضي الذي يصل بالأفراد إلى حالة من الشعور بالسعادة.

ويرى كذلك المجدلاوي (2012) بأن الرضا عن الحياة شعور الفرد بالفرح والسعادة والراحة والطمأنينة وإقباله على الحياة بحيوية نتيجة تقبله لذاته وعلاقاته الاجتماعية ورضاه عن إشباع حاجاته (المجدلاوي، 2012، ص.25).

ويعتبر انخفاض مستوى الرضا لدى الأفراد دلالة على عدم التوافق النفسي في مراحل النمو المختلفة فمن بين هذه المراحل نجد مرحلة المراهقة.

حيث تعد هذه المرحلة من المراحل الحرجة التي يمر بها المراهق حيث يسعى إلى تحقيق الذات والبحث عن السعادة والانجاز من أجل الشعور بالرضا وبروز شخصيته.

فماذا لو كان هذا المراهق أصم؟ كيف تكون نظرته للحياة؟

نجده عاجزا يعيش في أزمة يتولد عنها نظرة سوداوية نحو الحياة، وهذا ما يجعل منه متشائما غير متفائل، وبالتالي عدم الرضا عن الحياة.

ورضا الفرد عن حياته مؤشر الصحة النفسية، ومن السمات الإيجابية للشخصية التي تساعد على زيادة مشاعر التقبل والإحساس بالأمن والطمأنينة وبناء جسور من العلاقات الإيجابية مع المحيطين به.

ويشير (أبوالعلا، 2007،ص.40) إلى الجوانب الهامة بالشعور عن الرضا عن الحياة وتشمل الجوانب الجسدية والمادية والأسرية وجوانب العمل، الدين، ووسائل الإعلام وبالتالي رضا الفرد عن مختلف مجالات حياته.

وينظر علماء النفس إلى التفاؤل والتشاؤم بوصفهما خلفية عامة تحيط برضا الفرد عن حياته، فالتفاؤل يرتبط بالمشاعر الإيجابية أكثر من السلبية كما أن المتفائل في إدراكه للأحداث والمواقف ينصب على الجوانب الإيجابية أكثر، أما انخفاض الرضا عن الحياة يدفع الفرد نحو التشاؤم وأن الشعور بعدم الرضا عن الحياة يعتبر واحد من المشكلات المهمة في حياة الفرد.

عن المراهق الأصم في استعداد للتعرض إلى صراعات تستدعي إشباع حاجات ورغبات وأهداف وطموحات لتحقيق رضاه عن حياته والبحث عن الذات ككيان مستقل ومتميز.

فموضوع التفاؤل والتشاؤم عامل مهم في شعور المراهق بالرضا عن الحياة.

فعندما تلبى حاجات الفرد يشعر بالتفاؤل وبقدرته على تحقيق أهدافه هذا ما يجعله يشعر بالسعادة والانبساط، أما إذا لم يتوفر القدر الكافي والمناسب من الإمكانيات الموضوعية من التفاؤل بغزارة وتنوع وفشله في إشباع حاجاته، فيشعر بالتشاؤم وأنه لا يستطيع تحقيق أهدافه ما يجعله يشعر باليأس وفقدان الأمل والإحباط وتقبل الحياة بفتور وتردد وتوقع الفشل والخوف من المستقبل.

وهذا ما يؤكده مجدي الدسوقي من أن للتفاؤل والتشاؤم أهمية على السلوك الإنساني حيث يؤثر كل منهما على الحالة النفسية للفرد وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت تفاؤلية أو تشاؤمية.

وعليه بلورت تساؤلات هذه الدراسة كما يلي:

- هل توجد علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم؟

- هل توجد علاقة بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة تعزى لمتغير السن لدى المرهق الأصم؟

2-فرضيات الدراسة:

تبعا للتساؤلات نقترح الفرضيات التالية:

- توجد علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم.
- توجد علاقة بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم.

3-أهمية الدراسة:

- تبرز أهمية الدراسة في أنها تلقى اهتمام الباحثين في مجال علم النفس في هذا الموضوع.

-التعرف على علاقة التفاؤل والتشاؤم بالرضا عن الحياة في ظل بعض المتغيرات كالجنس والسن.

-يعد من البحوث العلمية التي تتناول دراسة متغيري التفاؤل والتشاؤم في المجتمع الجزائري، فضلا عن دراسة شريحة مهمة وهي المراهق الأصم.

4--أهداف الدراسة:

- تحديد العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم.
- تحديد العلاقة في ظل بعض المتغيرات الوسيطية كالجنس والسن.
- معرفة المعاش النفسي لهذه الفئة.
- حيوية موضوع الرضا عن الحياة خاصة لشريحة الأصم.
- تسليط الضوء على هذه الشريحة.

5-تحديد مفاهيم الدراسة:

5-1-التفاؤلOptimism :

عرفه شايير وكارفن (1985) بأنه النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ.

وعرف في (1987) بأنه استعداد يكمن داخل الفرد للتوقع العام بحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية، ويؤكدان على وجود الفروق الفردية الثابتة في التفاؤل (الأنصاري، ص. 14).

5-2-التشاؤم Pessimism:

يعرف بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل (الأنصاري،1998، ص 16).

-**التعريف الإجرائي:** هو مجموع الدرجات التي يتحصل عليها المراهق الأصم في المقياس الفرعي للتفاؤل والتشاؤم المطبق في هذه الدراسة الميدانية والمستمد من قبل أحمد عبد الخالق.

5-3- الرضا عن الحياة:

يرى دينر (1989) أن الرضا عن الحياة هو تقديم عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي انتقاها لنفسه.

-**التعريف الإجرائي:** هو مجموع الدرجات الإيجابية التي يتحصل عليها المراهق الأصم في مقياس الرضا عن الحياة المطبق في هذه الدراسة الميدانية والمستمد من قبل مجدي الدسوقي.

6-الدراسات السابقة

الدراسات المتعلقة بمتغير التفاؤل والتشاؤم:

-دراسة "**حسن عبد اللطيف ولولوه حمادة (1998)** "بعنوان التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالانبساط والعصابية".

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 220طالبا وطالبة بالتساوي وهم من المتطوعين الذين يدرسون في عدد من كليات جامعة الكويت طبقت على أفراد العينة القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم هذا فضلا على المقياسين الفرعين للعصابية والانبساط المشتقين من اختبار إينزك للشخصية.

نتائج الدراسة:

كشفت النتائج عن فروق دالة بين الجنسين في التفاؤل للذكور متوسط أعلى ولكن لم تظهر الفروق بين الجنسين في التشاؤم كما استخرج ارتباط ايجابي بين التفاؤل والانبساط وبين التشاؤم والعصابية ومن ناحية أخرى ظهر ارتباط سلبي بين التشاؤم والانبساط وبين التفاؤل والعصابية

-**دراسة" احمد عبد الخالق(1998)** "بعنوان التفاؤل والتشاؤم وصحة الجسم".

عينة الدراسة: أجريت على عينة من الطلبة والطالبات الكويتيين الذين يدرسون بجامعة الكويت. طبقت عليهم القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ومقياس تقدير الصحة العامة فضلا عن قائمة الأعراض والشكاوى الجسمية.

نتائج الدراسة:

خرجت هذه الدراسة بعدة نتائج منها:

وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين التفاؤل والصحة النفسية والتشاؤم والأعراض الجسمية

وجود علاقة ارتباطيه سلبية بين التفاؤل والأعراض الجسمية.

وقد فسرت هذه النتائج اعتمادا على كون التفاؤل سمة تؤدي بالشخص إلى تبني وجه عام يفضل نحو الحياة ويدعم هذا التوجه تدعيما ايجابيا الصحة الجسمية الجيدة وفي الوقت

نفسه فان الصحة النفسية الجيدة تدعم سلوك توقع الأفضل إلى التفاؤل وعكس ذلك يمكن أن يفسر علاقة التشاؤم بالأعراض والشكاوى الجسمية فان المرض المتكرر يمكن أن يقود الفرد إلى توقع الأسوأ أي التشاؤم.

-**دراسة عبد الحميري(2004)** بعنوان" مدى شيوع سمة التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة الجامعيين اليمنيين"

عينة الدراسة: تكونت العينة من 400 طالب وطالبة، هدفت إلى التعرف على مدى شيوع سمة التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة الجامعيين اليمنيين وكذا التعرف على طبيعة الفروق استنادا إلى متغيرين الجنس والتخصص.

الأدوات المستخدمة: طبق عليهم مقياس التفاؤل والتشاؤم، ومن أهم النتائج المتحصل عليها الطلبة اليمنيين يميلون نحو التفاؤل وكذلك عدم وجود فروق جوهرية في درجاتهم على مقياس التفاؤل والتشاؤم استنادا لمتغير الجنس والتخصص.

الدراسات المتعلقة بمتغير الرضا عن الحياة:

"**دراسة عبد الوهاب (2007)**"**مدينة القاهرة** بعنوان اثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسيين وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين السلوكيات الوالدية المساندة كما يدركها الابناء المراهقون من الجنسين واثر الفروق السلوكيات المساندة لكا من الاباء والامهات كمؤثر على الرضا عن الحياة لدى الابناء بالإضافة الى الكشف عن الفروق لدى كل من الذكور والاناث في الدرجة الشعور بالرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من (100)طالب وطالبة بالصف الاول ثانوي المقيمين بمدينة القاهرة وتتراوح اعمارهم بين (15) و (17) واستخدم في هذه الدراسة نموذج المساندة الوالدية والرضا عن الحياة وقد بينت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة ودالة بين ادراك كل من الذكور والاناث للمساندة الوالدية من قبل الاب بين الشعور بالرضا عن الحياة لديهم.

"**دراسة عبد الخالق(2008) الكويت**": الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي هدفت هذه الدراسة إلى بيان معدلات الرضا عن الحياة لدى عينات كويتية مختلفة وهدفت إلى

معرفة الفروق بين الجنسين وبين الأعمار في الرضا عن الحياة وهدفت أيضا إلى استكشاف البناء العاملي لمقياس الرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من(614) مواطنا كويتيا تراوحت أعمارهم بين (16 ,61) عاما وتصنف إلى ستة عينات فرعية من طلبة المدارس وطلبة الجامعة والموظفين من الجنسين واستخدمت هذه الدراسة مقياس الرضا عن الحياة من إعداد ديمبر وزملائه وبينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين عد الموظفين حيث كان متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث (شقورة ،2012،ص 5).

دراسة أبو العلا (2009) مدينة المنصورة، " بعنوان: الرضا عن الحياة وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة، هدفت الدراسة إلى بحث الفروق بين النوع ذكور–إناث، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي مرتفع–منخفض، في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وابعاد مقياس الحياة الضاغطة وتحديد العلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وأبعاد قياس الحياة الضاغطة، لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية بمدينة المنصورة وتكونت عينة الدراسة من 457 طالبا وطالبة، وتم تطبيق أدوات الدراسة التالية:

–مقياس المستوى الاجتماعي، الاقتصادي للأسرة إعداد عبد العزيز، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد هيوبنر ترجمة أناني عبد المقصود، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداد الباحث وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات مجموعتي الإناث والذكور، في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب تبعا للمستوى الاجتماعي والاقتصادي مرتفع–منخفض، الصالح لطلاب من ذوي المستوى الاجتماعي والاقتصادي المرتفع في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، كما بينة نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة احصائيا بين الدرجات التي تتحصل عليها الطلاب والطالبات على مقياس أحداث الحياة الضاغطة من جهة والدرجات التي حصلوا عليها على مقياس الرضا عن الحياة من جهة أخرى (شقورة، 2012، ص. 58–59)

الدراسات الأجنبية:

دراسة تاكاهاشي (2011) مدينة هانوي لفيتنام: بعنوان " الدعم الاجتماعي والرضا عن الحياة دراسة مقطعية عن الأفراد الذين يعانون في الجهاز العصبي في مدينة هانوي بفيتنام هدفت هذه الدراسة الى التعرف الى العلاقة بين الدعم الاجتماعي و والرضا عن الحياة لدى الافراد الذين يعانون ضعف في الجهاز العضلي وتكونت عينة الدراسة من 136مسجلين في مؤسسات رعاية المعاقين ولجمع البيانات تم استخدام مقياس الدعم الاجتماعي ومقياس الرضا عن الحياة وبينت نتائج الدراسة أن الأفراد المنتمين في عضوية جماعة أو جمعية كان مستوى الرضا عن الحياة عندهم أعلى من غيرهم بينما لم تظهر فروق في الرضا عن الحياة تعود إلى الأنشطة الوطنية والدعم الاجتماعي العقلي.

دراسة ياتيم (2003) الترك: بعنوان تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة الأتراك، وهدفت إلى التعرف لتقدير الذات لدى طلاب الجامعة الاتراك وعلاقته بالرضا عن الحياة وقد تكونت عينة الدراسة من 696 طالبا من طلاب جامعة الاتراك وقد طبق عليها عدد من أدوات القياس النفسي وهي: مقياس للإدراك الفردي والجماعي شكل قصير للمقياس ترجمة تركية وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا بالرضا عن الحياة لدى جميع أفراد العينة من الذكور والإناث من الطلاب الجامعيين والاكاديميين معا.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح لنا من خلال الدراسات السابقة تعددت أهداف الدراسات باختلاف متغيرات التي تناولتها هذه الدراسات بحيث كانت بعض هذه الدراسات التعرف عن الرضا عن الحياة وعلاقته بالمتغيرات النفسية الأخرى كدراسة عبد الوهاب التي تربط بين المساندة الوالدية والرضا عن الحياة بينما هدفت دراسة تاكاهاشي 2011 إلى التعرف بين الدعم الاجتماعي والرضا عن الحياة ودراسة ياتيم 2003 التي تربط بين تقدير الذات والرضا عن الحياة حيث تشابهت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في متغير الرضا عن الحياة كذا في دراسة الفروق بين الجنسين ومن حيث العينة اختلفت الدراسات السابقة في نوع العينة ومنها ما

تشابه مع دراستنا الحالية حيث طبقت على عينة من المراهقين من الجنسين كدراسة عبد الوهاب 2007 ومن حيث الأدوات تناولت معظم الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة أدوات من إعداد الباحثين كمقياس الرضا عن الحياة من إعداد الدسوقي 1991 وإعداد دينر وزملائه بحيث تنوعت المقاييس في الدراسات السابقة كمقياس التفاؤل وتعزيز الذات.

الفصل الثاني

التفاؤل والتشاؤم

تمهيد.

- مفهوم التفاؤل و التشاؤم .
- أنواع التفاؤل و التشاؤم .
- العوامل المؤثرة في التفاؤل و التشاؤم.
- النظريات المفسرة للتفاؤل و التشاؤم.

خلاصة

تمهيد:

تتعدد المعاني التي يلحقها المتخصصون وغير المتخصصين بمفهومي التفاؤل والتشاؤم، فقد يعتقد معظم الناس بأن التفاؤل والتشاؤم يتضمنان توقعاتهم المستقبلية للأحداث، ويعتمد ذلك ويرتبط به إن الناظر إلى الأحداث الراهنة يتفاءل إذا كانت الأحداث سعيدة ويتشاءم إذا كانت الأحداث تعيسة.

حيث دلت دراسات كثيرة على أن التفاؤل له دور كبير ومهم في الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق الأهداف على عكس التشاؤم الذي يقف حاجزا أمام كل خطوة يرسمها الإنسان محاولا بلوغها.

وهذا ما سنتطرق إليه في جزئنا هذا، إلى تعريف كل من التفاؤل والتشاؤم لغة واصطلاحا، وبعض أنواع التفاؤل والتشاؤم (التفاؤل غير الواقعي، المقارن، التشاؤم غير الواقعي والدفاعي) وعن بعض العوامل المؤثرة فيهما كالعوامل الاجتماعية، البيولوجية، الصحة، وبعدها نعرج إلى النظريات المفسرة لهما.

1-مفهوم التفاؤل والتشاؤم:

1-1-لغة:

• **التفاؤل:** يقال فأل بالشيء جعله يتفاءل الإفتئال، بالشيء التيمن به والفأل أي فعل يستبشر به (أنيس وآخرون، 1972، ص. 72).

إفتأل ضد تطير الفأل ضد الطيرة، كأن يسمع كلاما فيتيمن به.

• **التشاؤم:** ذكر في معجم الوسيط شأمهم شأما جر عليهم الشؤم، يقال شأم عليه شؤما فهو مشؤوم، وتشاؤم تطير به وعده شؤما والشؤم الشر، والمتشائم المتطير ومن سيء الظن بالحياة (أنيس وآخرون، 1972، ص. 73).

تشاؤم به ضد تيمن به والشؤم ضد البركة والسود من الإبل وطائر أشأم أي جار للشؤم.

1-2-اصطلاحا:

• **التفاؤل:**

- بدر الأنصاري: "نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر الأشياء الإيجابية ويستبعد ما عدا ذلك (الأنصاري، 1998، ص. 15).

- أحمد عبد الخالق: "نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير (الخالق، 2000، ص. 1).

- شايير كارفر: "الإقبال على الحياة بإيجابية والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات مستقبلا، وبأنه استعداد لتوقع حدوث الأشياء الجيدة والإيجابية ويعتقد المتفائل أن المستقبل يخبئ له النتائج.

• **التشاؤم:**

- بدر الأنصاري: "توقع سلبي للأحداث القادمة تجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ويستبعد ما عداه (الأنصاري، 1998، ص. 16).

– أحمد عبد الخالق: "يعرفه بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ وتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل (الخالق، 2000، ص. 1).

– شايير كارفر: "نزعة لدى الأفراد للتوقع السلبي للأحداث المستقبلية.

2-أنواع التفاؤل والتشاؤم:

للتفاؤل والتشاؤم أنواع عدة تتمثل في:

2-1-التفاؤل غير الواقعي:

يحدث عندما تنخفض لدى الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة كما لا يحدث فقط عندما يقلل الأفراد من احتمالات حدوث الأسوأ (الأنصاري، 1998، ص. 23).

2-2-التفاؤل المقارن:

هو نزعة داخلية عند الفرد تجعله يتوقع حدوث الأشياء الإيجابية لنفسه أكثر من حدوثها للآخرين، ويتوقع حدوث الأشياء السلبية للآخرين أكثر من حدوثها له.

2-3-التشاؤم غير الواقعي:

هو أن يواجه كل فرد خطرا في أن يصبح ضحية حادث أو مرض غير قابل للشفاء أو ضغوطات.

فالتشاؤم غير الواقعي يلعب دور المشجع الذي يدفع بالأفراد إلى البحث عن الطرق والسبل التي من خلالها أو بها يمكن التخلص من خطر تلك الكارثة أو ذلك الحادث الذي سوف يحدث.

2-4-التشاؤم الدفاعي:

يشير إلى نزعة لدى الأفراد إلى التوقع السيئ للأحداث المستقبلية حيث يتخذون دائما موقف الشخص المدافع عن التشاؤم بشكل عام ومن ثم يعتبرون التشاؤم منهجا ومنهاجا لسلوكهم بوجه عام (ميخائيل، ص. 18).

3-العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم:

3-1-العوامل البيولوجية:

تتضمن هذه العوامل المحددات الوراثية والاستعدادات الموروثة، وهذه المحددات لها دور في التفاؤل والتشاؤم فقد كشفت دراسات قام بها بلومين وآخرون 2003، على عينة تكونت من 500 من التوائم المتطابقة والغير متطابقة أن الوراثة تلعب دورا مهما في التفاؤل والتشاؤم بنسبة 25% (الأنصاري، 1998، ص. 21).

3-2-العوامل الاجتماعية:

تشمل العوامل الاجتماعية التنشئة الاجتماعية التي يتطبع بها الفرد وتساعده على اكتساب اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة في مجتمعه، ومن المتوقع أن تكون العوامل لها الدور الكبير في التفاؤل والتشاؤم (الأنصاري، 1998، ص. 21).

3-3-مستوى التدين:

يميل المتدينين إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلا من غير المتدينين فقد يكون نقص التدين عاملا مساهما في التشاؤم.

3-4-وسائل الإعلام:

لها تأثير بالغ في تشكيل وجدانيات الأفراد وصبغتها بالتفاؤل أو التشاؤم حسب ما توجهه إليهم من أفكار ونفحات وجدانية.

3-5-الصحة:

حيث أن تفاؤل أو تشاؤم الشخص يؤثر على حياته، حيث أن الإنسان المتفائل يكون خاليا من القلق والتوتر والاكتئاب وهذا ما يساعده على اكتساب صحة سليمة ذات طابع إيجابي (حمدان، 1999، ص. 71).

4-النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم:

قدمت تفسيرات عديدة للتفاؤل والتشاؤم منها:

4-1-نظرية التحليل النفسي:

يرى فريود هنا أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، ويعتبر فردا متفائلا إذا لم يقع في حياته حادث يجعل نشوء العقدة النفسية لديه أمرا ممكنا، ولو حدث العكس سيتحول إلى متشائم (الأنصاري، 1998 ص. 16).

كما وجد أن منشأ التفاؤل والتشاؤم من المرحلة الفمية وذكر أن هناك سمات أو أنماط شخصية قيمية مرتبطة بتلك المرحلة ناتجة عن عملية التثبيت في هذه المرحلة والتي ترجع حسبه إلى التدليل والإفراط في الإشباع وإلى الإحباط والعدوان (العيسوي، 1998، ص. 23).

ويتفق "أريكسون" مع "فرويد" في أن المرحلة الفمية الحسية قد تشكل دلى الرضيع الإحساس بالثقة أو عدمها، والذي بدوره يظل المصدر الذاتي لكل من الأمل والتفاؤل أو اليأس والتشاؤم خلال بقية الحياة (العيسوي، 1998، ص. 23).

4-2-النظرية السلوكية:

يرى السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم كغيرهم من السلوكات يمكن تعلمه من خلال الافتراض أن على أساس الفعل المنعكس الشرطي وبحكم اعتبار أن التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات الشرطية المكتسبة.

فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيء لشخص ما وتكرار هذا المثير قد يؤدي إلى التشاؤم، في حين أن ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عن الشخص الآخر (محمد حسين،2011، ص 53).

4-3-النظرية المعرفية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن اللغة والتذكر والتفكير تكون إيجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين، إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الدالة على الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء كانت في الكتابة أو في الكلام فهم يتذكرون الإيجابية قبل السلبية (اليحفوني، 2002، ص. 132).

كما ركزت هذه الأخيرة على إعادة هيكلة نموذج العجز المتعلم والذي قام به Sligmanetal الذي اهتم بأسلوب الإغراءات التي يؤديها أو يسلكها الناس اتجاه أحداث الحياة السلبية التي تشتمل على أسباب خاصة بالذات وهو متغير معرفي للشخص يعكس الاتجاه الذي يسلكه لتفسير الأحداث السيئة، وأطلق على هذا المفهوم الجديد أسلوب التفسير التشاؤمي والذي يؤدي إلى محصلات نفسية سلبية، وقد حدد ثلاثة أبعاد لأسلوب التفسير التشاؤمي وهي:

أ-التفسير الداخلي:

ويشير إلى الذات وهي في الحالة احتمال فقدان تقدير الذات، يكون غالبا بعد التعرض لأحداث خارجية سيئة.

ب-التفسير الثابت:

ويشير إلى اقتناع الفرد بأن الأسباب ستظل ثابتة دائما ومستديمة، وهذا التوجه في التفسير يولد لدى الفرد صعوبات مزمنة في حالة حدوث الأحداث السيئة.

ج-التفسير الشامل:

يعود إلى تعميم أثر الأحداث، وهذا التفسير يؤدي بالفرد إلى الاعتقاد بأن الحدث السيئ الذي يتعرض إليه سيؤدي إلى حدوث مشكلات كثيرة.

والمتفائل وفقا لهذا التفسير يصف الأحداث السلبية على أنها عابرة وزائلة، وأما المتشائم فهو يصف الأحداث والخبرات غير السارة أنها ثابتة ولا تتغير (حمدان، 1999، ص. 16)

خلاصة:

من خلال ما سبق ذكره وجدنا أن التفاؤل والتشاؤم يكون تأثيرهما على سلوك الإنسان بطريقة عكسية، حيث يسيطر على سلوك الفرد أحيانا نزعة إلى توقع الخير والسرور وتوصف هنا بالتفاؤل، في حين تغلب عليه أحيانا أخرى نزعة إلى توقع الشر وسوء الطالع وتوصف هنا بالتشاؤم.

كما تطرقنا إلى أنواع التفاؤل والتشاؤم، وبعدها عرجنا إلى العوامل المؤثرة في كل من التفاؤل والتشاؤم ختاما بالنظريات المفسرة لهما، حيث تختلف هذه النظريات في تفسيراتها لكل من التفاؤل والتشاؤم.

الفصل الثالث

الرضا عن الحياة

تمهيد.

- مفهوم الرضا عن الحياة.
- محددات الشعور بالرضا عن الحياة.
- العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة.
- النظريات المفسرة للرضا عن الحياة.

خلاصة.

تمهيد:

يعد مفهوم الرضا عن الحياة من المصطلحات الإيجابية في علم النفس، كما نجد أنه لديها صلة وثيقة ببعض المصطلحات كالسعادة –**ومعنى ونوعية الحياة فالرضا عن الحياة يدل على قناعة الفرد بما يعيشه**–والإحساس بالهناء واللذة والسرور، فالرضا عن الحياة هو تقدير عام لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد اعتمادا على حكمه الشخصي المبني على معايير انتقاها بناء على الجوانب المعرفية وتحقيقها لتطلعاته المستقبلية.

1-مفهوم الرضا عن الحياة:

• يُعرف الرضا عن الحياة هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنفسه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته (الدسوقي، 1998، ص. 162).

• كما يعرفه الديب: "هو تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي الذي يحيط به، فهو متوافق مع ربه وذاته وأسرته وسعيد في عمله متقبل لأصدقائه وزملائه، راض عن إنجازاته الماضية، متفائل بما ينتظره من مستقبل على بيئته فهو صاحب القرار، قادر على تحقيق أهدافه" (الديب، 1988، ص. 45).

• ويعرفه كذلك عبد الخالق: "الرضا عن الحياة هو التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتمادا على حكمه الشخصي" (عبد الخالق، 2008، ص. 121).

• كما يعرفه فيرانس (Ferrans): "الرضا عن الحياة هو تقييم كلي للحياة على أساس التوافق بين الأهداف و الإنجازات الشخصية (Jvanita, Walsh, 2005,P102).

- التعريف الإجرائي للرضا:

هو أن يكون الفرد راضيا عن حياته ومتوافقا فيها.

2-محددات الشعور بالرضا عن الحياة:

يختلف الناس في درجة تقديرهم لمدى رضاهم عن الحياة، ويمكن تفسير هذا الاختلاف في الشعور بعدة أسس وعوامل منها:

1-تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا:

بدون شك أن ظروف الحياة تؤثر على الشعور بالرضا، فالأشخاص المستقرون في زواجهم ولديهم عمل مشوق وصحة 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 (شقورة، 2012، ص. 39).

2-2-خبرة الأحداث السارة:

يتأثر الشعور بالرضا بخبرة الأحداث السارة والتي تولد مشاعر إيجابية، وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية حسنة يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل.

2-3-الطموح والانجاز:

عندما تقترب الطموحات من الإنجازات ويكون أقل عندما تبتعد عنها، وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية (شقورة، 2012، ص. 41).

2-4-المقارنة مع الآخرين:

لكي تحدد ما إذا كان الفرد قصيرا أم طويلا لابد من عقد مقارنات مع الآخرين، وتعتمد كيفية إصدار الناس للأحكام أو التقديرات على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه، ويحتمل أن تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة من الآخرين، بينما يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة (أرجايل، 1993، ص. 26).

3-العوامل المساعدة على تحقيق الرضا عن الحياة:

حددها فلانجان وفق مراحل عمرية مختلفة بعد دراسة تتبعية أجراها على عينة عمرية مختلفة من الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين 30 إلى 70 عاما كالتالي:

1 – الأوضاع المريحة مثل مسكن جيد، غذاء، دخل، ...

2 – الصحة الجسدية وتشمل الخلو من التوتر والقلق والأمراض الأخرى.

3 – العلاقات الاجتماعية والتواصل.

4 – الجو الأسري.

5 – وجود شريك في الحياة.

6– المشاركة في الأنشطة الترويحية (المالكي، 2011، ص. 53).

واتفق الدسوقي وأحمد على أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل فيما يلي:

أ-السعادة:

مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعور بالرضا والارتياح من الظروف الحياتية.

ب-الاستقرار النفسي:

ويتمثل بالرضا عن النفس والشعور بالبهجة والتفاؤل اتجاه المستقبل.

ج-التقرير الاجتماعي:

يتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته والإعجاب تجاه سلوكه الاجتماعي.

د-القناعة:

وتعبر عن رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه، واقتناعه بمستوى حياته التي يعيشها.

هـ-الرضا عن الظروف التي الاجتماعية:

وهي وصف لسلوك الفرد بالتسامح والمرح، وميله إلى الضحك وتبادل الدعاية وتقبل الآخرين.

و-الطمأنينة:

وتعني استقرار الفرد الانفعالي والنوم الهادئ والمسترخي، والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل الآخرين وانتقاداتهم (الدسوقي، 1998، ص. 104).

أما تفاحة، فيرى أن أباد الرضا عن الحياة تتمثل في ستة أبعاد أساسية ذكرها كما يلي:

أ-التفاعل الاجتماعي:

قدرة الفرد على التفاعل والاندماج الاتصال مع الآخرين وأن يؤثر فيهم ويتأثر بهم، وأن يدرك أنهم مصدر ثقة وانتماء.

ب-القناعة:

وهي رضا الفرد بما يقدم إليه من مساعدة أو عون، وقبول ذاته والمحيطين به.

ج-التفاؤل:

توقعات الفرد الإيجابية نحو مستقبل حياته والاستبشار والأمل في أن العسر يليه اليسر.

د-الثبات الانفعالي:

التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النفسي مع القدرة على ضبط النفس، واستقرار الحالة المزاجية والاعتدال في إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية.

هـ-التقدير الاجتماعي:

هو شعور الفرد بالتقبل والحب والاعتراف به والسماح له بالمشاركة في وضع القرارات وحرية التعبير عن الرأي والثناء على ما قدمه وما يفعله.

و-الحماية:

إدراك الفرد لحجم الرعاية التي تقدم إليه، والإحساس بالأمن وعدم الخوف والعجز وتلبية احتياجاته ومتطلباته وتحقيق حدة القلق التي قد يتعرض إليها، والمساندة والمساواة وقت الشدائد والأزمات (تفاحة، 2009، ص. 276).

أما عبد المنعم فقد حدد للرضا عن الحياة أربعة أبعاد أساسية تتمثل في:

أ-السعادة:

والسعادة تتطلب الرضا الشامل عن الحياة.

ب-التدين:

الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه.

ج-تقبل الحياة:

قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته والآخرين.

د-نوعية الحياة:

مفهوم شامل يضم العديد من جوانب الحياة كما يدركها الفرد، ويتسع ليشمل النواحي المادية للحاجات الأساسية أو الإشباع المعنوي للفرد (عبد المنعم، 2010، ص. 750-751).

4-النظريات المفسرة للرضا عن الحياة:

تتعدد النظريات وتختلف في تفسيرها لمصطلح الرضا عن الحياة، وفيما يلي نتناول أهم هذه النظريات:

4-1-نظرية التكيف أو التعود:

تتلخص هذه النظرية في فرضية أن الأفراد يتصرفون بشكل مختلف تجاه الأحداث الجديدة التي تمر عليهم في حياتهم وذلك اعتمادا على نمط شخصياتهم وردود أفعالهم وأهدافهم في الحياة، ولكن نتيجة التعود والتأقلم مع الأحداث ومع مرور الوقت فإنهم يعودون إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل وقوع الأحداث بما أن الأفراد المختلفون لا يتكيفون بنفس الطريقة أو بشكل مطلق مع الأحداث والظروف المحيطة بهم (شقورة، 2012، ص. 33).

4-2-نظرية القيم والمعاني والأهداف:

يشعر الأفراد بالرضا عندما يحققون أهدافهم، ويختلف الشعور بالرضا باختلاف أهداف الأفراد ودرجة أهمية تلك الأهداف بالنسبة لهم حسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون بها، وتبين دراسة أوستين وأترون (1999) أن الأفراد يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم، وينجحون في تحقيقها ويتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين يدركون حقيقة أهدافهم أو الذين تتعارض أهدافهم مما يؤدي إلى الفشل في تحقيقها والشعور بعدم الرضا.

ويعتمد تحقيق الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولوية هذه الأهداف (شقورة، 2012، ص. 33).

4-3-نظرية التقييم الجوهري للذات:

يرى جيدقو (1997) أن التقسيم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة، هو الذي ينتج الشعور الهانئ بالرضا عن ذات المجال، الخاص في الحياة (كالعمل أو الأسرة) ومن يتسبب في الشعور العام بالرضا عن الحياة.

وقد أثبتت الدراسات أن الرضا عن مجالات هامة في الحياة مثل الأسرة أو العمل والصحة تفسر حوالي 50% من التباين في الرضا العام عن الحياة أما 50% الباقية فتفسرها الفروق الفردية، والتجريبية.

ويعرف جيدقو التقييم الجوهري للذات على أنه مجموع الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الأفراد عن ذواتهم وقدراتهم حيث حدد أربعة مِحكّات معيارية لتحديد العوامل الممثلة للتقييم الجوهري للذات وهي:

- مرجعية الذات
- السمات السطحية
- اتساع الرؤية وشمول المنظور(شقورة، 2012، ص. 33)

خلاصة:

يتمثل الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد لذاته ونحو أسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، ويكون متوافق مع نفسه ومع المحيطين به، ويشعر بقيمته قادرا على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر على سعادته وقناعتها بحياته وما فيها.

الجانب الميداني

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

- منهج الدراسة
- مجتمع وعينة الدراسة
- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية

خلاصة

تمهيد:

بعد أن تطرقنا للجانب النظري و توضحت معالمه يأتي الجانب التطبيقي الذي له الاتصال الكبير بالجانب النظري والأهمية الكبرى، إذ لا يمكننا التوصل إلى نتائج أو حلول للمشكلة المتطرق إليها إلا بعد الدراسة الميدانية، وللسير الحسن لهذا الجانب الميداني والتطبيقي لابد من الاستعانة ببعض الأساليب المنهجية ، التي تبين لنا الطريق السوي لهذا الجانب من خلال تحديد المنهج المتبع في الدراسة ، إضافة للأدوات المستخدمة في جمع البيانات وتحديد العينة و إجراءات تطبيق الدراسة ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج .

1-منهج الدراسة:

بما أن هدفنا من الدراسة هو الوصول إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة ومدى تأثير بعض المتغيرات الأخرى فإن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي والذي يهتم بوصف وتحليل الظاهرة عن طريق التعبير عنها ويعتمد في ذلك على تحليل المعطيات والنتائج المتوصل إليها في فحص الفرضيات بأسلوب علمي وإذ يعرف بأنه دراسة ظاهرة أو واقع كما هو موجود دون تدخل متعمد فيها.

فهو موجود عن طريق وصف الظاهرة وصفا كيفيا وكميا وكما يرتبط بدراسة أحداث ومواقف وتفسيرها من أجل الوصول إلى نتائج هذه الاستنتاجات. (عمار بوحوش ومحمد ذنيبات، 2001، ص:139).

2-مجتمع وعينة الدراسة.

قمنا برصد المجتمع المتمثل في العينة والمتمثلة في المراهقين المعاقين سمعيا (الصم) المتواجدين بمركز ثامر مبروك وغير المتواجدين بالمركز بمدينة المسيلة ، وشملت 36 مراهق معاق سمعيا (أصم) حيث تم سحبها بطريقة قصدية من المراهقين المعاقين سمعيا من الموجودين بالمركز وغير المتواجدين وقد اخترنا متغيرين آخرين افترضنا علاقتهما بمتغير الدراسة وهما : الجنس والسن.

وسنوضح في الجدولين التاليين توزيع العينة حسب متغير الجنس والسن:

الجدول رقم (01) يوضح خصائص العينة حسب متغير الجنس:

الجنس	عدد الأفراد	النسبة المئوية
ذكور	**19**	**%52.77**
إناث	**17**	**%47.22**
المجموع	**36**	**%100**

من خلال الجدول رقم **(01)** نلاحظ أن الذكور أقل من الإناث، حيث بلغ عددهم 19 بنسبة 77,52 وبلغ عدد الإناث 17 بنسبة 47.22.

الجدول رقم (02) يوضح خصائص العينة حسب متغير السن:

السن	عدد الافراد	النسبة المئوية
من 13الى 15	15	77,41
من 16الى 18	21	33,58
المجموع	36	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالا 36فردا، نلاحظ ان15فرد يمثلون الأفراد الذين أعمارهم من 13الى 15بنسبة بلغت 77,41%أما الذين تتراوح أعمارهم ما بين من 16 إلى 18فقد بلغ عددهم 21 فردا بنسبة قدرت ب: 33,58%.

3-حدود الدراسة:

3-1-الحدود المكانية: تم إجراء هذه الدراسة بمركز الأطفال المعاقين بصريا ثامر مبروك.

3-2-الحدود الزمنية: شرعنا في إجراء هده الدراسة من بداية شهر أفريل إلى منتصف شهر ماي للدراسة الجامعية 2018/2017.

4 -أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

اعتمدنا في هذه الدراسة على المقياسين التاليين:

4-1 القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم:

عبارة عن قائمة تم بناؤها من طرف "**أحمد عبد الخالق** "**(1996)** يتكون مقياسين فرعيين للتفاؤل والآخر للتشاؤم (15) بند لكل مقياس فرعي يشمل على 5 بدائل للإجابة لا، قليلا، متوسط، كثيرا، **كثيرا** جدا حيث تعطى صياغة إيجابية للبدائل:

لا← 1درجة

قليلا← 2درجة

متوسط← 3درجة

كثيرا← 4درجة

كثيرا← 5درجة

4-2 مقياس الرضا عن الحياة:

تم بناؤها من طرف "**مجدي الدسوقي**"**(1998)** يتكون من 30 فقرة صيغت بطريقة ايجابية، يشتمل على 5 بدائل للإجابة تنطبق تماما، تنطبق، بين وبين، لا تنطبق، لا تنطبق أبدا حيث تعطى صياغة إيجابية كالتالي:

تنطبق تماما← 5

تنطبق← 4

بين وبين← 3

لا تنطبق← 2

لا تنطبق ابدا ← 1

4-3 الخصائص السيكو مترية لأدوات القياس:

يعتبر الصدق والثبات من الخصائص الأساسية التي تمنح للأداة القدرة على قياس الظاهرة الدراسة فيما يلي عرض لطرق حساب صدق وثبات الأدوات المستخدمة.

أ-الصدق:

القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم:

صدق الاتساق الداخلي:

صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التفاؤل:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح نتائج حساب معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس:

الجدول رقم (03): معاملات الارتباط بين درجة العبارة و والدرجة الكلية للمقياس التفاؤل.

رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الإحصائية
01	**0,780****	**دال**
02	**0,870****	**دال**
03	**0,819****	**دال**
04	**0,842****	**دال**
05	**0,548***	**دال**
06	**0,735****	**دال**
07	**0,648****	**دال**
08	**0,568***	**دال**
09	**0,735****	**دال**
10	**0,612****	**دال**
11	**0,548***	**دال**
12	**0,810****	**دال**
13	**0,639****	**دال**
14	**0,801****	**دال**
15	**0,648****	**دال**

قيمة rالجدولية: 0.661 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية 12 // قيمة rالجدولية: 0.532 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 12.

من خلال الجدول رقم (03) نجد معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس التفاؤل والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا، حيث قيمة r المحسوبة أكبر من قيمة r الجدولية ومنه تعتبر عبارات المقياس صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التشاؤم:

الجدول التالي يوضح معاملات الارتباط، بين كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس.

الجدول رقم (04): معاملات الارتباط، بين درجة العبارة، والدرجة الكلية للمقياس التشاؤم.

رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الإحصائية
01	**0,896****	**دال**
02	**0,869****	**دال**
03	**0,866****	**دال**
04	**0,916****	**دال**
05	**0,866****	**دال**
06	**0,603****	**دال**
07	**0,596****	**دال**
08	**0.532****	**دال**
09	**0,591****	**دال**
10	**0,621**	**دال**
11	**0,512****	**دال**
12	**0,612****	**دال**
13	**0,899****	**دال**
14	**0,621****	**دال**
15	**0,721****	**دال**
**Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)		

قيمة r الجدولية: 0.661 عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة حرية 12// قيمة r الجدولية: 0.532 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 12.

من خلال الجدول رقم (04) نجد معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس التشاؤم والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا، حيث قيمة r المحسوبة أكبر من قيمة r الجدولية ومنه تعتبر عبارات المقياس صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

مقياس الرضا عن الحياة:

صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الرضا: تم حساب صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح نتائج حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات والدرجة الكلية للمقياس

الجدول رقم (05): معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لمقياس الرضا.

رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الإحصائية
01	0,757**	دال
02	0,868**	دال
03	0,808**	دال
04	0,733**	دال
05	0,676**	دال
06	0,543*	دال
07	0,679**	دال
08	0,678**	دال
09	0,899**	دال
10	0,841**	دال
11	0,834**	دال
12	0,698**	دال
13	0,699**	دال
14	0,807**	دال
15	0,757**	دال
16	0,617**	دال
17	0,862**	دال
18	0,833**	دال
19	0,841**	دال

20	0,834**	دال
21	0,698**	دال
22	0,699**	دال
23	0,841**	دال
24	0,612**	دال
25	0,548*	دال
26	0,810**	دال
27	0,621**	دال
28	0,509**	دال
29	0,635**	دال
30	0,542**	دال

r الجدولية: 0.532 عند مستوى الدلالة 0.05. ودرجة حرية 12

من خلال الجدول رقم (05) نجد أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس الرضا والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا، حيث قيمة r المحسوبة أكبر من قيمة r الجدولية ومنه تعتبر عبارات المقياس صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

ب-الثبات:

يقصد بثبات المقياس؛ أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع المقاييس أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات المقياس؛ يعني الاستقرار في نتائج المقياس، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات مقياس الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ، والجدول رقم (06) يمثل معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس.

جدول رقم (06): قيمة معامل Cronbach's Alpha

البـــعـــــد	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المقياس الفرعي للتفاؤل	0,725	30
المقياس لفرعي للتشاؤم	0,898	15
مقياس الرضا عن الحياة	0,860	15

من خلال نتائج حساب معامل الفا كرومباخ يتضح لنا ان القيم جاءت مرتفعة دالة مما يعكس هذا ان المقاييس الثلاثة المطبقة بالدراسة تتمتع بمعامل ثبات يطمئن على استخدامها

خلاصة:

تعد إجراءات الدراسة الميدانية، والخطوات المنهجية المتبعة، الركيزة الأساسية لأي بحث علمي للوصول إلى نتائج هادفة وحقائق علمية، تثبت قيمة أي بحث علمي، وقد جاء هذا الفصل إلى ضبط مجال ومنهجية البحث.

الفصل الخامس

- تمهيد
- عرض وتحليل النتائج
- مناقشة وتفسير النتائج
- خاتمة.
- الاقتراحات.

تمهيد:

في هذا الفصل سيتم عرض النتائج التي تم التوصل إليها كما تم تحليلها ومناقشتها تبعا لفرضيات الدراسة كما يلي:

1-عرض النتائج:

عرض نتائج الفرضية الأولى:

التي تنص على انه: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم " ولمعالجة هذه الفرضية إحصائيا تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على المقياسين الفرعيين للتفاؤل ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (07): يمثل معامل الارتباط بين التفاؤل والرضا عن الحياة.

البيان	معامل الارتباط	العينة	مستوي الدلالة	دالة عند مستوي الدلالة 0.01
بين التفاؤل والرضا	0.680	36	0.01	دالة

من خلال الجدول رقم. (07) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" بين التفاؤل والرضا جاءت بـ 0.680 وهي دالة احصائيا عند مستوي دلالة 0.01 وهذا يدل على انه توجد علاقة ارتباطية قوية طردية بين التفاؤل والرضا وهذا يعني أن كلما زاد التفاؤل كلما زاد الرضا عن الحياة.

عرض نتائج الفرضية الثانية

التي تنصت على انه: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم " ولمعالجة هذه الفرضية إحصائيا تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على المقياسين الفرعيين للتشاؤم ودرجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يمثل معامل الارتباط بين التشاؤم والرضا عن الحياة.

البيان	معامل الارتباط	العينة	مستوي الدلالة	دالة عند مستوي الدلالة
التشاؤم والرضا	-0.396	36	0.01	غير دالة

من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" بين التشاؤم والرضا جاءت بـ- 0.396 وهي غير دالة احصائيا عند دلالة 0.01 وهذا يدل على انه توجد علاقة ارتباطية عكسية سالبة بين التشاؤم والرضا أي أنه كلما قل التشاؤم زاد الرضا عن الحياة.

ملاحظة: قبل التطرق لحساب الفروق في متغيرات الدراسة حسب كل من متغير الجنس والسن. تجدر الإشارة إلى ضرورة حساب اعتدالية التوزيع بهدف معرفة الأسلوب الإحصائي المناسب لحساب الفروق وذلك عن طريق حساب معامل اختبار التوزيع الطبيعي (Kolmogorov-Smirnov).

جدول رقم(09): (Kolmogorov-Smirnov)

المقاييس	القيمة الإحصائية	مستوى الدلالة sig
المقياس الفرعي للتفاؤل	0,086	0,099
المقياس الفرعي للتشاؤم	0,134	0,067
مقياس الرضا عن الحياة	0,142	0,087

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا ان عينة الدراسة تتمتع بالاعتدالية ومنه لحساب الفروق نستخدم الأسلوب الاحصائي T

3/1 عرض نتائج الفرضية الثالثة:

التي تنص على انه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير الجنس ولاختبار هذه الفرضية تم الاعتماد على المعالجة الإحصائية بحساب اختبار T بين الجنسين. والنتائج المحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (10) الفروق في التفاؤل حسب متغير الجنس

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	sig
ذكر	19	3,2842	0,63629	-1.635	34	غير دالة
أنثى	17	3,6275	0,62017			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث3.62 بلغت قيمة ت 1.635-وهي غير دالة عند مستوي دلالة 0.01 فانه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف الجنس.

4/1 عرض نتائج الفرضية الرابعة:

التي تنص على انه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير الجنس. **ولاختبار** هذه الفرضية تم الاعتماد على المعالجة الإحصائية بحساب اختبار ت بين الجنسين. والنتائج المحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (11) الفروق في التشاؤم حسب متغير الجنس

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	sig
ذكر	19	3,3368	0,96876	-	34	غير دالة
انثى	17	3,2784	0,87535	0.189		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث 3.62 بلغت قيمة ت -0,189

وهي غير دالة عند مستوي دلالة 0.01 فانه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف الجنس.

5/1عرض نتائج الفرضية الخامسة:

التي تنص على انه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية لرضا عن الحياة لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير الجنس **ولاختبار** هذه الفرضية تم الاعتماد على المعالجة الإحصائية بحساب اختبار ت بين الجنسين. والنتائج المحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (12). الفروق في الرضا عن الحياة حسب متغير الجنس

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	sig
ذكر	19	2,2386	0,73310	-	34	غير دالة
أنثى	17	2,3216	0,61066	0.366		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث 3.62 بلغت قيمة ت -0,366 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة0,01 فانه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف الجنس.

6/1 عرض نتائج الفرضية السادسة :

التي تنص على انه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير الجنس .**ولحساب الفروق في التفاؤل لدى المراهق الاصم حسب متغير السن** تم حساب اختبار ت لعينتين مستقلتين ونتائج المعالجة الاحصائية في الجدول التالي :

جدول رقم(13) يوضح الفروق في التفاؤل حسب متغير السن

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	sig
من 15الى16	15	3,3711	0.60051	- 0.587	34	غير دالة
من 16الى18	21	3,5000	0.68207			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث 3.62 بلغت قيمة-0,587وهي غير دالة عند مستوي دلالة 0,01 فانه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف السن.

7/1 عرض نتائج الفرضية السابعة:

التي تنص على انه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير السن ولحساب الفروق في التشاؤم لدى المراهق الاصم حسب متغير السن تم حساب اختبار ت لفئتين مستقلتين ونتائج المعالجة الاحصائية في الجدول التالي:

جدول رقم (14) يوضح الفروق في التشاؤم حسب متغير السن

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig
من 15الى16	15	3.2400	0.92059	-	34	غير دالة
من 16الى 18	21	3.3587	092724	0.380		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث 3.62 بلغت قيمة ت –0,380 وهي غير دالة عند مستوي دلالة 0,01 فانه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف السن.

8/1 عرض نتائج الفرضية الثامنة:

التي تنص على انه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير السن **ولحساب الفروق في الرضا عن الحياة حسب متغير السن تم حساب اختبار T لعينتين مستقلتين ونتائج المعالجة الاحصائية** في الجدول التالي:

جدول رقم (15) يوضح نتائج الفروق في الرضا عن الحياة حسب متغير السن

	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig
من 15 إلى 16سنة	15	2.2356	0.68631	-0.316	34	غير دالة
من 16 إلى 18 سنة	21	2.3079	0.67313			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ ان متوسط الحسابي الذكور بلغ 3.28 بينما المتوسط الحسابي للإناث 3.62 بلغت قيمة-0,316وهي غير دالة عند مستوي دلالة 0,01فانه لا تختلف سمة الرضا عن الحياة باختلاف السن.

2-تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

2-1 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه " توجد علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم "حيث جاءت النتائج تقر بوجود علاقة قوية طردية بين المتغيرين فكلما زاد التفاؤل زاد الرضا عن الحياة

ويمكن تفسير ذلك بأن المراهق الأصم متفائلا مقبل على الحياة لديه مشاعر قوية بالبهجة فهو ينظر إلى المستقبل أنه سيكون مشرقا، حيث يضح في اعتباره احتمالات النجاح، وبأنه يستطيع تحقيق أهدافه، وهذا راجع لتأثره بعوامل عديدة منها، التنشئة الاجتماعية، وبالضبط أسلوب التربية الذي خضع له في مراحل نموه السابقة، فالأبناء عادة ما يتعاملون من آبائهم وأمهاتهم، والوسط الأسري الذي يحيون ويكونون متفائلين، حيث بين " **كافر وشير**" أن الفرد الذي سيتم بالاستعداد أو النزعة التفاؤلية غالبا يمتلك وسائل للتفاعل مع الموقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، فالفرد الذي لديه ثقة بقدراته على تحقيق الهدف فإنه لا يتوانى في بذل الجهد تجاه ذلك الهدف على نحو مماثل.

ومن جهة أخرى لا ننفي دور المحيط الخارجي، والاجتماعي الكبير الذي يأخذ منه المراهق خبراته الحياتية المختلفة من الزملاء وأصدقاء وأساتذة وأقارب وجيران وكل من تجمعه بهم علاقات مهما كانت درجة عمقها فمن كل هؤلاء يكتسب المراهق وينمي ويصقل مهاراته، ويصبح أكثر تفاؤلا، ودور ذلك في إكسابه العديد من المعلومات، والمهارات التي تجعله يتميز عن غيره وتمكنه إلى حد كبير من فهم نفسه وفهم محيطه، وانتقاء أفضل الأساليب لمعاملة من حوله ومجابهة ما يتعرض له من صعاب، وبالتالي يحقق مستويات

عالية من التخطيط للحياة، والاكتشاف، والثقة في اتخاذ القرار، والنظرة الإيجابية للحياة، وبالتالي يكون راضه عن حياته،

وتم ذكر ذلك في الجانب النظري على أن التفاؤل سمة تؤدي بالشخص إلى تبني وجه عام يفضل نحو الحياة ويدعم هذا التوجه تدعيما ايجابيا يدعم السلوك لتوقع الأفضل ، وهذا يتفق مع ما يراه "**أنصار نظرية التكيف والتعود**"، حيث أن الأفراد يتصرفون بشكل مختلف اتجاه الأحداث الجديدة في الحياة، ، وذلك اعتمادا على نمط شخصيتهم، وردود أفعالهم، وأهدافهم بالحياة، ولكن نتيجة التعود والتأقلم مع الحدث وبمرور الوقت بأنهم يعودون إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الأحداث، فاستجابة الأفراد بالفرح أو الحزن هو رد فعل قصير حسب طبيعة الأحداث، وحسبهم فإن الشعور بالسعادة يرتبط بتحقيق الأهداف اللاحقة أو نجاح العلاقة الاجتماعية المقبلة أو حل المشكل، ويرجعون السبب إلى التكيف أو التأقلم مع الأوضاع الجديدة، كما يرتبط الرضا عن الحياة بمشاعر إيجابية كالأمل والتفاؤل، وهذا ما أكدته دراسة "**العنزي**" أن الرضا عن الحياة يرتبط التفاؤل بالثقة بالنفس والجدان الإيجابي من جهة. **(العنزي، 2001، ص351)**

2-2.تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضة على أنه" توجد علاقة بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم". واقرت النتائج على انه توجد علاقة عكسية سالبة بين المتغيرين يعني انه كلما نقص التشاؤم زاد الرضا عن الحياة.

وهذا راجع لطبيعة مكون التشاؤم حيث يعد من الجوانب السلبية التي تؤثر على حياة الأفراد ومن المعروف أن تأثير الأمور السلبية على حياة فوق تأثير الأمور الإيجابية، فشعور المراهق بأنه تعيس، وأن مستقبله مظلما يولد لديه العديد من الانفعالات السلبية الضاغطة، ومن جهة أخرى مرحلة المراهقة وما تحويه من صعوبات وضغوطات التي قد تكون ناجمة عن العديد من العوامل، كالخوف من الفشل، أو الخوف من المستقبل، وصعوبة الاتصال مع الآخرين، ومطالبة الأسرة والمجتمع له بتحقيق النجاح والتفوق، مما يؤدي إلى تركيزه

وحصر اهتماماته على الاحتمالات السلبية للمستقبل وتوقع الفشل، هذا ما يؤدي إلى التشاؤم، وبالتالي يعاني كثيرا من الأفكار والتوقعات السلبية وغير العقلانية لمجريات الأحداث، مما يعرضه لمشاعر الحزن الشديد والقلق، وعدم الرضا عن حياته، حيث يؤكد "**سليجمان**" في هذا السياق بأن أسلوب تفكير الإنسان هو الذي يحدد فيما إذا كان هذا الإنسان متفائلا أو متشائما.**(السهل والعبد الله،2009، ص16).**

وهذا ما توصلت إليه دراسة **احمد عبد الخالق 1998** إلى أن وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين التفاؤل والصحة النفسية والتشاؤم والأعراض الجسمية وقد فسرت هذه النتائج اعتمادا على كون التفاؤل سمة تؤدي بالشخص إلى تبني وجه عام يفضل نحو الحياة ويدعم هذا التوجه تدعيما ايجابيا الصحة الجسمية الجيدة وفي الوقت نفسه فان الصحة النفسية الجيدة تدعم سلوك توقع الأفضل إلى التفاؤل وعكس ذلك يمكن أن يفسر علاقة التشاؤم بالأعراض والشكاوي الجسمية فان المرض المتكرر يمكن أن يقود الفرد إلى توقع الأسوء أي التشاؤم، وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين التفاؤل والصحة النفسية والتشاؤم والأعراض الجسمية.

وقد فسرت هذه النتائج اعتمادا على كون التفاؤل سمة تؤدي بالشخص إلى تبني وجه عام يفضل نحو الحياة ويدعم هذا التوجه تدعيما ايجابيا الصحة الجسمية الجيدة وفي الوقت نفسه فان الصحة النفسية الجيدة تدعم سلوك توقع الأفضل إلى التفاؤل وعكس ذلك يمكن أن يفسر علاقة التشاؤم بالأعراض والشكاوي الجسمية فان المرض المتكرر يمكن أن يقود الفرد إلى توقع الأسوء أي التشاؤم فشعور المراهق بأنه فاشل، والذي غالبا ما ترتبط بالفشل في الإنجاز الدراسي، وبالتالي عدم إشباع حاجاته، وشعوره بالعجز، وبأنه لا يستطيع أن يحقق أهدافه، وباليأس وفقدان الأمل والإحباط، حيث يقبل على الحياة بتردد وتوقع الفشل، مما يؤدي إلى عدم رضاه عن حياته، حيث تشير عديد الدراسات إلى ارتباط التشاؤم بالمتغيرات المرضية غير السوية وغير المرغوب فيها مثل؛ اليأس، والميل إلى الانتحار،

والجدان السلبي، والفشل في حل المشكلات والقلق، والعقاب، والوحدة والعداوة، وبالتالي لا يكون راضيا عن حياته بشكل عام.

2-3.تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص الفرضية على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم".

حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث اي ان كلا الجنسين تتوفر فيهما سمة التفاؤل ، وهذا ما ينطبق مع دراسة **عبد الخالق 2008**وبينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين عد الموظفين حيث كان متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث، أي انه ربما يعود هذا إلى تفاؤل النظرة الوالدية التي تميز بين الذكور والإناث، حيث أصبح يحظى كليهما بفرص تعليمية ومهنية، وبدأ المجتمع من خلال التغيرات الطارئة على تركيبته بما فيها تغير تكوين الأسرة ودورها والتقدم العلمي والتكنولوجي، وكذا التغير الثقافي، وتطور الأنظمة التعليمية في فك القيود التي كان يحاصر بها الأنثى، حيث أصبحت تعطي فرصا متساوية في التعبير عن الآراء والاتجاهات، والاهتمامات المشتركة، وأن المجتمع أصبح يتعامل مع أي من الطرفين ككيان مستقل له هويته، وأفكاره ومبادئه، وكذا ممارسة الأنشطة المختلفة بحرية أكبر، وبالتالي إتاحة فرص تعليمية متساوية ومتعددة لكلا الجنسين، كما قد يرجع السبب في عدم وجود فروق الفروق بينهما نظرا لمواجهتهما نفس ظروف المرحلة الجامعية أين ينشغل الطلبة الذكور والإناث بالدراسة.

2-4. تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابع

تنص الفرضية الرابعة على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم"

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح انه لا توجد علاقة في التشاؤم بين الذكور والإناث، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة حسن عبد اللطيف و لولوه حمادة 1998 كشفت

النتائج عن فروق دالة بين الجنسين في التفاؤل للذكور متوسط أعلى ولكن لم تظهر الفروق بين الجنسين في التشاؤم كما استخرج ارتباط ايجابي بين التفاؤل والانبساط وبين التشاؤم والعصابية ومن ناحية أخرى ظهر ارتباط سلبي بين التشاؤم والانبساط وبين التفاؤل والعصابية، وقد يعود ذلك إلى تغير اتجاهات المجتمع نحو أدوار كل من الذكر والأنثى كما أسلفنا القول، فقد أتيحت لهن فرص أكبر ما ساعدهن على إثبات ذاتهن وتحقيق إنجازات كبيرة، مما يؤدي إلى زيادة ثقتها بنفسها وقدرتهن على اتخاذ القرارات الخاصة بهم.

2-5تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

والتي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة لمتغير الجنس لدى المراهق الأصم " وقد توصلنا من خلال النتائج انه توجدفروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس وهذا يعني أنه تختلف سمة الرضا عن الحياة باختلاف الجنسين، ويمكن تفسير ذلك بأن مدى تقدير المراهق لذاته يرجع إلى تأثره بعوامل عديدة منها التنشئة الاجتماعية والبيئة الأسرية وبالأخص معاملة الوالدين للأبناء ودورهما الفعال في تكوين التقدير الإيجابي للذات، وبالتالي القدرة على مواجهة الضغوطات، حيث أشارت دراسة عبد الوهاب 2007 وقد بينت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة ودالة بين إدراك كل من الذكور والإناث للمساندة الوالدية من قبل الأب بين الشعور بالرضا عن الحياة لديهم.

ويعني ذلك أن اختلاف الجنسين واختلافهم للعلاقات الاجتماعية دور كبير في زيادة ثقة المراهق الأصم بنفسه، فالشخص يحتاج إلى قد من القبول والاحترام الاجتماعي حتى تتكون لديه مشاعر إيجابية تجاه نفسه ليرى أنه ناجح بين الآخرين، وله ثقة راسخة تجعل منه فردا منفتحا، متسامحا، متفائلا، يتقبل الآخرين.

2-6 تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية السادسة:

والتي تنص على أنه " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للتفاؤل تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم " وقد توصلنا من خلال النتائج انه لا توجد فروق في التفاؤل لدى المراهق الاصم تعزى لمتغير السن، وهذا يعني أنه لا تختلف سمة التفاؤل باختلاف السن،

ويمكن تفسير ذلك بأن مدى تفاؤل المراهق الأصم، إنما يرجع إلى تأثره بعوامل عديدة منها التنشئة الاجتماعية والبيئية الأسرية، كما أسلفنا القول، ودور هذه العوامل في نمو شخصية الفرد، فالمقدار الثقة بالنفس هي التي تحدد طبيعة شعور الفرد لذاته، فكلما كان الفرد ذو التقدير الذاتي المنخفض، فإنه سيشعر بالاحتقار لذاته، متشائم في نظرته للحياة، يشعر بالذنب دائما حتى وأن لم يصدر منه أي شيء، متردد في بداء الرأي، يخاف من سخرية الآخرين ورفضهم له، وبالتالي يجعل المراهق الأصم غير قادر على مواجهة المشكلات أو ضغوط الحياة خاصة في الحياة الخاصة.

2-7 تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية السابعة:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتشاؤم تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم "

وقد توصلنا إلى عدم تحقق الفرضية، وهذا يعني أنه لا تختلف سمة التشاؤم باختلاف السن، ويمكن تفسير ذلك بأن مدى التشاؤم المراهق الأصم، إنما يرجع إلى تأثره بعوامل مختلفة منها طبيعة حياته الاجتماعية، ودور هذه العوامل في نمو شخصية المراهق الأصم فصفة التشاؤم هي التي تحدد طبيعة شعور الفرد لذاته، فكلما كان الفرد ذو تشاؤم منخفض، فإنه سيشعر بالثقة، حيث لا تختلف صفة المتشائم المراهق والمتشائم الغير المراهق في نظرته للحياة، حيث يشعر كلاهما بالذنب دائما حتى وأن لم يصدر منه أي شيء، متردد في بداء الرأي، يخاف من سخرية الآخرين ورفضهم له، وبالتالي يجعل المراهق الأصم غير قادر على مواجهة المشكلات أو ضغوط الحياة خاصة في الحياة وبالخصوص الحالة الحرجة التي هو فيها .

2-8 تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثامنة:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية للرضا عن الحياة تعزى لمتغير السن لدى المراهق الأصم".

وقد وصلنا إلى عدم تحقيق الفرضية، وهذا يعني أنه تختلف سمة الرضا عن الحياة باختلاف السن، ويمكن تفسير ذلك بأن مدى تقدير المراهق لذاته يرجع إلى تأثره بعوامل عديدة منها العلاقات الاجتماعية مثل الصداقة والوسط الأسري كالإخوة والوضع الأسري ودورهما الفعال في الرضا عن الحياة، وبالتالي القدرة على مواجهة الضغوطات، ويعني ذلك أن اختلاف السن لا يؤثر في ثقة المراهق الأصم بنفسه، فالشخص يحتاج إلى قدر من القبول والاحترام الاجتماعي حتى تتكون لديه مشاعر إيجابية تجاه نفسه ليرى أنه ناجح بين الآخرين، وله ثقة راسخة تجعل منه فردا منفتحا، متسامحا، متفائلا، يتقبل الآخرين.

خاتمة

خاتمة:

لقد تطرقنا في دراستنا هذه والتي هي بعنوان: "التفاؤل والتشاؤم وعلاقته الرضا عن الحياة الذات وعلاقته لدى عينة من المراهقين الصم" إلى بعض سمات الشخصية للمعاقين سمعيا متمثلة فرضاه عن حياته، ونظرته المتفائلة أو المتشائمة لحياته، وقد ركزت دراستنا الحالية على إيجاد العلاقة بين رضاه عن حياته وتفاؤله وتشاؤمه, خاصة إذا كانت الإعاقة السمعية عبارة عن خبرة سلبية ولها تأثير كبيير على نفسية المعاق سمعيا، وبعد بحثنا وتعمقنا في الجانب الميداني للدراسة دون إهمال الجانب النظري الذي كان لنا الركيزة والقاعدة الأساسية في السير الحسن لمشوار دراستنا, التي توضح لنا من خلالها العديد من الجوانب التي كنا نجهلها عن سيكولوجية المراهق المعاق سمعيا ومدى تأثير هذه الإعاقة على حياة المصاب به وقد تفتح الدراسات المستقبلية الباب على مصراعيه من أجل إعطاء القدر الكافي والاهتمام بهذه الشريحة من المجتمع، وخاصة من الجانب النفسي من حيث تقبلهم للإعاقة وتوافقهم اجتماعيا وتطلعهم للمستقبل.

توصيات واقتراحات:

1-تطبيق موضوع الدراسة على عينة أكبر.

2-القيام ببرامج إرشادية لتنمية التفاؤل لدى المراهق الأصم.

3-فتح مراكز إرشادية خاصة بالمراهقين المعاقين سمعيا وتفضيل دورها من اجل مرافقة المراهق المعاق سمعيا.

4-إنشاء مراكز الاستشارات النفسية تضم إليها عناصر مؤهلة لتقديم الخدمات النفسية للمراهق الأصم.

5-ربط التفاؤل والتشاؤم بمتغيرات أخرى كالخوف من المستقبل وقلق الموت.

المراجـــع

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

1. أبو العلاء، محمد أشرف. (2007). الرضا عن الحياة وعلاقته بالأحداث الضاغطة، المجلة العلمية لكلية الأدب، المجلد الرابع والأربعون، جمهورية مصر العربية.

2. عبد الخالق، أحمد محمد. (1998). التفاؤل والتشاؤم دراسة عاملية، المجلد 26، العدد1، مجلة العلوم الاجتماعية.

3. عبد الخالق، أحمد محمد (2008) الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، دراسات نفسية، الكويت، المجلد 18، العدد الأول.

4. ميخائيل، أسعد يوسف، التفاؤل والتشاؤم، دط، القاهرة، مصر، دار نهضة مصر للطباعة والنشر.

5. حسين إسماعيل احمد محمد. (2011). الرضا عن الحياة لدى المراهقين وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية والرضا عن الأداء المدرسي وفاعلية برنامج تدريبي في تحسين الرضا عن الحياة لديهم، رسالة دكتوراه كلية العلوم التربوية جامعة الاردنية، عمان، الأردن.

6. أنيس، إبراهيم، ومنتصر، عبد الحكيم، والصوالحي، عطية، والأحمد، محمد. (1972). دط، طهران، إيران: المعجم الوسيط، المكتبة العلمية.

7. الأنصاري، بدر محمد. (1998). التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمعلقات، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي لجنة التأليف والتعريب والنشر.

8. تفاحة، جمال السيد. (2009). الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدي عينة من المسنين، جامعة الإسكندرية، المجلد 19العدد3، مجلة كلية التربية

9. عبد اللطيف حمادة حسن ولولوة. (1998). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية (الانبساط والعصابية)، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، مج26، العدد الأول.

10. حمدان، فيصل محمود خليل: "سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين، 1999.

11. الديب علي محمد. (1994). العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدي المسنين وبين استمرارهم في العمل، الجزء الأول، القاهرة، النهضة المصرية للكتاب.

12. علوان نعمات. (2008). الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية، المجلد 16، عدد2، مجلة الجامعة الإسلامية الدارسات الإنسانية.

13. عبد اللطيف حسن، وحمادة لولوة. (1998). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية، الانبساط والعصابية، جامعة الكويت، مجلد26، عدد1، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلس النشر العلمي.

14. بوحوش عمار وذنيبات محمد. (2001). مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث، الطبعة 03، ديوان مطبوعات الجزائر.

15. فريج عويد العنزي، الشعور بالسعادة وعلاقته بعض السمات الشخصية، دراسات ارتباطية مقارنة بين الذكور الاناث دراسات نفسية، المجلد 01، العدد 03.

16. الديب علي محمد. (1998). العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدي المسنين وبين استمرارهم في العمل، العدد الاول، مجلة علم النفس.

17. المالكي رانيا معتوق محمد. (2011). فعالية الانا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية، رسالة ماجيستير، جامعة ام القرى.

18. المجدلاوي ماهر يوسف. (2012). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسو–جسمية لدي موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلفيات السياسية في قطاع غزة، المجلد 20، العدد 2، مجلة الجامعة الإسلامية التربوية.

19. ارجايل مايكل. (1993). سيكولوجية السعادة النفسية، ترجمة فيصل عبد القادر يوسف الكويت، العدد175، سلسلة عالم المعرفة.

20. مجدي الدسوقي. (1998). مقياس الرضا عن الحياة، كراسة الأسئلة والإجابة، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

21. عبد المنعم نجوى إبراهيم. (2010). الرضا عن الحياة المؤتمر الخامس عشر حول الإرشاد الأسري وتنمية المجتمع نحوي أفاق إرشادية رحبة، جامعة عين شمس، مصر، مركز الإرشاد النفسي.

22. شقورة يحي عمر شعبان. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية لمحافظات غزة، الماجيستير في علم النفس من كلية التربية، جامعة الازهر.

المراجع بالأجنبية:

-JUAITA MAMING WALSH JHOLISTE NARS, SPIRTUA STRUGGLE, EFFECT ON QUALITY OF LIFE AND LIFE, SATIFICATION IN WOMEN, THE BREAST CANCER, JOURNAL OF HOLISTIC NERSING, U23 N02 SAGE AMERICAN HOLISTIC FUNE.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف–المسيلة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس العيادي

مذكرة بعنوان: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم، دراسة ميدانية بمدرسة الأطفال المعاقين بصريا بمدينة المسيلة.

الجنس: **ذكر** ☐ **أنثى** ☐

السن: .....

التعليمة: .....

أخي، وأختي.

يعرض عليك مجموعة من العبارات تتعلق بمشاعرك وتصرفاتك في مواقف الحياة المختلفة، ويوجد أمام كل عبارة اختيارات هي بالترتيب (تنطبق تماما، تنطبق، بين وبين، لا تنطبق، لا تنطبق ابدا).

المرجو منك:

أن تقرأ كل عبارة بدقة وبكل عناية ثم تبدي رأيك بوضع علامة (صح) تحت الاختيار الذي ينطبق عليك من خمسة بدائل (تنطبق تماما، تنطبق، بين وبين، لا تنطبق، لا تنطبق تماما) بالترتيب.

ملاحظة:

–لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.

–لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.

–لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

طالما تعبر عن حقيقة شعورك اتجاه المعنى الذي تحمله العبارة، ومما يجب التأكد على اجابتك على العبارات المكرمة للمقياس تحاط بسرية تامة، فهي تستخدم في أغراض البحث العلمي، ويفضل ألا تضيع وقتا طويلا في الإجابة عن أي عبارة.

وشكرا على تعاونك.

الملحق رقم 1: المقياس الفرعي للتفاؤل.

الرقم	العبارة	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
1	تبدو لي الحياة جميلة					
2	اشعر ان الغد سيكون مشرقا					
3	اتوقع ان تتحسن الاحوال مستقبلا					
4	انظر الى المستقبل على انه سيكون سعيدا					
5	انا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل					
6	يخبئ لي الزمن مفاجئات سارة					
7	ستكون حياتي أكثر سعادة					
8	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع الياس					
9	ارى ان الفرج قريب					
10	اتوقع حدوث الافضل					
11	ارى الجانب المشرق المضيء من الامور					
12	أفكر في الامور البهيجة المفرحة					
13	ان الآمال والاحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا					
14	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل					
15	اتوقع ان يكون الغد أفضل من اليوم					

الملحق رقم 2: المقياس الفرعي للتشاؤم

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
1	تدلني الخبرة على ان الدنيا سوداء كالليل المظلم					
2	حظي قليل في هذه الحياة					
3	اشعر انني أتعس مخلوق					
4	سيكون مستقبلا مظلما					
5	يلازمني سوء الحظ					
6	مكتوب علي الشقاء وسوء الطالع					
7	انا يائس في هذه الحياة					
8	اترقب حدوث اسوء الاحداث					
9	كثرة الهموم تجعلني اشعر بأنني اموت في اليوم مائة مرة					

10	اعتقد دائما بان حظي سيء					
11	اتوقع ان أعيش حياة تعيسة في المستقبل					
12	لدي شعور غالبا بأنني سأفارق الأحبة قريبا					
13	تخيفني الاحداث السارة لأنه سيعقبها احداث مؤلمة					
14	اشعر كان المصائب خلقت من أجلى					
15	يبدو لي ان المنحوس منحوس مهما بذل من جهد					

الملحق رقم 3: مقياس الرضا عن الحياة.

الرقم	العبارات	تنطبق تماما	تنطبق	بين وبين	لا تنطبق	لا تنطبق تماما
1	انا اسعد حالا من الاخرين					
2	انا راضي عن نفسي					
3	ظروف حياتي ممتازة					
4	في معظم الاحوال تقترب حياتي من المثالية					
5	انا راضي عن كل شيء في حياتي					
6	اشعر باثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي					
7	اشعر بالأمن والطمأنينة					
8	اتمتع بحياة سعيدة					
9	اشعر ان حياتي الان أفضل من وقت مضى					
10	حصلت حتى الان عن الاشياء المهمة في حياتي					
11	اشعر أنى موفق في حياتي					
12	اشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل					
13	انا راض بما وصلت اليه					
14	اميل الى الضحك وتبادل الدعابة					
15	اشعر بالرضا والارتياح عن ظروفي الحياتية					
16	اتقبل الاخرين واتعايش معهم كما هم					
17	اعيش في مستوى حياة معيشة أفضل مما كنت اتوقعه					
18	اشعر بالسعادة لوجود علاقات طبيعية تربطني بالآخرين					
19	اشعر ان حياتي مشرقة ومليئة بالأمل					
20	اتقبل نقد الاخرين					

21	يثق الاخرين في قدراتي					
22	يتسم سلوكي مع الاخرين بالتسامح والمرح					
23	انام نوم هادئ مسترخي					
24	ينظر الاخرين الي باحترام					
25	لا اعاني من مشاعر الياس او خيبة الامل					
26	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه					
27	افكاري وارائي تعجب الاخرين					
28	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة					
29	روحي المعنوية مرتفعة					
30	لو قدر لي ان اعيش من جديد فلن اغير من حياتي شيء					

الملحق رقم (4): بطاقة فنية حول المؤسسة

تقديم المؤسسة المستقبلة:

هي مؤسسة التربية والتعليم المتخصصة تسمى مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ل: (الشهيد ثامر المبروك)، أنشئت مدرسة صغار المكفوفين بولاية المسيلة بموجب المرسوم رقم148/10 المؤرخ في 2012/05/27 وفتحت أبوابها في سبتمبر 2011، تقع مدرسة الاطفال المعاقين بصريا في حي 570 مسكن بولاية المسيلة، طاقة الاستيعاب النظري100 والعدد الحقيقي للأطفال أو التلاميذ المتكفل بهم 49 منهم 28 تمليذ داخلي و21 نصف داخلي، كما أن عدد الحجرات المستغلة كأقسام 11.

- توزيع الأطفال أو التلاميذ حسب المستويات:

1-الأطفال المعاقين بصريا:

* قسم خاص: 02
* قسم تحضيري: 02
* قسم سنة ثانية إبتدائي: 04
* قسم سنة ثالثة إبتدائي: 01
* قسم سنة رابعة إبتدائي: 03
* قسم سنة أولى متوسط: 03
* قسم سنة ثانية متوسط: 03

* قسم سنة ثالثة متوسط: 02

* قسم سنة رابعة متوسط: 03

2- ملحقة المعاقين سمعيا:

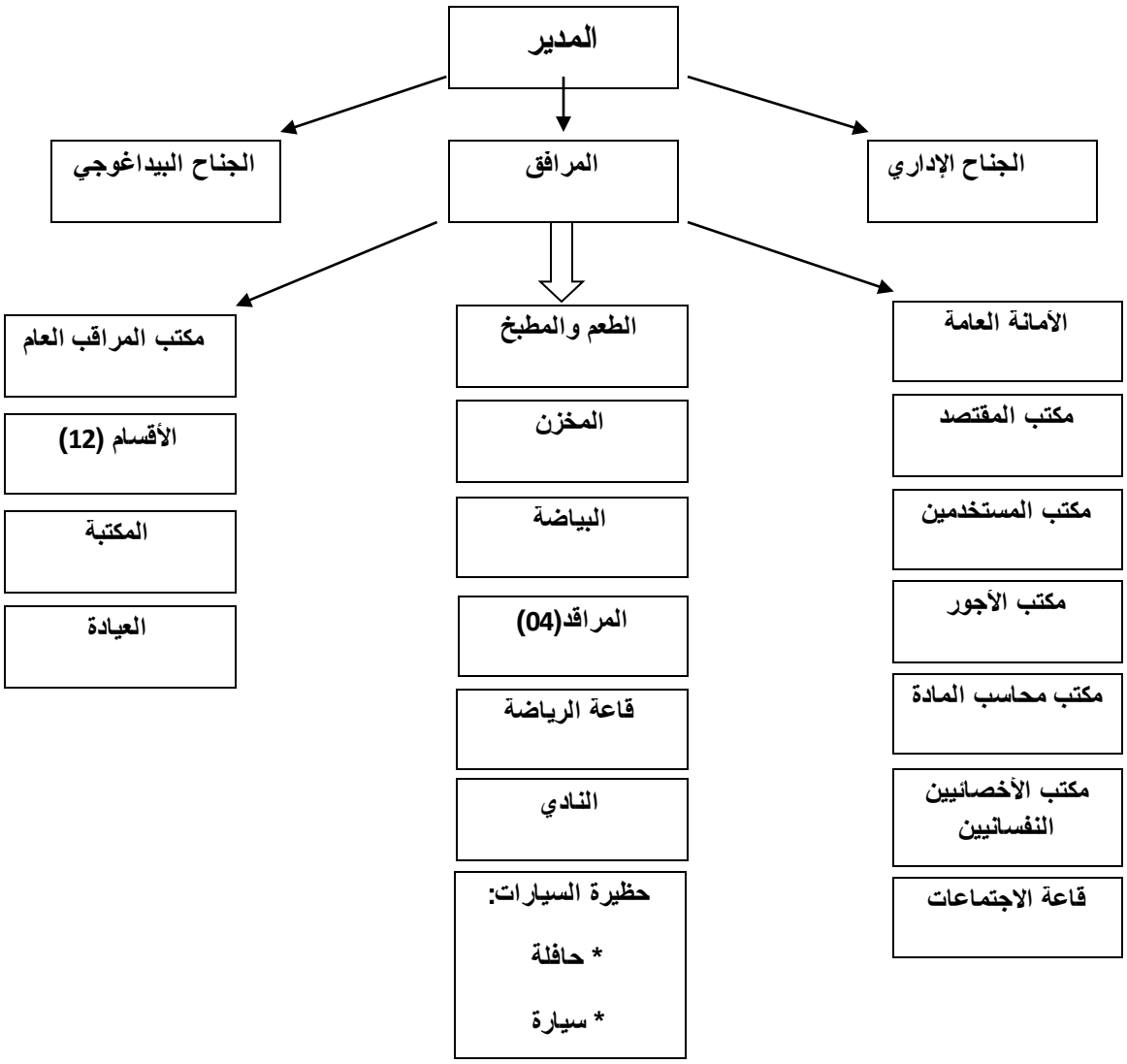
* قسم سنة أولى متوسط: 06

* قسم سنة ثانية متوسط: 03

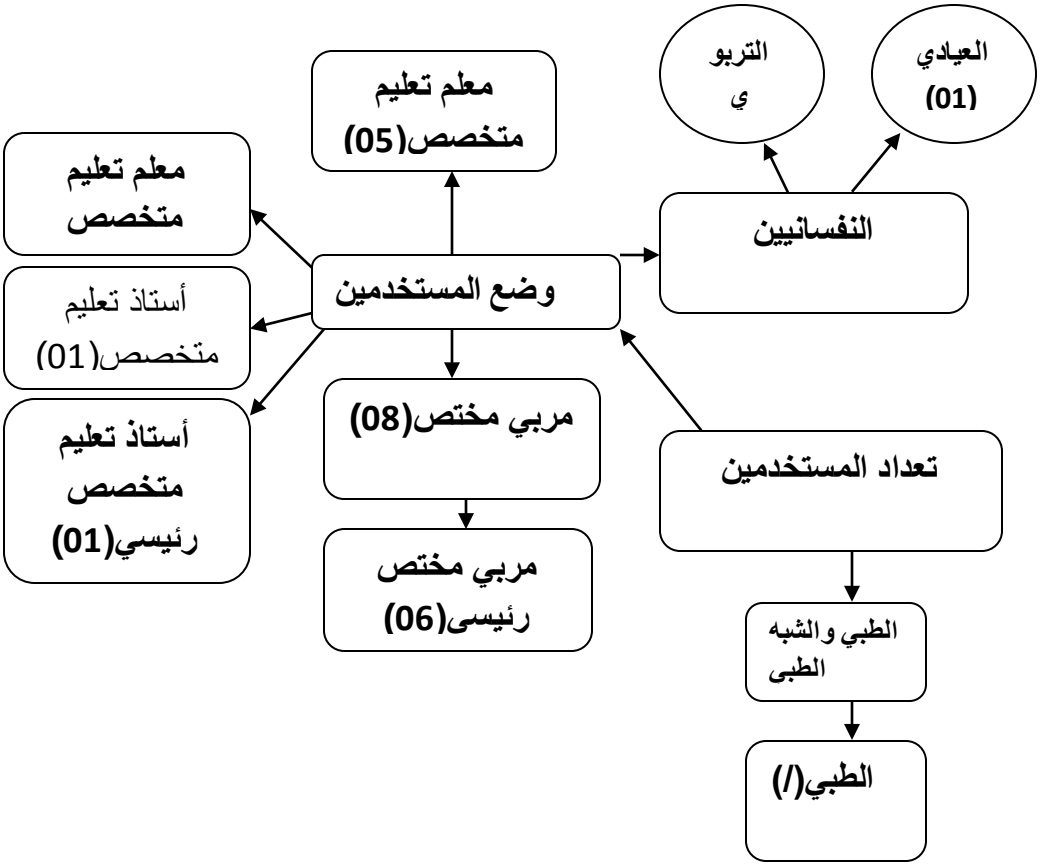
* قسم سنة ثالثة متوسط: 03

* قسم سنة رابعة متوسط: 12

- التنظيم الهيكلي للمؤسسة:



- وضع المستخدمين:



الملحق رقم 05 مخرجات SPSS

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,921	60

SEX

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	19	52,8	52,8	52,8
	انثي	17	47,2	47,2	100,0
	Total	36	100,0	100,0	

AGE

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	A	15	41,7	41,7	41,7
	B	21	58,3	58,3	100,0
	Total	36	100,0	100,0	

Corrélations

		A	b
A	Corrélation de Pearson	1	,680**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	36	36
b	Corrélation de Pearson	,680**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	36	36

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		A	c
A	Corrélation de Pearson	1	-,393*
	Sig. (bilatérale)		,018
	N	36	36
c	Corrélation de Pearson	-,393*	1
	Sig. (bilatérale)	,018	
	N	36	36

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

A

	Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
Inter-groupes	1,057	1	1,057	2,674	,111
Intra-groupes	13,441	34	,395		
Total	14,498	35			

ANOVA à 1 facteur

c

	Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
Inter-groupes	,062	1	,062	,134	,716
Intra-groupes	15,640	34	,460		
Total	15,702	35			

Statistiques de groupe

	SEX	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
A	ذكر	19	3,2842	,63629	,14597
	انثي	17	3,6275	,62017	,15041

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des r				
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	D
Hypothèse de variances égales	,066	,798	-1,635	34	,111	-,34324	
Hypothèse de variances inégales			-1,638	33,733	,111	-,34324	

Statistiques de groupe

	SEX	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
b	ذكر	19	3,3368	,96876	,22225
	انثي	17	3,2784	,87535	,21230

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des				
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	D
Hypothèse de variances égales	,469	,498	,189	34	,851	,05841	
Hypothèse de variances inégales			,190	33,994	,850	,05841	

Statistiques de groupe

	SEX	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
c	ذكر	19	2,2386	,73310	,16819
	انثي	17	2,3216	,61066	,14811

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des mo			
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne
c	Hypothèse de variances égales	,819	,372	-,366	34	,716	-,0
	Hypothèse de variances inégales			-,370	33,845	,714	-,0

Statistiques de groupe

	AGE	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
A	A	15	3,3711	,60051	,15505
	B	21	3,5000	,68207	,14884

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		T		
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)
A	Hypothèse de variances égales	,965	,333	-,587	34	,561
	Hypothèse de variances inégales			-,600	32,420	,553

Statistiques de groupe

	AGE	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
b	A	15	3,2400	,92059	,23770
	B	21	3,3587	,92724	,20234

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Te		
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)
b	Hypothèse de variances égales	,000	,983	-,380	34	,706
	Hypothèse de variances inégales			-,380	30,449	,706

Statistiques de groupe

	AGE	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
c	A	15	2,2356	,68631	,17721
	B	21	2,3079	,67313	,14689

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Te		
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)
c	Hypothèse de variances égales	,360	,552	-,316	34	,754
	Hypothèse de variances inégales			-,314	29,950	,755