Université Amar Telidji -Laghouat-

DIRASSAT

Revue internationale

N° 51

FEVRIER 2017

ISSN 1112-4652

جـامعة عمار ثليجي بالأغـواط

دراســـات

مجلّة دولية محكّمة

-التعليم والخدمات النفسية بالمدرسة الجزائرية: التكامل المحتوم د.عبد الله صحراوي ـ ـ جامعة سطيف 2 ـ ..1
- الخدمات الإرشادية المدرسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي دراسة ميدانية بثانويات دائرة متليلي - ولاية غرداية - أ.الزهرة بومهراس- أ. د.عواريب لخضر...جامعة ورقلة ...17
- سمتا التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات-دراسة ميدانية في القطب الجامعي تامدة تيزي وزو- أ- مرباح احمد تقي الدين، جامعة الأغواط ... أ- بلال نجمة، جامعة الجزائر..35
- واقع الالتزام الأخلاقي المهني للمعلمين في مدارس قصبة عمان وعلاقته بسلوكهم الوظيفي من وجهة نظر مديري المدارس- د. عبد السلام العوامره-أ.عبد الشكور عبد اللطيف أبو صيام.الجامعة الأردنية..49
- أثر بعض المتغيرات الشخصية لأساتذة التعليم الجامعي على مستوى فعاليتهم الذاتية المدركة لنقل التعلم في التكوين- دراسة ميدانية ... د.مزياني الوناس- د.بوسعدة قاسم..... جامعة ورقلة....63
- أثر برنامج علاجي قائم على طريقة العصف الذهني في تحسين مستوى الفهم القرائي لدى تلاميذ ذوي صعوبات القراءة في السنة الرابعة ابتدائي- أ . د . تيعشادين محمد-أ. هيزوم فضيلة..جامعة تيزي وزو-جامعة الأغواط...73
- تكنولوجيا المعلومات والاتصال وأثرها على تحسين الخدمات في المؤسسات الجامعية دراسة حالة : جامعة تبسة – د.مراد كواشي - أ.توفيق حناشي.. جامعة ام البواقي..82
- نوعية حياة العمل (QWL): الوجه الآخر للمسؤولية الاجتماعية لإدارة الموارد البشرية مؤسسات "لافارج الجزائر، رويبة للمشروبات، ودانون جرجرة " كنموذج- أ. عباز زهية - أ. د. مقري زكية.... جامعة باتنة 1- ...101
- التسويق الابتكاري واستراتيجية المحيط الأزرق-عرض تجارب عالمية- أ.بن زايد سارة -أ.د.فريد كورتل...جامعة سكيكدة...113
-دور العناقيد الصناعية في دعم تنافسية المؤسسات الصغيرة والمتوسطة دراسة تجربتي البرازيل والنرويج د.ساسان نبيلة...جامعة سوق أهراس....121
-دراسة نقدية لأسباب فشل مشروع بطاقات السحب والدفع لبريد الجزائر ومقارنتها مع مشروع بطاقات النقل الجماعي في مقاطعة الكيبك الكندية- د.عبد الكريم زهيوة...جامعة قسنطينة 2 ...134
-أهمية الإفصاح عن المعلومات كمدخل لتطوير كفاءة بورصة الجزائر خلال الفترة (2010-2014) د. عمامرة ياسمينة..جامعة تبسة...151
- الاستراتيجية المحلية للتهيئة والتعمير في الجزائر: دراسة تقييمية- د. ساسي محمد... ،جامعة الأغواط...167
- دور تقنية التامين في تحفيز التأهيل البيئي في المؤسسات الصناعية -تسليط الضوء على عقد تأمين المسؤولية المدنية في التشريع الجزائري- د.مطرف عواطف...جامعة عنابة..180
- أثر استخدام المبادئ العلمية في إعداد الموازنات التخطيطية- دراسة ميدانية د. عبد الرحمن محمد رشوان...الكلية الجامعية للعلوم والتكنولوجيا – غزة...190
- تأثير صفة أطراف العقد على حدود الالتزام بالإعلام في عقد الاستهلاك- أ.بغلى مريم...جامعة عنابة..215
- التقنيات الحديثة للمحاسبة الإدارية وتأثيرها الإيجابي على الميزة التنافسية - د. سعيدة حركات...جامعة أم البواقي....224
- ملاحظات حول قضايا البترول والأمن الاقتصادي العربي- د. ستيتي الزازية...جامعة سوق أهراس...237
- الرضا الوظيفي لدى معلمي ومعلمات مرحلة ما بعد التعليم الأساسي في لواء الرصيفة في محافظة الزرقاء من وجهة نظرهم. د.عبدالعزيز عطا الله المعايطة...جامعة نزوى – سلطنة عمان..246
- واقع الصحة النفسية ومستوى الرضا النفسي عن الحياة لدى الطالب الجزائري-أ.عدة الزهراء...جامعة وهران....265
إشراف أ د تيليوين الحبيب
- السياسة الأمريكية تجاه إفريقيا والمغرب العربي د.رباحي أمينة..جامعة الجزائر...277
-محاكمة المتهمين بارتكاب جرائم دولية في العراق بعد حرب 2003 أ.عائشة عبد الحميد.... جامعة عنابة....295
- الموروث الثقافي الجزائري (الواقع والأفاق) أ. إيمان هنشيري....جامعة عنابة..306
-الإيقاع الداخلي وجمالياته في النص الصوف د. حياة معاش..جامعة بسكرة ...313
- الحق في حرية المعتقد بين المعايير الدولية لحقوق الإنسان والنظام القانوني الجزائري د. لوكال مريم....جامعة بومرداس....320
-أهمية اكتشاف القدرة النوعية على تصور الفضاء د.جرادي التجاني...جامعة الأغواط...333

لعدد: 51
فيفري 2017

ISSN 1112-4652

مجلّة دراسات العدد :51 - فيفري 2017

مجلّة "دراسات"

مجلّة دولية علمية محكّمة متعدّدة التخصّصات

تصدر عن جامعة عمار ثليجي بالأغواط

الرئيس الشرفي:

أ.د .جمال ابن برطال

رئيس جامعة عمار ثليجي بالأغواط

رئيس التحرير:

أ.د. داود بورقيبة

واقع الصحّة النفسية ومستوى الرضا النفسي عن الحياة لدى الطالب الجزائري

أ. عدة الزهراء
إشراف أ.د تيتيوين الحبيب
جامعة وهران 2

الملخص : تهدف الدراسة الحالية إلى البحث عن العلاقة بين الصحّة النفسية والرضا النفسي (الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة). والفروق بين الطلبة في الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الذات تبعا لمتغير النوع والمستوى الدراسي. تكونت عينة الدراسة من 260 طالبا منهم (120 ذكر و140أنثى) أسفرت النتائج: عن وجود علاقة ارتباط بين الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الحياة (الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة) لدى طلبة العينة الكلية.

-لا توجد فروق بين الطلبة في الرضا النفسي عن الحياة تبعا لمتغير النوع والمستوى الدراسي.

- توجد فروق بين الطلبة في الصحّة النفسية تبعا لمتغير النوع والمستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحية: الصحّة النفسية، الرضا النفسي عن الحياة، الرضا عن الذات، الرضا عن الدراسة

ABSTRACT : The present study aims to search for relationship between satisfaction and mental health as well as the differences between males and females in the mental health and psychological satisfaction according to the variable of academic level.

The results of the study of the existence of a correlation between mental health and psychological life satisfaction among the total sample students. As it turns out that there are no differences in mental health variable depending on the type and level of the school.

While I found differences in the psychological satisfaction according to gender and school level.

Key words: Mental health , Psychological life satisfaction , Satisfaction with the study , complacency.

مقدمة : يعد الطالب الجزائري فردا فعالا في تنمية المجتمع وتطويره، ولكي يؤدي هذا الدور، تسعى الجامعة على إعداد الطالب إعدادا جيدا من حيث تقديم التكوين والتعليم الجيدين واكتساب المعلومات والخبرات والتركيز على الجانب التربوي والمعرفي، والذي أدّى إلى إغفال الجامعة عن الاهتمام بالنواحي النفسية لشخصية الطالب الهامة، لما لها من أثر كبير في المساهمة في بناء شخصية سوية قوية قادرة على أداء مهام مختلفة في جميع مجالات الحياة الاجتماعية. فالصحّة النفسية للفرد وبالأخص الطالب الجامعي تتأثر كثيرا بالعوامل الخارجية المحيطة به والتي تتمثل في الظروف الخاصة بعملية التعلم والتعليم الجامعي من حيث توفير الإمكانيات المادية والمعنوية التي تسمح بالدور الإيجابي لهاتين العمليتين ونقصها يشكل عقبة أمام تحقيق الطالب للأهداف التي سطّرها لحظة ولوجه الجامعة. ويتأثر مستوى رضا الطالب عن الخدمات المقدمة من قبل الجامعة سواء تعلق الأمر بالخدمات التعليمية من حيث توفير المراجع والكتب وخدمات الأنترنت وتحسين جودة التعليم أو الخدمات الاجتماعية الأخرى كالإطعام أو الإقامة أو النقل ووسائل ترفيهية أخرى كالرياضة أو حتى فنية.

وفي الدراسات الحديثة في مجال جودة الحياة أو نوعية الحياة تفسر مفهوم الصحّة النفسية بمستوى الرضا النفسي عن الحياة للفرد، حيث تعرف الصحّة النفسية حسب مصطفى حجازي الغاية الأساسية لعلم النفس الإيجابي قياس وفهم بناء مكامن القوة لدى الفرد نحو توجيهها إلى الأفضل نحو الحياة المتوازنة والجيدة وتأمين التفكير الإيجابي كمدخل لصياغة الحياة المبنية على الرضا والتفاؤل والأمل والرفاهية الذاتية والسعادة والأمن النفسي والمهارات الاجتماعية (1)

ويشير مصطلح الرضا النفسي عن الحياة حسب دينير وآخرون إلى كيفية ادراك الفرد لمختلف جوانب حياته النفسية ومدى شعور الناس بأن لحياتهم معنى وقيمة (2). وفي مجال علم النفس الإيجابي وجد تداخل بين الصحّة النفسية والرضا النفسي حيث تعد الصحّة النفسية من الناحية الإيجابية القدرة على مواجهة الضغوط والثقة بالنفس والكفاءة

والقدرة على الضبط الانفعالي والنضج الانفعالي وتقبل الذات والقدرة على توظيف الإمكانات في أعمال مشبعة (3) وهذا ما يتفق مع تعريف الرضا النفسي.

إشكالية الدراسة :

1-هل توجد علاقة ارتباطية بين الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الحياة لدى الطلبة (العينة الكلية)؟

2- هل توجد فروق بين الطلبة في الصحّة النفسية تبعا لمتغير النوع (ذكور وإناث) والمستوى الدراسي؟

3-هل توجد فروق بين الطلبة في الرضا النفسي عن الحياة تبعا لمتغير النوع (ذكور وإناث) والمستوى الدراسي؟

فرضيات الدراسة:

1- توجد علاقة ارتباطية بين الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الحياة لدى الطلبة (العينة الكلية)

2- **لا** توجد فروق بين الطلبة في الصحّة النفسية تبعا لمتغير النوع والمستوى الدراسي.

3- توجد فروق بين الطلبة في مستوى الرضا النفسي عن الحياة تبعا لمتغير النوع والمستوى الدراسي.

أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الحياة لدى الطالب الجزائري.

- التعرف على مستوى الصحّة النفسية التي يتمتع بها الطالب الجزائري
- التعرف على مستوى الرضا النفسي عن الحياة لدى الطالب الجزائري
- البحث عن الفروق في الصحّة النفسية لدى الطالب الجزائري حسب النوع والمستوى الدراسيين.
- البحث عن الفروق في الرضا النفسي عن الحياة لدى الطالب الجزائري حسب النوع والمستوى الدراسيين.
- البحث عن العلاقة بين الصحّة النفسية والرضا النفسي للطالب الجزائري.

المنهجية والأدوات المستعملة: تم اعتماد المنهج الوصفي باعتباره المنهج المناسب لدراسة طبيعة المشكلة محل الدراسة وهو المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كميا أو كيفيا.

عينة الدراسة ومواصفاتها: تكونت عينة الدراسة من مجموعة الطلبة الذين يدرسون بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة أبي بكر بلقايد بتلمسان. وقد اختير أفرادها بطريقة عشوائية من مستويات دراسية مستوى السنة الثانية علم النفس ومستوى السنة أولى ماستر (علم النفس) وذلك خلال السنة الدراسية 2015-2016.

عينة المجتمع الأصلي وتوزيع الطلبة حسب المستوى الدراسي والنوع:

جدول رقم (1) يبين توزيع الطلبة حسب المستوى والنوع

ا	السنة الثانية علم النفس(جذع مشترك)	السنة أولى ماستر صعوبات التعلم	السنة أولى ماستر علم النفس النمو	السنة أولى ماستر الإرشاد وعالم المشروع المدرسي	السنة أولى ماستر اضطرابات التعلم	السنة أولى ماستر العمل والتنظيم	المجموع الكلي
ذكور	68	31	21	40	36	34	230
إناث	122	32	38	112	34	23	361

يتضح من خلال الجدول أن توزيع عدد الطلبة ذكور وإناث توزيع غير متجانس وفق التخصصات والملاحظ أن عدد الطلبة الذين يدرسون تخصص الإرشاد وعالم المشروع المدرسي أكبر مقارنة مع عدد الطلبة الذين يدرسون في باقي التخصصات.

عينة الدراسة : توزيع الطلبة حسب النوع والمستوى الدراسي

جدول رقم (2) يبين توزيع الطلبة حسب النوع والمستوى الدراسي

	السنة الثانية علم النفس	السنة أولى ماستر علم النفس	المجموع
ذكور	50	70	120
إناث	70	70	140

أدوات الدراسة :اعتمدت الدراسة الحالية على مقياسين وهما:

أولا: مقياس الصحّة النفسية من إعداد عبد الطلب القريطي وعبد العزيز السيد الشخص(1992) ويتضمن هذا المقياس 105بندا (سؤالا) موزعة على سبعة أبعاد وهي:

1-الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس.

2-القدرة على التفاعل الاجتماعي.

3-النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس.

4-القدرة على توظيف الطاقات والإمكانات في أعمال مشبعة.

5-التحرر من الأعراض العصابية.

6-البعد الإنساني والقيمي.

7-تقبل الذات وأوجه القصور العضوية.

وقد أخضع الباحثان المقياس للتأكد من صدقه وثباته باستخدام التحليل الإحصائي من خلال تطبيق المقياس على عينة مكونة من 400طالبا منهم 250 ذكرا و150أنثى وقد دلت معاملات الارتباط على أنها دالة إحصائيا عند مستوى دلالة0.01 كما تم التحقق من ثباته (أنظر الملحق رقم1)،(4).

ثانيا : مقياس الرضا النفسي عن الحياة من إعداد الباحثة ويتضمن بعدين بعد الرضا عن الدراسة وبعد الرضا عن الذات وذلك بعد الاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت مفهوم الرضا النفسي عن الحياة والملاحظ أنّها تناولت مفهوم الرضا على أنّه يتمثل في تقييمات الفرد أو حكم الفرد الواعي والعام عن حياته الخاصة في مجالات مختلفة (الذات، الأسرة، المهنة أو الدراسة، الصحّة الإمكانات المادية، الجماعة التي ينتمي إليها (5)) فالفرد يتحدد سلوكه وفق إمكاناته النفسية والجسمية، هذه الإمكانات تؤدي به إلى تحقيق أهدافه وطموحاته وهذا ما ينتج عنه شعور الفرد بالرضا عن حياته، فالرضا يتضمن مجالات متعددة في حياة الفرد، رضاه عن صحته الجسمية والنفسية ورضاه عن ذاته ورضاه عن دراسته أو مهنته ورضاه عن ظروفه الاجتماعية والمادية. (كما هو موضح في الاستبيان الرضا النفسي عن الحياة المرفق في الملحق رقم (2). بناء على هذا التصور النظري لمفهوم الرضا عن الحياة تمت مراجعة بعض المقاييس التي أتيحت لنا لغرض الاطلاع عليها والاستفادة منها في تصميم وبناء المقياس ونذكر منها : مقياس دينر وزملاؤه (1985) والمترجم والمقنن إلى اللغة الفرنسية.

وقد قام بتقنينه للفرنسية بليز وزملاؤه (Blais al 1989) على عينة تتكوّن من طلبة (229 ذكور و228 إناث) بمتوسط عمري (18, 93) وبانحراف (2,64) ومعامل ثبات كرونباش (0,80) ومقياس الرضا النفسي من إعداد تليوين الحبيب (2003) ومقياس الرضا عن الدراسة في البرنامج من إعداد حسين بدر السادة وفاروق شوقي البوهي (1994.والملاحظ أنّ هذه المقاييس ركزت على مدى رضا الفرد في مجالات الحياة المختلفة والتي قد لا تلائم خصوصية عينة الدراسة الحالية التي تتكون من طلبة الجامعة أو مع طبيعة ظروفهم وحاجاتهم التي قد تختلف باختلاف العديد من المتغيرات السسيوديمغرافية.

عرض نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على أنه توجد علاقة ارتباطية بين الصحّة النفسية والرضا النفسي عن الحياة لدى الطلبة المبينة في الجدول التالي رقم (3)

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط(ر)
الصحّة النفسية	46,56	10,71	*0,54
الرضا النفسي عن الحياة	34,84	12,33	دال عند مستوى 0.01

عرض نتائج الفرضية الثانية: جدول رقم (4) يبين نتائج قيمة ف لحساب الفروق بين الطلبة في الصحّة النفسية

		العد	م	ع	قيمة ف

ذكور	السنة الثانية	50	41.24	02,30	0.24
	السنة الأولى ماستر	70	40.23	01.02	
إناث	السنة الثانية	70	44.56	02.56	
	السنة أولى ماستر	70	47.58	01.14	

غير دالة وهذا يعني لايوجد فروق

عرض نتائج الفرضية الثالثة: جدول رقم (5) يبين نتائج قيمة ف لحساب الفروق بين الطلبة في الرضا النفسي عن الحياة

		العد	م	ع	قيمة ف
ذكور	السنة الثانية	50	32.31	8.24	**0.48
	السنة الأولى ماستر	70	30.56	2.25	
إناث	السنة الثانية	70	38.14	3.70	
	السنة أولى ماستر	70	38.21	6.45	

دالة عند مستوى دلالة 0.05 وهذا يعني يوجد فروق في الرضا النفسي عن الحياة

مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات المطروحة

الفرضية الأولى:من خلال نتائج الجدول رقم(3)

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة ووترمان (1993) حيث يؤكد أن الفرد الذي لديه مستوى عال من الرضا عن حياته هو الفرد الذي يتمتع بقدرة على مواجهة التأثيرات السلبية والتعامل معها بشكل إيجابي وهو فرد لا يعاني اضطرابات نفسية واقل عرضة للإصابة بهذه الاضطرابات وهذا يعني الخلوّ من الأمراض النفسية (6).

وتتفق مع دراسة كامبل وبريكمان (1971) أن الأفراد الذين لديهم مستوى عال من السعادة (أو الرضا النفسي) يتكيفون بسرعة مع الأحداث التي قد تؤثر في إحساسهم بالسعادة (كوفاة أحد الأقارب) ومهما كانت هذه ا لأحداث سلبية فهم سرعان ما يرجعون إلى المستوى الأول من السعادة. وقد سمّيا (بريكمان وكامبل) هذه النظرية بنموذج التوازن الديناميكي وهذا يعني ارتباط الرضا النفسي عن الحياة (السعادة) بالصحّة النفسية والقدرة التكيفية لدى الفرد(7). وتتفق مع دراسة واتسون وكلارك (1984) أن سمات الانبساط ترتبط إيجابا مع الرضا النفسي عن الحياة والصحّة النفسية.

الفرضية الثانية: من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم ( ) الخاصة بالفرضية التي تنص على أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث في الصحّة النفسية. وتتفق مع دراسة علي التركي نافل القرشي في دراسة للصحّة النفسية للطلاب وعلاقتها بأحلام اليقظة فلى عينة متكونة من 400طالبا من تخصصات علمية وأدبية خلصت النتائج على أن الطلاب يتمتعون بصحّة جيدة مع وجود فروق تبعا لمتغير الجنس (ذكور واناث)وعدم وجود فروق تبعا للتخصص والمستوى (8).

ولا تتفق نتائج الدراسة مع دراسة عبد الخالق جنده خميس (1999) حيث هدفت للتعرف على مستوى الصحّة النفسية لدى طلبة جامعة صنعاء متكونة من (1014) منهم 762 ذكور 252 إناث ومعرفة الفروق بين طلبة الجامعة في الصحّة النفسية وفقا لمتغيرات الجنس والكلية (نظرية او علمية) والمستوى الدراسي وقد خلصت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية في الصحّة النفسية بين طلبة الجامعة استنادا إلى متغير الجنس لصالح الذكور. كما وجدت فروق ذات دلالة معنوية في الصحّة النفسية بين طلبة الجامعة استنادا إلى متغير الكلية (نظرية، علمية). ووجود فروق ذات دلالة معنوية في الصحّة النفسية بين الطلبة وفقا لمتغير المستوى الدراسي (الأول والرابع) لصالح طلاب الرابع(9)

الفرضية الثالثة: و تتفق مع نتائج دراسة عبد اللطيف حسن (1996) حول الرضا عن الحياة الجامعية لطلاب جامعة الكويت أجريت الدراسة على عينة قوامها 458 طالبا، هدفت الدراسة إلى معرفة درجة الرضا عن الحياة لدى الطلاب في ثمانية جوانب هي الأساتذة، الوالدين، المواد الدراسية، الحالة المادية، و إداريو الجامعة والأنشطة غير الدراسية والطلاب

الآخرين. وقد أسفرت النتائج على حصول الإناث على درجات أعلى من الذكور في مقياس الرضا عن الحياة الجامعية الخاصة بالأبعاد التالية : الأساتذة، الوالين، الطلاب الآخرين، الحياة المادية، في حين لم توجد فروق في بقية الأبعاد(10).

دراسة يوسف الرجيب (2001) حول الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات الديموغرافية أجريت الدراسة على عينة متكونة من 214 فردا من عدة مستويات من المجتمع الكويتي وقد أظهرت النتائج غياب الفروق في الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث وكذا بين الطلبة والموظفين هذا بالإضافة إلى غياب الفروق في درجة الرضا عن الحياة حسب مستويات التعليم المختلفة والدخل الشهري وكذا نوعية الحياة .وهذه النتيجة تتفق مع النتيجة المتوصل إليها مع دراسة تيليوين.ح (2003) على عينة قوامها (1417) منهم 708 ذكور و709 إناث من مستويات عمرية مختلفة ومن فئات متباينة لدراسة علاقة الرضا النفسي العام بالعوامل الاقتصادية والاجتماعية (الديموغرافية) المتمثلة في: الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي ومستوى الدخل ومتغير الجنس، تبين من نتائج الدراسة وجود فروق في الرضا العام عن الحياة لدى الذكور والإناث بحيث أن الذكور أكثر رضا من الإناث فيما يخص الرضا عن النفس وارتفع الرضا عن الأعمال لدى الإناث عنه لدى الذكور(11).

و تتفق مع دراسة جواد الشيخ خليل وعزيزة شرير (2007) معرفة العلاقة بين الرضا الوظيفي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين (الجنس المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، المرحلة الدراسية) العينة تكونت من (360) معلم ومعلمة كانت النتائج دالة على وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لعامل الجنس في تحقيق المهنة للرضا عن الذات وكانت هذه الفروق لصالح الإناث(12).وتختلف الدراسة مع دراسة هبة جابر عبد الحميد (2008) معرفة العلاقة بين الضغوط وعمليات التحمل والرضا عن الحياة لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية كالجنس حيث تكونت العينة من (84 ذكور)و (86 إناث).

أسفرت النتائج على أنه توجد فروق دالة بين الذكور والإناث على مقياس الرضا عن الحياة لصالح الذكور(13).

-وتتفق مع دراسة كارج كلاجيت ودانيال ماكونت لقياس الإنجاز الدراسي للطلاب غير النظامين وتناقش هذه الدراسة إعلان ولاية أوهايو (أمريكا) لمعايير الحكم على كفاءة الدارسين ببرنامج التعليم المستمر ودوره في تحقيق النمو المهني للدارس والنمو الاقتصادي للمجتمع، وأبرزت العلاقة بين الرضا عن الدراسة في برامج التعليم المستمر بمختلف تخصصاتها والإنجاز الدراسي والإنجاز في المهنة بعد التأهيل، وتم استطلاع رأي الدارسين والتعرف على مستوى الدراسة وأبرزت النتائج العلاقة الموجبة بين درجة الرضا وبين الإنجاز الدراسي للدارسين(14).

وتتفق مع دراسة جون كرينكيلتون وآخرون (GrunKilton) بعنوان برنامج الدراسات العليا في التعليم الزراعي للطلاب غير الأمريكيين الدارسين بالولايات المتحدة الأمريكية باليونان(15)

هدفت الدراسة للتعرف على مدى رضا الطلاب عن الالتحاق ببرامج تدريبهم العملي في المزارع اليونانية، وطبقت أداة الدراسة (مقياس الرضا عن البرنامج) على عينة من 161 دارسا وتم تحليل النتائج وفقا للعمر والجنس والمهنة، والموطن الأصلي للدارس، وعكست النتائج رضا عاليا عن البرنامج وأهدافه وبلغت تلك النسبة 93% وأبرزت النتائج ارتفاع درجة رضا الإناث عن الذكور.

- وتتفق دراسة جاري بيك (Pike،1990) بعنوان تأثير الخلفية الإقتصادية-الإجتماعية ومقررات الدراسة على درجات الطلاب ورضائهم وهدفت الدراسة إلى اختبار العلاقة بين الإنجاز الدراسي ورضا الطلاب ببرنامج دراستهم وطبقت الدراسة على (1267) طالبا من الدارسين بجامعة تنسي. وبينت نتائج الدراسة أن مستوى الرضا عن الدراسة يؤثر تأثيرا قويا على معدلات الطلاب أكثر من تأثير النجاح الدراسي على مستوى رضا الطلاب.

- وتتفق دراسة تحسين علي (1989) وأجريت الدراسة على 284 طالبا وطالبة من الطلاب العراقيين الدارسين بالولايات المتحدة الأمريكية، وتناولت الدراسة المشكلات الدراسية، وبينت الدراسة أن المشكلات تتركز في الدراسة والتحصيل، والعلاقة بين الطالب والأستاذ، وعدم التمكن من اللغة مما يسبب عدم الرضا والفشل الدراسي(16).

- وفي دراسة لفيصل الزراد (1987) تبين أن المشكلات المدرسية تحتل المرتبة الثانية لعينة من الطلاب تتألف من 480 طالبا وطالبة من طلبة المدارس بسوريا وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين كم ونوع المشكلات المدرسية مثل صعوبة المقررات، وسوء معاملة الأساتذة، وعدم ملائمة محتوى البرنامج وما يعانيه الطلاب من إحباط وعدم الرضا عن حياتهم. وهذا ما يعني ارتباط الرضا النفسي بالرضا الدراسي.(17).

وفي دراسة قام بها مكتب الشباب الياباني بعنوان "الدراسة المسحية العالمية اليابانية" ريتشارد ومارجريت نجارت (1988) والتي أجريت على عينة من شباب إحدى عشر دولة، استخدم فيها مقياس لتحديد موقف الشباب من العمل والحياة الشخصية والدراسية وموقفهم إزاء قضايا أمتهم. أوضحت الدراسة أن الشباب راضون عن حياتهم المنزلية والمدرسية، وأكد الشباب بأن النجاح الدراسي يعود بصورة رئيسية إلى القدرات والجهود الشخصية، والرضا عن الدراسة، كما بينت الدراسة فروقا بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالمشكلات الدراسية التي تواجههم ومستوى الرضا لديهم.

وفي دراسة أخرى قام بها مصري حنورة (1988) لعينة كويتية خلصت أن عدم الرضا عن برامج الدراسة للطلبة الجامعيين يعزى إلى أن الطلبة يواجهون مشكلات في الفهم والتحصيل وضعف فرص الإبداع والتنافس المعرفي وهذا ما جاء في استجاباتهم على استمارة لحصر المشكلات التي تواجه الطلبة الجامعيين، كما بينت الدراسة أن هناك اختلاف وفروق بين الذكور والإناث فيما يتعلق بهذه المشكلات. وفي دراسة لمشكلات مرحلة الشباب الجامعي قام بها أحمد شعبان (1989) استخدم فيها بيانات للتعرف على مشكلات شباب مصر لعينة من 500 طالب وطالبة، اتضح أن أبرز المشكلات التي واجهت الشباب الجامعي من عينة الدراسة مشكلة التناقض بين ما تعلمه الفرد وواقع الحياة اليومية، مما يعكس عدم الرضا عن البرامج الدراسية ومن المشكلات التي أكد عليها (88,7 %) من الشباب قلة جدوى التعليم كما أكد منها (86,5 %) منهم بان عملية التعليم أصبح عملية زائفة بالإضافة إلى الشكوى من أن برامج الدراسة لا تساعد على تحقيق الذات، بالإضافة إلى فقدان الثقة بالأساتذة، وعدم ملائمة البرامج المقدمة لقرارات الدارس وكل هذه المشكلات حصلت على تكرارات مرتفعة (أكثر من 60 %) من استجابات أفراد العينة، وخلصت الدراسة إلى فشل المؤسسات التربوية في ربط مناهجها وبرامجها وخبراتها بواقع المجتمع الذي تقوم فيه، وبفلسفة هذا المجتمع وأهدافه وخططه ومشروعاته واحتياجات الدارس مما يؤكد عدم الرضا عن برامج الدراسة(18).ومن الدراسات التي تناولت العلاقة بين المشكلات الدراسية المتعلقة ببرامج إعداد الطالب الجامعي ورضاه عن برامج دراسته بطريقة غير مباشرة إلهام عبيد (1988) والتي أجريت على عينة من (32) طالب وطالبة بشعبة التعليم الصناعية بالكلية، واستخدمت الدراسة خمسة استمارات للتعرف على المشكلات التي تواجه الطلاب الدرسين لهذا البرنامج، وفيهما يختص بالمشكلات الدراسية تم حصر 31 مشكلة تدور حول تنظيم البرامج، المحتوى، المناخ الجامعي، التحصيل الدراسي وبينت الدراسة أن النسب المئوية الدالة على وجود هذه المشكلات تتراوح 100 % في أعلاها والمتعلقة بكثرة المواد الدراسية ونسبة 37,3 % لأقلها وهي المتعلق بالشعور بالإحباط والفشل نتيجة طول فترة الامتحان النهائي، وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية التي تعكس الرضا عن الدراسة في البرنامج:

- جفاف المعلومات التربوية المقدمة في البرنامج.
- تأخر وصول الكتاب.

ودراسة عبد الخالق(2008)على المجتمع الكويتي هدفت لمعرفة معدلات الرضا عن الحياة لدى عينات كويتية مختلفة، وهدفت للاستكشاف البناء العاملي لمقياس الرضا عن الحياة وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين وبين الأعمار في الرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من(614) مواطنا كويتيا تراوحت أعمارهم بين 15-61 عاما وتصنف الى ست عينات فرعية من طلبة المدارس الثانوية وطلبة الجامعة والموظفين من الجنسين، واستخدم في هذه الدراسة مقياس الرضا عن الحياة من إعداد دينير وزملائه(Diener,Emmons,Larsen,Briffin , 1985) وبينت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين فيما عدا الموظفين حيث كان متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث.

وفي دراسة أبو العلا(2009) الرضا عن الحياة وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة هدفت الدراسة الى بحث الفروق بين النوع(ذكور وإناث) والمستوى الاجتماعي الاقتصادي (مرتفع –منخفض) في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وأبعاد مقياس الأحداث الضاغطة وتحديد العلاقة الارتباطية بينهما لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية بمدينة المنصورة، وتكونت عينة الدراسة من(457) طالبا وطالبة وتم تطبيق مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة إعداد عبد العزيز الشخص ومقياس الرضا عن الحياة إعداد سكوت هوبنر Huebner Scott ترجمة وتقنين أماني 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) لصالح الطلاب ذوي المستوى الاجتماعي والاقتصادي المرتفع في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، كما بينت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين الدرجات التي حصل عليه الطلاب والطالبات على مقياس الأحداث الضاغطة من جهة والدرجة التي حصلوا عليها على مقياس الرضا عن الحياة من جهة أخرى(19).

والملاحظ أن هناك اختلاف في الرضا النفسي عن الحياة لدى الطلبة والطالبات يعود فيها إلى متغير الجنس أما فيما يتعلق بالمستوى الدراسي فقد ظهر الفرق في عينة الطالبات.

حيث ظهر أن الطالبات أكثر رضا عن حياتهن وعن دراستهن مقارنة بالذكور الذين هم أقل رضا نفسي عن الحياة وعن الدراسة وهذا راجع ربما للضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة في البيئة الجامعية الناتجة عن المؤثرات عن استجابات الذكور. تعزى إلى تقييم الطالب الناتج عن مقارنته لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته وينخفض الرضا النفسي كلما ارتفع المستوى الدراسي للطالب وهذا راجع لأن الطلبة ذو المستوى السنة الأولى ماستر والتي تمثل مرحلة ثالثة في مشوارهم الدراسي وبداية للاستعداد لمشوارهم المهني هذا الانتقال يسبب قلق وتخوّف أكثر لدى الطلبة مقارنة بالطلبة الجدد ذو المستوى السنة الثانية الذين هم في بداية مشوارهم الدراسي حيث يزداد حماسهم الدراسي والاستعداد لها.

استنتاج عام: من خلال نتائج الدراسة الحالية نستنج ان هناك ارتباط كبير بين الصحّة النفسية للطلبة ومستوى رضاهم عن ذواتهم ودراستهم وكذلك تبين انه لاتوجد فروق بين الذكور والإناث في الصحّة النفسية كما توقعنا ووجد اختلاف في مستوى الرضا عن الحياة من حيث الجنس والمستوى الدراسي.

وكما هو موضح في الجداول فان الطلبة كان متوسطهم الحسابي في الصحّة النفسية مقبول وهذا يعني أنهم لا يتمتعون بصحّة نفسية جيدة تنقصهم الكفاءة والإحساس بقيمتهم وثقتهم بأنفسهم وعدم قدرتهم على اتخاذ القرارات وتنقصهم القدرة على مواجهة التحديات والصعوبات ويعاني معظم الطلبة من عدم النضج العاطفي والقدرة على ضبط النفس وضعف القدرة على توظيف طاقاتهم وإمكاناتهم في أعمال مشبعة وهم متقبلين لذواتهم ولا يعانون من أنماط سلوكية شاذة. كما تميز طلبة مستوى ماستر أقل رضا من الطلبة السنة الثانية ربما راجع لعدم تكيفهم مع التخصص الذي اختاروه وصعوبة المقاييس التي يدرسونها.

الهوامش:

1-مصطفى خليل الشرقاوي" علم الصحّة النفسية "دار النهضة العربية(1996) ص54

2***Diener.ed Eunkook.M.S.Lucas.RE.Smith,h,l(1999) '**

'subjective wellbeing :three decades ofprogress psychological" bulletin :125 ,276,302

3. عبد المطلب القريطي وعبد العزيز الشخص "مقياس الصحّة النفسية ""ص.9

4. حسن بدر السادة وفاروق شوقي البويهي ' العلاقة بين الرضا عن الدراسة والانجاز الدراسي لطلاب الدراسات العليا جامعة البحرين(1995) ص34.

5.أحمد محمد عبد الخالق 'الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي دراسات نفسية مجلد 18العدد1 (2008) جامعة الكويت.
6.و7..أحمد عبد الخالق نفس المرجع السابق.
78.علي تركي نافل القرشي'الصحّة النفسية وأحلام اليقظة لدى الطلاب (2002)..
9 و10 و11ا أحمد محمد عبد الخالق، سهام أحمد الديب (2007) التعب المزمن وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة، دراسات عربية في علم النفس مجلد 6عدد1.
12.جواد محمد الشيخ وعزيزة شرير "الرضا الوظيفي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى الامعلمين" مجلة الجامعة الاسلامية المجلد 16العدد الأول2008 ص(683-711)
.13.حسين بدر السادة وفاروق شوقي البويهي" (1995)نفس المرجع السابق.ص34
-14 Ursula.M.Standigner and William Fleeson,PBates (1999) "predictors of subjective physical health and Global wellbeing similarities and differences between the united states and germany journal of personality and social psychology,Vol76 N°2 (p305-319).
--15 Upsana joshi (2010) "subjective wellbeing by gender "journal of economics and behavioural studies,Vol1 N°01(p20-26).
16و17و18و19. حسين بدر السادةوفلروق شوقي البويهي نفس المرجع السابق ص35.2.

****

الملحق رقم (1)

أختي الطالبة أخي الطالب إليك مجموعة من المقاييس النفسية المرجو منك الإجابة عنها وفق التعليمات المشار إليها.

-1-بيانات أولية خاصة بالفرد

السن: المستوى الدراسي:

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

ضع دائرة حول رقم واحد من بين الأرقام المقابلة لكل عبارة حسب الجابة المناسبة لك.

أعارض بشدة (1) أعارض(2) محايد(3) أوافق(4) أوافق بشدة(5)

مقياس الصحّة النفسية للشباب						
الفقرات						
1-عادة أجد رغبة في الحديث عن نفسي، وعن انجازاتي مع الآخرين	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
2- أحرص على تبادل الزيارات مع زملائي وأصدقائي	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
3- عادة تتغير مشاعري –بين حب وكراهية-نحو الآخرين بصورة سريعة	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
4-بإمكاني أن أواصل عملا لفترة طويلة حتى لو واجهتني بعض المشكلات والصعوبات.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
5-أعاني من اهتزاز (رعشة)بعض أجزاء جسمي في كثير من الأحيان.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
6-يجب ألا يحاول الانسان تحقيق غاياته على حساب الآخرين.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
7-أرى أن الفائدة المرجوة من المعوقين جسميا لا تتناسب مع حجم ما ينفق عليهم.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
8- أشعر بأنه لا يمكنني التغلب على كثير من المشكلات لو لم يساعدني الآخرين.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
9- عادة استمتع بتبادل الأفكار والآراء مع زملائي وأصدقائي	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
10- غالبا تنتابني نوبات من الحزن والفرح دون سبب معقول.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
11- بامكاني أن أركز في أداء عملي لدرجة لا أشعر معها بمن حولي.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
12-عادة أعاني من تكرار نوبات الامساك أو الاسهال الشديد.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
13-غالبا اعامل الآخرين بالأسلوب الذي أحب أن يعاملونني به.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
14-أرى ان الأفراد ثقيلي الوزن يكونون موضع سخرية الآخرين دائما	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
15- غالبا أشعر بأنه ليس لدي آراء مفيدة أقترحها على الآخرين.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
16- أستمتع كثيرا بالعمل مع الناس كما هو الحال في عمليات البيع والشراء.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
17- عادة ما أغضب وأثور اذا ما ضايقني أحد ولو بكلمة بسيطة.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
18- يسعدني بذل أقصى جهد ممكن في أداء عملي مهما كلفني ذلك من مشقة.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
19-أعاني من ضيق في التنفس في كثير من الأحيان رغم عدم وجود سبب عضوي واضح.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
20- أميل الى الاشادة بحسنات الآخرين ومزاياهم أكثر من التنويه بعيوبهم.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
21-عادة ما ينتابني شعور بأنني لاأصلح لشيء.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
22- أعتقد أنني لست في مستوى كفاءة ومقدرة زملائي.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
23- أحرص على المشاركة في الأنشطة الترويحية مع الآخرين.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
24- يصيبني القلق معظم الوقت ازاء ما قد يحمله لي المستقبل.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
25- أحرص دائما على بذل كل ما في وسعي لإتقان العمل الذي أقوم به.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
26- تنتابني نوبات الصرع في معظم الأحيان.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
27- يجب أن يستمتع الفرد بمعرفة الآخرين بغض النظر عما يحققونه له من منافع.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
28-أشعر غالبا بأن زملائي أفضل مني في مظهرهم الجسمي عموما.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
29- انا حساس جدا لما يبديه الآخرون من نقد لتصرفاتي.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
30- يسعدني عادة مشاركة زملائي و اصدقائي بعض الرحلات والمخيمات.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
31- ينتابني الضيق والتوتر ازاء المواقف الغامضة.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
32- أرى أن قيمة الانسان تكمن في مدى اخلاصه في اداء عمله مهما كان بسيطا.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
33-تعاودني الأحلام المزعجة (أو الكوابيس) في كثير من الأحيان.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
34- من الضروري أن يلتزم الفرد بالصدق والأمانة حتى لو لم يعامله الناس بالطريقة نفسها.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
35- غالبا أفضل التعامل مع من هم أصغر مني سنا	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
36-يعاملني والدي كما لو كنت طفلا صغيرا.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
37- احرص على المشاركة في الجمعيات الخاصة بالخدمات والأنشطة الاجتماعية.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
38- يخيل إلي أن هناك من يتتبعني أينما أذهب.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
39- عادة أحاول انجاز اعمالي دون تباطؤ عملا بالحكمة القائلة "لا تؤخر عمل اليوم الى الغد".	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

40- اشعر بتوتر خلف رقبتي في كثير من الأحيان.	1	2	3	4	5
41-احاول دائما احترام مشاعر الآخرين حتى لو اختلفوا معي في الرأي.	1	2	3	4	5
42- أنا لست راضيا عن نفسي.	1	2	3	4	5
43- اعتقد أن زملائي لا يهتمون كثيرا بما أبديه من آراء وأفكار.	1	2	3	4	5
44-تسمح لي علاقاتي الوثيقة ببعض اساتذتي بالتحدث معهم بحرية في مختلف شئوني الخاصة.	1	2	3	4	5
45- أ حاول دائما تجنب الأماكن المظلمة بشتى الطرق.	1	2	3	4	5
46- أشعر بأن مجال دراستي سيفيدني كثيرا في مستقبل حياتي.	1	2	3	4	5
47- أشعر عادة بفقدان شهيتي للطعام.	1	2	3	4	5
48-أحاول عادة الوفاء بوعدي لأن وعد الحر دين عليه.	1	2	3	4	5
49-غالبا ينظر الناس إلى الصم وثقيلي السمع على أنّهم أقل كفاءة من غيرهم.	1	2	3	4	5
50- أشعر بعدم كفاءتي الى درجة تعوقني عن انجاز معظم أعمالي.	1	2	3	4	5
51- تربطني علاقات وثيقة ببعض الأشخاص بحيث أثق فيهم وأئتمنهم على أسراري.	1	2	3	4	5
52-غالبا انصرف فورا في بعض المواقف دون تبرير أو حساب لما يترتب على فائدة من نتائج.	1	2	3	4	5
53-انني حريص على التخطيط لمختلف أمور حياتي لاعتقادي أن النجاح في الحياة لا يتحقق بالصدفة	1	2	3	4	5
54-أشعر بالتعب والاجهاد في كثير من الأحيان رغم عدم وجود سبب عضوي واضح لذلك.	1	2	3	4	5
55-من رأيي أن كل انسان سيجني حتما نتائج عمله سواء خيرا أم شرا.	1	2	3	4	5
56- أعتقد انه لا يجب ان يطلب الناس أية مساعدة من فرد مبتور الساق	1	2	3	4	5
57-أشعر أنني أفتقد الى مواهب ومقدرات كثيرة لدرجة تجعلني أخجل من نفسي	1	2	3	4	5
58- غالبا يسعدني المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية.	1	2	3	4	5
59-أحاول الدفاع عن آرائي بشتى الوسائل دون اعتبار لمشاعر الآخرين.	1	2	3	4	5
60-ّأحاول مواجهة مشكلاتي بنفسي دون الاعتماد كثيرا على الآخرين.	1	2	3	4	5
61- يصعب عليّ تذكر ما سبق لي دراسته أو قراءته ولو منذ فترة قصيرة.	1	2	3	4	5
62- يجب على الفرد أن يحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصه على حقوقه.	1	2	3	4	5
63- غالبا يعاني الفرد قصير القامة من الشعور بالنقص والقصور بين زملائه.	1	2	3	4	5
64-غالبا لا يثق أقا ربي في مقدرتي على مساعدتهم ولو في بعض الامور البسيطة.	1	2	3	4	5
65- أرى أنه من الأفضل أن يسهم الفرد بدور ايجابي في الأنشطة الاجتماعية، ولا يكتفي بمجرد الاستمتاع بها	1	2	3	4	5
66-غالبا لا أشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح لها الآخرون كثيرا.	1	2	3	4	5
67- عادة أشعر بالنشاط والحيوية عندما أكون مشغولا بعمل ما.	1	2	3	4	5
68- أجد صعوبة كبيرة في تركيز انتباهي أثناء القراءة أو استماعي لمحاضرة ما.	1	2	3	4	5
69- أعتقد أنه لا يجب اصدار احكام على الناس دون معرفة كافية بهم.	1	2	3	4	5
70-عادة يكون الفرد ذو الصوت الغليظ موضع تهكم زملائه وسخريتهم.	1	2	3	4	5
71- كثير اما أشعر بعدم ثقتي في نفسي وبأنني عبء على غيري.	1	2	3	4	5
72-عادة تشجعني أسرتي على تبادل الزيارات مع أصدقائي.	1	2	3	4	5
73- لابد أن يثور الفرد ويتأثر لكرامته عندما يذكره الآخرون بسوء.	1	2	3	4	5
74- لديّ هوايات ممتعة أحرص على ممارستها في أوقات فراغي مثل جمع الطوابع أو القراءة أو الأشغال اليدوية...الخ	1	2	3	4	5
75- غالبا أتحدث بسرعة كبيرة مما يجعلني أتلجلج أو أتهته.	1	2	3	4	5
76-أعتقد أن الانسان لابد أن يتسم بالخلق الحسن فالعلم وحده لا يكفي	1	2	3	4	5
77- غالبا يخجل الفرد من أشياء مثل تشوه أسنانه أو عدم انتظامها.	1	2	3	4	5
78-يصعب عليّ ابداء رأيي في مواجهة جماعة من الناس حتى لو كان هذا الرأي عن موضوع أعرفه جيدا	1	2	3	4	5
79- تربطني علاقات طيبة ببعض الأسر بحيث أشعر معها كما لو كنت بين أهلي	1	2	3	4	5
80- عادة يصعب عليّ نسيان ما يوجهه الآخرون اليّ من اساءات	1	2	3	4	5
81-عادة أفكر في أهمية ما أقوم به من أعمال ومدى فائدتها للمجتمع قبل أن أقدم عليها	1	2	3	4	5
82- يصعب عليّ الجلوس ساكنا لفترة طويلة	1	2	3	4	5
83-اعتقد انه من الأفضل عدم الاسراف في تقديم النصح للآخرين	1	2	3	4	5
84-ينتابني شعور دائم بان فكرة الناس عني اقل مما يجب	1	2	3	4	5
85- يصعب عليّ الدخول في منافسات مع آخرين حتى لو كانوا أقل في مثل سني	1	2	3	4	5
86-أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران	1	2	3	4	5
87-غالبا أستغرق في أحلام اليقظة بحيث لا أشعر مطلقا بما يدور حولي	1	2	3	4	5
88- أعتقد أن قيام الفرد بعمل ما بصورة روتينية أو عشوائية لابد ان يعرضه للملل والإخفاق	1	2	3	4	5

89- يصعب عليّ التخلص من بعض عادات مثل قضم أ ظافري أو وضع أصابعي في فمي	1	2	3	4	5
90- يسعدني التخفيف عن الآخرين وقت الشدائد حتى لو لم يكونوا من معارفي	1	2	3	4	5
91-غالبا يميل الفرد المصاب بحب الشباب في وجهه الى الانطواء والبعد عن الآخرين	1	2	3	4	5
92- أستغرق وقتا طويلا في حسم المسائل مما يفوت علي فرصة اتخاذ القرار في وقته المناسب	1	2	3	4	5
93-أشعر بالثقة والاحترام المتبادلين بيني وبين أفراد أسرتي	1	2	3	4	5
94-أنا لا أعامل الآخرين بالمثل حتى لو كانوا غير عادلين	1	2	3	4	5
95- هناك أمور كثيرة في الحياة تثير اهتمامي وتحفزني على العمل	1	2	3	4	5
96-غالبا ما تعاودني تقلصات في معدتي رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك	1	2	3	4	5
97-أعتقد انه من الأفضل عدم مواجهة الناس بأخطائهم بصورة مباشرة	1	2	3	4	5
98-يبدو ان الناس يعتبرون المكفوفين أقل منهم لذا يتجنبون التعامل معهم	1	2	3	4	5
99-أهرب دائما من بعض المشكلات والمصاعب لعدم مقدرتي على مواجهتها	1	2	3	4	5
100-غالبا ترحب أسرتي بمشاركتي في مناقشة الأمور واتخاذ القرارات المتعلقة بحياتنا	1	2	3	4	5
101-أستغرق في الخيال طويلا حتى لو كنت بين أصدقائي	1	2	3	4	5
102- أحرص دائما على تحمل مسئولية وأداء واجباتي قبل أن أطالب بحقوقي	1	2	3	4	5
103-أعاني من الأرق بحيث لا أستطيع الاستغراق في النوم بدرجة كافية	1	2	3	4	5
104-افكر كثيرا قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين	1	2	3	4	5
105- غالبا يعتقد الناس أن ضعاف البنية لا حول لهم ولا قوة، ولا يثقون في مقدرتهم على انجاز أي شيء	1	2	3	4	5

****

الملحق رقم (2)

2-مقياس الرضا النفسي عن الحياة : ويتكون من قسمين هما الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة.

المطلوب منك الإجابة عن الفقرات بوضع دائرة حول رقم واحد من بين الأرقام المقابلة لكل عبارة حسب الإجابة المناسبة لك. وفق البدائل المتدرجة

أعارض بشدة (1) أعارض (2) محايد(3) أوافق (4) أوافق بشدة (5)

فقرات الرضا عن الذات					
1)-أعتقد أنني حقّقت الأشياء التي تمنيتها في حياتي	1	2	3	4	5
2- إن ظروفي الحالية تمكنني من الوصول إلى تحقيق أهدافي	1	2	3	4	5
3- أنا راض عن امكانياتي وقدراتي	1	2	3	4	5
4-أشعر بالرضا لما حققته من إنجازات	1	2	3	4	5
5- تمكنني قدراتي من تحقيق ما أصبوا إليه	1	2	3	4	5
6-تقلقني في بعض الأحيان العراقيل التي تواجهني في حياتي	1	2	3	4	5
7-كم أتمنى أن تتاح لي فرصة لتحقيق طموحاتي	1	2	3	4	5
8- يصعب عليّ الوصول إلى أهدافي	1	2	3	4	5
9- أعتقد أنّ حياتي تستحق أن تعاش	1	2	3	4	5
10 ينتابني الإحباط عندما تعترضني بعض العراقيل	1	2	3	4	5
11-أتمنى أن تتحسن الظروف للوصول إلى ما أصبوا إليه	1	2	3	4	5
12-أشعر بالحيوية والحماس	1	2	3	4	5
13- أشعر بأنّ من هو في وضعي وسني يصعب عليه تحقيق ما وصلت إليه	1	2	3	4	5
14-أشعر بفخر لانتسابي لهذا المجتمع	1	2	3	4	5
15-إذا كان باستطاعتي أن أعيش حياتي مرة أخرى فأسعى لأن تكون أحسن من السابق	1	2	3	4	5

2-الرضا النفسي عن الدراسة

1-أنا راض عن دراستي	1	2	3	4	5
2- المواد التي أدرسها تقدّم لي تكوينا جيدا	1	2	3	4	5
3- الإمكانات العقلية التي لديّ تمكنني من تحقيق أهدافي المستقبلية	1	2	3	4	5
4-أستطيع النجاح بسهولة في دراستي	1	2	3	4	5
5-البرامج الدراسية التي أدرسها شاملة لتخصصي	1	2	3	4	5
6- أشعر بأنّني أحسنت اختيار التخصص الذي أدرسه	1	2	3	4	5
7-أشعر بالارتياح عند حضوري الجامعة للدراسة	1	2	3	4	5

8-يصيبني القلق ولا أستطيع النوم عند التفكير في برنامج دراستي	1	2	3	4	5
9-الطريقة التي يتبعها أساتذتي لإلقاء الدروس مناسبة لي	1	2	3	4	5
10-المكتبة الجامعية توفر لي معظم المراجع التي أحتاجها لدراستي	1	2	3	4	5
11-أشعر بالرضا لما حصلته من خبرات خلال دراستي	1	2	3	4	5
12-أسهمت دراستي في تغيير اتجاهاتي نحو مهنتي المستقبلية للأفضل	1	2	3	4	5
13- أشعر بأنّ دراستي في الجامعة مضيعة للوقت	1	2	3	4	5
14-يساورني الشعور بالإحباط نتيجة التحاقي بالدراسة في الجامعة	1	2	3	4	5
15-يقوم أساتذتي أدائي بموضوعية	1	2	3	4	5