وزارة التعـــــليـــم العالـــي والبـــحـــث العلمـــي
جـامعـــة قاصـــدي مربـــــاح ورقلـــــــــة

كـــــلية العلـــــوم الإنسانيـــة والاجتماعيـــــة

مذكرة لنيل شهادة: ماستر أكاديمي

ميدان: علوم اجتماعية

شعبة: علوم التربية

تخصص: إرشاد وتوجيه

من إعداد الطالبات:

ـ خديجة بن شلوية

ـ عفاف بن عروسي

مذكرة بعنوان:

الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات

تحت إشراف

د.أ حمد قندوز..... جامعة قاصدي مرباح ورقلة

السنة الجامعية:2021/2020

شكر وتقدير

الحمد الله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين، سيدنا محمد المبعوث رحمة للعالمين وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

بعد شكر الله عز وجل على نعمة التي أنعمها علينا والذي نتمنى أن يتقبل خلاصة جهدنا خالصة لوجهه الكريم.

لا يسعنا بعد أن أنجزنا هذه الدراسة، بعون الله وتوفيقه، إلا أن نتقدم بجزيل الشكر و التقدير وعظيم الامتنان وخالص التقدير والعرفان بالفضل الكبير لأستاذي الفاضل "أحمد قندوز" الذي أشرف على هذه المذكرة، فحرص على قراءة كل كلمة فيها، ومناقشة أفكارها مدة إشرافه، ولما قدمه لنا من دعم وتشجيع، لما له أثر في إتمام هذا العمل .

كما نتقدم بالشكر والعرفان لكل من تعاون معنا، وساهم في إخراج هذه المذكرة إلى حيز الوجود، و جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية وخاصة الأستاذ عبد القادر عبان بجامعة قاصدي مرباح ورقلة على المعلومات التي قدموها لنا.

كما نتقدم بالشكر إلى طلاب و طالبات قسم علم النفس وعلوم التربية عامة دفعة 2020-2021. وإلى جميع الزملاء والطلبة الذين قدموا لنا يد المساعدة في إنجاز هذا العمل.

خديجة وعفاف

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح بورقلة، كما هدفت إلى معرفة مستوى الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة، وإلى الكشف عن الفروق في الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تبعا لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي الفارقي، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من(194) طالب وطالبة من قسم علم النفس وعلوم التربية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وقد تم جمع بيانات الدراسة باستخدام استبيان يقيس مستوى الرضا عن الحياة من إعداد **مجدي الدسوقي** (1998) والذي تكون من 30 بندا، مقياس تقدير الذات الذي عدلته الباحثة **شرقي حورية** على البيئة الجزائرية، الذي تكون من 26 بندا ولمعالجة بيانات الدراسة تم استعمال اختبار "ت" لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي ومعامل بيرسون لقياس العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات، كما تم استخدام تحليل التباين الثلاثي لقياس الفروق في الرضا عن الحياة وتقدير الذات، وتم استخدام اختبار" شفيه" لدراسة الفروق لمتغير الحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية كان مرتفعا، كما تبين وجود علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات، ولم تكن هناك فروق دالة احصائية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير(المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية)، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لمتغير (التخصص)، ووجدت فروق دالة إحصائية في تقدير الذات تبعا لمتغير (الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي).

المصطلحات الأساسية: الرضا عن الحياة، تقدير الذات.

Résuméd'étude:

Cette étude visait à identifié la relation entre la satisfaction de la vie et l'estime de soi chez les étudiants du département de psychologie et des sciences de l'éducations de l'université de kasdi Merbah Ouargla, Elle visait aussi à savoir le niveau de satisfaction de la vie et l'estime de soi avec les étudiants et révéler la différence entre les deux pour connaître le niveau d'études, la spécialisation et l'état sociale.

Pour atteindre les objectifs de l'étude on a utilisé la approche descriptive, corrélative différentielle et on a l'appliqué sur 194 étudiants du département de psychologie et des sciences de l'éducation de la faculté du sciences humains et sociétés de l'université kasdi Merbah Ouargla, Ils ont été choisis au hasard et collecté les données de l'étude à l'aide d'un questionnaire mesurant le niveau de satisfaction de la vie préparé par le professeur **Magdy El Desouky (1998)** qui cotient 30 articles, l'échelle d'estime de soi qui modifiée par le chercheur **Charqi Houria** sur l'environnement algérien qui cotient 26 articles, et pour traite les données de l'étude ils ont été utilisé test **(T**) pour un échantillon et pour comparé entre la moyenne hypothétique, la moyenne arithmétique et le coefficient de **Person** pour mesurer la relation entre les deux, ils ont été utilisé l'analyse de variance à trois voies pour mesure les différence dans la satisfaction de vie et l'éstime de soi, et utilisé aussi test de "**shafih"** pour étude les différences variables du statuts social et du niveau d'éducation. Cette étude a révélé que le niveau de satisfaction de vie et l'estime de soi chez les étudiants de sciences humains et sociétés été augmente, comme elle a révéle une relation entre les deux termes, et n'y avait pas de différence statistiquement significations pour l'estime de soi signifie le variable de(spécialisation) par contre, ont trouve des différences significatives pour l'estime de soi signifié le variable de(l'état social, le niveau d'éducation).

Les termes principales:

La satisfaction de vie, l'estime de soi.

The study summary:

The objective of this study is, to recognize the relation ship between the satisfaction and the life satisfaction and life esteem

It also aims to recognize the satisfaction leve and self esteem and to discover the differences in life self esteem , it also aims to recognize the satisfaction level and self esteem and to discover the differences in life self esteem within the within the Psychology and education Sciences students at Casdi Marbah university Ouragla , Algeria .This is because of the difference of the special education level and the social condition .

To realize this study objective The positivist descriptive difference method has been used .The samples study consists of 194 students from the same faculty chosen randomly. The data has been gathered via Satisfaction survey prepared by Majeddi Disoukkiin 1998 consists of 30 items . self esteem scale was modified by the researcher Charki Houria and it was about the Algerian environment and that self esteem scale consists of 26 items and to treat the study data a ‘’T’’ test for one sample in order to make the difference The hypothetical coefficient وthe arithmetic coefficient Pearson coefficient to measure the relation ship between satisfaction and self esteem and also Scheffe test has been also used to study Differences for a case variable and the variable of the life condition and the education level.

The study has found that the level between the satisfaction and self esteem within the same faculty and the same students was high and there were no differences and There was no statistically significant difference and this is due to level education, specialization and social education but there no statistically significant differences within self esteem due to (specialization)variable . And There are statistically significant differences in self esteem due to social condition, and education level.

Scientific terminology: Satisfaction Self esteem

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر وعرفان	أ
ملخص	ب
ملخص بالفرنسية	ت
ملخص بالانجليزية	ث
فهرس المحتويات	ح-ج-خ
فهرس الجداول	هـ-د
مقدمة	2
الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة	
1-مشكلة الدراسة	5-13
2- فرضيات الدراسة	13
3- أهداف الدراسة	14
4- أهمية الدراسة	14
5- حدود الدراسة	15
6_ التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة	15-17
الفصل الثاني : الرضا عن الحياة وتقدير الذات	
تمهيد	19
1-تعريف الرضا عن الحياة وتقدير الذات	19-22
2- النظريات المفسرة للرضا عن الحياة	22
2-1 نظرية التكيف و التعود	22
2-2 نظرية القيم الأهداف والمعاني	23
2-3 نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز	24
2-4 نظرية المواقف	24-25
3_ النظريات المفسرة للتقدير الذات	25
3_1 نظرية ماسلو	25
3_2 نظرية كارل روجز	26-27
3_3 نظرية كوبر سميث	27-28

3_4 نظرية التحليل النفسي	28
3_5 نظرية روزنبرغ	29-30
4. العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات	30
خلاصة	31
الفصل الثالث:إجراءات الدراسة الميدانية	
تمهيد	33
1-المنهج المتبع	33
2-مجتمع الدراسة	33
3-أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية	35-47
5- إجراءات الدراسة	47
6-الأساليب الإحصائية المستخدمة	47-48
خلاصة	48
الفصل الرابع: عرض و تحليل النتائج الدراسة مناقشتها وتفسيرها	
تمهيد	50
1-عرض وتحليل النتائج	50
1-1 عرض نتيجة التساؤل الأول	50
1-2 عرض نتيجة التساؤل الثاني	51
1-3 عرض نتيجة الفرضية الأولى	51-52
1-4 عرض نتيجة الفرضية الثانية	52-53
1_4 عرض نتيجة الفرضية الثالثة	53-54
2- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة	54
2-1 مناقشة و تفسير نتيجة التساؤل الأول	54-56
2-2 مناقشة و تفسير نتيجة التساؤل الثاني	56-57
2-3 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الأولى	57-58
2_4 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثانية	58-61
2_5 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثالثة	61-65

3_ خلاصة	66
قائمة المراجع	71-76
الملاحق	
الملحق رقم (1): يوضح مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي(1998)	73-76
الملحق رقم (2) مقياس تقدير الذات	77-79
الملحق رقم (3):يوضح نتائج التساؤل الأول	80
الملحق رقم (4):يوضح نتائج التساؤل الثاني	80
الملحق رقم (5):يوضح نتائج الفرضية الأولى	81
الملحق رقم (6):يوضح نتائج الفرضية الثانية	81-82
الملحق رقم (7):يوضح نتائج الفرضية الثالثة	82-83

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مجتمع الدراسة وعينتها.	33
02	يوضح المعاينة العشوائية.	34
03	يوضح عينة الدراسة	35
04	معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والبعد الذي تندرج تحته على مقياس الرضا عن الحياة.	36-37
05	يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس الرضا عن الحياة.	38
06	يوضح الصدق العاملي لمقياس الرضا عن الحياة.	39-40
07	يبين معامل الارتباط قبل وبعد التعديل على مقياس الرضا عن الحياة.	40
08	يبين العبارات التي تم إعادة صياغتها في مقياس تقدير الذات.	44
09	يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات و أبعاده الفرعية.	45
10	يوضح العلاقة الارتباطية لكل عبارة من عبارات مقياس تقدير الذات بمجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه.	45-46
11	يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات.	47
12	يوضح نتائج اختبار "ت" العينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس الرضا عن الحياة .	50
13	يوضح نتائج اختبار "ت" العينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات.	51
14	يوضح نتائج معامل الارتباط بين الرضا عن الحياة و تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية:	52
15	يوضح نتائج تحليل التباين الثلاثي للفروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية	52
16	يوضح نتائج تحليل التباين الثلاثي للفروق في تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية	57

17	يوضح نتائج الاختبار شفيه لدراسة الفروق لمتغير الحالة الاجتماعية.	57
18	يوضح نتائج الاختبار شفيه لدراسة الفروق لمتغير المستوى التعليمي.	58

مقدمة

يواجه طلبة الجامعة أثناء الدراسة الجامعية العديد من المتغيرات التي قد تؤثر على أدائهم العام، وعلى دراستهم بشكل خاص وعلى تقييم ذاتهم وحياتهم التي يعيشونها، ومن ضمن هذه المتغيرات الرضا عن الحياة.

إذ يعد الرضا عن الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية كعلم الصحة النفسية وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء، باعتباره علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة. لذلك يرى "**كورف 2006**: "أنّ الرضا عن الحياة عبارة عن إدراك الفرد لمدى إشباع حاجاته الأساسية بالتزامن مع إدراكه لنوعية الحياة خلال خبراته الحياتية".

ولقد حظي هذا المفهوم بإهتمام الباحثين حيث تناولوه بالدراسة والبحث عن مدى تأثيره بمتغيرات أخرى عديدة منها: المتغيرات الاجتماعية والتربوية، الصحة النفسية، وتقدير الذات.

وبالتالي الرضا عن الحياة يزداد كلما كان تقدير الفرد لذاته أكثر إيجابية وتزداد مشاعر الخطر والتهديد عند الفرد الذي يعاني من تقدير سلبي لذاته. كما يؤثر الرضا عن الحياة على سلوك الفرد ومفهومه عن ذاته وتقديره لها، فالأشخاص الذين يتميزون بالرضا يفكرون تفكيرا إيجابيا و أنهم أكثر تقديرا لذاتهم وأكثرهم كفاءة اجتماعية وقدرة على حل المشكلات ومواجهة الصعوبات.

فالرضا عن الحياة هدف أسمى يرتبط بتقدير الذات، إذ أنّ الحكم على درجته يأتي من الأفراد أنفسهم حسب تقييمهم لذاتهم تقديرهم لها. كما يعد تقدير الذات دليل مهم بالنسبة للرضا عن الحياة؛ لأنّ الأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يعتقدون أنّها ذو قيمة .

وهذا التقديم يقودنا إلى البحث أكثر عن العلاقة القائمة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية، ومن أجل تغطية الدراسة فقد تناولنا في الفصول التالية: الفصل الأول فكان بعنوان مدخل إلى الدراسة وقد تم فيه طرح مشكلة الدراسة وفرضياتها، وذكر أهمية الدراسة وأهدافها، والتعريف الإجرائي لمتغير الدراسة وحدود الدراسة. أما الفصل الثاني بعنوان الإطار النظري للدراسة احتوى على تعريف الرضا عن الحياة وتقدير الذات، والنظريات المفسرة للرضا عن الحياة والنظريات المفسرة لتقدير الذات، ثم العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

بعد الإلمام بالجانب النظري كان إلزاما التطرق إلى الجانب التطبيقي الذي قسم إلى فصلين: فصل الثالث شمل ووضح منهجية الدراسة الميدانية من حيث مجتمع وعينة الدراسة، وأدوات الدراسة، والدراسة الأساسية، والأساليب الإحصائية المستخدمة، بينما الفصل الرابع يحتوي على عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات، وبالإضافة إلى أهمية نتائج الدراسة واقتراحات وتوصيات مهمة.

الفصل الأول:مدخل إلى الدراسة

1- مشكلة الدراسة .

2- فرضيات الدراسة.

3. أهداف الدراسة.

4- أهمية الدراسة.

5- حدود الدراسة.

6- التعريف الإجرائي لمتغير الدراسة.

1. مشكلة الدراسة:

يعد الرضا عن الحياة من المفاهيم النفسية الرئيسية التي تحظى باهتمام الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية الذي يتضمن بداخله شعور الفرد بالسعادة و تمتعه بالحياة التي يعيشها.

حيث يرى "**ايهوفت**" **(2001)**: «أن الرضا هو الدرجة التي يحكم فيها الشخص إيجابيا على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، كما تعني حب الشخص للحياة التي يحياها واستمتاعه بها وتقديره ككل. **(العلوان،2006، ص47)**

وفي نفس السياق عرفه "**الديب** "**(1988)**: هو تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، ويبدو هذا الرضا في توافق الشخص مع ربه وذاته وأسرته وسعادته في العمل وتقبله لأصدقائه وزملائه، كما يتضمن الرضا عن الإنجازات الماضية والتفاؤل بالمستقبل والقدرة على تحقيق الأهداف.**(شقورة،2012،ص27)**

وربما يظهر رضا الطالب الجامعي عن حياته من خلال توافقه مع ربه وذاته ويتجلى هذا في معرفة الطالب ولاستعداداته وسماته الشخصية وميوله المختلفة ونقاط القوة والضعف لديه وتقبله، فيسهل عليه تكوين علاقات طيبة مع الأفراد العائلة والتعاون معهم في أمور الحياة، ومنه السعادة في العمل وتقبله لأصدقائه.

كما يتضمن قدرة الطالب على تحقيق أهداف التي صممها حسب إمكانياته قدراته حتى يستطيع تحقيقها، ويتقبل المستقبل والرضا عن الانجازات الماضية وهذا ما أشار إليه **(نويبات، 2013،ص131)** في تفسيره لنظرية القيم والمعاني والأهداف "المتأمل في هذه النظرية يجد أن أصحابها يعتبرون أن الإنسان يكون راض عن الحياة عندما يحقق طموحاته، أو عندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، أي أنه لا توجد فجوة عميقة بين ما يطمح إليه وما تحصل عليه فعلا، فيؤكد أصحاب هذه النظرية أنه على الإنسان أن يختار لنفسه أهدافا تتناسب مع إمكانات تحقيقها حتى يشعر بالنجاح والتوفيق، ويشعر بالكفاءة والجدارة، وبهذا يرضى عن نفسه وعن حياته".

ولأهمية هذه المرحلة في حياة الطالب أثناء دراسته في الجامعة، فقد اهتم الباحثون بدراسة المرحلة الجامعية، نظرا لارتباطها بكثير من العوامل المؤثرة في حياة الطالب خاصة فيما يتعلق بالصحة النفسية.

حيث يعتبر النجاح في المستوى الأكاديمي لطالب قسم علم النفس وعلوم التربية من خلال تمكنه من قدرة فائقة على الاستنتاج والتحليل والمعالجة والتفكير المنطقي لحل المشكلات بأسلوب متعدد الحلول، أو على المستوى الاجتماعي كالإحساس بعيوبه والقدرة على نقد ذاته وتقبل اقتراحات ونقد الآخرين دون أن تثبط عزيمته، أو على المستوى الأسري؛ إذ أن تحقيق الراحة لطلبة الجامعة من شأنها أن تعمل على تنمية وتطوير شخصيتها بشكل ايجابي، ويزيدهم من ثقتهم بأنفسهم وتقديرهم لذاتهم.

وقد يرتبط الرضا عن الحياة بمجموعة من المتغيرات من بينها مستوى الطموح، السعادة، الذكاء الوجداني، تقدير الذات فهذا الأخير الذي يعتبر له علاقة إرتباطية بالرضا عن الحياة.

ولذا يحتل موضوع تقدير الذات مركزا هاما في نظريات الشخصية، كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا على السلوك، فالسلوك هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية، فقد ذكرت "**مارجريت ميد (Margaret Mead)**أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه، وقد توصل"**هورتير(Hortez)** إلى أن الفرد الذي يدرك أنه غير متقبل من الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها فإنه يقدر نفسه تقديرا منخفضا. **(قدروي،2016، ص246)**

فمفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام، أمثال" **ماسلو**" إذا صمم سلم الحاجات، وتقع الحاجة لتقدير الذات وتحقيقها في أعلاه، كما أنّ الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا، فإنّ فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها الشخصية. **(بن دهنون، ماحي، 2014، ص75)**

كما قد أشار "**كوبر سميث**" أنّ تقدير الذات: هو مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وهي تشمل معتقدات توقع النجاح للاستجابة طبقا لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية.**(عبد العزيز، 2012، ص27) (سمور، 2015،دص)**

إنّ الرضا عن الحياة يزداد كلما كان تقدير الفرد لذاته أكثر إيجابية، وتزداد مشاعر الخطر والتهديد عند الفرد الذي يعاني من تقدير سلبي لذاته. كما يعد بنية نفسية متعددة الأبعاد ترتبط بعدد من المتغيرات النفسية المهمة مثل: تقدير الذات والأمل والضغوط النفسية التي تعد مؤشرا أساسيا للنجاح في التكيف مع ظروف الحياة المتغيرة. وهذا ماهدفت إليه **(دراسة العمرات والرفوع 2014)** و**(دراسة أحمد محمود الزعبي2017)** و**(دراسة سليمان2003)** و**(دراسة هالفورسين وهيردال2006)** للتعرف عن العلاقة بين الرضا عن وتقدير الذات.

والأمر الذي من المهم ملاحظته عند دراسة مسألة الشعور بالرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بوصفهم فئة من الفئات التي تتعرض للتغيرات السريعة والمتلاحقة التي نشهدها في عصرنا الحالي؛ لأنّ الطالب ليس بمنأى في مواجهة الظروف ومواقف الحياة، إذ يتحدد عليه اختيار المهن والاستقرار النفسي والأسري نحو المستقبل، وعليه إذا تعرض إلى معيقات تعيقه في تحقيق أهدافه فإنّها تجعله غير راض عن حياته.

وقد تتأثر علاقة متغير الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بمتغيرات تزيد أو تنقص من تلك العلاقة، ومن بينها متغير المستوى التعليمي **(ليسانس . ماستر)** الذي ربما يؤثر على مستوى تقدير الطلبة لذاتهم التي يعاملهم بها الآخرون غالبا ما يكون مرتفع؛ من خلال مساعدتهم في معالجة تحديات الحياة الراهنة **(العنف الأسري، هروب الأبناء من المنزل)** التي يواجهونها لذلك يقدمون الآخرين لهم فائق الاحترام والتقدير وقيمة كبيرة بالنسبة لهم، فهذا ما يجعل الطالب يشعر بالسعادة ولديه تقدير ورضا مرتفع، فتؤذي الجامعة دورا مهما في تأثير على شخصية الطالب الجامعي

وفي مدى رضاه عن حياته وتقديره لذاته. وهذا ما تهدف إليه دراسة "**الزعبي (2015)**": إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى عينة الطلبة كلية التربية في ضوء متغير المستوى التعليمي، وكما تتسق مع نتيجة دراسة "**بن دهنون(2014)**": أنّها توجد فروق في متغير تقدير الذات عند مستوى الدلالة 0,01 بين المستوى الأول والمستوى الثالث.

أما فيما يخص في متغير التخصص قد يؤثر على رضا الطالب وتقدير ذاته؛ لأنّه يحقق له نوعا من الإشباع لميولاته ورغباته مما يدفعه ويشجعه إلى التقدم في الدراسة وتفاؤله لمستقبل حياته، ويظهر ذلك من خلال علاقاته مع أساتذته وتفاعله مع زملائه وشعوره بالسعادة والفرح والطمأنينة وإقباله على الحياة بحيوية نتيجة الحفاظ على صحته النفسية وتقبله لذاته ورضاه عن إشباع حاجاته، وهذا ما هدفت إليه دراسة "**أحمد عمر يحي شقورة (2012)**": إلى الكشف عن الفروق في مستوى المرونة والرضا عن الحياة بالنسبة لمتغير التخصص، كما أشارت "**بن كريمة (2015)**: تختلف علاقة تقدير الذات بالتحصيل الدراسي باختلاف التخصص لدى الطلبة المعيدين للبكالوريا.

كما قد تتأثر الحالة الاجتماعية (أعزب- متزوج) لطالب قسم علم النفس وعلوم التربية على تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة؛ حيث أن الطالب ربما لديه تقدير ذاتي إما إيجابي أو سلبي من خلال المساندة الاجتماعية، ودورها العظيم في تخفيف عمن يكون تحت الضغوط النفسية حيث أشارت"**سمور (2015)**:" إليها من خلال الكلمة الطيبة أو بالمشورة أو بالنصح أو بتقديم معلومات مفيدة أو بقضاء الحاجات وكل هذه تدخل في مكارم الأخلاق التي حثنا عليها الإسلام، حيث يحصل عليها الطالب من عالمه الذي يعيش فيه (الزملاء، الأصدقاء، خاصة الوالدين) وبعده اللجوء إلى الله سبحانه وتعالى" .

وهذا ربما يساعد الطالب على التكيف مع الوسط الجامعي ويشعر بالتفاؤل والسعادة وإقبال على الحياة ومنه الرضا عن الحياة، حيث أشار "**المجدوي**" **(2012)**: في تعريفه للرضا عن الحياة بأنّه شعور الفرد بالفرح والسعادة والراحة والطمأنينة وإقبال على الحياة. **(طشطوش،2015)**

وفي هذا الإطار أكدت دراسة البكر "**عبد الله**" **(2008)** في دراسة "**وازي**"**(2013)**: أنّ تقدير الذات يختلف باختلاف الحالة الاجتماعية. واستهدفت دراسة قاروت (2007): إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة في بعض سمات الشخصية في ضوء متغير الحالة الاجتماعية.

كذلك أشار "**كوبر سميث** "في كتاباته ودراساته إلى أنّ جذور تقدير الذات تكمن في عاملين رئيسيين هما: الأولى مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوي الأهمية في حياته وهما يختلفون من مرحلة لأخرى باختلاف مراحل الحياة. وقد يكون الوالدين والرفقاء مرحلة بين ذوي المكانة والأصدقاء، والثانية تاريخ الفرد في النجاح.**(عبد العزيز،2012، ص22)**

وبالتالي فإنّ خبرات النجاح في الجامعة من شأنها أن تساهم في تقدير إيجابي للذات عند الطلبة أما خبرات الفشل فتؤذي إلى الإحباط والى سوء التوافق والتقدير السلبي للذات وعدم الرضا عن الحياة. ومن جانب آخر يؤثر أسلوب حياة الطالب في تقديره لذاته وطريقة تفكيره وعمله ونظرته الإيجابية إلى نفسه ومشاعره نحو الآخرين، كما يتضمن الإحساس بالكفاءة والجدارة والاستعداد لتقبل الآخرين وفي إنجازه لأهدافه في الحياة ورضاه عنها. **(الزعبي، 2015، ص57)**

وقد جاءت الدراسة الحالية بناءا على ما أوصت به الدراسات السابقة: **(العمرات والرفوع 2014)، (الزعبي2015)، (حمزاوي2017)، (زكي2018)، (شقورة 2012).**

ومن الدراسات التي تناولت موضوع الرضا عن الحياة: منها دراسة "**محمد جاسر زكي**" **(2018)** التي هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين التنظيم الانفعالي والرضا عن الحياة لدى طلبة جامعات فلسطين بمحافظة غزة، ودلالة الفروق في التنظيم الانفعالي و الرضا عن الحياة تبعا لبعض المتغيرات الحالة الاجتماعية، التخصص، وتكونت العينة من **(612)** طالب وطالبة، وتوصلت إلى نتيجة لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدي طلبة جامعات بمحافظات غزة تعزى لمتغير التخصص (علمي /أدبي).

أما دراسة "**شقورة يحي عمر**" **(2012)** التي هدفت إلى التعرف على كل من مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة فلسطين بمحافظة غزة، كذلك هدفت إلى الكشف عن الفروق في مستوى المرونة والرضا عن الحياة بالنسبة لمتغير التخصص، حيث تكونت العينة من **600** طالب و**200** طالبة، ولقد توصلت إلى نتيجة أنّه لا توجد فروق في مستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغير التخصص.

كما تطرقت دراسة "**كتلو كامل حسن**" **(2015)** التي هدفت إلى تحديد طبيعة العلاقة بين السعادة والتدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين، حيث تكونت العينة من **239** طالبا، وتوصلت النتيجة إلى أنه توجد فروق بين مجموعتي الدراسة مرتفعي السعادة في التدين والرضا عن الحياة والحب لصالح مرتفعي السعادة. **(كتلو،2015)**

وأما عن الدراسات التي تناولت موضوع تقدير الذات: منها دراسة **بن دهنون سامية وماحي إبراهيم(2014)** التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و تقدير الذات لدى طلبة العلوم الاجتماعية، وقد كانت عينة الدراسة(156) طالبا وطالبة يدرسون بالسنة الأولى والسنة الثالثة بجامعة وهران، وتم التوصل إلى النتيجة التالية توجد فروق في متغير تقدير الذات عن مستوى 0.01 بين السنة الأولى والسنة الثانية.

كما استهدفت دراسة "**بن كريمة مريم (2015)** إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات ومستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المعيدين في شهادة البكالوريا بورقلة، تكونت عينة الدراسة من (277) طالبا، تبعا لمتغير التخصص، وتوصلت الدراسة إلى نتيجة أن تقدير الذات ومستوى الطموح يختلف باختلاف التخصص (علميين، أدبيين).

وأجريت **حمزاوي زهية (2017)** دراسة هدفت إلى الكشف عن مساهمة صورة الجسد في التنبؤ بتقدير الذات لدى المراهق، حيث شمل مجتمع البحث تلاميذ المؤسسات الثانوية بأربع مناطق بالجهة الشرقية لولاية مستغانم، وتوصلت إلى نتيجة أنها تساهم صورة الجسد ببعديها(المدركة–الاجتماعية) في التنبؤ بتقدير الذات لدى المراهق، عكس صورة الجسد الجسمية لم تساهم في التنبؤ بتقدير الذات لدى المراهق.

وفيما يتعلق بدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات فقد جاءت: دراسة "**بن سليمان عبد الرحمن**" **(2013)** التي تهدف إلى فحص نوع العلاقة الإرتباطية بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام "**محمد بن سعود**" الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت والطلاب الدارسين بالطريقة التقليدية (بدون استخدام تقنيات التعليم)، تكونت عينة الدراسة من (400) طالب من طلاب جامعة "**الإمام محمد بن سعود**" تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد أظهرت نتائج الدراسة أنّ هناك ارتباطا إيجابيا لتقدير الذات بالرضا عن الحياة لدى أفراد العينة من كلتا المجموعتين. كما بينت نتائج الدراسة أن باستخدام الإنترنت دور فعال في تحسين تقدير الطلاب لذواتهم، مقارنة بالطلاب الدارسين بالطريقة التقليدية.

أما دراسة "**أحمد محمد الزعبي**" **(2015)** هدفت إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة و تقدير الذات لدى عينة طلبة كلية التربية – جامعة دمشق، وتكونت العينة من (300) طالبا وطالبة، وتم التوصل نتائج البحث إلى أنّه وجود مستويات إيجابية متوسطة في كل من الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى الطلبة.

وفي نفس السياق "**محمد سالم العمرات**" و"**محمد أحمد الرفوع**" **(2014)** التي هدفت إلى التعرف على مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقتها بدرجة التقدير الذاتي لدى طلبة جامعة الطفيلة بالأردن، حيث تكونت عينة الدراسة **301** طالب. **(العمرات و الرفوع ،2014)**

وكذلك دراسة "**سليمان**" **(2003)** التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات "**شمال فلسطين**"، "**وفحص**" درجات الرضا عن الحياة وفق لمتغير الحالة الاجتماعية، وتكونت عينة الدارسة من (302) مديرا ومديرة، وخلصت الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير

الـــذات لـــدى مـــديري المـــدارس الحكوميـــة ومـــديراتها فـــي شـــمال فلســـطين.**(أبـــوغبرش والجندي، 141ص، 2016)**

وأجريـا كـل مـن" **هالفورسـين** "و"**هييـردال**" **(2006)** دراسـة لتقيـيم الشخصـية وتقـدير الـذات والرضـا عـن الحيـاة لـدى مرضـى يعـانون مـن محصـلات لمشـكلات الطفولـة والمراهقـة لمـرض فقـد الشـهية للأكـل العصـبي، تكونـت عينـة الدراسـة مـن **(44)**، وقـد أجـري علـيهن عـدد مـن أدوات القيـاس النفسـي قائمـة بيانـات الشخصـية ومقيـاس "**روزونبـرغ**" ولتقـدير الـذات ومقيـاس الرضـا عـن الحيـاة العـام بالإضـافة إلـى البرنـامج العلاجي.وقـد أوضـحت نتـائج الدراسـة وجـود علاقـة بـين الرضا عن الحياة وتقدير المرتفع للذات. **(النملة،2013،ص1322)**

وفـي حـين هـدفت الدراسـة فـي" **تركيـا**" **(2003)** عـن الأثـار الفرديـة – الجماعيـة، وتقـدير الـذات علـى الشـعور بالرضـا عـن الحيـاة لـدى طـلاب الجامعـة والأكـاديميين الأتـراك علـى عينـة مكونـة مـن (696) فـردا، مـنهم(388) طالبـا و(308) أكاديميـا مـن جامعـة" **ميرسـن**". قـد أظهـرت النتائج أن تقدير الذات له علاقة إيجابية عالية بالرضا عن الحياة. **(الزعبي،2012،ص96)**

ومـن خـلال الدراسـات السـابقة التـي تـم تناولهـا حـول موضـوع الرضـا عـن الحيـاة وتقـدير الـذات والعلاقـة بينهمـا، حيـث نـرى أنّ مختلـف الدراسـات ركـزت علـى جانـب معـين واختلفـت مـن حيـث الهدف والنتائج والمتغيرات الوسيطية والبيئية وعدد أفراد العينة.

فعلـى الـرغم مـن أنّ هنـاك اهتمامـا للبـاحثين فـي الجزائـر بدراسـة الرضـا عـن الحيـاة وتقـدير الـذات فـي العديـد مـن المجـالات؛ إلا أنّ دراسـتنا الحاليـة تهـتم بمجتمـع دراسـة جديـدة فـي بيئـة جديـدة وهـي طلبـة قسـم علـم الـنفس وعلـوم التربيـة بجامعـة ورقلـة، كوننـا طالبتـان فـي نفـس الجامعـة لاحظنـا أنّ الطلبـة يعيشـون تحـت الضـغط والتـوتر وتسـريع البرنـامج فـي فتـرة اسـتثنائية، ومـن

جانب آخر فإنّ لهذه الدراسة أهمية كونها تعطي صورة عن الموضوع، ويمكن للقائمين على مجتمع الدراسة توفير الظروف النفسية والاجتماعية في إطار العمل الأكاديمي. وهذا ما سوف يتم بلورة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

1_ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟

2_ ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟

3_ هل توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟

4_ هل توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية؟

5_ هل توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية ؟

2_فرضيات الدراسة:

1_ مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

2_ مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

3_ توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

4_ توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

5_ توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

3_أهمية الدراسة:

– تعد إضافة جديدة إلى مجال الدراسات والبحوث النفسية والتربوية، إذ أن التعرف على الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية جامعة ورقلة أساسا مهما يمكن من خلاله اتخاذ إجراءات عملية كفيلة بالرضا عن الحياة لدى الطلبة بما يسهم في رفع مستوى تقدير الذات لديهم.

– كما يمكن للجامعة الاستفادة من نتائج بحثنا من أجل تقديم الخدمات اللازمة التي من شأنها الإسهام في رضاهم عن حياتهم و تقديرهم لذاتهم لدى طلبة الجامعة.

_ أهمية تناول عينة الدراسة في المرحلة الجامعية التي تعد مهمة جدا في النضج النفسي والعقلي السوي للشخصية، فالطلاب يعتبرون نخبة الأمة، وهي مرحلة تتطلب إجراء دراسات حولها باستمرار نظرا للتغيرات التي يشهدها العالم، وكما أثرت على النمو بشكل عام وعلى الطلبة بشكل خاص.

_ يعد الرضا عن الحياة مهم وله دور فعال يجعل الطالب يتقبل لذاته وللآخرين، ومنه متوافق في مجالات الحياة.

_ إلقاء الضوء على متغير تقدير الذات لدى الطلبة، باعتباره من أهم الصفات التي يتحلى بها، لأنّ عندما يكون تقدير الطلبة لذاتهم مرتفع يساهم في بناء شخصية متزنة، وإذا كان تقديرهم لذاتهم منخفض مما يؤذي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي.

4_أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

1_ معرفة مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

2_معرفة مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

3_الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

4_ الكشف عن الفروق في الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

5_حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية بالمجالات التالية:

1- **الحدود الزمنية:** يتحدد التطبيق الميداني لهذا البحث من خلال الفصل الدراسي الثاني للموسم الدراسي 2021/2020.
2- **الحدود البشرية:** تحددت هذه الدراسة بالعينة التي يبلغ عددها (194) طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.
3- **الحدود المكانية:** تم تطبيق هذا الدراسة في مدينة ورقلة على طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية في كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية في جامعة قاصدي مرباح.
4- **الحدود الموضوعية:** البحث الميداني يقوم على استطلاع أراء طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية لمعرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة تقدير الذات، واستخدمنا المنهج الوصفي الارتباطي الفارقي فيعتمد على الاستبيان كأداة لجمع البيانات من أجل الدراسة ولتحقيق أهدافه.

6_التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

1. الرضا عن الحياة:

هو تقييم طالب علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الطالب للظروف الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد انه مناسب لحياته .

ويقاس الرضا عن الحياة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي 1998، ويتكون المقياس من الأبعاد التالية: (السعادة، الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي).

- **بعد السعادة :**

هـي حالـة مـن الإيجابيـة التـي يكـون عليهـا طالـب قسـم علـم الـنفس وعلـوم التربيـة، وشـعوره بالأمن والطمأنينة والرضا والارتياح عن ظروفه الحياتية.

- **البعد الاجتماعي:**

هـو تمييـز سـلوك الطالـب بالتسـامح والمـدح وميلـه إلـى الضـحك وتبـادل الدعابـة وتقبـل الآخرين وتكوين علاقات اجتماعية بالآخرين.

- **بعد الطمأنينة :**

هو شعور الطالب بالروح المعنوية المرتفعة، والنوم الهادئ المسترخي، وتقبل نقذ الآخرين.

- **بعد الاستقرار النفسي :**

هـو شـعور الطالـب بالرضـا عـن نفسـه وعـن كـل شـئ فـي حياتـه التـي تولـد البهجـة المزدوجـة بالتفاعل في المستقبل.

- **بعد التقدير الاجتماعي :**

هـو نظـرة الآخـرين الإيجابيـة إلـى الطالـب بمـا تتضـمنه شـعوره بالثقـة اتجـاه سـلوكه الاجتمـاعي، وثقة الآخرين في قدراته على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه.

2_تقدير الذات:

هـو الاتجـاه الـذي ينـتج عـن تقيـيم طالـب قسـم علـم الـنفس وعلـوم التربيـة بجامعـة **قاصـدي مربـاح ورقلـة** لذاتـه وذلـك حسـب تصـوره ومدركاتـه ومـدى رضـه عـن ذاتـه وجدارتـه فـي مواجهـة مختلف المواقف.

ويقـاس تقـدير الـذات بالدرجـة التـي يتحصـل عليهـا الطالـب فـي مقيـاس تقـدير الـذات الـذي عدلتـه الباحثـة شـرقي حوريـة علـى البيئـة الجزائريـة ويتكـون المقيـاس مـن الأبعـاد التاليـة: (العـام والاجتماعي والأسري و المدرسي).

• **بعد تقدير الذات العام:**

هـو النظـرة السـلبية التـي يحملهـا الطالـب نحـو نفسـه وتظهـر فـي رغبـة الطالـب أن يكـون شخصا آخر واستسلامه بسرعة عند مواجهة مواقف صعبة.

• **البعد الاجتماعي:**

هـو سـعادة الطالـب مـع وجـوده مـع الآخـرين ومـع ذلـك يقتنـع النـاس أفكـاره عـادة، وهـم محبوبـون أكثر منه.

• **البعد الأسري:**

مراعـاة مشـاعر الطالـب مـن طـرف أسـرته لأنـه تتوقـع منـه نجاحـات كثيـرة، كمـا هـو يتضـايق بسرعة ويود ترك البيت.

• **البعد المدرسي:**

هـو الاتجـاه التقييمـي الـذي يكونـه الطالـب عـن ذاتـه ضـمن محيطـه المدرسـي ويتجلـى ذلـك مـن صعوبة التحدث أمام زملائه وشعوره بالضيق من دراسته وينقصه التشجيع من طرف أساتذته.

الفصل الثاني:

الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

تمهيد

1- تعريف الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

2-النظريات المفسرة للرضا عن الحياة.

2-1- نظرية التكيف والتعود.

2-2- نظرية القيم والمعاني والأهداف.

2-3- نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز.

2-4 نظرية المواقف.

3- النظريات المفسرة لتقدير الذات.

3-1- نظرية ماسلو.

3-2- نظرية كارل روجز.

3-3- نظرية كوبر سميت.

3-4- نظرية التحليل النفسي.

3-5- نظرية روزنبرغ.

4- العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

خلاصة

تمهيد:

يعتبر مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم النفسية الهامة في مجال الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي والتي لديها صلة وثيقة ببعض المصطلحات كالسعادة ونوعية الحياة والطمأنينة، فالرضا عن الحياة يدل على قناعة الفرد ورضا عن محيطه من خلال استعماله لمختلف الأساليب السليمة التي توفر له ذلك وحسن تقديره لنوعية حياته، كما يحتل موضوع تقدير الذات مركزا هاما في نظريات الشخصية والصحة النفسية، ويعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا على سلوك الفرد.

فلذلك يعتبر الرضا عن الحياة وتقدير الذات أحد المؤشرات التي تبين تمتع الفرد بالصحة النفسية، وموضوع الرضا عن الحياة وتقدير الذات كان ولا زال من أهم الموضوعات التي تفرض نفسها كمجالات خصبة للبحث في العلوم النفسية لما لها من أهمية.

كما لا يمكن الحديث عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعية إلا في ضوء فهم العلاقة بين متغيرات الدراسة بشكل عام، ونظرا لأهمية الموضوع سنقوم بالبحث فيه والتمحيص في عناصره للكشف عن ثناياه، ونقوم بذلك من خلال طرح الموضوع التالي: سيتم عرض تعريف الرضا عن الحياة وتقدير الذات والنظريات الخاصة بالرضا عن الحياة وتقدير الذات وتفسيرها في ضوء طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

1_ تعريف الرضا عن الحياة وتقدير الذات:

تعريف الرضا عن الحياة:

لقد تعددت تعاريف الرضا عن الحياة واختلفت بين العلماء والباحثين كل حسب توجهه وسنحاول فيما يلي سرد بعض التعريفات:

تعريف "**الديب**"**(1994)**: هو تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، ويبدو هذا الرضا في توافق الشخص مع ربه وذاته وأسرته وسعادته في العمل وتقبله لأصدقائه وزملائه كما يتضمن الرضا عن الإنجازات الماضية والتفاؤل بالمستقبل والقدرة على تحقيق الأهداف.**(العلوان،2006،ص22).**

كما يعرفه "**مجدي الدسوقي**" **(1998)**: بأنّه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد بأنه مناسب له ولقدراته ولمدركاته وخبراته، ولحياته بشكل عام. **(القتامي،2016،ص7)**

يتضح من خلال التعريف أن تقييم الفرد لحياته يكون وفق مرجع وهو المستوى الأمثل الذي يفترضه لنفسه وحياته.

ويعرفه "**الشعراوي**" **(1999)**: أنّه أحد موضوعات تكيف الحياة وفيه تكون مشاعر الفرد عن نشاطه وإحداث حياته وتوجهاته من العوامل التي تؤذي إلى سعادته حيث أنّه استجابة ذاتية من الفرد لجانب معين في الموقف الذي يتعرض له، ففي المرحلة الجامعية يمثل استجابة الطالب على الشعور بالارتياح نحو البيئة الاجتماعية والأكاديمية والانفعالية التي يشارك فيها الفرد ذاته. **(شقورة،2012، ص28)**

يركز التعريف على أن تحقيق الرضا عن الحياة يكون بشعور الفرد بالسعادة، وهذه الأخيرة تتحقق عندما يشعر الفرد بالارتياح حول نشاطاته وتوجهاته وإحداث حياته وشعوره بالارتياح نحو البيئة.

كما تعرفه **منظمة الصحة العالمية:** هو معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه.**(قنون، 2013، ص 103)**

من خلال التعريف يتضح أنّ مفهوم الرضا عن الحياة يتأثر بالمعتقدات والتوقعات والأحكام التي يبنيه الفرد من وجهة نظره الخاصة وتقيمها لها من خلال الظروف البيئة والعوامل الثقافية الذي يعش فيه الفرد.

كما يعرفه "**ريس**": الرضا عن الحياة هو قدرة الشخص على التكيف مع المشكلات التي تواجهه وتؤثر على سعادته.**(سليمان، 2003)**

يركز التعريف على أنّ الرضا عن الحياة يكون من خلال قدرة الشخص على التكيف مع المشكلات.

كما عرفه "**هيرلوك**": الرضا عن الحياة هو تقيم الأفراد لحياتهم من وجهة نظرهم الخاصة، وهذا التقييم فيه جانبين الأول: معرفي ويتمثل في إدراك الأفراد و تقييمهم للحياة بشكل عام أو تقييم جوانب محددة من الحياة مثل الرضا عن الحياة، والرضا الزواجي، أو الرضا عن العمل، والثاني: تقييم الأفراد لحياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة، التي تسبب إما بالسعادة والفرح أو التوتر والقلق والاكتئاب، وبالتالي الشعور بالرضا أو عدم الرضا بدرجات مختلفة. **(قنون، 2013، ص103)**

ركز هذا التعريف على تقييم الأفراد لحياتهم من وجهة نظرهم الخاصة وهذا التقييم يكون من جانبين الأول يكون معرفي والثاني يكون بناءا على تكرار الأحداث السارة وغير السارة.

من خلال التعارف السابقة لمفهوم الرضا عن الحياة يمكن القول أنّها تتفق جميعا في أن الرضا عن الحياة هو عبارة عن كيفية تقييم ذاتيا لحياتهم بأبعادها المختلف، من خلال المعتقدات والتوقعات وحالة من التقبل والسعادة، التي يبديها الفرد وتتأثر بالظروف البيئية والعوامل الثقافية وقيم المجتمع.

تعريف تقدير الذات:

لقد تعددت تعاريف تقدير الذات واختلفت بين العلماء والباحثين كل حسب توجهه، وسنحاول فما يلي سرد بعض التعريفات:

تعريف تقدير الذات الذي وضعه"**Brandon Nathanil**" الذي تبناه المجلس القومي الأمريكي لتقدير الذات، حيث يعرفه على أنه خبرة الفرد في أن يكون قادرا على إدارة ومعالجة تحديات الحياة والشعور بأنه جدير بالسعادة.**(الزغبي،2015، ص 62)**

ركز التعريف على الجانب الإيجابي في تعريف تقدير الذات.

كما عرفه "**روزونبرغ**": بأنه اتجاهات الفرد الشاملة سالبة أو موجبة نحو نفسه، وهذا يعني أن تقدير الذات العالي هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، بينما يعني تقدير الذات الواطئ عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات.**(عبد العزيز،2012،ص27)(شيبة،2015،ص62)**

يعني تقدير الذات حسب "**روزونبرغ**": هو فكرة المرء عن نفسه، فكرة شاملة يضع نفسه بها موضع القبول أو الرفض، فيقبل نفسه ويقدرها أو يرفضها .

وفي نفس السياق عرفته "**قطب**": بأنه كل ما يعطيه الفرد من تقديرات للصفات الحسنة والسيئة لابد من حيث درجة توافرها في ذاته أو مدى اعتزاز الفرد بنفسه، أو بمعنى أخر مستوى لنفسه. **(شيبة،2015،ص64)**

قد أشار هذا التعريف إلى أن تقدير الذات يمكن أن يكون سلبيا أو إيجابيا حسب مستوى تقييم الفرد لنفسه انطلاقا من الاتجاهات التي يصدرها على نفسه.

كما عرفه "كوبر سميت" بأنها: تقييم الفرد لنفسه ونفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح و الفشل قوة الشخصية .**(سايح،2015،دص)(شيبة،2015،ص61)(حمري،2012،ص15)**

ركز كوبر سميث في تعريفه على أن تقدير الذات هو التقدير الذي يعبر عنه الفرد من خلال الاتجاهات التي يحافظ عليها نحو ذاته.

وأوضحت "**مريم سليم**" (2003) بأن تقدير الذات هو مجموعة المشاعر والقناعات التي يكونها الفرد عن ذاته وأن تقدير الذات يبني على ما يعتقده الفرد وما يشعر به إزاء صورته لنفسه.

يتضح من خلال التعريف السابق أن مريم سليم ركزت في تعريفها لتقدير الذات على الجانب الوجداني والذي يظهر في مجموعة المشاعر وشعور الفرد عند تقيميه لذاته.**(عمور،2018،ص143)**

نستخلص من خلال التعاريف أن تقدير الذات هو الحكم الذاتي كما يتصوره الشخص عن نفسه، والذي يتأثر بما يدور حوله متغيرات، باعتبار أن هذا الفرد يتفاعل مع المحيط الذي يعيش فيه، وهذا التقدير إما أن يكون إيجابيا فيؤذي بالفرد إلى مواجهة التحديات إما يكون سلبيا فيؤدي به إلى رفض الذات والفشل والهزيمة.

2_النظريات المفسرة للرضا عن الحياة:

لقد تعددت النظريات التي فسرت مصطلح الرضا عن الحياة وفيما يلي سنتناول أهم هذه النظريات:

2-1 نظرية التكيف أو التعود:من أهم رواد هذه النظرية"بريانت Bryant، فيروف ليمونCitron verov"

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، فنتائج الدراسات تشير إلى أن الأفراد من مختلف الأعمار وبغض النظر عن الجنس لا يختلفون في الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة ويرجعون السبب إلى مدى التكيف والتأقلم مع الأوضاع الجديدة. **(عيسى، 2013، ص56)**

عند إسقاط هذه النظرية على طلاب قسم علم النفس وعلوم التربية، فنجد هم يتصرفون بشكل مختلف اتجاه الأحداث الجديدة التي تمر عليهم في حياتهم الجامعية فقد نجد بعضهم يتكيفون بسرعة، وآخرين يحدث لهم عدم التكيف، ففي الأيام الأولى من التحاقهم بالكلية أو الجامعة، فيجدون أنفسهم في دوامة من التفكير من خلال إثارة تساؤلات عما سيواجههم فيها، سواء في تخصصهم الدراسي أو علاقتهم مع زملائهم وأساتذتهم، وبمرور الوقت ومواكبة التغيرات الجامعية ووضوح الرؤية يستطيع بذلك تحديد أهدافهم وتحقيقها.

2-2- نظرية القيم والمعاني والأهداف: ومن رواد هذه النظرية نجد "لونغ وهيكهوزن Long & Heckhausen"، "بورتنر وهالتشر Bortner & Hultschiar"، "لوكاس وديني Lucas & Diener" حيث يرى **"لوكاس وديني"** (Lucas & Diener,1999) أن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم ويختلف الشعور بالرضا باختلاف أهداف الأفراد ودرجة أهميتها بالنسبة لهم حسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون فيها، وتدل الدراسات على أن الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم وينجحون في تحقيقها ويتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم، أو تتعارض أهدافهم مما يؤذي إلى الفشل في تحقيقها والشعور بعدم الرضا ويعتمد تحقيق الأهداف على الاستراتيجيات المتبعة في تحقيقيها والتي تتلائم مع شخصية الأفراد وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولوية هذه الأهداف. وتشير دراسة "**لونغ وهيكهوزن**" (Long & Heckhausen) إلى أن الأفراد الذين يسيطرون على أهدافهم وأمور حياتهم والمهمات التي يمارسونها في حياتهم اليومية تزداد لديهم مشاعر الرضا عن ألحياة لأن السيطرة على المهمات النمائية وأمور الحياة من شأنه زيادة المشاعر الإيجابية تجاه الذات وأمور الحياة وزيادة مشاعر الرضا بشكل عام.**(نويبات،2013،ص131)**

كما بينت دراسة **بورتنر وهالتشر** (Bortner & Hultschiar) وجود علاقة إيجابية بين النجاح في تحقيق الأهداف ومستوى التعليم وزيادة الرضا عن الحياة.

والمتأمل في هذه النظرية يجد أن أصحابها يعتبرون أن الإنسان يكون راض عن الحياة عندما يحقق طموحاته، أو عندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، أي أنه لا توجد فجوة عميقة بين ما يطمح إليه وما تحصل عليه فعلا، فيؤكد أصحاب هذه النظرية أنه على الإنسان أن يختار لنفسه أهدافا تتناسب مع إمكانات تحقيقها حتى يشعر بالنجاح والتوفيق، ويشعر بالكفاءة والجدارة، وبهذا يرضى عن نفسه وعن حياته.**(نويبات،2013،ص131)**

أثناء إسقاط هذه النظرية على طالب قسم علم النفس وعلوم التربية، فنجده عندما يختلف شعوره بالرضا عن الحياة باختلاف أهدافه، ويتمتع بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة عندما يكون ناجح في تحقيقها، فعندما نتحدث عن متغير الحالة الاجتماعية فنجد كل من الطالب المتزوج أو الأعزب لديه أهداف يدركها و يسعى إلى تحقيقها فيكون من خلال اختيار إستراتيجية متبعة في تحقيقها ومنه يكون له مشاعر الإيجابية اتجاه الذات وزيادة الرضا عن حياته، وأحيانا نجد الطالب يسعى للدخول إلى الجامعة ولكن لم يضع أهداف من أجل تحقيقها؛ وربما يرى أن الصعود إلى الجامعة مجرد لهو وكثرة الترفيه فيكون بذلك مستجيبا لأهوائه أو رهينة لها فهنا يكون غير مدرك لحقيقة أهدافه، وربما يؤذي به إلى الفشل "في تحقيقه والشعور بعدم الرضا.

3.2 نظرية الفجوة بين الطموح والإنجاز: من أهم رواد هذه النظرية "**كاميل camille، كونرس conners، روجرز rogers**".

يرى أصحاب هذه النظرية أن الإنسان يرضى عن حياته عندما يحقق طموحاته، وعندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته أما عندما تكون طموحاته أعلى من إمكانياته ولا يستطيع تحقيق أهدافه فلا يرضى عن نفسه ولا عن حياته، بل يكون ساخطا متذمرا من نفسه ومن الحياة.

فالطموح الزائد مع ضعف الإمكانيات وعدم القدرة على تحقيق الأهداف يعرض الإنسان للإحباط المتكرر، ويجعله تعسا حزينا على مافات، قلقا على ما سيأتي في المستقبل، ويدعو أصحاب هذه النظرية إلى تحقيق التوازن بين الطموحات و الإمكانيات، فيضع الإنسان لنفسه طموحات يقدر على تحقيقها عن نفسه وعن حياته. **(شقورة،2012، ص35)**

بينما يعيش طالب قسم علم النفس وعلوم التربية في ظروف طيبة، تشعره بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فإذا تحدثنا عن متغير المستوى التعليمي قد يكون الطالب في بيئته توفر له ظروف طيبة تشعره بالرضا عن حياته سواء طالب ليسانس أو ماستر وبالرغم من وجود ظروف طيبة تشعره بالأمن والنجاح، إلا أن الطالب يشعر بعدم الرضا عن حياته قد يكون طول حياته اعتاد على أن تقدم له كامل الخدمات المرتبة والاحتياجات بكل يسرو سهولة إضافة إلى الحنين للأهل، وعند التحاقه بالجامعة يجد نفسه هو من يتخذ قراراته و يتحمل نتائجها، بالإضافة إلى نظام الدراسة الذي يعتمد على اجتهادها، وبالرغم من ذلك يمكن أن الطالب في هذا التخصص يكون محظوظ لأنه يدرس مقياس يساعده على التكيف مع الوسط الجامعي كالصحة النفسية التي تم دراستها في ليسانس وعلم النفس التربوي ساعدتنا كثيرا في التغلب على الضغوظ و الاستمرار في دراستنا وكذا تناولنا مقياس الإرشاد الأسري وهو الأخير الذي يساعدنا على التكيف، ومنه تحقيق أهدافنا التي تكون حسب طموحاتنا في الحياة وشعورنا بالرضا عن الحياة وهذا حسب تجربتنا.

2-4 نظرية المواقف:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الإنسان يرضى عن الحياة عندما يعيش في ظروف طيبة، يشعر فيها بالأمن و النجاح في تحقيق ما يريد من أهداف فيجد الصحبة الطيبة، ويتزوج امرأة صالحة، ويكون أسرة متماسكة ويحصل على عمل جيد مع المعافاة في البدن، ففي هذه الظروف يكون الإنسان راضيا وسعيدا و متمتعا بصحة نفسية. **(شقورة،2012،ص35).**

أثناء إسقاط هذه النظرية على حياة الطالب قسم علم النفس وعلوم التربية، فنجد عندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته لديه أعلى درجة من الرضا عن الحياة، فإذا تحدثنا عن التخصص فنجد اختيار الطالب للتخصص الذي يريد دراسته في الجامعة، مثل تخصص علم النفس وعلوم التربية فيجد نفسه قريبا من طموحاته، أما عندما يكون التخصص بعيد عن طموحاته على سبيل المثال إذا تم اختياره تحت ضغط من طرف والديه أو غيرهم، فيخفق في دراسته ويقرر التوقف عن الدراسة، وربما نجده بعيد كل البعد عن طموحاته ويكون ساخطا متذمرا من نفسه ومن الحياة، ويشعر بعدم الرضا عن الحياة ككل.

مع اختلاف النظريات السابقة في تفسير الرضا عن الحياة فإن المتأمل في أفكارها يجدها متكاملة وليست متعارضة أو متناقضة، لأن عوامل الرضا كثيرة ومتنوعة وتختلف من شخص إلى آخر وتختلف في الشخص الواحد من وقت إلى آخر فبعض الناس يرضون عن الحياة عندما تكون ظروف الحياة طيبة وتسير وفق ما يريدون وغيرهم يرضون عنها عندما تحقق طموحاتهم في مستوى قدراتهم، وآخرون يرضون عنها عندما يحققون طموحاتهم وينجزون أهدافهم، وفريق يرضون عندما يستطيعون التكيف مع الأحداث والظروف المحيطة.

3_النظريات المفسرة لتقدير الذات:

تعددت النظريات المفسرة لتقدير الذات ومن بينها:

1.3 نظرية ماسلو:

رأى "**ماســـلو**" أنَ الأفـراد الـذين يسـعون لتحقيـق ذواتهـم، جميعـا بـدون اسـتثناء مغـرمين أو منهمكـين فـي عمـل مـا ومخلصـين لـه، ويعتبـر هـذا العمـل بالنسـبة لهـم ذات قيمـة نفسـية فهـذا بحـد ذاتـه شـئ عظـيم. فمثـل هـؤلاء الأفـراد يسـعون لتحقيـق المثـل العليـا كـالخير، الحقيقـة، الجمـال، العدالـة والتـي تعـد لهـم قـيم حياتية هامة.**(عبد ربه، 2010، ص32)**

عند إسقاط هذه النظرية على طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية نجدهم يسعون إلى تحقيق ذواتهم جميعا بدون استثناء، وبعد شعورهم بالأمن والانتماء وإشباع الحاجات الأولية؛ انطلاقا من التكيف الجيد مع ضغوطات الحياة المؤذية به إلى شخصية سوية.

فالتكيف مع البيئة يعتبر من أهم العوامل التي تلعب دورا في خفض أو رفع من تقدير الذات والتي تسمى البيئة الجامعية. وكذلك نجدهم منشغلين، منهمكين، مخلصين في عملية البحث المستمر على المعلومات التي تساعدهم

في فهم تخصصهم، وهذا يعتبر بالنسبة لهم ذات قيمة نفسية وأهمية كبيرة في حياتهم للوصول إلى غرض معين وقد نجد القيم الحياتية لهؤلاء الطلاب هو تحقيق المراتب العليا والخير الذي يظهر من خلال مساعدة ذوي صعوبات التعلم أو تقديم أيام توجيهية للمقبلين على شهادة مثلا.

2.3 نظرية كارل روجز:

وتقوم نظرية كارل روجرز على النظرة الطبيعية للإنسان، تلك النظرة التي تفترض وجود قوة دافعة لدى الإنسان، وهي النزعة إلى تحقيق الذات، والذات هي جوهر الشخصية إنسانية، و أن مفهوم الذات

حجر الزاوية الذي ينظم السلوك الإنساني. و يعتقد "روجرز "أنَ مفهوم الذات يتأثر بخبرات الفرد و قيم

الآباء، وأهدافهم، و فكرة المرء عن نفسه متعلمة، وهي ارتقائية منذ الميلاد وتتمايز بالتدريج خلال

مرحلتي الطفولة والمراهقة، وهناك ثلاث مصادر لتكوين صورة الفرد عن نفسه:

1- قيم الآباء وأهدافهم، والتصورات التي يواجهها الفرد للمجتمع المحيط.

2- خبرات الفرد المباشرة.

3- التصورات التي تكون الصورة المثالية التي يرغب أن يكون عليها. ويقوم مفهوم الذات لدى الفرد

بوظائف مختلفة:

أ. وظيفة دافعية: هي التي تحفز المرء على السلوك لتحقيق الأهداف.

ب. وظيفة تكاملية: تؤدي إلى تكامل السلوك الفردي بما يحقق صورة الفرد عن نفسه. و هو يرى أنَ

الفرد إذا أدرك نفسه على أن يتصرف في مختلف المواقف بما يتلائم مع صورته عن نفسه، فإنَه

يشعر بالكفاية والجدارة والأمن، أما إذا شعر بأنَه يتصرف خلاف فكرته عن نفسه، يشعر

بالتهديد والخوف. ولما كان لدى الفرد حاجة ملحة كي يظهر أما الآخرين على أنه قوي و

جدير و قادر على حل مشكلاته، والاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته، و يعيش بما يتلائم مع

صورته عن ذاته، فإنَ على المرشد النفسي أن يستثمر هذه الحاجة وأن يعتمد على تكنيكات و

أساليب تساعد المسترشد على تحقيق هذه الحاجة الملحة و العمل بطريقة ايجابية سوية ويرى

أيضا أن وظيفة الذات هو العمل على وحدة وتماسك الجوانب المختلفة للشخصية، وإكسابها

طابعا مميزا، كما يقوم مفهوم الذات بتنظيم الخبرات التي يكتسبها الفرد في إطار متكامل.

(عبد ربه، 2010، ص33)(أوشن، 2015،ص85)

عند إسقاط نظرية **كارل روجز** على طلاب قسم علم النفس وعلوم تربية الذي يعتبر مفهوم تقدير الذات من طرف الطلاب جوهر الزاوية التي من خلالها يستطيعون تقدير الذات بطريقة إيجابية أو سلبية.

وقد يوجد عدة مصادر تؤثر عليهم في مختلف المراحل من بينها المرحلة الجامعية؛ فالطالب يضع أفكار ذاتية انطلاقا من التصورات الذهنية، عما يعتقد اتجاه نفسه، معززا ذلك بمشاعر وسلوكات تدعم تلك الصورة حتى يحقق ما يسعى إليها بصورة واقعية، حيث أكد **(ماهلي، ريزنر،2005)** «في ضبط العوامل المؤثرة على الذات وتقدير الذات من بينها الأفكار الذاتية».

أما عن الخبرات المباشرة التي يتعرض إليها الطالب يوميا في الوسط الجامعي، يتعلم منها الكثير فمجرد اختيار تخصص علم النفس وعلوم التربية ربما سوف يكتسب مهارات التواصل مع الآخرين، والسيطرة على النفس والمشاعر وردود الأفعال في مواقف معينة. فيشعر الطالب بالكفاية والجدارة والأمن وكل هذه الصفات تعبر عن تقدير الذات المرتفع. فهنا يستطيع الطالب أن يقدر ذاته انطلاقا من الإنجازات التي توصل إليها،**(حمــزاوي،2017)**: «وهذا يعتبر قسم من أقسام تقدير الذات الذي يسمى بتقدير الذات المكتسب فهو يتحقق بإنجازات الشخص ونجاحاته في الحياة فيبنى على فكرة أن الانجاز يأتي الأول ثم يتبعه تقدير الذات».

3-3 نظرية كوبر سميث:

يعتبر تقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإنَ كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقليمية نحو الذات، فإنَ هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند "**كوبر سميث**" هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنَه تصنعه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن ذاته إلى قسمين:

- التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

- التعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.**(قوقي، 2016، ص64)**

يعتبر طالب قسم علم النفس وعلوم التربية عن تقدير الذات على أنَه الحكم الذي يصدره عن نفسه، من خلال الاتجاهات السلبية أو الايجابية فعلى سبيل المثال الطالب المتزوج لديه مسؤوليات اتجاه عائلته إلا أنه نجده يريد إتمام دراسته لتحقيق أهدافه وطموحاته، التي يرى أنه تصنعه على نحو دقيق وصحيح.

حيث يعتبر التعبير الذاتي: هو إدراك الطالب لذاته ووصفه لها؛ من خلال النجاح الدراسي في الجامعة الذي يتوقف بدرجة كبيرة على الصورة التي يحملها حول ذاته، فامتلاك المشاعر الإيجابية لها قيمة حول الذات.

أما التعبير السلوكي: هو الأساليب السلوكية التي تظهر لدى الطالب لديه تقدير ذاتي مرتفع (لديهم حب الاستطلاع، يطرحون الأسئلة، يستجيبون للتحديات)، والتقدير الذاتي المتدني (يفتقرون الثقة في قدراتهم، لا يستطيعون حل مشاكلهم).

4.3 نظرية التحليل النفسي:

تقوم نظرية التحليل النفسي على ثلاث مسلمات أساسية عن الطبيعة الإنسانية، أولها أنَ السنوات الخمس الأولى من حياة الفرد هي أهمها وأكثرها تأثيرا في سلوكه في المراحل التالية من حياته، سواء كان سلوكا سويا أو شاذا، وثانيها إنَ الدفاعات الغريزية الجنسية للفرد هي محددات أساسية لسلوكه، وثالثها إنَ الجانب الأكبر من سلوك الفرد تحكمه محددات لا شعورية قد أعطى "**فرويد** "مكانة بارزة للأنا في بناء الشخصية ويرى "**الشهري1999**" أن الأنا تقوم بدور وظيفي وتنفيذي اتجاه الشخصية، إضافة إلى أنَها تحدد الغرائز لتقوم بإشباعها وتحدد أيضا إلى جانب ذلك كيفية إشباعها كما تقوم أيضا بمنع تفريغ الشحنة حتى يحين الوقت المناسب لتفريغها، وتقوم بالاحتفاظ بالدوافع النفسية بين متطلبات الصراع الأخلاقي للشخصية، وبين الدوافع الطبيعية ولها القدرة على الاحتفاظ بالتوافق بين الدوافع والضمير. **(قوقي، 2016، ص57)**

عند إسقاط هذه النظرية على طالب قسم علم النفس وعلوم التربية نجد الأنا هو العنصر الأساسي في بناء الشخصية، وهو الذي يتحكم في دوافع الطالب من حيث تفريغها أو التحكم بها للموازنة بينما يفرضها لواقع من أخلاقيات ودوافع الطبيعة أي أن وظيفته هي التوافق بين الواقع والضمير. وكذا يتعامل بها مع المجتمع والواقع الخارجي مباشرة، وبما أنه في مرحلة جامعية تلعب في تكوينه عوامل أساسية منها الذكاء والتكوين البدني ودرجة الاتزان الانفعالي ودرجة الضغط الدوافع الداخلية، وكذلك معرفة الغير وتمثيل الأنا بالآخرين.

3_5 نظرية روزنبرغ:

لقد حاول "**روزنبرغ** "دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقدير المراهقين لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أنْ يحترم الفرد ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها.

وقد وسع "**روزنبرغ** " دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميات تطور صور الذات الايجابية في فترة المراهقة، واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته، ويسعى إلى براز العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة والسلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا، كما قام بالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك. واعتبر" **روزنبرغ** "أنَ تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه. كما طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وتعد الذات هي إحدى هذه الموضوعات، فالفرد يكون اتجاها نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعات الأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفى هذه الفكرة معتبرا أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى، وبذلك أكد أنَ تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض.**(حمري، 2012، ص19)**

عند إسقاط نظرية" **روزنبوغ** " على طالب قسم علم النفس وعوم التربية، نجد أن طالب يقوم بتقييم ذاته من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به؛ فهو كائن اجتماعي يخضع سلوكه إلى معايير الجماعة التي ينتمي إليه وبداية من الأسرة.

وربما يختلف تقدير الذات الطالب قسم علم النفس وعلوم التربية ونظرته إليها، باختلاف الجو الأسري الذي ينشأ فيه ونوعية العلاقة التي تسوده؛ وإذا كان الطالب يلقى من أسرته الرعاية و الاهتمام والحب فقد يساعده على تكوين تقدير الذات إيجابيا والتي أكدت عليه" **مريم سليم2003**" **(سايح زليخة،2015):** «الحب والعاطفة غير المشروطين والاحترام والاهتمام تعتبر من عوامل أساسية في تكوين تقدير الذات، وهذا يختلف عن الطالب المهمش والمحروم فقد يصبح لديه شعور بالحرمان والنقص ويقدر ذاته بشكل سلبي».

ومـن ناحيـة أخـرى يبقـى تقيـيم الطالـب لذاتـه ربمـا يرجـع إلـى شخصـيته وحريتـه فـي قبـول أو رفـض الـرأي، وذلـك مـن خـلال السـلوكات السـابقة والنجاحـات والأحـداث التـي يعيشـها انطلاقـا مـن دخـول الجامعـة واختيار التخصص علم النفس وعلوم التربية .

4_العلاقة بين النظريات الرضا عن الحياة وتقدير الذات:

ربما تظهر علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات من خلال نقاط تتفق فيها النظريات:

*أن طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية ينطلقون في تقييم ذاتهم والرضا عن الحياة من القيم السائدة في البيئة أو المجتمع.

*تتفق نظرية المواقف والتكيف ونظرية "**كارل روجز**" مع " **نظرية ماسلو**": ربما يتكيف الطالب مع الوسط الجامعي فيشعر بالأمن فيها دون وجود خطر يهدده، وتوفير الاحترام بين أعضاء الأسرة التربوية والحب فيشعر بالحاجة إلى الأهل والأصدقاء أو احتياجه أن يكون جزء من المجتمع، حتى يصل الطالب إلى التفكير في إشباع الحاجات العليا والتي هي تقدير الذات والرضا عن حياته حيث أشار "رانجيت **ومالهي وريزنر**"(2005): « أن الشعور بالرضا في الواقع أحد النتائج المترتبة على التقدير المرتفع للذات. فالأشخاص الذين يتمتعون بتقدير مرتفع لذاتهم يشعرون بالرضا معظم الوقت، والذين لديهم تقدير متدني لا يشعرون بالرضا عن أنفسهم؛ فهم يشعرون بأنهم غير ذوي الشأن ويفتقرون تقدير الذات».

*كما تعتبر الأهداف التي يصممها الطالب مصدر من مصادر تعزيز تقدير الذات والرضا عن الحياة وهذا ما إلتمسناه في نظرية المعاني والأهداف التي تتفق مع نظرية "**ماسلو**" على أنَ الطلاب يسعون إلى تحقيق ذواتهم جميعا بدون استثناء وهذا بعد شعورهم بالأمن والانتماء وإشباع الحاجات الأولية . ويتمتع الطالب بدرجة أعلى من الرضا عندما يكون ناجحا في اختيار إستراتيجية متبعة التي تم تحقيقها، ومنه يكون له مشاعر وتقدير إيجابي اتجاه الذات وزيادة الرضا عن حياته.

*يعتبر أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات هو حالة داخلية تظهر في سلوكه واستجابات الطالب، فعلى سبيل المثال في نظرية "كوبر سميث" ترى أن تقدير الذات يظهر في تعبير سلوك الطلاب وكذلك الرضا عن الحياة يظهر من خلال الفرح، تقبل الحياة أو العكس حزينا على ما فات ساخطا حسب نظرية الطموح والإنجاز.

خلاصة:

في هذا الفصل إلى إلمام بجميع الجوانب المتعلقة بالرضا عن الحياة وتقدير الذات، حيث تطرقنا في البداية إلى تعريف متغيرات الدراسة، كذلك تم عرض تفسير النظريات والعلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

ومن خلال عرضنا إلى المعلومات في هذا الفصل، قد اتضح لنا أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات له دور هام في الحياة الفرد والجماعة، وفي حين أن الفرد ربما لا يستطيع تحقيق الرضا عن الحياة وتقدير الذات؛ إلا الثقة بقدراته ونظرته الإيجابية لنفسه وشعور بالأمن والنجاح وتوفير ظروف الطيبة.

الفصل الثالث:

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1-المنهج المتبع.

2-مجتمع الدراسة وعينتها.

3-أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية .

4-إجراءات الدراسة.

5-الأساليب الإحصائية المستخدمة.

خلاصة

تمهيد:

بعدما تطرقنا في الفصول السابقة إلى الجانب النظري تطرقنا للمفاهيم الأساسية للدراسة سنعرض في هذا الفصل إجراءات الدراسة الميدانية بإعطاء فكرة حول المنهج المتبع في الدراسة إضافة إلى مجتمع الدراسة ووصف أداة الدراسة وإجراءات تطبيق الدراسة الأساليب الإحصائية في تحليل النتائج.

1- منهج الدراسة:

بما أن هدف الدراسة هو الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية، ومدى تأثير بعض المتغيرات الأخرى على العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات فإن المنهج المناسب هو الوصفي الارتباطي الفارقي وذلك من خلال تفسير الظاهرة بعد وصفها وصفا علميا دقيقا.

2-مجتمع الدراسة وعينتها:

يتمثل مجتمع الدراسة في طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بكلية قاصدي مرباح، ورقلة حيث بلغ عددهم (1009) وتم اختيار(200) طالب بطريقة العينة العشوائية الطبقية حيث بلغ عددهم وتم استرجاع منهم (194)، تم اختيارهم بطريقة العشوائية الطبقية، واختيار ثلاث متغيرات نفترض علاقتهما بمتغير الدراسة.

جدول رقم1: يوضح مجتمع دراسة:

	المستوى التعليمي	عدد		المستوى التعليمي	العدد
تخصص علم النفس	سنة 2 ماستر	58	تخصص علوم التربية	سنة 2 ماستر	84
	سنة 1 ماستر	126		سنة 1 ماستر	117
	سنة 3 ليسانس	133		سنة 3 ليسانس	149
	سنة 2 ليسانس	135		سنة 2 ليسانس	207

جدول رقم 2: يوضح المعاينة العشوائية:

المستوى		العدد	التخصص			
			علوم التربية	العدد	علم النفس	العدد
ليسانس	سنة ثانية	68	علوم التربية	41	علم النفس	27
	سنة ثالثة	56	إرشاد وتوجيه	7.13	علم النفس العيادي	21.40
			علم النفس التربوي	13.87	علم النفس عمل وتنظيم	8.12
			التربية الخاصة	5.35		
ماستر	سنة أولى ماستر	48	إرشاد وتوجيه	10	علم النفس العيادي	13
			علم النفس التربوي	15	علم النفس عمل وتنظيم	10
	سنة ثانية ماستر	28	إرشاد وتوجيه	5	علم النفس العيادي	11
			علم النفس التربوي	6	علم النفس عمل وتنظيم	6

جدول رقم 3: يوضح عينة دراسة

المستوى	التخصص	العدد
ليسانس	علم النفس	**27**
	علوم التربية	**41**
	إرشاد وتوجيه	**07**
	علم النفس التربوي	**13**
	التربية الخاصة	**05**
	علم النفس عمل وتنظيم	**08**
	علم النفس العيادي	**21**
ماستر1	علم النفس عمل وتنظيم	**10**
	علم النفس العيادي	**13**
	علم النفس التربوي	**15**
	إرشاد توجيه	**09**
ماستر2	علم النفس التربوي	**06**
	إرشاد و توجيه	**05**
	علم النفس العيادي	**11**
	علم النفس التربوي	**06**

3-أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية:

3-1- مقياس الرضا عن الحياة:

3-1-1-وصف مقياس الرضا عن الحياة:

اعتمدنا في هذه الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة، الذي تم بناؤه من ط**رف مجدي الدسوقي**"(1996)، حيث تكون مقياس الرضا عن الحياة على 30 فقرة موزعة على ستة أبعاد هي:

- بعد السعادة: و هو مكون من 7 فقرات .
- بعد الاجتماعية :وهو مكون من 5 فقرات.
- بعد الطمأنينة: وهو مكون من 6 فقرات .
- بعد الاستقرار النفسي: وهو مكون من 3 فقرات .
- بعد التقدير الاجتماعي : وهو مكون من 6 فقرات. –
- بعد القناعة : وهو مكون من 3 فقرات .

وقد وزعت درجات فقرات المقياس على النحو التالي :

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

3-1-2-الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة:

فيما يلي سيتم عرض طرق حساب صدق وثبات أداة صاحب المقياس :

-الصدق:

صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته على مقياس الرضا عن الحياة وذلك كما هو مبين في الجدول رقم (02) التالي:

جدول رقم 4 معامل الارتباط بين درجة كل فقرة و البعد الذي تندرج تحته على مقياس الرضا عن الحياة

السعادة		الاجتماعية		الطمأنينة		الاستقرار النفسي		التقدير الاجتماعي		القناعة	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.653**	14	0.373**	19	0.776**	2	0.668**	4	0.535**	10	0.792**
3	0.681**	16	0.494**	20	0.354**	5	0.689**	6	0.698**	13	0.754**
7	0.724**	18	0.769**	23	0.586**	12	0.667**	21	0.773**	17	0.799**

8	0.808**	22	0.647**	25	0.693**			24	0.640**		
9	0.702**	28	0.727**	29	0.594**			26	0.626**		
11	0.708**			30	0.561**			27	0.706**		
15	0.678**										

**=دالة عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول أنّ جميع فقرات المقياس قد حققت دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يحقق صدق محتوى كل بعد بالنسبة للدرجة الكلية.

- الثبات:

1-**الثبات بطريقة التجزئة النصفية :**

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية ومجموع درجات الفقرات الزوجية لمقياس الرضا عن الحياة حيث بلغ معامل الإرتباط (ر=0.754) وهو دال إحصائيا عند مستوى 0.01، ثم استخدام معادلة **"سبيرمان" –"براون" -SPEARMAN BROWN** لتعديل طول الاختبار EQUAL LENGTH CORRELATION وقد تبين أنّ معامل ارتباط سبيرمان – براون للاختبار (ر=0.680)، وكانت معاملات الارتباط للفقرات الفردية (ر=0.865)، ومعاملات الارتباط للفقرات الزوجية (ر=0.822).

2-**الثبات بإيجاد معامل ألفا- كرونباخ :**

قام الباحث بحساب الثبات مقياس الرضا عن الحياة باستخدام معامل ألفا –كرونباخ وكانت قيمة ألفا **α**=0.792. **(شقورة، 2012، ص84-85)**

وقد تم تكييف أداة المقياس على مجتمع الدراسة من طرف الطالبة **نهدي(2015)**، حيث تم حساب الخصائص السيكومترية في دراستها المعنونة التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن

الحياة لدى الطلبة الجامعين وتم تطبيق المقياس على عينة تكونت من 30 فردا حيث قامت بحساب الصدق عن طريق المقارنة الطرفية والصدق العاملي أما الثبات تم الاعتماد على طريقة التجزئة النصفية ثم حساب معامل بيرسون.

3-1-3-الخصائص السيكومترية للأداة:

3-1-3-1-الصدق:

1-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

استعملت الباحثة صدق التميزي (المقارنة الطرفية) للتأكد من دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفين على مقياس الرضا عن الحياة.

جدول رقم 5: يوضح نتائج اختبار" ت " لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس الرضا عن الحياة

القيمة	ن	م	ع	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	الدلالة(0,01)
الفئة العليا	8	138	6,30	10,74	1,35	14	دالة
الفئة الدنيا	8	110,25	3,69				

من خلال الجدول السابق نلاحظ أنّ قيمة المتوسط بالنسبة للفئة العليا (138) وتنحرف عن القيمة بدرجة (6,30)، أما الدنيا قدرت ب (110,25) بانحراف القيمة عنه بدرجة (3,69) وبحساب درجة الحرية المقدرة ب (14)، لوحظ أنّ قيمة "**ت** "المحسوبة أكبر من قيمة "**ت** المجدولة عند مستوى الدلالة (0,01) وبالتالي فالمقياس يتمتع بقدر عال من الصدق.

2-الصدق العاملي:

كما تم حسابه بالصدق العاملي والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 6: يوضح الصدق العاملي لمقياس الرضا عن الحياة.

الرقم	البند	درجة التشبع
1	أنا أسعد حالا من الآخرين	0,78
2	أنا راض عن نفسي	0,81
3	ظروف حياتي ممتازة	0,92
4	في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية	0,64
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي	0,72
6	اشعر بالثقة تجاه سلوكي الاجتماعي	0,86
7	اشعر بالأمن و الطمأنينة	0,79
8	أتمتع بحياة سعيدة	0,78
9	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضي	0,88
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي	0,76
11	اشعر أنني موفق في حياتي	0,81
12	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل	0,78
13	أنا راض بما وصلت إليه	0,74
14	أميل إلى الضحك و تبادل الدعابة	0,81
15	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروفي الحياتية	0,90
16	أتقبل الآخرين والتعايش معهم كما هم	0,87
17	أعيش في مستوى حياة /معيشة أفضل مما كنت أتمناه و أتوقعه	0.92
18	أشعر بسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين	0,80
19	أشعر أن حياتي مشرقة مليئة بالأمل	0,80
20	أتقبل نقد الآخرين	0,88
21	يثق الآخرين في قدراتي	0,88

22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح	0,73
23	أنام نوما هادئا و مسترخي	0,81
24	ينظر الآخرين إلي باحترام	0,59
25	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل	0,67
26	لدي القدرة علي إتحاد القرار و تحمل نتائجه	0,74
27	أفكاري وآرائي تنال إعجاب الآخرين ناجحة	0,83
82	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة	0,69
29	روحي المعنوية مرتفعة	0,44
30	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيء من حياتي	0,64

يتضح من خلال الجدول رقم أن البنود متشبعة وبالتالي فالمقياس على درجة عالية من الصدق.

3-1-3-2- الثبات:

لقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية وذلك بتقسيم المقياس لقسمين، ثم حساب معامل الارتباط بيرسون.

والجدول الموالي يوضح قيمة معامل الارتباط "**بيرسون**" كما يلي:

جدول رقم 7: يبين معامل الارتباط قبل و بعد التعديل على مقياس الرضا عن الحياة.

المؤشرات الإحصائية	**معامل الارتباط المحسوب**		**"ر" المجدولة**	**درجة الحرية**	**مستوى الدلالة (0.01)**
	"ر"قبل التعديل	**"ر" بعد التعديل**			
الدرجة على النصف الأول	***66،0***	***79،0***	***44،0***	***29***	**دالة**
الدرجة على النصف الثاني					

من خلال الجدول رقم نلاحظ أن "ر" المحسوبة (0,79) أكبر من "ر"المجدولة (0,44) عند درجة. (نهدي،2015: 43-52)

3-2- مقياس تقدير الذات:

3-2-1-وصف مقياس تقدير الذات:

اعد هذا المقياس **cooper smith** وهو مكون من صورتين **(أ) و (ب)** ، الصورة **(أ)** طويلة و الصورة **(ب)** قصيرة، وقد ذكر **cooper smith** أنّ معامل الارتباط بين الصورتين هو(0,88)، ولهذا يمكن الاقتصار على استخدام الصورة القصيرة في البحوث التي تجرى على تقدير الذات توفيرا للجهد و الوقت و المال **(فاروق موسى، محمد الدسوقي، 1991 ،8).**

ويتكون المقياس من(25)بند مقسمة على (04) أبعاد كما هو موضح:

. بعد تقدير الذات العام: وهو يحتوي على العبارات التالية (1، 3، 4، 7، 10، 12، 13، 15، 18، 19، 24، 25).

. بعد تقدير الذات الاجتماعي: وهو يحتوي على العبارات التالية (5، 8، 14_21).

. بعد تقدير الذات الأسري: ويحتوي على (6، 9، 11، 16، 20، 22).

. بعد تقدير الذات المدرسي: ويحتوي على العبارات التالية (2، 17، 23).

يحتوي المقياس على (19)عبارة سالبة و(07) عبارة موجبة وهي (5، 8، 9،11، 14، 19، 20)، أما البنود السلبية (24، 23، 22، 21، 18، 17، 16، 15، 13، 12، 10، 7، 6، 4، 3، 2، 1، 25). يتضمن المقياس ثلاثة بدائل وهي (لا، قليلا، كثيرا) حيث تعطى الدرجات (0،1،2) بالترتيب للبدائل بالنسبة للعبارات السليبة الكون بالعكس حيث تعطى درجة (0) للإجابة كثيرا والدرجة (1) للإجابة قليلا، والدرجة (2) للإجابة لا.

وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية للمقياس مابين (0) كأدنى درجة و(52) كأقصى درجة، وهي مقسمة لثلاثة مستويات (منخفض، متوسط، مرتفع)، كما يلي:

- مستوى منخفض: (0)-(17.16)

- مستوى متوسط: (17.16)-(34.32)

- مستوى مرتفع: (34.32)-(52)

3-2-2-الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات:

-الصدق:

و قد تم قياس الصدق بثلاثة طرق وهي :

الصدق التمييزي: بحيث كان معامل ت لعينة الذكور (8,56)، وبالنسبة لعينة الإناث بلغ (15,89) وهي قيم تبين قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي و منخفضي مستوى تقدير الذات، مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق .

الصدق الإتفاقي: وقد تم تطبيق مقياس تقدير الذات مع قائمة توكيد الذات غريب عبد الفتاح

(1995) وقائمة فعالية الذات لـ بشير معمورية (2011)، وقائمة جامعة تكساس لتقدير الذات عادل عبد الله محمد (2000)، وقد كانت معاملات الإرتباط كما يلي (0,248)، (0,291)، (0,754) وكانت كلها دالة عند مستوى 0.01، وهذا ما بين أن مقياس تقدير الذات يتصف بالصدق .

الصدق التناقضي: وقد تم تطبيق المقياس مع استبيان التشاؤم لـ احمد محمد الخالق (2000) ، وقائمةاليأس لـ Beck، وجاءت معاملات الارتباط كما يلي (0,432-)، (0,546-) وكانت كلها دالة عند مستوى 0,01، وهذا ما بين أن مقياس تقدير الذات يتصف بالصدق .

الثبات:

وتم حسابه بطريقة إ عادة تطبيق الاختبار ومعامل الفا.

-**إعادة تطبيق الإختبار**: وقد كانت قيمة معامل الثبات (0,703) وهذا ما يدل أنّ الاختبار ثابت

-Cronbach's Alpha: وصلت قيمة معامل الفا إلى (0,829)،وهي قيمة عالية تدل على أن الاختبار ثابت.

وقد تم تكييف أداة المقياس على مجتمع الدراسة من طرف "شرقي حورية"**(2020)**، حيث تم حساب الخصائص السيكومترية في دراستها تقدير الذات وعلاقته بالصلابة بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعين وتم تطبيق المقياس على عينة تكونت من 30 فردا حيث قامت

بصدق المحكمين وحساب الصدق عن طريق الاتساق الداخلي أما الثبات تم الاعتماد على معامل للتناسق الداخلي.

3-2-3-الخصائص السيكومترية للأداة:

3-2-3-1-الصدق:

1-صدق المحكمين:

من أجل التأكد من ملائمة المقياس للدراسة عرض على مجموعة من المحكمين (5) محكمين، وذلك من أجل أخذ آرائهم حول ملائمة للعينة وسلامة عباراته وقد كانت ملاحظة على النحو التالي:

-هناك عبارات مركبة يجب تفكيكها وتبسيطها.

-إعادة صياغة بعض الفقرات.

وقد تم الأخذ بجميع ملاحظاتهم وتعديل العبارات المركبة وتم إعادة صياغتها لتلائم العينة، وتم إضافة بند للبعد المدرسي وهو(أشعر أن زملائي أكثر قدرة مني)، والجدول التالي يوضح العبارات التي تم تفسير صياغتها.

جدول رقم 8: يبين العبارات التي تم إعادة صياغتها في مقياس تقدير الذات

الرقم	العبارات	العبارة المعدلة
01	أتضايق من كثير من الأمور والأشياء عادة.	أتضايق من كثير من الأمور عادة.

02	أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام جماعة من الناس.	من الصعب علي التحدث أمام زملائي.
03	أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي.	أود لو باستطاعتي تغير أشياء في نفسي.
04	يصعب علي اتخاذ قرار خاص بي.	يصعب علي اتخاذ قرارات خاص بي.
08	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني.	أنا محبوب بين أقراني.
09	تراعي أسرتي مشاعري عادة.	عادة ما تراعي أسرتي مشاعري.
10	أستسلم و أنهزم بسرعة.	أستسلم بسرعة عند مواجهة مواقف صعبة.
11	تتوقع أسرتي مني نجاحات عالية.	تتوقع أسرتي مني نجاحات كبيرة.
12	يصعب علي جدا أن أبقى كما أنا.	يصعب علي البقاء كما أنا.
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي.	تختلط علي كل الأشياء حياتي.
14	يتبع الناس أفكاري.	يقتنع الناس بأفكاري.
15	أقلل من قدر نفسي.	أقلل من قدر نفسي.
16	أريد أن أترك البيت.	أرغب في ترك البيت.
17	أشعر بالضيق من عملي.	أشعر بالضيق من دراستي.
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإني أقوله.	لا أتردد في أي شيء أريد أن أقوله.
22	أشعر عادة كما لو كنت أدفع لفعل الأشياء.	يفرض عليا فعل أشياء عديدة.
23	ينقصني تلقي التشجيع على ما أقوم به من أعمال.	ينقصني تشجيع أستاذي على ما أفعله داخل القسم.
24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا أخر.	أرغب أن أكون شخصا مختلفا.

2- طريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق المقياس بحساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس وعن طريق حساب ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

أولا- الطريقة الأولى حساب ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

جدول رقم 9: يوضح العلاقة الإرتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات و أبعاده الفرعية.

أبعاد مقياس تقدير الذات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تقدير الذات	0,884 **	0,01
تقدير الذات	0,504**	0,01
تقدير الذات	0,673**	0,01
تقدير الذات	0,785**	0,01

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس تقدير الذات كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0,01)، حيث بلغت جميعها على التوالي: (0,884**) و(0,504**) و(0,673**) و(0,785**) وهذا يؤكد مدى التجانس و قوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس تقدير الذات.

ثانيا- الطريقة الثانية حساب ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول رقم 10: يوضح العلاقة الإرتباطية لكل عبارة من عبارات مقياس تقدير الذات بمجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه.

بعد تقدير الذات العام			8	0,600**	0,01
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	14	0,445**	0,01
1	0,416**	0,01	21	0,626**	0,01
3	0,376**	0,01	بعد تقدير الذات الأسري		

4	0,460**	0,01	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
7	0,278*	0,01	6	0,796**	0,01
10	0,261*	0,05	9	0,457**	0,01
12	0,469**	0,01	11	0,401**	0,01
13	0,497**	0,01	16	0,320*	0,01
15	0,387**	0,01	20	,841**	0,01
18	0,414**	0,01	22	0,512**	0,01
19	0,318*	0,01	بعد تقدير الذات المدرسي		
24	0,551**	0,01	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
25	0,456**	0,01	2	0,566**	0.01
بعد تقدير الذات الاجتماعي			17	0,493**	0,01
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة		0,698 **	0,01
5	0.592**	0,01		0,755**	0,01
**دال عند مستوى الدلالة 0,01					
*دال عند مستوى الدلالة 0,05					

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن معاملات الارتباط لفقرات كل محور مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) حيث تراوحت معاملاتها بين (0,37) و(0,84) ما عدا العبارات التالية: وهي العبارة رقم (7) و(1) و(19) من محور بعد تقدير الذات العام حيث جاءت دالة عند مستوى دلالة(0,05)وبلغت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور على التوالي (0,27) و (0,26) و (0,31), والعبارة رقم (16) من محور بعد تقدير الذات الأسري حيث جاءت دالة عند مستوى دلالة (0,05) وبلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,32)، وهذا ما يؤكد مدى التجانس والاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس تقدير الذات.

3-2-3-2-الثبات:

-معامل **cronbach's alpha** للتناسق الداخلي: تم التأكد من ثبات مقياس تقدير الذات عن طريق حساب معامل الثبات cronbach's alpha فتحصلنا على النتيجة التالية:

جدول رقم 11: يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات.

أبعاد مقياس تقدير الذات	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
تقدير الذات	0,678	12
تقدير الذات	0,695	4
تقدير الذات	0,722	6
تقدير الذات	0,742	4
المقياس ككل	0,709	26

يتضح من الجدول أعلاه أن جميع معاملات لأبعاد مقياس تقدير الذات جاءت مرتفعة حيث تراوحت بين(0.678 و 0.742) و للقياس ككل (0.709) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحا للتطبيق في الدراسة الأساسية.

4-إجراءات الدراسة:

- تم توزيع الاستبيان بتاريخ 18فيفري2021 على طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، الذي بلغ عددهم (200) حيث تم استرجاع (194) استبيان ومن بينها 7 استبيانات عن طريق ايمايل.

- تفريغ البيانات وفق لمتغيرات الدراسة بتاريخ 8 أفريل 2021.

5-الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لقد تمت المعالجة الإحصائية باستخدام بعض الأساليب الإحصائية التالية:

- إخبار"**ت**" لعينة واحدة التي استخدم في معالجة السؤال الأول الذي ينص على: ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟ والسؤال الثاني ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم ؟

–معامل الارتباط "بيرسون" الذي استخدم في معالجة الفرضية الأولى التي تنص على: توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

– تحليل التباين الثلاثي الذي استخدم في معالجة الفرضية الثانية التي تنص على: توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى والتخصص والحالة الاجتماعية) والفرضية الثالثة التي تنص على: توجد فروق في تقدير لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى و التخصص والحالة الاجتماعية) .

_ اختبار شفيه لدراسة الفروق لمتغير الحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

خلاصة الفصل:

إنّ ما تقدم في هذا الفصل يتضمن منهجية سير العمل الميداني من خلال تأكدنا من الخصائص السيكومترية لأداة جمع البيانات المستخدمة مما أجاز لنا تطبيقها على مجتمع الدراسة وتوضيحنا للأساليب الإحصائية المعتمدة التي مكنتنا من الإجابة على الفرضيات.

الفصل الخامس:عرض وتحليل نتائج الدراسة مناقشتها وتفسيرها

تمهيد

1-عرض وتحليل النتائج:

1-1عرض نتيجة التساؤل الأول.

1-2عرض نتيجة التساؤل الثاني.

1-3عرض نتيجة الفرضية الأولى.

1-4عرض نتيجة الفرضية الثانية.

1-5عرض نتيجة الفرضية الثالثة.

2-مناقشة و تفسير نتائج الدراسة:

2-1 مناقشة و تفسير نتيجة التساؤل الأول.

2-2 مناقشة و تفسير نتيجة التساؤل الثاني.

2-3 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الأولى.

2- 4 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثانية.

2_5 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثالثة.

تمهيد:

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

1-عرض وتحليل النتائج:

1-2 عرض نتيجة التساؤل الأول:

للإجابة على التساؤل الأولى" ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم استعمال المعالجة الإحصائية بتطبيق إختبار"**ت**" لعينة واحدة، والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 12 : يوضح نتائج اختبار "ت" العينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الرضا عن الحياة.

القيمة / المتغير	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
العينة واحدة	194	114	15,17	90	193	22,12	0.000

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أنّ المتوسط الحسابي الفعلي للطلبة بلغ (114)، بينما ينحرف عن القيمة ب(15,17)، تم حساب المتوسط الفرضي لمقياس الرضا عن الحياة وكان مقداره (90)، ولدلالة الفروق بين المتوسطين تم حساب "ت" لعينة واحدة حيث كانت قيمة "ت"(22,12) وهي دالة إحصائيا عند (0.000)، وبمقارنة المتوسط الفعلي بالمتوسط الفرضي نلاحظ أن قيمة المتوسط الفعلي (114) أكبر من المتوسط الفرضي(90)، وهذا يعني أن مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جاء مرتفعا.

2.1عرض نتيجة التساؤل الثاني:

للإجابة على التساؤل الثانية "ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟ "وللإجابة على هذا التساؤل تم استعمال المعالجة الإحصائية بتطبيق إختبار"**ت**" لعينة واحدة، والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 13: يوضح نتائج اختبار "ت" العينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات.

القيمة المتغير	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
العينة واحدة	194	36,92	7,039	26	193	21,62	0.000

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي الفعلي للطلبة بلغ (36,92)، بينما ينحرف عن القيمة ب(7,039)، تم حساب المتوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات وكان مقداره (26)، ولدلالة الفروق بين المتوسطين تم حساب "ت" لعينة واحدة حيث كانت قيمة "ت"(21,62) وهي دالة إحصائيا عند (0.000)، وبمقارنة المتوسط الفعلي بالمتوسط الفرضي نلاحظ أنّ قيمة المتوسط الفعلي (36,92) أكبر من المتوسط الفرضي(26)، وهذا يعني أن مستوى تقدير الذات لدى الطلبة جاء مرتفعا.

3.1عرض نتيجة الفرضية الأولى:

للإجابة على الفرضية الأولى" توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية "وللإجابة على هذه الفرضية تم استعمال المعالجة الإحصائية بتطبيق معامل الارتباط" **بيرسون**"، والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 14: يوضح نتائج معامل الارتباط بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية

المتغيرات	العينة	قيمة معامل الارتباط	sig
الرضا عن الحياة و تقدير الذات	194	**0.30	0,00

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن قيمة معامل الارتباط بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات يقدر ب 0.30 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,01، مما يدل على أنّه توجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى عينة الدراسة، وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية التي تنص على أنها" لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الرضا عن الحياة تقدير الذات لدى عينة من طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية، ومنه نقبل الفرضية البديلة.

4.1 عرض نتيجة الفرضية الثانية:

للإجابة على الفرضية الثانية "توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى والتخصص والحالة الاجتماعية، وللإجابة على الفرضية تم استعمال المعالجة الإحصائية بحساب الفروق بتطبيق إختبار" تحليل التباين الثلاثي والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 15: يوضح نتائج تحليل التباين الثلاثي للفروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

الرضا عن الحياة	درجة الحرية	مربع المتوسط الحسابي	F	Sig
الحالة الاجتماعية	1	256,88	1,14	0,28
المستوى	1	3,90	0,01	0,89
التخصص	1	48,04	0,21	0,64

نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) أن قيمة "F" في كل متغير من المتغيرات التالية هي:

أن قيمة f 1,14 للحالة الاجتماعية وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,28 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه لا توجد فروق في متغير الحالة الاجتماعية، وأن قيمة f 0,01 للمستوى التعليمي وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,89 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه لا توجد فروق في متغير المستوى التعليمي، أن قيمة f 0,21 للتخصص وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,64 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه لا توجد فروق في متغير التخصص، ومنه نقبل الفرضية الصفرية التي تقول لا توجد فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية ونرفض الفرضية البديلة.

5.1عرض نتيجة الفرضية الثالثة:

للإجابة على الفرضية الثالثة "توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى والتخصص والحالة الاجتماعية، وللإجابة على الفرضية تم استعمال المعالجة الإحصائية بحساب الفروق بتطبيق إختبار" تحليل التباين الثلاثي" والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 16: يوضح نتائج تحليل التباين الثلاثي للفروق في تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية.

تقدير الذات	درجة الحرية	مربع المتوسط الحسابي	F	Sig
الحالة الاجتماعية	**1**	**398,30**	**8,62**	**0,004**
المستوى	**1**	**320,30**	**6,93**	**0,009**
التخصص	**1**	**116,79**	**2,52**	**0,11**

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) أن قيمة "F" في كل متغير من المتغيرات التالية هي:

أن قيمة f 8,62 للحالة الاجتماعية وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,004 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه توجد فروق في متغير الحالة الاجتماعية، وأن قيمة f 6,93 للمستوى التعليمي وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,009 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه توجد فروق

في متغير المستوى التعليمي، وأن قيمة f 2,52 للتخصص وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,11 ودرجة الحرية 1، بمعنى أنه لا توجد فروق في متغير التخصص، ومنه نقبل جزء من الفرضية الصفرية التي تقول لا توجد فروق في تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص، ونقبل الفرضية البحثية التي تقول توجد فروق في تقدير الذات تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

جدول رقم 17: يوضح نتائج الاختبار "شفيه" لدراسة الفروق لمتغير الحالة الاجتماعية.

الحالة الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أعزب	**35.56**	**0.810**
متزوج	**38.65**	**0.673**

نلاحظ من خلال الجدول(17) أن الانحراف المعياري للأعزب يقدر ب0.81 والمتوسط الحسابي للأعزب يقدر ب35.56 أقل من المتوسط الحسابي للمتزوج 38.56 ويقدر الانحراف المعياري ب0.67 وهذا يعني أن المتزوجين أكثر تقدير الذات من أعزب.

جدول رقم 18: يوضح نتائج الاختبار "شفيه" لدراسة الفروق لمتغير المستوى التعليمي.

المستوى التعليمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ليسانس	**35.72**	**0.70**
ماستر	**38.49**	**0.78**

نلاحظ من خلال الجدول(18) أن الانحراف المعياري ليسانس يقدر ب0.70 والمتوسط الحسابي يقدر ب35.72 أقل من المتوسط الحسابي للماستر ويقدرب38.49 الانحراف المعياري ب0.78 وهذا يعني أن طلبة الماستر أكثر تقدير الذات من الطالبة ليسانس.

2- تفسير و مناقشة نتائج الدراسة:

2-1 مناقشة و تفسير نتيجة التساؤل الأول:

التساؤل الذي ينص على مايلي:" ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية؟ ".

من خلال النتائج نجد أنّ طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية لديهم مستوى مرتفعا من الرضا عن الحياة، حيث يعتبر الرضا عن الحياة حالة عامة من شعور الطالب بحسن الحال وتقديره العقلي لنوعية الحياة التي يعيشها من جميع النواحي وخاصة في مرحلة الجامعة التي تعتبر مرحلة يحاول فيها الطالب بناء مستقبله، وأنّ الطلبة ينظرون إلى الجامعة على أنّها مرحلة لتطور إتجاهاتهم وأفكارهم ومعتقداتهم بالإتجاه الإيجابي، في ضوء العادات الاجتماعية السليمة السائدة في مجتمعهم ومحيطهم، والتي لابد لها أن تكون تتماشى مع روح العصر ومعطيات التطور العلمي بصورة واعية وصحيحة وذلك من خلال إعداد الجامعة خطط دقيقة لتنمية اتجاهات الطالب نحو مختلف القضايا التي تخص وطنهم ويساهم في بناءه وتطوره فيجعلهم يشعرون بالرضا عن الحياة خاصة هم نخبة المجتمع.

كما يمكن إرجاع نتيجة هذا التساؤل أيضا إلى المساندة الاجتماعية التي يحصل عليها الطلبة من الزملاء والأصدقاء كالمساندة الإنفعالية (القبول، التعاطف، الثقة)، وبالإضافة إلى ذلك نجد الأهل والأساتذة يقدمون لهم المساندة المعلوماتية التي تكون بشكل(نصائح أو معلومات أو مهارة)، تسهل حل مشكلة أو مواقف ضاغطة، يتعرض لها الطلبة وهذا قد يجعل الطلبة لديهم رضا عن الحياة مرتفع.

ترى الطالبتان أن تمتع الطالب قسم علم النفس وعلوم التربية بالرضا عن الحياة؛ ناتج عن حبه لحياته وتوافقه مع ذاته ومع الآخرين والأمل والتفاؤل مما يجعله مبدعا ومرنا أمام مشكلات الحياة، ويكون له خبرات وجدانية إيجابية والسارة نحو الماضي والحاضر والمستقبل.

كما أنّ هذه النتيجة تتفق مع أنصار نظرية الخبرات السارة حيث أنّ هذه الخبرات تولد مشاعر الإيجابية لدى الطالب ويمكن أن نجدها في المجتمع، يعتبر الطالب الجامعي محور أساسي وله أهمية كبيرة، هذا ما يجعله في حالة مزاجية حسنة تزيد من شعوره بالرضا عن الحياة ككل.

تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة" **إسماعيل"(2011):** تبين أنّ درجة الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة كانت عالية.**(كنان،2017،ص377)**

تختلف نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**منار بني مصطفى، أحمد الشرقين، طشطوش" (2013):** حيث كان مستوى الرضا عن الحياة للطلبة بدرجة منخفضة.

ربما يعود هذا الاختلاف إلى الظروف البيئية وما يوجد من ضغوطات التي قد تسهم بشكل مباشر وغير مباشر في ذلك الوقت، والتي كانت تعرقل الطلبة في تحقيقهم لأهدافهم ومنه شعور بالرضا كان منخفض لديهم.

2 -2 مناقشة و تفسير التساؤل الثاني:

التساؤل الذي ينص على ما يلي: "ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية ؟".

من خلال النتائج نجد أن طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية لديهم مستوى مرتفع من تقدير الذات، وقد يرجع سبب هذه النتيجة في اعتقادنا أن تقدير الذات في نمو مستمر بالمتغيرات الخارجية أو أن البيئة الاجتماعية التي ينتمي إليها الطالب ملائمة ومساعدة على الرفع من مستواه، حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير مرتفع للذات يتميزون بالقدرة على التفاعل الاجتماعي الجيد وأنّهم يعتبرون النجاح جزء لا يتجزأ من طموحاتهم وأهدافهم في المستقبل، ولا يقلل من التقدير لديهم، كما يمكن القول أنّ هؤلاء الطلاب يتمتعون بحب الذات والاهتمام بها ودخول عدة عوامل تساهم في تقيمهم لذاتهم كأساليب التنشئة الوالدية، التعزيز الإيجابي وجماعة الرفاق التي تعطي دور في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة، ومن الدراسات التي أشارت على ذلك نجد دراسة "**اليس اس جي** "على أنّ تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية ومن بينها الانجازات الماضية، المدح، الثناء، مساعدة الآخرين سواء الأسرة أو المدرسة أو الأصدقاء. **(يونسي، 2012، ص253)**

حيث تتفق نتيجة الدراسة مع دراسة "**أشرف أحمد عبد القادر**"**(1998)**: بأن تقدير الذات يعبر عن اعتزاز الأفراد بأنفسهم وثقتهم بها، ويرتبط بقدراتهم واستعداداتهم وانجازاتهم العملية، حيث يجعلهم يتميزون بالكفاءة والثقة في مدركاتهم وأحكامهم بردود أفعالهم واستنتاجاتهم.**(حمري، 2012، ص16)**

وتتفق نتيجة الدراسة مع دراسة "**العمرات والرفوع: 2014** أن مستوى تقدير الذات كان عاليا.**(الجندي، أبو غبوش، 2016، ص141)**

كما أنّ هذه النتيجة تتفق مع نظرية "**كوبر سميث**" حيث الطلاب ذوي تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم على درجة كبيرة من الأهمية ويحققون قدرا عظيما من الاحترام والتقدير، ويتصفون بتمتعهم بالتحدي ومواجهة الصعوبات ويميلون إلى التصرف بطريقة تحقق لهم التقدير الايجابي من الآخرين كما يمتلكون الثقة في مدركاتهم.

3.2 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الأولى:

الفرضية التي تنص على مايلي:" توجد علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية".

من خلال النتائج نلاحظ أنّ هناك علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية، أي كلما ارتفع أو انخفض رضا طلبة الجامعة ارتفع أو إنخفض تقديرهم لذاتهم، فبطبيعة الحال أنّ قسم علم النفس وعلوم التربية في جامعة ورقلة يسعى جاهدا إلى توفير السبل اللازمة لتجعل الطالب يعيش في رضا عن حياته بشكل عام وحياته الجامعية بشكل خاص، وذلك من خلال مساعدة الطلبة في حل مشكلاتهم وتوفير الرعاية النفسية والتربوية لهم، مما من شأنه رفع مستوى تقدير الطلبة لذاتهم وتحسين مستوى قدراتهم الدراسية وسعيهم إلى الوصول لنجاحات وأهداف أفضل، إلا أنّ في الوقت الراهن نجد الطلبة يواجهون صعوبات وضغوطات تجعلهم يشعرون بالخوف نتيجة عدم معرفة التعليمات والضوابط الخاصة بالحياة الجامعية، نظرا للظروف التي يمرون بها وهي فترة "**الكوفيد19**" التي تم فيها تحويل طريقة التدريس الحضورية إلى الدراسة عن بعد وتقليص الحجم الساعي في ثلاث أسابيع وعدم فهم الدروس بشكل صحيح، وهذا ما يجعل الطلبة في دوامة من التفكير حول مستقبل دراستهم وتحقيق طموحاتهم .

كما قام "**دينير2006** "بدراسة توصلت نتائجها إلى ارتباط الرضا عن الحياة ايجابيا بأسلوب حل المشكلة والمساندة الاجتماعية المتلقاة من الأفراد المدركة، كذلك تبين أنّ الرضا عن الحياة قد ارتبط إيجابيا بتقدير الذات كما يدركه الأفراد عن أنفسهم.**(النملة،1322،2013)**

لقد اتفقت نتيجة هذه الفرضية مع دراسة "**سالم العمرات والرفوع**" أنّ هناك علاقة إرتباطية بين مجالات مستوى رضا الطالبات عن الحياة الجامعية ودرجة تقدير الذات.**(العمرات،2014،ص267)**

كما اتفقت مع دراسة "**الزعبي**" **2015** التي أسفرت نتائجها على وجود علاقة إيجابية بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى الطلبة.

واتفقت مع دراسة **الشورى وسالم (2018):** توجد علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

وبالإضافة إلى ذلك اتفقت الدراسة مع دراسة **سميرة عبد الله (2001):** ارتباط ايجابي بين الرضا وتقدير الذات.**(مختار، 2013، ص7)**

في حين اختلفت هذه الفرضية مع نتيجة التي توصل إليها "**سليمان**"**2003**" إلى عدم وجود علاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في شمال فلسطين.

وهذا الاختلاف ربما يعود إلى أنّ مديري المدارس لديهم مهام ومسؤوليات على عاتقهم مثلا (قيادة المعلمين، هو المسؤول عن التخطيط والتنظيم والتنسيق ومتابعة وتقويم جهود العاملين في المدرسة من أجل تحقيق الأهداف، إعداد جداول مدرسية).

ومن خلال كل ما ذكرناه فإنّنا نلمس العلاقة الارتباطية الطردية الضعيفة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية.

2-5 مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثانية:

الفرضية التي تنص على ما يلي :"توجد فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، التخصص)"

لا توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية؛ قد يفسر ذلك الشعور بالرضا عن الحياة لوجود العلاقات الطيبة مع من حولها، وهذا ما أشار إليه **ديفيد (2002):** أنّ الناس تمتلك الكثير من الجوانب الإيجابية التي

تكسيهم الأمل وتتيح لهم الفرصة للحصول على درجات عالية من السعادة والرضا عن الحياة مثل الزواج، صداقة وطيدة، صلة القرابة والتعاون.(كتلو،2015، ص664)

كما أنّ الطلبة المتزوجين والعازبين لا يختلف شعورهم بالرضا عن الحياة؛ وربما يعود إلى إدراكهم لأهدافهم و طموحاتهم التي وضعوها، ومن بينها تحقيق شخصيتهم الاجتماعية التي يحاولون من خلالها التوفيق بين ما ينتظرهم المحيطون بهم و ما يريدون القيام به، وخاصة طالب قسم علم النفس وعلوم التربية، وذلك من خلال إكساب العديد من المعلومات والمهارات المتخصصة التي تجعلهم يتميزون عن غيرهم وتمكنهم لحد كبير من فهم أنفسهم وفهم المحيطون بهم، وهذا يتفق مع أنصار نظرية "**القيم والأهداف والمعاني**" أنّ الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم ينجحون في تحقيقها ويتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة.**(العلوان، 2006، ص24)**

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة " **قاروت**"**(2007)**: التي أسفرت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجات التي حصلت عليها طالبات من أفراد العينة لمقياس الرضا عن الحياة في ضوء بعض المتغيرات من بينها (الحالة الاجتماعية). **(شقورة،2012،ص63)**

كما تتفق مع نتيجة دراسة "**السبعي**"**(2007)**: التي بينت عدم وجود فروق في درجة الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل بين المتزوجين وغير المتزوجين. **(شقورة،64،2012)**

وتتفق نتيجة دراستي مع نتيجة دراسة "**قنون** "**(2013)**: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

أما نتيجة دراستي "**طشطوش** " تختلف مع نتيجة الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة احصائية للحالة الاجتماعية.

وهذا ربما يعود إلى أنّ المتزوجين الذين يعانون من مرضى السرطان، يكون لهم رضا عن الحياة بوجود دعم أبنائهم وأزواجهم.

يمكن إرجاع نتيجة الفرضية إلى أنّ الرضا عن الحياة ربما يتأثر بعامل التنشئة الأسرية على الطالب الجامعي الذي يلعب دورا مهما في اختيار التخصص لديه، كون الأسرة التي تسعى إلى تحقيق متطلباته ورغباته في أن ينجح ويتفوق في دراسته حتى يشعر بالكفاءة والجدارة وتقدير

الذات، وكذا أن تكون طموحاته في مستوى قدراته وإمكاناته حتى لا يتعرض للإحباط والإفشال كثيرا على التخصص الذي اختاره أو المراد دراسته، وهذا ما أورده ""**كنان إسماعيل الشيخ** نقلا عن" **تفاحة**" **(2009)** "أنّ الشعور بالرضا يكون أكثر عندما تقترب الطموحات من الإنجازات ويكون أقل عندما تبتعد عنها وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية .**(كنان، ص389)**

حيث تتفق الدراسة مع أنصار **نظرية الفجوة بين الطموح والإنجاز**"حيث أنّ الطالب يرضى عن الحياة عندما يحقق طموحاته أو عندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، فيرضى عن نفسه و عن حياته.

تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**شقورة**" **(2012):** لا توجد فروق في مستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغير التخصص.

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتائج دراسة " **قاروت**"**(2007):** التي أسفرت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجات التي حصلت عليها طالبات من أفراد العينة لمقياس الرضا عن الحياة في ضوء بعض المتغيرات من بينها (التخصص).
(شقورة،2012،ص63)

كما تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**زكي جاسر**" **(2018):** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات بمحافظات غزة تعزى لمتغير التخصص (علمي /أدبي).
وربما يعود هذا إلى التوجيه الصحيح للطلبة مما يجعلهم يشعرون بالرضا عن الحياة باختلاف تخصصهم.

وهذا ما أوردته "**بلحسيني** "**(2002):** أن توجيه الطلبة إلى تخصص ما عن رضا ورغبته لا يخدم الطالب كفرد فقط إنّما يعود ذلك على الجامعة وإنتاجها أيضا فإذا كان اهتمام علم النفس الاجتماعي ينصب على دراسة الرضا عن التخصص الدراسي كمؤشر من مؤشرات التوافق لدى الشباب من مجالات الحياة فإنّ اهتمام علماء التربية يهتم بدراسة الرضا عن التخصص الدراسي كجزء أساسي في دراسة شاملة عن إنتاجية الجامعة.

لا توجد فروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي؛ وهذا ما دل على أنّ الطالب له غايات ومساعي متشابهة لبلوغ الأهداف المنشودة من عملية التعلم، وبما أنّ الطالب الجامعي عندما يلتحق بالجامعة لأول مرة فإنّه يجد جماعة من الطلبة بمختلف المستويات وتعدد الخبرات لذلك يسعى لمواكبة تلك الجماعة من أجل تحقيق الرضا عن الحياة والوصول إلى التكيف الاجتماعي عن طريق تقبله للأفكار والانطباعات التي تعتنقها تلك الجماعة، حيث يلاحظ أنّ طلبة ليسانس و ماستر قسم علم النفس وعلوم تربية كلهم يتقاربون في مستوى الرضا عن الحياة والانسجام مع الحياة الجامعية، ويعود ذلك إلى تفاعل طلبة ليسانس مع طلبة الماستر بالجامعة، وأنّ الطلبة الذين يخططون جيدا للمستقبل يكونون مرتاحين وقادرين على تحمل المسؤولية، لذلك من خلال الدراسة الجيدة مما يجعلهم منظمون في حياتهم وواثقون في أنفسهم.

بالإضافة إلى أنّ طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية لم يضعون في أذهانهم أنّ الجامعة من أجل الشهادة، بل هي مرحلة للتكوين ولفتح آفاق جديدة ولتعلم مهارات وصقل شخصيتهم وموهبتهم وهذا ما يجعل الطلبة راضيين عن الحياة باختلاف المستوى التعليمي.

وتختلف نتيجة دراستي مع نتيجة دراسة "**رامي عبد الله طشطوش**" : أنّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المستوى التعليمي.

ربما يعود هذا الاختلاف إلى أن الطلبة الذين يعانون من المرض وهم في السنوات الأولى يشعرون بالقلق من مستقبلهم وعدم معرفة تعاملهم مع المرض، أي كل ما زاد المستوى التعليمي لدى الطلبة الذين يدرسون في مستويات أعلى يكون لديهم وعي وحب استطلاع، مما يجعلهم يبحثون على علاجات طبية نفسية متطورة متقدمة يمكن الاستفادة منها.

2- مناقشة و تفسير نتيجة الفرضية الثالثة:

الفرضية التي تنص على مايلي:" توجد فروق في تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص والمستوى التعليمي والحالة الاجتماعية"

يوجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين، حيث تعتبر الأسرة هي أول جماعة إنسانية يتكون منها المجتمع،

فلا نجد مجتمع يخلو من النظام الأسري وهذا يحقق استقرار الحياة الاجتماعية والمجتمع، فالزواج هو النواة الأسرية والأسرة هي نواة المجتمع حيث يساهم الزواج بشكل إيجابي لتدعيم الصحة النفسية لدى الأزواج لما يحققه من إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية والاجتماعية، فربما يكون طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية المتزوجون أكثر تقدير لذاتهم بوجود دعم من طرف الأزواج والأبناء، ومن خلال معايشتنا للحياة الجامعية لاحظنا أنّ الطلبة المتزوجون في الآونة الأخيرة يختارون تخصص علم النفس وعلوم التربية لفهم أنفسهم وأبنائهم وكيفية تربيتهم على تربية صحيحة وسليمة ومنه أسرة متماسكة.

بالإضافة إلى ذلك نجد أنّ الطلبة المتزوجين وجودهم في المحيط الاجتماعي الواعي، ويشجعهم على طلب العلم ويقدم لهم مكانة مرموقة للأشخاص الذين لديهم مستويات عليا، هذا ما يساهم في تحفيز الطلبة المتزوجين على الدراسة، بالرغم من المسؤوليات اتجاه عائلتهم إلا أنّنا نجدهم يريدون إتمام دراستهم.

تتفق نتيجة دراسة إلى حد ما مع نظرية "**روزنبرغ** " التي تقول: أنّ دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقدير الطلبة لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أنْ يحترم الطالب ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها، وقد وسع "**روزنبرغ** " دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميات تطور صور الذات الايجابية في فترة المراهقة، واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الطالب لذاته.

وتلاحظ الطالبتان أن توفر الظروف المناسبة للطلبة العازبين تشعرهم بالأمن وتحفزهم على الإنجاز والتفوق، إلا أنّنا نجد تقدير الذات لديهم منخفض وهذا؛ ربما يعود إلى أن الطلبة العازبين اعتادوا على عائلتهم في توفير كل المتطلبات طول حياتهم، بالإضافة إلى ذلك وجود بعضهم يعملون لتوفير مصاريف دراستهم، فيصبحون تحت ضغط الدراسة والعمل.

تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة **البكر عبد الله(2008)**: الذي يرى أنّ تقدير الذات يختلف باختلاف الحالة الاجتماعية.**(وازي ،2013)**

تختلف نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**طاوس**" (2013): أنّه لا توجد فروق في تقدير الذات باختلاف الحالة الاجتماعية.

ربما يعود هذا الاختلاف إلى أنّ الشخص المتزوج العاطل عن العمل ولديه أولاد وأسرة تعتمد عليه، فتنخفض صورته عن نفسه ويتدنى مع تقديره لذاته مقارنة بالشخص الأعزب.

لا توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير التخصص، نفسر ذلك بتوفيق الطلبة في اختيار التخصص حسب إمكانيتهم وحاجاتهم وقدراتهم المعرفية والجسمية وتحملهم لكل خبرات النجاح والفشل فيه، ستكون لديهم نظرة إيجابية للجامعة بصفة عامة والتخصص بصفة خاصة ومنه يقدرون ذاتهم بطريقة إيجابية.

هذه النتيجة تتفق إلى حد ما مع نظرية" **روجرز**": أنّ الطالب لا يحتاج إلى التقدير الإيجابي من الآخرين ولكن أيضا من ذاته، وينمو التقدير من خبرات الذات المرتبطة بإشباع الحاجات الأساسية أو بإحباطها ويتحقق التوافق النفسي السليم إذا كان الشخص يلقى تقديرا إيجابيا غير مشروط الآخرين.

فمن الملاحظ أنّ كل من تخصص علم النفس وعلوم التربية أصبح من التخصصات المطلوبة في الوقت الراهن لوجود عدة مشاكل في الجانب الأسري (التنمر ضد الأبناء، الطلاق..) الجانب المدرسي (العنف المدرسي، التسرب، التهديد....).

وفي نفس الصدد تتفق الدراسة مع نتيجة دراسة **أوشن نادية(2015)**: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص.

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**الهواري والشناوي**"(**1989**)": عدم وجود فروق في تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.**(بن كريمة،2015،ص10)**

كما تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة"**قدوري**" **(2016)**: عدم وجود فروق في تقدير الذات باختلاف تخصصاتهم الدراسية.

إضافة إلى أنّه لم يعد هناك تخصصات أحسن من أخرى وتضألت تلك النظرة التي تفضل التخصصات العلمية على التخصصات الأدبية .**(شرقي،2020 ، ص187)**

كما يمكن إرجاع نتيجة الدراسة إلى أنّ الطلبة يحصلون على دعم (الأساتذة، الأصدقاء حتى الأسرة)، واختيار التخصص حسب رغباتهم وقدراتهم واستعداداتهم، ووجود العلاقة الطيبة مع الطلبة في كل التخصصات.

في حين اختلفت نتيجة هذه الفرضية مع النتيجة التي توصلت إليها"**بوتعني**"**(2012)**": وجود فروق جوهرية بين المجموعين في تقدير الذات وفق للتخصص الأكاديمي.

وتختلف نتيجة الدراسة مع دراسة "**بن كريمة**" **(2015)**: تختلف علاقة تقدير الذات بالتحصيل الدراسي باختلاف التخصص لدى الطلبة المعيدين للبكالوريا .

توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح الماستر، ربما يعود أنّ الطالب في مستوى الماستر لديه القدرة على تحمل مسؤوليته والاعتماد على نفسه وتحقيق استقلاليته، فيستطيع تشكيل شخصيته وتتبلور بشكل كامل بفعل النمو والنضج المعرفي والاجتماعي ويصبح قادر على إقامة العلاقات واتخاذ القرارات وتكون الآراء المهنية وخاصة هو على أبواب التخرج.

فيعتبر تحديد الأهداف والخطط لدى الطالب الجامعي التي تكون حسب توافقه مع متطلبات الواقع الجامعي وذلك انطلاقا من تكيفه؛ أي أن طالب الماستر الذي يخطط جيدا لمستقبله يكون مرتاح ويشعر بالكفاءة، وذلك من خلال دراسته الجيدة مما يجعله منظم في حياته وواثق من نفسه وهذا راجع إلى قوة الشخصية وطموحاته.

وهذه النتيجة تتفق إلى حد ما مع نظرية "**ماسلو**": أن النوع الأعلى من التقدير هو تقدير الطالب لذاته واحترامه لها، وشعوره بالثقة والكفاءة في نفسه، فتقدير الذات حاجة أساسية وضرورية لشعور الطالب بالرفاهية وحسن الحال.

ومن زاوية أخرى ترى الطالبتان أن تميز الطلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بالثقة بأنفسهم والتشجيع المستمر لبعض البعض والاهتمام بهم، وتوفير الإمكانيات اللازمة والأساسية (المنحة والنقل والإقامة) والمساواة في المعاملة بين المستويات وذلك من خلال الأنشطة (البحوث والمذكرة و التربص)، إلا أنّ طالب ليسانس لديه تقدير منخفض ربما يعود إلى التفكير دائما في التعرف

على المقاييس وكيفية إعداد المذكرة والتقييم، كما يسعى إلى مواكبة تلك الجماعات من الطلبة منذ التحاق بالجامعة أولى مرة من أجل تحقيق التوافق النفسي والوصول إلى التكيف الاجتماعي، عن طريق تقبله للأفكار والانطباعات التي تعتنقها تلك الجماعة ومشاركتهم فيها.

في حين تتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة هذه الفرضية التي توصلت إليها "**العبدلي**": أنّ هناك فروق في تقدير الذات باختلاف المستوى التعليمي.

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة "**سمور**"**(2015)**: وجود فروق تعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح الفتيات لدرجاتهن العلمية عالية.

خلاصة:

توصلت الدراسة إلى أنّ مستوى كل من الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية كان مرتفعا، وهذا يعتبر مؤشرا جيدا لضمان المحافظة على حياة دراسية مرضية للطلبة وضمان تحقيق أفضل إنتاجية ممكنة لهم، كما تبين وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين الرضا عن الحياة و تقدير الذات، بينما لم يثبت إحصائيا وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، التخصص، الحالة الاجتماعية، كما اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فروق في تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي.

وتكتسي هذه النتائج أهمية بالغة بالنسبة للطلبة ومن له علاقة بهم داخل الجامعة ومن بينهم المشرفين والأساتذة والجهات والتابعات الوصية على الطلبة.

وتجدر الإشارة إلى أنّه لا يمكن تعميم نتائج الدراسة إلا في حدود المتغيرات التي تناولتها ومن بينها الرضا عن الحياة وتقدير الذات في ضوء (التخصص، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)، وفي حدود مجتمع الدراسة وهم طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية في جامعة قاصدي مرباح، كما أن الدراسة الحالية اتبعت المنهج الوصفي الارتباطي الفارقي واستخدمت الاستبيان أداة لجمع البيانات ومن ثم يمكن اعتبار هذه الحدود جسر لإجراء مزيد من الدراسات مثل دراسة متغير الرضا عن الحياة وتقدير الذات مدى تأثره بمتغيرات جديدة مثل العمر، المستوى الاقتصادي، السعادة والتفاؤل والذكاء الانفعالي ويمكن أن تجرى في كليات أخرى وحجم أكبر ويمكن أن تجرى بشكل تجريبي بحيث يمكن عداد برامج إرشادية لتعزيز وتنمية الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعين.

قائمة المراجع

العلوان، بشير احمد عيسى (2006). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات. دراسة مقارنة بين الممارسين للنشاط الرياضي للمعاقين حركيا. رسالة الدكتوراه. الجامعة الأردنية.

القثامي، سعود سعد محمد (2016). العفو والرضا عن الرضا لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير. جامعة أم القرى. بمكة المكرمة.

الزعبي، أحمد محمد (2015). *الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية*. **مجلة جامعة البعث**. المجلد37. العدد14. دمشق.53-90.

الشورى، فؤاد حامد الموافى وسالم، محمود مندوه محمد (2018). مستوى الرضا عن الحياة وعلاقتها بالتدين والسعادة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة. مذكرة للحصول على الدكتورة لفلسفة التربية. جامعة المنصورة.

النملة، عبد الرحمان بن سليمان (2013). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت. ***مجلد العلوم التربوية***.المجلد40. ملحق4.1333-1318.

أوشن، نادية (2015). التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجيستير. جامعة الحاج لخضر. باتنة.

أبوغبوش، مرفت يوسف والجندي، نبيل جبرين (2016). درجات الرضا عن الحياة لدى زوجات الأسري الفلسطينين. جامعة الخليل. العدد02. المجلد25 .137-149

بلحسيني، وردة (2002). علاقة الرضا عند التوجيه المدرسي بالإحباط. مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجيستير. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

بوتعني، فريد (2013). الاغتراب كمتغير وسيط بين تقدير الذات والنسق القيمي لدى طلبة المركز الجامعي بتامنغست. أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتورة العلوم في علم النفس. جامعة

الحاج لخضر. باتنة. بن كريمة، مريم (2015). علاقة تقدير الذات بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المعيدين في شهادة البكالوريا. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

بن دهنون، سامية و ماحي إبراهيم (2014). *الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة*. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**.العدد (16). جامعة وهران.69-86.

حسين، عبد الحميد عيسى (2013). الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور بمحافظة غزة. رسالة الماجستير. الجامعة الإسلامية.غزة.

حمزاوي، زهية (2017). صورة الجسد وعلاقته بتقدير الذات عند المراهق. مذكرة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم تخصص علم النفس الجماعات و المؤسسات. جامعة وهران2.

حمري، صارة (2012). علاقة تقدير الذات بالدافعية للانجاز لدى تلامذة الثانوية. مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية. جامعة وهران.

سمور، أماني خليل (2015). تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظات غزة. قدمت هذه الرسالة استكمالا لمتطلب الحصول على درجة الماجستير. الجامعة الاسلامية.غزة.

سليمان، عادل محمود محمد (2003). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية. جامعة النجاح الوطنية نابلس فلسطين.

سايح، زليخة (2015). علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي. مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس. جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان.

شقورة، يحي عمر شعبان. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. رسالة الماجستير في علم النفس من كلية التربية. جامعة الأزهر.غزة.

شرقي، حورية (2020). تقدير الذات وعلاقته بالصلابة النفسية و الضبط النفسي لدى متعلمي الطور الثانوي(التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا). رسالة الدكتوراه. جامعة محمد بوضياف.المسيلة.

عبد العزيز، حنان (2012). نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان.

عفانة، محمد جاسر زكي (2018). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير.الجامعة الإسلامية. غزة.

عبد ربه، على شعبان (2010). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا. رسالة استكمال شهادة الماجستير. قسم علم النفس. كلية التربية في الجامعة الإسلامية. بغزة.

عمور، ربيحة (2018). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالدافعية للإنجاز تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتواره (ل.م.د) في علوم التربية. جامعة مولود معمري. تيزي وزو.

قاروت، بسمة بنت حسن محمد رملي (2007). الرضا وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة. أطروحة ماجستير شخصية وعلم النفس إجتماعي. جامعة أم القرى بمدنية مكة المكرمة. السعودية. **http//WWW.upu.edu.sa/page/ar/583**

قدوري، الحاج (2016). تقدير *الذات لدى التلاميذ المعيدين للمستوى النهائي من التعليم الثانوي. دراسة ميدانية بمدينة ورقلة*. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**. العدد(16). جامعة قاصدي مرباح ورقلة.245-256

قنون، خميسة (2013). الاستجابة المناعية وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان. رسالة دكتورة. جامعة محمد خيضر .بسكرة.

ذخيلي، إبتسام (20،2017). مستوى الرضا عن لدى الطالب الجامعي المتفوق دراسيا، مذكرة لنيل شهادة الماستر، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

طشطوش، رامي عبد الله (2015). الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي المدرك والعلاقة بينهما لدى عينة من مريضات سرطان الثدي. ***المجلة الأردنية في العلوم التربوية***.المجلد11. عدد4. 449-467.

منار، بني مصطفى والشريفين،أحمد و طشطوش، رامي (2014). أحداث الحياة الضاغطة و الشعور بالرضا عن الحياة و العلاقة بينهما لد طلبة جامعة اليرموك بالأردن. ***مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات***. العدد الرابع والثلاثون.205-250.

مالهي، رانجيت سينج و ريزنر دبليور روبرت (2005)." **تعزيز تقدير الذات**". (الطبعة الأولى). مكتبة جرير. المملكة العربية السعودية.

مختار، وحيد مصطفى كامل (2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة. كلية التربية النوعية. جامعة بنها.

كنان، إسماعيل الشيخ (2017). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة دراسة ميدانية **على** عينة من طلبة الجامعة، ***مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية***. *سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية*.المجلد 39. العدد 40.371-392.

كتلو، كامل حسن (2015). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. ***مجلة دراسات العلوم التربوية***.المجلد42. العدد2. جامعة الخليل. فلسطين.661-679

لقوقي، دليلة. (2016): مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة (دراسة حالة لمراهقين مكفولين). مذكرة ة لنيل شهادة الماجستير. جامعة محمد خيضر. بسكرة.

لخضر، شيبة (2015). الدافعية للتعلم وعلاقته بتقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير. جامعة مولود معمري. تيزي وزو.

نويبات، قدور (2013). علاقة الكدر الزواجي بكل من الصحة النفسية والرضا عن الحياة لدى المتزوجين بمدينة ورقلة. رسالة دكتوراه في علم النفس الاجتماعي. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

نهدي، سعاد (2015). التفاؤل و التشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين.مذكرة مكملة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

وازي، طاوس (2013). *تقدير الذات لدى الشباب البطال، دراسة ميدانية على عينة من الشباب البطال بمدينة ورقلة*. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**. العدد(13). جامعة قاصدي مرباح ورقلة. 131_138.

يونسي، تونسية (2012) . تقدير الذات و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين. مذكرة لنيل شهادة الماجستير.جامعة مولودي معمري تيزي وزو.

الملاحق

الملحق رقم 1 يوضح مقياس الرضا عن الحياة.

من إعداد مجدي الدسوقي (1998)

استبيان

جامعة قاصدي مرباح . ورقلة .

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

شعبة علوم التربية

البيانات الشخصية:

أعزب ☐ متزوج ☐

ليسانس ☐ ماستر ☐

علم النفس ☐ علوم التربية ☐

عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة

في إطار إعداد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص إرشاد وتوجيه نضع بين أيديك الاستبيان الذي يحوي على مجموعة من العبارات التي تجيب عليها موضوعية، واطمئنان على أن هذه المعلومات ستحظى بالسرية التامة، وسوف يتم استعمالها لغرض البحث العلمي فقط، نرجو منك وضع علامة (×) في الخانة المناسبة لكل عبارة من عبارات الاستبيان

شكرا على تعاونكم معنا

الرقم	العبارة	تنطبق تماما	تنطبق	بين بين	لا تنطبق	لا تنطبق أبدا
1	أنا أسعد حالا من الآخرين					
2	أنا راض عن نفسي					
3	ظروف حياتي ممتازة					
4	في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية					
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي					
6	اشعر بالثقة تجاه سلوكي الاجتماعي					
7	أشعر بالأمن و الطمأنينة					
8	أتمتع بحياة سعيدة					
9	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضي					
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي					
11	اشعر أنني موفق في حياتي					
12	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل					

13	أنا راض بما وصلت إليه					
14	أميل إلي الضحك و تبادل الدعابة					
15	أشعر بالرضا و الارتياح عن ظروفي الحياتية					
16	أتقبل الآخرين و التعايش معهم كما هم					
17	أعيش في مستوي حياة /معيشة أفضل مما كنت أتمناه و أتوقعه					
18	أشعر بسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين					
19	أشعر أن حياتي مشرقة مليئة بالأمل					
20	أتقبل نقد الآخرين					
21	يثق الآخرين في قدراتي					
22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح					
23	أنام نوما هادئا و مسترخي					
24	ينظر الآخرين إلي باحترام					
52	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل					

26	لدي القدرة علي إتحاد القرار و تحمل نتائجه					
27	أفكاري و آرائي تنال إعجاب الآخرين ناجحة					
2	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة					
29	روحي المعنوية مرتفعة					
30	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيء من حياتي					

الملحق رقم 2: مقياس تقدير الذات

استبيان

جامعة قاصدي مرباح . ورقلة .

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

شعبة علوم التربية

البيانات الشخصية:

أعزب ☐ متزوج ☐

ليسانس ☐ ماستر ☐

علم النفس ☐ علوم التربية ☐

عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة

في إطار إعداد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص إرشاد وتوجيه نضع بين أيديك الاستبيان الذي يحوي على مجموعة من العبارات التي تجيب عليها موضوعية، واطمئنان على أن هذه المعلومات ستحظى بالسرية التامة، وسوف يتم استعمالها لغرض البحث العلمي فقط، نرجو منك وضع علامة (×) في الخانة المناسبة لكل عبارة من عبارات الاستبيان.

شكرا على تعاونكم معنا

الرقم	العبارة	لا	قليلا	كثيرا
01	أتضايق كثيرا من الأمور عادة			
02	من الصعب علي التحدث أمام زملائي			
03	أود لو باستطاعتي تغيير أشياء في نفسي			
04	يصعب علي اتخاذ قرارات خاصة بي			
05	يسعد الآخرون بوجودهم معي			
06	أتضايق بسرعة في المنزل			
07	أحتاج إلى وقت طويل كي أتعود على الأشياء الجديدة			
08	أنا محبوب بين أقراني			
09	عادة ما تراعي أسرتي مشاعري			
10	أستسلم بسرعة عند مواجهة مواقف صعبة			
11	تتوقع أسرتي مني نجاحات كثيرة			
12	يصعب علي البقاء كما أنا			
13	تختلط علي كل الأشياء في حياتي			
14	يقتنع الناس بأفكاري			
15	أقلل من قدر نفسي			
16	أرغب في ترك البيت			

17	أشعر بالضيق من دراستي			
18	مظهري ليس جيدا مثل معظم الناس			
19	لا أتردد في أي شئ أريد أن أقوله			
20	تهمني أسرتي			
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني			
22	يفرض عليا فعل أشياء عديدة			
23	ينقصني تشجيع أستاذي على ما أقوم به داخل القسم			
24	أرغب أن أكون شخصا مختلفا			
25	ينبغي على الناس أن لا يعتمد علي			
26	أشعر أن زملائي أكثر قدرة مني			

الملحق رقم 3: يوضح نتائج التساؤل الأول

T-Test:

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الحياة عن الرضا	194	114.1134	15.17796	1.08971

One-Sample Test

	Test Value = 90					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
الحياة عن الرضا	22.128	193	.000	24.11340	21.9641	26.2627

الملحق رقم 4 : يوضح نتائج التساؤل الثاني

T-Test:

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الذات تقدير	194	36.9278	7.03912	.50538

One-Sample Test

	Test Value = 26					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
الذات تقدير	21.623	193	.000	10.92784	9.9311	11.9246

الملحق رقم 5: يوضح نتائج الفرضية الأولى

Correlations:

Correlations

		الذات تقدير	الحياة عن الرضا
الذات تقدير	Pearson Correlation	1	.308**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	194	194
الحياة عن الرضا	Pearson Correlation	.308**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	194	194

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

الملحق رقم 6 : يوضح نتائج الفرضية الثانية

Univariate Analysis of Variance:

Between-Subjects Factors

		Value Label	N
الاجتماعية	1.00	اعزب	77
	2.00	متزوج	117
المستوى التعلمي	1.00	لسيانيس	119
	2.00	ماستر	75
تخصص	1.00	علم النفس	95
	2.00	علوم التربية	99

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: الحياة عن الرضا

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	2809.935[a]	7	401.419	1.793	.091
Intercept	2180052.507	1	2180052.507	9735.282	.000
الحالة	256.885	1	256.885	1.147	.286
المستوى	3.908	1	3.908	.017	.895
تخصص	48.048	1	48.048	.215	.644
الحالة * المستوى	5.177	1	5.177	.023	.879
الحالة * تخصص	1850.572	1	1850.572	8.264	.005
المستوى * تخصص	584.297	1	584.297	2.609	.108
الحالة * المستوى * تخصص	.505	1	.505	.002	.962
Error	41651.570	186	223.933		
Total	2570704.000	194			
Corrected Total	44461.505	193			

a. R Squared = .063 (Adjusted R Squared = .028)

الملحق رقم 7: يوضح نتائج الفرضية الثالثة

Univariate Analysis of Variance:

Between-Subjects Factors

		Value Label	N
الاجتماعية	1.00	اعزب	77
	2.00	متزوج	117
المستوى التعلمي	1.00	لسيانيس	119
	2.00	ماستر	75
تخصص	1.00	علم النفس	95
	2.00	علوم التربية	99

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: الذات تقدير

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	969.939[a]	7	138.563	2.999	.005
Intercept	229448.096	1	229448.096	4966.495	.000
الحالة	398.300	1	398.300	8.621	.004
المستوى	320.306	1	320.306	6.933	.009
تخصص	116.796	1	116.796	2.528	.114
الحالة * المستوى	51.627	1	51.627	1.117	.292
الحالة * تخصص	50.070	1	50.070	1.084	.299
المستوى * تخصص	.015	1	.015	.000	.986
الحالة * المستوى * تخصص	2.683	1	2.683	.058	.810
Error	8593.051	186	46.199		
Total	274114.000	194			
Corrected Total	9562.990	193			

a. R Squared = .101 (Adjusted R Squared = .068)

Estimated Marginal Means:

الاجتماعية	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval	
			Lower Bound	Upper Bound
اعزب	35.562	.810	33.964	37.160
متزوج	38.654	.673	37.326	39.982

Dependent Variable: تقدير الذات

التعليمي المستوى	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval	
			Lower Bound	Upper Bound
لسيانيس	35.722	.701	34.338	37.105
ماستر	38.495	.786	36.945	40.044