الأمل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار

محمد أحمد عقلان[1]، رقية عبد الحكيم دُميج[2]، سبأ مجاهد الجبر[3]

[1]-قسم علم النفس-جامعة ذمار-كلية الآداب

[2]-معهد الزهراء للعلوم الطبية-مدينة معبر-وزارة الصحة العامة والسكان

[3]-مركز الرحمة للصحة النفسية-محافظة ذمار

DOI: https://doi.org/10.56807/buj.v5i4.487

الملخص

هدف البحث إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلاب الثانوية في مدينة ذمار، الكشف عن الفروق بين الأمل والرضا عن الحياة تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية. أما عينة وإجراءات البحث: فقد تكونت عينة البحث الأساسية من (300) طالب وطالبة من مرحلة الثانوية في المدراس لمدينة ذمار خلال العام الدراسي (2017-2018م) تم اختبارهم بطريقة عشوائية طبقية، وتم اختبار عينة استطلاعية مكونة من (60) طالبا وطالبة، كما استخدمت المنهج الوصفي في هذا البحث.

وتوصل البحث إلى مجموعة من النتائج أهمها:

1. أن مستوى الأمل لدى طلبة الثانوية مرتفع.
2. أن مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية متوسط.
3. توجد علاقة ارتباطية (موجبة) ذات دلالة إحصائية بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية.
4. لا توجد فروق دالة إحصائية في الأمل بين أفراد العينة، حسب متغير الجنس (ذكور، إناث)، وبين متغير المستوى الاقتصادي وبين متغير الحالة الاجتماعية.
5. لا توجد فروق دالة إحصائية في الرضا عن الحياة بين أفراد العينة حسب متغير الجنس (ذكور، إناث). وبين متغير المستوى الاقتصادي وبين متغير المستوى الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: الأمل-الرضا عن الحياة

Hope and its relationship to life satisfaction among secondary school students in Dhamar City

Abstract

The aim of this research was to determine the nature of the relationship between hope and life satisfaction among high school students in Dhamar City، as well as to uncover the differences in hope and life satisfaction based on certain demographic variables.

The primary research sample consisted of 300 male and female students from secondary schools in Dhamar City in the academic year 2017-2018. They were selected using stratified random sampling. A survey sample of 60 students was also taken. The descriptive method was employed in this research.

The research findings revealed the following:

1. *The level of hope among high school students is high.*
2. *The level of life satisfaction among high school students is average.*
3. *There is a statistically significant positive correlation between hope and life satisfaction among secondary school students.*
4. *There are no statistically significant differences in hope among sample individuals based on gender (males، females)، economic status، or social status.*
5. *There are no statistically significant differences in life satisfaction among sample individuals based on gender (males، females)، economic status، or social status.*

***Keywords**: Hope- life satisfaction*

المقدمـــة:

تنتمي بحوث الأمل إلى علم النفس الإيجابي، وقد بدأ الاهتمام بهذه الطائفة من الأبحاث في منتصف القرن الماضي، واستمر هذا الاهتمام حتى وقتنا الحاضر وقد تناول الباحثون الأمل في الدراسات النفسية لما له من أهمية في تحقيق التوافق النفسي في مجالات الحياة المختلفة.

والبحث في الأمل هو بحث في الصحة النفسية والبدنية والاجتماعية للفرد والمجتمع وهو بحث في ديناميات الشخصية حيث يتضمن الأمل تخطياً حقيقياً للعقبات تلك العلمية التي تتضمن تنوعاً في العلاقات التوافقية لدى الأفراد في المواقف العادية والصعبة كما تشتمل أيضاً على مستوى مرتفع في تقدير الذات والسعادة والإمكانات الإبداعية، كما تزيد من قدرة الفرد على التفاعل مع الآخرين وتمد الفرد بحالة دافعية موجبة تجعله أكثر قبولاً ورضا نفسيا حتى تحت الظروف الضاغطة، كما تزوده بمدى واسع من الأفكار في معالجة المواقف (عبدالخالق، 2004، 186).

إن موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية كعلم الصحة النفسية، وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء، باعتبار الرضا عن الحياة علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة، إذ إن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والإقبال عليها، والرغبة الحقيقية في أن يعيشها لذا فهو يتضمن صفات متنوعة كالتفاؤل، توقع الخير، الاستبشار، الرضا عن الواقع، تقبل النفس واحترامها، والاستقلال المعرفي والوجداني، فإذا تحققت هذه الصفات لدى الإنسان، فإنه عندئذ يشعر بالسعادة أكثر من أي وقت آخر، خاصة وأن السعادة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالرضا عن الحياة (علوان ، 2007، 477).

يمكن القول إن القرن الحادي والعشرين هو عصر علم النفس الإيجابي، وتعد موضوعات مثل الذكاء الانفعالي والسعادة والأمل والتفاؤل وجودة الحياة والحكمة والإيثار والتسامح ... إلخ من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، وذلك بسبب ما يترتب عليها من آثار إيجابية عديدة على التوافق والصحة النفسية للفرد، فعلم النفس الإيجابي يؤكد على القوى الإنسانية الإيجابية والتي نما الاهتمام بها منذ توجيه مارتن سيليجمان MATIN SELIGMAN'S 1999 رئيس الجامعة الأمريكية، والتي دعت علماء النفس للبحث عن القوى الإيجابية لدى البشر بدلاً من البحث في الجوانب السلبية مثل الأمراض (القاسم، 2011، 16-17).

لذا يحاول الباحثون في هذا البحث التعرف على العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الثانوية بمدينة ذمار.

مشكلة البحث: إن الإحساس بالأمل أحد العوامل المهمة والمؤثرة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالسعادة والقدرة على الإنجاز وتحقيق الذات؛ حيث إنه يمد الفرد بمجموعة من الأسس والمبادئ التي تكون الدافع لتحقيق أهدافه وغاياته في ضوء ما لديه من إمكانيات وقدرات في ظل الظروف البيئية المحيطة به بغية تحسين حياته وحل مشكلاته، ومن ثم تحقيق الذات والشعور بالقيمة وتحقيق السعادة في مجال علم النفس الإيجابي.

وللأمل آثار عديدة على التوافق والصحة النفسية فقد ارتبط الأمل إيجابياً بمقاييس التفاؤل وتقدير الذات والثبات الانفعالي والصلابة النفسية والرضا عن الحياة والانبساط في حين ارتبط الأمل سلبياً بكل من التشاؤم والقلق والاكتئاب.

فقد ذكر فريد (Fred،2003) المشار إليه في جبر والمنشد (جبر، المنشد، 2015، 123) إلى أن نقص الأمل يؤدي إلى المعاناة من الاكتئاب والسلوك الانتحاري، وكذلك في الإحساس بانعدام الحياة، والتشاؤم السلبي وضعف القدرة على التحمل والتقييم السلبي للأحداث في الحياة.

ولقد دلت مراجعة قاعدة المعلومات النفسية التي توثق ملخصات البحوث النفسية في الدوريات المختلفة بين عامي (1970-2000) على أن (5.548) مقالاً نشر عن الغضب، (41.416) عن القلق، (54.040) عن الاكتئاب، بينما نشر (415) مقالاً فقط عن البهجة Joy، (1.710) عن السعادة، (2.582) عن الرضا عن الحياة (عبد الخالق، 2004، 183).

وأن انخفاض درجة الرضا عن الحياة يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة، والحياة المدرسية بوجه خاص قد تكون من إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطالب فضلاً عن المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب أثناء هذه المرحلة في الأسرة والمجتمع، فإن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على توافق الطلاب، وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم (جبر،المنشد، 2015، 124) وباعتبار أن الرضا عامل من العوامل المؤثرة في حياة الفرد بصفة عامة وبصفة خاصة في المجال الدراسي، وهذا لما للعوامل النفسية من دور هام في حياة الفرد فالملاحظ أن معظم الدراسات تركز على التحصيل الدراسي والاهتمام بالجانب المعرفي لدى الطالب، في حين تهمل الجانب النفسي الذي يعتبر عاملاً مهماً في النتائج التي يتوصل إليها الطالب. ومن هنا تم تحديد مشكلة بحث الأمل والرضا عن الحياة، وما العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار في التساؤل الرئيسي التالي:

- ما مستوى الأمل والرضا عن الحياة وما العلاقة بينهما لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار؟

وينشق عن التساؤل الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

1. ما مستوى الأمل لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار؟

2. ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغيرات البحث (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي)؟
5. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغيرات البحث (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي)؟

تتمثل أهداف البحث في التعرف على:

1. مستوى الأمل لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار.
2. مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار.
3. وجود علاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار.
4. وجود فروق بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغيرات البحث (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي).
5. وجود فروق بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغيرات البحث (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي).

أهمية البحث:

تعد المرحلة الثانوية من المراحل المفصلية في حياة الفرد التي تحدد شكل حياته المستقبلية، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح، يتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية ومتطلبات الدارسة، فضلاً عن مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى، كما يتطلب ذلك أيضاً رضا الطالب وإقناعه بالتخصص الذي يرغب في دراسته، وكل ذلك يتطلب قدراً من الرضا عن الحياة لدى الطالب، حيث تمكنه من عبور هذه المرحلة بسلام (جبر، منشد، 2015، 125).

ولكل فرد مطامح وآمال في حياته، وقد تساعده الظروف فيحقق بعضاً منها أو جميعها، وكذلك فإن الأفراد يعيشون حياة مختلفة ترجع إلى الاختلاف في القدرات العقلية أو سماتهم الانفعالية أو صفاتهم الجسمية أو قد ترجع إلى عوامل خارجية تتمثل في العوامل الاجتماعية وأحداث الحياة غير المسيطر عليها (الشاوي، الجنابي، 2011، 13).

كما تتجلى أهمية البحث الحالي من خلال اهتمامه بمتغير (الأمل – والرضا عن الحياة) في مرحلة عمرية شديدة الأهمية في تكوين شخصية الفرد، وما تعرض له بلدنا من تغيرات وحوادث وضغوط نفسية مؤلمة مما يتوقع حدوث آثار سيئة في أفراده ويجعلهم يحملون النظرة التشاؤمية نحو حياتهم ومستقبلهم. وأن اهتمام التربية الحديثة من المؤشرات الواضحة إلى أهمية البحث هذه الظاهرة وعدم توافر أبحاث سابقة مطبقة على عينة الطلاب والطالبات الثانوية العامة تتجلى بوضوح أهمية إجراء هذا البحث (مصطفى، عبدالمجيد، خلف، 2009، 285).

تكمن أهمية البحث في أهمية الموضوع الذي تتصدى لدراسته، حيث إنه يسعى لدراسة الأمل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب وطالبات الثانوية العامة. ولا شك أن هذا الموضوع ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية (القاسم، 2011، 5). ويمكن تلخيص أهمية البحث في الجوانب التالية:

أولاً/ الأهمية النظرية :

1. تزويد المكتبة الجامعية بمتغيرات جديدة نسبياً في مجال علم النفس الإيجابي حيث ما زالت البحوث محدودة النطاق وخاصة على متغير (الأمل).
2. يتناول البحث مفهوم الأمل والرضا عن الحياة بوصفه أحد المفاهيم النفسية التي تعتبر من موضوعات علم النفس الإيجابي والتي تحتاج إلى مزيد من الدراسة والبحث في الفترة الحالية.

ثانياً/ الأهمية التطبيقية :

1. يمكن الاستفادة من هذا البحث الحالي في التعرف على السمات والخصائص النفسية وهي (الأمل والرضا عن الحياة) بالنسبة للطلاب عينة البحث والتعرف على بعض جوانب الضعف والقوة في شخصياتهم.
2. نستطيع من خلال هذا البحث التعرف على نسب توافر الأمل والرضا عن الحياة لدى الطلاب وهذا يعد مؤشراً قوياً للتعرف على مدى شعور الطلاب بالأمل ومدى وجود الرضا في حياتهم لأن ذلك يعد مؤشراً مهماً لنظرتهم للمستقبل.
3. يحاول الباحثون معرفة مدى الاختلاف حسب متغير (المستوى الاقتصادي -الجنس -الحالة الاجتماعية) لدى الطلاب في الأمل والرضا عن الحياة.

مصطلحات البحث: يتناول الباحثون في هذا الجزء تعريف المصطلحات المستخدمة في البحث.

وهي: مفهوم الأمل ومفهوم الرضا عن الحياة ويمكن التعرض لتلك المفاهيم بصورة موجزة كما يلي:

تعريف الأمل Hope : يعرف عبد الصمد الأمل بأنه: إدراك الفرد بأن رغباته وأهدافه يمكن تحقيقها، وذلك بدفعه إلى الرغبة والمبادأة والإصرار ومواصلة الكفاح لتحقيق هذه الأهداف مستخدماً في ذلك التخطيط وتوليد الأفكار، واتباع طرق ومسالك عملية للإنجاز من أجل تحقيق الأهداف، وتكون لدى الفرد قدرة عالية للأداء وتحرك قدرته قوة الإرادة والشعور بالمتعة (القاسم، 2011 ، 57). كذلك يعرف الأمل من وجهة نظر "سنايدر" وزملائه (Snyder et- al ،1991) بأنه: "حالة دافعية موجبة تعتمد على شعور بالنجاح، وطاقة موجهة نحو الهدف، وتخطيط لتحقيق هذا الهدف" (عبد الخالق

، 2004 ، 184). يعرف الباحثون الأمل نظرياً : هو "قوة داخلية للفرد تبعث له التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة".

ويعرفونه إجرائياً بأنه: الدرجة التي حصل عليها الطلاب من خلال إجاباتهم على المقياس المستخدم في هذا البحث.

تعريف الرضا عن الحياة Satisfaction of Life : تصف منظمة الصحة العالمية في (1995) الرضا عن الحياة أنه: معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه (عيسى، رشوان، 2006 ، 56). ويستخدم كورف korff،(2006) الرضا عن الحياة كمصطلح مرادف للرفاهية (Being_Well) ويرى أن الرضا عن الحياة: هو إدراك شخصي لمدى إشباع حاجته الأساسية بالإمتداد مع إدراكه لنوعية الحياة طوال خبرته الحياتية (عبدالمنعم ،2010 ، 750) . كما عرف أحمد عبد الخالق الرضا عن الحياة أنه : التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماد على حكمه الشخصي (عبد الخالق، 2008 ، 123).

ويعرف الباحثون الرضا إجرائياً بأنه: عبارة عن قناعة الفرد عن حياته من جميع الجوانب(الجسمية – النفسية – الاجتماعية – العقلية)

التعريف الإجرائي للرضا عن الحياة : هو الدرجات التي يحصل عليها المفحوصون من عينة البحث الأساسية على مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي.

نتناول الإطار النظري للبحث مشتملاً على المفاهيم الأساسية وتعريفاته المختلفة، والإطار النظري والنظريات المفسرة له. وسوف نركز هنا على متغيرين رئيسيين أولهما هو الأمل، والثاني هو الرضا عن الحياة. كما نتقدم جانباً من الاهتمامات النظرية الخاصة بهذين المتغيرين.

أولاً : الأمـــل Hope : يعد الأمل مصدرا من مصادر القوة التي تدعم القوى الذاتية لدى الفرد بما يمكنه من مواجهة حياته ويهيئ له فرصاً للصيرورة الإيجابية والتطلع إلى أفضل عناصر ممكنة في المستقبل عبر حافز يخطط له بإرادته وقدرته، فالأمل يمثل للفرد مجموعة القوى التي تجعله يستطيع الاستخدام الأمثل لقدراته وإمكاناته من أجل وضع الأهداف الممكنة أمام عينه، ويحدد أقصر الطرق للوصول إليها رغم التحديات والصعوبات، ويقع الأمل في قلب البحوث المرتبطة بعلم النفس الإيجابي

1. 1. علم النفس الإيجابي positive psychology : ينطوي مفهوم الصحة النفسية على مفهوم الصحة الإيجابية والعافية والذي يؤكد على نموذج الكفاءة في الصحة والصحة الإيجابية

1. 1 .1. تعريف علم النفس الإيجابي: هو الدراسة العلمية لمكامن القوة والفضائل التي تمكن الأفراد والمؤسسات والمجتمعات من الازدهار، وأسس هذا المجال على اعتقاد مؤداه أن البشر يرغبون في أن يحيوا حياة إنسانية مليئة بالقيمة والمعنى يحققون فيها طموحاتهم ويوظفون فيها قدراتهم الإنسانية للوصول إلى الرضا والسعادة الحقيقية وتحسين خبراتهم الإنسانية العامة في كافة المجالات الإنسانية ذات القيمة مثل: العلاقات الاجتماعية، العمل وحتى اللعب (أبو حلاوة،2014 ، 17).

1. 2. مفهـــوم الأمل : ينظر لازاروس (LAZARUS 2006) إلى الأمل على أنه حالة عقلية يمر بها الفرد في المواقف الصعبة التي لا تكون المخرجات الإيجابية التي يريدها الفرد قد حدثت بالفعل، ولكن من المتوقع حدوثها في المستقبل، وغالباً في المواقف غير المستحبة (UNFAVORABLE STITUATION) وبالتالي فإن ما يتسبب في استشعار الأمل لدى الفرد هو مواقف محددة وغير محددة لديه (جوده، 2011، 139). ويعتبر مفهوم الأمل من أهم المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، لان الأمل له آثار إيجابية عديدة على تحقيق التكيف الإنساني والصحة النفسية، والرغبة في التعلم وعلى النقيض من ذلك فقد لوحظ أن اليأس HOPELESSNESS يعد عامل خطورة فهو يمهد للإصابة بالإضطرابات العقلية والنفسية بوجه عام، حيث يؤدي إلى الإصابة بالإكتئاب، والسيكوباتية، والسلوك الإنتحاري بوجه خاص، فالأمل بهذه الكيفية يعد سبباً في استمرار حياة الفرد، ذلك لأنه يعمل على مقاومة الضغوط التي قد تواجهه وتعبر به إلى حالة من الأمان النفسي مع الذات والآخرين (عبدالخالق، 2004، 184) . ويعتبر مصطلح الأمل من المفاهيم التي يصعب وضع تعريف لها بالرغم من إدراك الفرد بأنه مصطلح سهل، ويرجع الفضل إلى سنايدر (SNYDER) في تأصيل مفهوم الأمل قبل حوالي عشرين عاماً، وذلك في إطار نظرية سنايدر للأمل، تلك النظرية التي لقيت إهتماماً كبيراً من العلماء والباحثين خارج وداخل مجال علم النفس. (جودة،2010، 645).

هذا ولم تحظ دراسات الأمل على المستوى العربي بالاهتمام الذي تستحقه كما هو الحال لدى الباحثين الغربيين، إلا ما قدمه قلة من الباحثين من تحليل نفسي اجتماعي للأمل تحت عنوان (الرجاء)، **فقد قدم تحليلاً نفسياً اجتماعياً لمفهوم الرجاء من حيث أنه يتضمن عناصر ثلاثة هي:** (الثقة -الوعي-العمل). ويرى الباحثون أن الناس اليوم بحاجة إلى من يبث في أنفسهم الأمل، وييسر لهم طريق الخير بتعزيز استحضار النماذج المشرقة، فالإنسان لا يخلو من الأمل فقد يكون الفرد في فترة معينة مليئا بالأمل وتحقيق الأهداف والمشاعر الإيجابية، وفترة يكون عكس ذلك.

1. 3. أبعاد الأمل:

1-3-1. المقدرة: هي القدرة على البدء ومواصلة التحرك نحو الهدف على طول اختيار الطرق، ونحن نسمي هذا بالمقدرة التي

توفر للإنسان القدرة على الإستمرار لمتابعة الهدف (البهنساوي، 2012: 10).

1-3-2. السبل: (التخطيط من أجل تحقيق الأهداف): ويقصد بها مدى قدرة الفرد على التوصل إلى مجموعة من الطرق والأساليب التي تمكنه من تحقيق الأهداف المطلوبة، وعلى هذا النحو فسبل التفكير تعكس مدى القدرة المتخيلة لدى الفرد على إنتاج السبل الناجحة لتحقيق الأهداف التي يرغبها (ناصر، 2017، 29).

1. 4. الآثار الإيجابية للأمل: وكشفت نتائج الدراسات السابقة عن قوة الأمل ودوره في الوقاية من الأمراض، ودور الأمل هنا يتمثل في الوقاية الأولية والوقاية الثانوية.

- **الوقاية الأولية primary prevention :** تتضمن الوقاية الأولية الأفكار التي تهدف إلى التقليل والتخفيف من إمكانية تكرار وحدوث المشكلات الصحية التي يتوقع تعرض الفرد لها سواء ما يتعلق بالجانب الجسمي أو النفسي

- الوقاية الثانوية secondary prevention : تتضمن الوقاية الثانوية الأفكار والأفعال التي تهدف إلى التقليل والتخفيف من المشكلات الصحية التي تعرض لها الفرد فعلياً، فالأمل يساعد الفرد على مواجهة الألم والإعاقة والضغوط الناتجة عن الأمراض الجسمية (أبو حسين،2012، 38) .

1. 5. المصطلحات القريبة من الأمل: لقد بينت بعض الدراسات أن الأمل يرتبط بسعادة الفرد وصحته النفسية فالأفراد ذو الأمل المرتفع أكثر سعادة وأوفر صحة من ذوي الأمل المنخفض أو المنحطين واليائسين جراء بعض أحداث ضغوط الحياة، هناك حركة جديدة -علم النفس الإيجابي -توضح لك كيف تعيش في أعلى مراتب السعادة. (مارتن سليجمان. 2006: ص.ب). **فالمصطلحات القريبة من الأمل هي :**(السعادة والصحة النفسية -التفاؤل)

1. 6. أهمية الأمل للفرد في الحياة (منافعه للفرد) : وتكمن أهمية الأمل في حياة الفرد فيما يلي :

- يعطي القدرة على كيفية إدارك المفاهيم والمعاني، وتفسير الأحداث تفسيراً منطقياً، يبعد عن الخيال
- يساعد الفرد على تفهم ذاته وتقييمها، وخلق التوازن الداخلي الذي يؤثر مباشرة في الحالة النفسية والعضوية، وذلك من خلال التوفيق بين ما عليه من واجبات وما له من حقوق.
- يسهل كيفية مواجهة أي تغيير بهدوء وعقلانية وثقة في الذات، ذلك أن الفرد الذي يكون لديه مستوى الأمل وعليه فإنه يقبل التكيف مع الواقع الحالي ليس عن ضعف ولكن ثقة في قدراته.
- يزيد من التوقع الإيجابي للأحداث الحياتية، وذلك بناء على خبراته السابقة التي جعلته يرى في العقبات طرقاً جديدة لتحقيق الأهداف.
- يقلل من مشاعر الإحباط واليأس ولوم الذات.
- يعالج الصراع الفكري ويزيد الأفكار العقلانية.
- يدعم ويحدد الأهداف الشخصية بدقة وموضوعية، ويسهل كيفية تكوين وابتكار إستراتيجيات تحقيق هذه الأهداف.
- يساعد في تعديل القدرات والاستجابات حتى يتمكن من مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة.
- يزيد من النظرة الإيجابية للذات وللآخرين وذلك من خلال ثقته في ذاته وفي الآخرين، ويخلق التوازن بين احتياجاته واحتياجات الآخرين. (ناصر،2017، 34).

ثانياً: الرضا عن الحياة Satisfaction of life : مفهوم الرضا عن الحياة من مؤشرات السعادة الوجدانية الذاتية (Subjective well Being) والتي تتضمن بالإضافة إلى الرضا عن الحياة مؤشرات التأثيرات الإيجابية (Positive Affect) والتأثيرات السلبية (Negative Affect) ويختلف الرضا عن الحياة عنها في أن الأخير يتضمن عامل التقدير المعرفي بجانب عامل التقويم الوجداني.

2-1. مفهوم الرضا عن الحياة Life satisfaction : يعرف علوان (2007) الرضا عن الحياة بأنه: امتلاك الأفراد لمجموعة من صفات التفاؤل، الحماس، وتقبل الذات واحترامها، والقبول بالواقع، والاستقلال المعرفي الذي يصل بالأفراد إلى حالة من الشعور بالسعادة . (طشطوش، 2015، 450).

ويعرف ديسجرلاس (Desjarlais،2004) الرضا عن الحياة: أنه "تقويم الفرد للرضا العام عن حياته" ويتضمن الرضا عن الحياة تقارير الأفراد عن تقديرهم لحياتهم ككل. ومصطلح الحياة يحدد إما لكل مظاهر حياة الفرد عند نقطة محددة من الزمن، أو يكون حكما تكامليا عن حياة الفرد منذ لحظة ميلاده. فالحكم الذاتي للفرد يتضمن كل جوانب حياته والتي تحوي الأكثر إيجابية والأقل سلبية.

تعريف الباحثين للرضا عن الحياة: هو الرضا الشامل والتام عن الحياة الاجتماعية والصحية والاقتصادية والنفسية لدى الفرد والرضا بالقضاء والقدر وبما قسم له الله من نصيب في هذه الحياة.

2-2. المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة: هناك عدة مفاهيم ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الرضا عن الحياة، بل هي تعتبر جزءاً أساسياً من مكونات الرضا عن الحياة، وتتمثل في المفاهيم التالية: (السعادة -تقبل الحياة -نوعية الحياة -التدين)

2-3. محددات الشعور بالرضا عن الحياة Determinants of life satisfaction:

ويمكن تفسير الاختلاف في الشعور بالرضا عن الحياة بين الناس بعدة محددات أو عوامل منها:

1. **تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا**
2. **الطموح والإنجاز**
3. **المقارنة مع الآخرين**

2-4. المتغيرات المنبئة بالرضا عن الحياة:

أهم تلك المتغيرات ما يلي: (الثقافة Culture -النوع - Genderالسن Age -العلاقات الاجتماعية Social Relationships -الدخل Income -العمل والتعليم (Employment/Education

2-6. وجهة نظر الباحثين في تفسير الرضا عن الحياة:

الرضا عن الحياة مفهوم مرتبط بالسعادة وجودة الحياة والعوامل البيئية الخارجية المحيطة بالفرد، حيث إن الشخص الذي تكون لديه سعادة مرتبطة بالعلاقات الاجتماعية والعلاقات الدينية والعلاقات الزواجية يكون راضيا عن حياته بشكل تام.

ومفهوم الرضا عن الحياة مرتبط بالدين والإنسان أو الشخص الذي يكون لديه إيمان قوي بالله تعالى وبالقضاء والقدر ويكون راضيا عن حياته تماماً.

فاذا كان الشخص علاقاته مع ربه قوية وعلاقاته مع أسرته وجيرانه وأصدقائه يكون راضيا عن حياته، وإذا نظرنا إلى أيامنا هذه التي نعيشها سوف نجد أن الإنسان لا يكتمل رضاه عن حياته إلا إذا توفرت لديه الحاجات الاساسية وهي الحاجات الفسيولوجية والحاجات المادية والحاجات المعنوية وتليها الحاجات المعرفية وحاجات الأمن بهذا يعتبر الفرد راضي عن حياته تماما.

دراسات سابقة:

فيما يلي عرض لأهم الدراسات والبحوث التي أمكن للباحثين الاطلاع عليها وقد تم تصنيف الدراسات السابقة إلى:

- دراسات تناولت الأمل وعلاقتها ببعض المتغيرات.
- دراسات تناولت الرضا عن الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات.
- أما بالنسبة للدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيري البحث (الأمل والرضا عن الحياة) فلم يجد الباحثون على حد علمهم سوى دراسة واحدة فقط تناولت العلاقة بينهما وهذا ما يميز هذا البحث حيث إنه يعتبر بحثا نادرا ولم يتم التطرق إليه بشكل كبير ممن سبقونا من الباحثين.

3. 1. عرض الدراسات السابقة: تعددت الدراسات العربية والأجنبية المعنية بالأمل والرضا عن الحياة ومن بين تلك الدراسات التي تناولت الأمل والرضا عن الحياة، الدراسات التالية:

3. 1. 1. دراسات تناولت الأمل وعلاقته ببعض المتغيرات:

1. دراسة أبي حسين (2012): عنوان الدراسة (الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة) يبلغ عدد أفراد العينة (1028) تقريباً من الأمهات، وهدفت الدراسة إلى محاولة التعرف على مستوى كل من الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثين ويتكون من (36) فقرة، مقياس الأمل من إعداد الباحثين ويتكون من (14) فقرة، مقياس الأعراض السيكوسوماتية من إعداد الباحثين ويتكون من (36) فقرة .

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

- وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية والأعراض السيكوسوماتيه بأبعادها ودرجتها الكلية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائياً في الصلابة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية تعزى لمتغير عدد الأبناء للأمهات المدمرة منازلهن.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للأمل وتعزى لعدد الأبناء لأفراد العينة من الأمهات المدمرة منازلهن (أبو حسين، 2012، 6-164).

1. دراسة جمال ناصر 2017: عنوان الدراسة (الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير متغيرات النوع (ذكور/إناث)، والتخصص الأكاديمي (علمي/أدبي)، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/مرتفع)، والتفاعل بينهم على الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، وقد اشتملت الدراسة على عينة (240) (ذكور/إناث)، (علمي/أدبي) اعتمدت الدراسة لقياس الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل على مقياس الأمل من إعداد الباحث، مقياس الذكاء الوجداني إعداد فاروق عثمان السيد ومحمد عبدالسميع رزق (2001)، مقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير (2005) . أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

- يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغير النوع (ذكور/إناث) لصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/مرتفع) لصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الأمل لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي) على الأمل لدى طلاب كلية التربية.
- يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغير النوع (ذكور/إناث) لصالح الذكور، ومستوى قلق المستقبل (منخفض/مرتفع) لصالح منخفضي قلق المستقبل، والتفاعل بين (النوع ومستوى قلق المستقبل، التخصص الأكاديمي ومستوى قلق المستقبل) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي) على الذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية.

3. 1. 2. دراسات تناولت الرضا عن الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات:

1. دراسة قنيطة (2016) : عنوان الدراسة (التفاؤل – التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة) هدفت

الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة من خلال معرفة مستوى التفاؤل ومستوى الرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة المجتمع الأصلي (296) استبانة، المنهج المستخدم المنهج الوصفي، تم استخدام مقياس التفاؤل من إعداد الباحثة واستبانة الرضا عن الحياة إعداد مجدي الدسوقي (1998) .

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: مستوى التفاؤل أعلى من المتوسط 72.4% وبلغ مستوى الرضا عن الحياة بدرجة متوسطة 68.9% لدى المطلقات في محافظة غزة . (قنيطه،2016، ص، د).

2. دراسة جودة (2010) : عنوان الدراسة (سمات الشخصية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة) هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى الرضا عن الحياة لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة المنهج المستخدم المنهج الوصفي التحليلي عينة الدراسة (293) معلماً ومعلمة، (144 معلماً، 149 معلمة)، **أدوات الدراسة** : قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية قام بتعريبه الأنصاري (2002) وتتكون من (60) بنداً، مقياس الرضا عن الحياة إعداد دينر وآخرين DIENER، ET' AL ، (1985) ويتكون من (5) عبارات .

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

- أن مستوى الرضا عن الحياة كان مقبولاً فقد بلغ 64.24% .
- وجود علاقة ارتباط سالبة ودالة بين العصابية والرضا عن الحياة .
- وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين الانبساطية والمجاراة ويقظة الضمير والرضا عن الحياة .
- وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في العصابية والانبساطية والمجاراة والرضا عن الحياة تعزى لمتغير النوع (جودة ، 2010، ص، 11-26).

3. 1. 3. دراسات تناولت الأمل وعلاقته بالرضا عن الحياة :

لم يجد الباحثون على حد علمهن سوى دراسة واحدة فقط تناولت الأمل وعلاقته بالرضا عن الحياة .

1. دراسة جبر، منشد (22015) : عنوان الدراسة (الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة)، للباحثين جبر ، منشد، هدفت الدراسة إلى التعرف على (درجة الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، درجة الأمل لديهم، العلاقة بين الرضا عن الحياة والأمل) عينة الدراسة (200) طالب وطالبة المنهج المستخدم المنهج الوصفي .

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :

- أن طلبة كلية الآداب لديهم رضا عن الحياة .
- أن طلبة كلية الآداب يمتلكون درجة عالية من الأمل (عدنان جبر، حسام منشد. 2015: ص: 123-135).

3. 2. مناقشة الدراسات السابقة :

بعد استعراض ما حصل عليه الباحثون من دراسات سابقة حول الأمل وعلاقته ببعض المتغيرات والرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات، لاحظ الباحثون أن أغلب الدراسات أعطت اهتماماً للمتغيرات (اجتماعية، نفسية، تربوية، شخصية وعقلية)، حيث هدفت أغلب الدراسات إلى التعرف على العلاقة بين متغيرات في حين هدفت بعضها إلى التعرف على مستوى هذه المتغيرات وقد استفاد الباحثون من هذه الدراسات في صياغة عنوان بحثهن وتحديد الهدف منه ووضع فروضه الرئيسية والفرعية في ضوء ذلك وهو التعرف على كل من مستوى الأمل والرضا عن الحياة وكذلك العلاقة بينهما والفروق في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. كما اتضح من مراجعة أهداف الدراسات السابقة أن هناك قصوراً في مجال دراسة علاقة الأمل بالرضا عن الحياة وافتقار البيئة – على حد علم الباحثين – إلى مثل هذا النوع من البحوث رغم أهميتها في مجالات كثيرة في الحياة كتقدير الذات، وخفض معدلات الاضطرابات النفسية، وخفض معدلات الجريمة والانتحار، وشعور الفرد بالسعادة، وهذا ما يؤكد مشكلة البحث الحالي وأهمية المتغيرات التي يتضمنها البحث الحالي .

أما من حيث العينة، فقد لاحظ الباحثون أن أغلب الدراسات التي أجريت على الأمل والرضا عن الحياة والعلاقة بينهما ركزت على عينة من طلبة الجامعة في حين تناولت دراسات أخرى عدداً من العينات مثل الأمهات، المطلقات، الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، المراهقين، الموظفين، الأفراد المتقاعدين، زوجات الشهداء، الأطفال، ودراسات أخرى تناولت مريضات سرطان الثدي، مرضى السكري، ودراسات تناولت المعلمين والمعلمات وطلاب تمهيدي الماجستير، كما لاحظت الباحثون أن بعض الدراسات اقتصرت عينتها على الإناث فقط، بينما جمعت أغلب الدراسات بين الذكور والإناث وهذا ما يتفق مع البحث الحالي .

أما حجم العينات فقد لاحظ الباحثون أن هناك دراسات تناولت عينات حجمها صغيرة جداً وربما يعزى ذلك إلى الظروف المثيرة أو كبر حجم المجتمع أو العمر أو الحالة الاقتصادية ... إلخ، وقد تميز البحث الحالي بكبر حجم عينته على الرغم من أنه ما زال بحث بكالوريوس مقارنة بحجم عينات الدراسات السابقة.

اما من حيث الأدوات والمقاييس، تباينت الدراسات في المقاييس التي استخدمتها فبعض الباحثين استخدم مقاييس من تصميمه و إعداده ، كما أن هناك دراسات استخدمت مقاييس قام الباحثون بتطويرها وترجمتها وتقنينها ، كما أن هناك دراسات اعتمدت على مقاييس جاهزة ، وهناك دراسات جمعت بين استخدام أدوات من إعداد الباحث وأدوات جاهزة، أما من حيث المنهج فقد تباينت المناهج التي استخدمتها الدراسات المتعلقة بالأمل والرضا عن الحياة، فهناك دراسات استخدمت المنهج

الوصفي المقارن ، ودراسات استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن ، ودراسات استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي ، ودراسات استخدمت المنهج الوصفي التحليلي ، ودراسات استخدمت المنهج الوصفي بشقيه التحليلي والارتباطي ، ودراسات استخدمت المنهجي الوصفي وهذا ما يشبه البحث الحالي .

تباينت الدراسات السابقة بتباين أهدافها وحجم عينتها وطريقة بحثها وقد كانت أبرز النتائج المتعلقة بالأمل تشير إلى:

- عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، وبين العلمي والأدبي في الأمل على نحو دال إحصائياً.
- عدم وجود فروق بين العلمي والإنساني في الأمل على نحو دال إحصائياً.
- وجود علاقة طردية بين السعادة والتفاؤل، وبين التفاؤل والرضا عن الحياة.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل.
- وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة وكل من (العصابية، الوحدة النفسية، التشاؤم).
- وجود علاقة ايجابية بين الرضا عن الحياة وكل من (الدعم الاجتماعي، التدين، الانبساطية، التقدير الاجتماعي).

لقد اتفق البحث الحالي مع بعض الدراسات من حيث المنهج، والعينة، والأدوات، وما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة أن الدراسة الحالية تنتمي إلى علم النفس الإيجابي حيث يعتبر هذا العلم من العلوم الحديثة، وكذلك افتقار البيئة في مجال دراسة علاقة الأمل بالرضا عن الحياة رغم أهمية هذه الدراسة في البحوث.

منهجية البحث وإجراءاته: في هذا الجزء يوضح الباحثون المنهج المتبع في البحث الحالي، ومجتمع البحث والعينة وكذلك الأدوات المستخدمة في البحث وخصائصها السيكومترية والأساليب الإحصائية المستخدمة.

منهج البحث: اعتمدت الباحثون المنهج الوصفي الذي يستهدف وصف الظاهرة المدروسة وصفاً كمياً أو كيفياً دون محاولة للنفاذ في الظاهرة لمعرفة أسبابها وتناول مشكلات محددة بالوصف والتقييم والتحليل (راجح، ب ت، ص 49)

مجتمع البحث: يشمل مجتمع البحث طلبة المرحلة الثانوية بمدينة ذمار، ويبلغ عددهم (13917) طالبا وطالبة بواقع (6644) ذكور، و(7273) إناث موزعين على (43) مدرسة حسب الإحصائية المتوفرة في إدارة الإحصاء بمكتب التربية، والجدول التالي يوضح ذلك:

عينة البحث: تكونت عينة البحث من (300) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، منهم (150) ذكورا، و(150) إناثا، وقد تم اختيار العينة بطريقة الصدفة من مدرستين هما الوحدة بنات، ومدرسة26 سبتمبر ذكور والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة.

جدول (1): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة

المتغيرات		العدد	النسبة %
النوع	ذكر	150	50.0
	أنثى	150	50.0
	مجموع	300	100.0
المدرسة	سبتمبر	150	50.0
	الوحدة	150	50.0
	مجموع	300	100.0
القسم	علمي	285	95.0
	أدبي	15	5.0
مجموع		300	100.0
المستوى	أول ثانوي	100	33.3
	ثاني ثانوي	100	33.3
	ثالث ثانوي	100	33.3
مجموع		300	100.0
المستوى الاقتصادي	عال	31	10.3
	متوسط	240	80.0
	منخفض	29	9.6
مجموع		**300**	**100.0**

أدوات البحث:

أولاً: مقياس الأمل: من إعداد سنايدر وزملائه (Snyder، 1991 etel): وضع سنايدر وزملاؤه (1991) هذا المقياس ويشتمل على أثني عشر بنداً، ثمانية بنود لقياس الأمل، وأربعة بنود إضافية أو حشو لا علاقة لها بالموضوع. وقد صممت بنود المقياس مدى وجود أفكار مرتبطة بالتوجه نحو الهدف لدى فرد ما. وتضم بنود ثمانية مقياسين فرعيين لتقدير مكوني الأمل وهما:

1. القدرة على الفعل أو الإرادة: ويتكون من أربعة بنود تقيس درجة دافعية الفرد للتحرك نحو أهدافه كما يدركها هو.
2. السبل: ويتكون من أربعة بنود يقيس قدرة الفرد على إيجاد طرق أو مسالك عملية للوصول إلى أهدافه كما يدركها في ظل ظروف معوقة أو غير معوقة للسعي نحو الهدف. ويمكن ضم المقياسين الفرعيين فينتج عنهما الدرجة العامة للأمل. وقد استخدمت للإجابة عن بنود مقياس الأمل بدائل رباعية كما يلي: **1: صحيح تماماً، 2: صحيح غالباً،3: خطأ غالباً، 4: خطأ تماماً.** وتشير الدرجات الأعلى إلى مستويات مرتفعة من أفكار الأمل وقد صمم مقياس الأمل لكي يستخدم مع الراشدين، واستخدم مع عينات متنوعة من الأسوياء والمرضى والطلاب.

ثانياً مقياس الرضا عن الحياة: من إعداد مجدي الدسوقي(1998): يهدف هذا المقياس إلى التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة، اشتمل هذا المقياس على (30) عبارة تناولت مدى شعور الطلاب بالرضا عن حياتهم. وتحددت الاستجابات على المقياس وفقاً لخمسة اختيارات (عالية جداً – متوسطة – منخفضة – منخفضة جداً) تتناسب مع طبيعة الموقف تصحح على مقياس متصل (5، 4، 3، 2، 1) للعبارات الإيجابية وعكسها للعبارات السلبية.

معاملات صدق وثبات مقياس الأمل : تراوح مدى معامل ألفا كرونباخ بين (0.74 ، 0.88) وذلك بالنسبة للدرجة الكلية ، في حين تراوحت معاملات ألفا للمقياس الفرعي: القدرة على الفعل أو الإرادة بين (0.70 ، 0.84)، وبالنسبة للمقياس الفرعي: السبل تراوحت بين (0.63، و0.86) وأما معاملات ثبات إعادة التطبيق فقد حسبت من ثلاثة إلى عشرة أسابيع ، وتراوحت بين (0.73، و 00.85) وحسب الصدق العاملي : باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي وتبين وجود عاملين من مقياس الأمل يطابقان التوقع النظري الأصلي تماماً وهما: الإرادة والسبل. ويرتبط العاملان معاً ارتباطاً إيجابياً، وتراوح هذا الارتباط لدى ثمان عينات مختلفة بين (0.83، و0.60).

قام أحمد عبد الخالق (2004) بترجمة المقياس إلى اللغة العربية وتحقق من صدق وثبات المقياس بعدة طرق وهي صدق المحكمين والترجمة العكسية، وتحقق من صدق تكوين العاملين وكانت النتيجة مطابقة للتكوين الفرضي بوجود عاملين هما (الإرادة والسبل) وبلغ معامل ثبات ألفاكرونباخ (0.68)

صدق وثبات المقياس في البحث الحالي: قام الباحثون بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (60) طالبا وطالبة للتحقق من صدق وثبات المقياس وتم استخراج الصدق والثبات كالتالي:

صدق البناء (الصدق التكويني): لاستخراج هذا النوع من الصدق قامت الباحثون بحساب الدرجة الكلية لأفراد العينة ثم بعد ذلك حساب معامل الارتباط (مع حذف الفقرة) بين كل فقرة على حدة والدرجة الكلية للمقياس باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

جدول رقم (2) يوضح معامل الارتباط بين فقرات مقياس الأمل والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	.406	4	.274	8	.321	10	.280
2	.400	6	.441	9	.389	12	.418

من خلال الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط تراوحت بين (0.274-441.0)، وهي معاملات ارتباط تدل على اتساق الفقرات بالدرجة الكلية، وبذلك يتحقق الصدق التكويني للمقياس

صدق القوة التمييزية: يعد صدق التمييز من أهم المؤشرات على صدق بناء المقياس ويستخدم هذا الصدق للتحقق من قدرة المقياس بمجالاته وفقراته على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات والأفراد الذين حصلوا على أقل الدرجات في الصفة المقاسة. ولأجل تحقيق صدق التمييز قام الباحثون بترتيب الدرجات التي حصل عليها المستجيبون من عينة الصدق (60) في المقياس تنازلياً من الأعلى إلى الأدنى، وأخذت ما نسبته (27%) من الدرجات العليا، ومثلها (27%) من الدنيا كمجموعتين متطرفتين، ثم استخدمت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (3) يوضح القوى التمييزية لفقرات مقياس الأمل

رقم الفقرة	العينة	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
1	عليا	16	4.00	.000	8.720	30	.000

	دنيا	16	2.69	.602			
2	عليا	16	3.88	.342	2.423	30	.022
	دنيا	16	3.50	.516			
4	عليا	16	3.69	.479	3.206	30	.003
	دنيا	16	2.81	.981			
6	عليا	16	3.75	.447	4.899	30	.000
	دنيا	16	2.75	.683			
8	عليا	16	3.75	.447	4.060	30	.000
	دنيا	16	2.69	.946			
9	عليا	16	3.56	.814	2.984	30	.006
	دنيا	16	2.63	.957			
10	عليا	16	3.75	.447	4.140	30	.000
	دنيا	16	2.75	.856			
12	عليا	16	3.63	.500	4.449	30	.000
	دنيا	16	2.56	.814			

نلاحظ من الجدول السابق أن جميع مستويات الدلالة أقل من (0.05) مما يعني أن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (0.05) وبالتالي يتحقق صدق القوة التمييزية لفقرات المقياس.

ثبات مقياس الأمل: بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.78)، وبطريقة التجزئة النصفية بلغ معامل الثبات النصفي (0.665)، وبلغ معامل الثبات المصحح لسبيرمان (0.661).

ثانياً مقياس الرضا عن الحياة: من إعداد مجدي الدسوقي(1998): يهدف هذا المقياس إلى التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة، اشتمل هذا المقياس على (30) عبارة تناولت مدى شعور الطلاب بالرضا عن حياتهم. وتحددت الاستجابات على المقياس وفقاً لخمسة اختيارات (عالية جداً – عالية – متوسطة – منخفضة – منخفضة جداً) تتناسب مع طبيعة الموقف تتصحح على مقياس متصل (5، 4، 3، 2، 1) للعبارات الإيجابية وعكسها للعبارات السلبية.

صدق المقياس: تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين وذلك للتعرف على آرائهم في المقياس من حيث مدى ملائمته للهدف، وحسن صياغة العبارات في ضوء التعاريف الإجرائية. ووفقا لآراء المحكمين ظل المقياس على حالته دون إضافة أو حذف أي عبارة من عباراته وبلغ صدق التكوين لعبارات المقياس بين (0.39 و0.67). وتم حساب الثبات بإيجاد معامل ثبات ألفا كرونباخ حيث بلغ (0.94) وهي قيمة تؤكد صدق اتساق وحدات المقياس.

صدق وثبات المقياس في البحث الحالي: قام الباحثون بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (60) طالبا وطالبة للتحقق من صدق وثبات المقياس وتم استخراج الصدق والثبات كالتالي: **صدق البناء (الصدق التكويني):** لاستخراج هذا النوع من الصدق قام الباحثون بحساب الدرجة الكلية لأفراد العينة ثم بعد ذلك حساب معامل الارتباط (مع حذف الفقرة) بين كل فقرة على حدة والدرجة الكلية للمقياس باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) والجدول رقم (4) يوضح ذلك.

جدول (4) يوضح معامل الارتباط بين فقرات مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	.289	11	.523	21	.439
2	.387	12	.453	22	.463
3	.442	13	.545	23	.466
4	.402	14	.289	24	.433
5	.498	15	.557	25	.384
6	.317	16	.271	26	.480
7	.442	17	.465	27	.387
8	.418	18	.385	28	.525
9	.401	19	.573	29	.555
10	.433	20	.265	30	.278

من خلال الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط تراوحت بين (0.278-0.573) ، وهي معاملات ارتباط تدل على اتساق الفقرات بالدرجة الكلية ، وبذلك يتحقق الصدق التكويني للمقياس .

صدق القوة التمييزية: يعد صدق التمييز من أهم المؤشرات على صدق بناء المقياس ويستخدم هذا الصدق للتحقق من قدرة المقياس بمجالاته وفقراته على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات والأفراد الذين حصلوا على أقل الدرجات في الصفة المقاسة. ولأجل تحقيق صدق التمييز قام الباحثون بترتيب الدرجات التي حصل عليها المستجيبون من عينة الصدق (60) في المقياس تنازلياً من الأعلى إلى الأدنى، وأخذت ما نسبته (27%) من الدرجات العليا، ومثلها (27%) من الدنيا كمجموعتين متطرفتين، ثم استخدمت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك.

الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث الحالي:

استخدم الباحثون مجموعة من الوسائل الإحصائية التي تلبي احتياجات البحث الحالي وأهدافه وهي كالتالي:

1- المتوسط الحسابي والأهمية النسبية وذلك لمعرفة مستوى الأمل والرضا عن الحياة.

2- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وذلك لمعرفة الفروق وفقاً لمتغير الجنس.

3- معامل ارتباط وذلك لحساب الثبات النصفي للمقياسين ولاستخراج العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة.

4- معادلة ألفا كرونباخ لحساب معامل ثبات المقياسين.

5- معادلة التصحيح لسبيرمان لتصحيح الثبات النصفي.

6- تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق بين العينة حسب متغير (المستوى الدراسي والمستوى الاقتصادي).

عرض النتائج ومناقشتها:

فيما يتعلق بالهدف الأول والمتمثل في التعرف على مستوى الأمل لدى طلبة المرحلة الثانوية "

فقد استخدم الباحثون التكرارات والنسب المئوية بالاعتماد على المدى النظري للمقياس، ولمعرفة توزيع درجات أفراد العينة على مقياس الأمل اعتمد الباحثون مقياس ليكرت الثلاثي وعليه، تم تقسيم درجات العينة إلى ثلاث فئات هي (مستوى منخفض، مستوى متوسط، مستوى مرتفع)، وتم تحديد طول الفئة بناءً على المدى النظري وأوزان بدائل المقياس، كالتالي: الدرجة الدنيا= (8)، الدرجة العظمى = (32)، المدى النظري = (24).

طول الفئة = المدى النظري / عدد بدائل الاستجابة =8 درجات وتم استخراج التكرارات والنسبة المئوية لكل مستوى كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول(6) يوضح مستويات درجة الأمل لدى أفراد العينة

مدى الدرجات	مستوى الأمل	التكرار	النسبة %
8 – 16	منخفض	4	1.3
17 – 24	متوسط	75	25.0
25 – 32	مرتفع	221	73.7
	Total	300	100.0

من الجدول السابق يتضح أن أغلب أفراد العينة يقعون في المستوى المرتفع بنسبة (73%) بينما كان في المستوى المتوسط ما نسبته (25%) من أفراد العينة وفي المستوى المنخفض ما نسبته (1.3%) من أفراد العينة وبالتالي يمكن القول إن مستوى الأمل لدى أفراد العينة هو مستوى مرتفع.

فيما يتعلق بالهدف الثاني والمتمثل في التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة ذمار"

فقد استخدم الباحثون التكرارات والنسب المئوية بالاعتماد على حسب المدى النظري للمقياس ولمعرفة توزيع درجات أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة اعتمد الباحثون مقياس ليكرت الثلاثي وعليه، تم تقسيم درجات العينة إلى ثلاث فئات هي (مستوى منخفض، مستوى متوسط، مستوى مرتفع)، وتم تحديد طول الفئة بناءً على المدى النظري كالتالي: الدرجة الدنيا= (30)، الدرجة العظمى = (150)، المدى النظري = (120) طول الفئة = المدى النظري / 3 =40 درجات وتم استخراج التكرارات والنسبة المئوية لكل مستوى كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول(7) يوضح مستويات درجة الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة

مدى الدرجات	مستوى الرضا عن الحياة	التكرار	النسبة %
30 – 70	منخفض	7	%2.4
71 – 110	متوسط	167	%55.7
111 – 150	مرتفع	126	%42.0
المجموع		300	100

من الجدول السابق يتضح أن أغلب أفراد العينة يقعون في المستوى المتوسط بنسبة (55.7%) بينما كان في المستوى المرتفع ما نسبته (42%) من أفراد العينة وفي المستوى المنخفض ما نسبته (2.4%) من أفراد العينة وبالتالي يمكن القول إن مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة هو مستوى متوسط.

فيما يتعلق بالهدف الثالث " التعرف على وجود علاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى طلبة الثانوية في مدينة ذمار

لتحقيق هذا الهدف استخدم الباحثون معامل ارتباط بيرسون وكانت النتائج كما في الجدول التالي.

جدول (8) يوضح العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لدى افراد العينة

معامل الارتباط	.464**
مستوى الدلالة	.000
العدد	300

من خلال الجدول يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الأمل والرضا عن الحياة حيث بلغ معامل الارتباط (0،464) عند مستوى دلالة (0.000).

فيما يتعلق بالهدف الرابع " التعرف على وجود فروق بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغيرات الدراسة (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي). تم استخراج الفروق لكل متغير كالتالي:

أ. التعرف على طبيعة الفروق الدالة بين أفراد العينة في الأمل بحسب النوع (ذكور، إناث) استخدمت الاختبار التائي لعينتي مستقلتين وكانت النتائج كالتالي:

جدول (9) طبيعة الفروق في الأمل بحسب النوع، الاختبار التائي

النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الحكم
ذكر	150	26.0333	3.53964	-.366	298	.714	غير دال
أنثى	150	26.1733	3.06254				

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الأمل بين أفراد العينة حسب متغير الجنس ذكور وإناث.

ب. "التعرف على طبيعة الفروق الدالة بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغير المستوى الاقتصادي (منخفض، متوسط، مرتفع). لتحقيق ذلك استخدم الباحثون تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج كالتالي:

جدول (10) يوضح الفروق بين أفراد العينة في الأمل بحسب المستوى الاقتصادي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	10.140	2	5.070	.455	.635
داخل المجموعات	3133.845	281	11.152		
المجموع	3143.986	283			

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الأمل بين الطلبة حسب متغير المستوى الاقتصادي

د. "التعرف على طبيعة الفروق الدالة بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج، مطلق). استخدم الباحثون اختبار كراوسكال وأليس لعدم تكافؤ العينة وكانت النتائج كالتالي:

جدول (11) يوضح الفروق بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العدد	متوسط الرتب	كأي تربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة
عازب	285	152.59	3.009	2	.222
متزوج	10	123.80			
مطلق	5	84.50			
مجموع	300				

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الأمل بين الطلبة حسب متغير الحالة الاجتماعية

فيما يتعلق بالهدف الخامس التعرف على وجود فروق بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغيرات الدراسة (النوع، الحالة الاجتماعية، الحالة الاقتصادية) . استخرج الباحثون الفروق لكل متغير كالتالي:

أ. "التعرف على طبيعة الفروق الدالة بين افراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب النوع (ذكور، إناث) استخدمت الاختبار التائي لعينتي مستقلتين وكانت النتائج كالتالي:

جدول (12) طبيعة الفروق في الرضا عن الحياة بحسب النوع ، الاختبار التائي

النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الحكم
ذكر	150	106.56	16.566	-.951	298	.342	غير دال
أنثى	150	108.44	17.640				

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة بين أفراد العينة حسب متغير الجنس ذكور وإناث.

ب. للتعرف على طبيعة الفروق الدالة بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغير المستوى الاقتصادي (منخفض، متوسط، مرتفع). استخدم الباحثون تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج كالتالي

جدول (13) يوضح الفروق بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغير المستوى الاقتصادي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	1048.023	2	524.011	1.757	.174
داخل المجموعات	83786.946	281	298.174		
المجموع	84834.968	283			

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة بين الطلبة حسب متغير المستوى الاقتصادي

ج. للتعرف على طبيعة الفروق الدالة بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج، مطلق). لتحقيق هذا الهدف استخدم الباحثون اختبار كراوسكال واليس وكانت النتائج كالتالي:

جدول (14) يوضح الفروق بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة
عازب	285	152.80	3.415	2	.181
متزوج	10	119.00			
مطلق	5	82.30			
مجموع	300				

من الجدول السابق يتضح أن مستوى الدلالة كلها أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة بين الطلبة حسب متغير الحالة الاجتماعية.

ثانياً: مناقشة النتائج: سيقوم الباحثون بعرض نتائج البحث بناء على أهمية البحث وأهدافه، وذلك على النحو التالي:

فيما يتعلق بالهدف الأول: أوضحت النتائج أن مستوى الأمل لدى أفراد العينة هو مستوى مرتفع. ويرى الباحثون أن الرغبة والطموح لدى أفراد العينة لها أثر إيجابي وفعال في وجود الأمل وتحقيق الأهداف والطموحات، حيث أن أفراد العينة هم من طلبة الثانوية التي تعتبر مرحلة فارقة في عمر الفرد، فهم في هذه المرحلة يرسمون ملامح مستقبلهم مقبلين على الحياة يتطلعون إلى ما يمكن أن يحققوه وقليلاً ما أصابتهم الخيبات بخلاف الآباء الذين على عاتقهم حمل عبء الحياة وخاضوا التجارب الناجحة والفاشلة، وبحسب رأي (لازورس) أن القلق داعم لهمة الفرد في لحظة معينة من حياة الفرد، ولكن تظهر في وقت الضغوطات والتهديدات في موقف معين وهذه النتيجة متفقة مع أغلب الدراسات السابقة كدراسة: دراسة آمال جودة وحمدي أبو جرد 2011 ، ودراسة آمال جودة 2010 ، ودراسة عباس الموسوي وإحسان عبد العارضي 2015 ، ودراسة جبر، حسام2015 .

فيما يتعلق بالهدف الثاني: أوضحت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة هو مستوى متوسط. ويرى الباحثون أن النتيجة هذه تعزى للظروف التي يمر بها المجتمع اليمني حالياً من الأزمات والحروب وتدهور في التعليم والصحة والنسيج الاجتماعي، والتي تؤثر في رضا الطالب عن الحياة خاصة المراهقين الذين مازالوا مقدمين على خوض غمارها.

كما أن هذه النتيجة قد ترجع إلى أن الطالب في هذه المرحلة في فترة المراهق التي تشكل تغيراً اجتماعياً لدى المراهق، فبعد أن كان ينتمي إلى جماعة الأطفال أصبح ينتمي إلى جماعة الراشدين من حيث السلوك، وأن هذا الانتقال يشكل

صعوبة بالنسبة للمراهق، وأصبح مرتبطاً بقيم وعادات جماعة جديدة تمثل مستوى أرقى من المستوى الطفولي الذي كان ينتمي إليه كما يشير ليفين إلى أن جسم المراهق وما يتناوله من ثورة في النمو والتغيرات الكيماوية تجعل المراهق لا يدري كيف يستجيب لها خصوصاً تلك التي تتصل بالنضج الجنسي كما يتعرض المراهق إلى مجال جديد مجهول بالنسبة إليه حيث يبدأ مجاله الزمني بالاتساع وينطلق في التفكير إلى مستقبله البعيد ففي الطفولة لا يهتم إلا في الحاضر ومطالبه. (محمود عقل، 1997: 323) وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة قنيطة 2016 وطشطوش 2015 واختلفت مع دراسة جبر، منشد 2015 التي بينتان أفراد العينة الذين لديهم رضا عن الحياة.

فيما يتعلق بالهدف الثالث: بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الأمل والرضا عن الحياة. وهذه النتيجة جاءت موافقة للأطر النظرية حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بالأمل يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم وينجحون في تحقيقها يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم، ويعتمد تحقيق الأهداف على الإستراتيجيات المتبعة في تحقيقها والتي تتلائم مع شخصية الفرد، وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولية هذه الأهداف (جبر، منشد، 2015 :130).

وكما ويشير (ستوتلاند) إلى أن الأمل هو من الخبرات الشائعة لدى بني البشر فكل إنسان يأمل أن تتحقق أهدافه وطموحاته ويصبو إلى العلا ليحقق لنفسه المكانة التي يتمناها، وكذلك يتمنى أن ينجح في علاقاته مع أصدقائه وأن تكون أحلامه صحيحة وواقعية ومقبولة اجتماعياً ويكون الإنسان مع الأمل أكثر فاعلية ويحيا متحمساً. والفرد الذي لديه أهداف وطموحات يستطيع أن يكون مصيره وأن يكون فرداً فاعلاً في سعيه إلى تحقيق أهدافه وهذا ما يوصله إلى المكانة التي يطمح الوصول إليها. (عباس الموسوي. 2015: ص:26).

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عدنان جبر، حسام منشد 2015، وهي الدراسة الوحيدة التي تسنى للباحثات الحصول عليها.

فيما يتعلق بالهدف الرابع: تبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الأمل بحسب متغيرات الدراسة (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي) ويعزو الباحثون ذلك إلى إن العينة تنتمي لمرحلة عمرية واحدة يقل فيها تأثير المستوى الدراسي والجنس على السلوك وأن الأمل يعود إلى الحس العام، فليس مبنيا أساساً على مهارة محددة أو إنجازات معينة. فهو يعني أن الأشخاص الذين في بداية حياتهم العملية لا يزالون ينعمون بالطموح والأمل، وحتى وإن أغلق في وجوههم باب الاكتساب.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة موضي القاسم 2011، التي بينت وعدم وجود فرق تبعاً لإختلاف التخصص الدراسي (علمي، أدبي) والمستوى الدراسي (الأول، الرابع) لدى عينة الدراسة.

ودراسة عباس الموسوي وإحسان عبدالعارضي 2015 التي أوضحت أنه لا تأثير لمتغير المرحلة الدراسية في مستوى متغير الأمل. واختلفت هذه النتيجة التي بينت أن الذكور أكثر شعوراً بالأمل من الإناث في دراسات مثل دراسة جمال ناصر 2017 التي أوضحت وجود تأثير دال إحصائياً لكل من متغير النوع (ذكور/إناث) لصالح الذكور.

فيما يتعلق بالهدف الخامس: أوضحت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة بحسب متغيرات الدراسة (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي) ويرى الباحثون أن المتغيرات الديموجرافية كالجنس والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية، والتي تبين تأثيرها ضعيف في الرضا عن الحياة، كما تؤكد بحوث أخرى بأن مستوى الرضا عن الحياة يستقر عبر الزمن وغالباً ما يرتبط باستقرار سمات الشخصية، في حين أن المدخل الأول (الظرفي) حاول التعرف على العوامل الخارجية المؤثرة في الرضا عن الحياة بضمن ذلك العوامل البيئية أو السكانية، والثانية (سمات الشخصية) التي تركز على العمليات الداخلية للفرد.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كامل كتلو 2015، ودراسة إيمان شاهين 2011 التي توصلت إلى عدم وجود فروق بحسب الجنس ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات (الرضا عن الحياة، ودراسة دعاء أبو عبيد 2013 التي لم تظهر فروق ذات دلاله إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية. وتختلف مع دراسة آمال جودة 2010 ودراسة جابر عيسى وربيع رشوان 2006 التي أوضحت وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير النوع.

التوصيات:

1. تأكيد المدرسين والتربويين على الاهتمام بزرع الأمل والتفاؤل بمستقبل واعد وأن تحقيق الأهداف ممكن الحصول عليها بالصبر والتفاني كي ينعكس ذلك على رضائهم عن حياتهم وتطلعهم نحو المستقبل.
2. على المدرس الاهتمام بالأفكار الإيجابية وتغيير الأفكار السلبية عن المستقبل إلى صورة أخرى مشرقة وواضحة مملوءة بالأمل.
3. الاهتمام بالجانب الإرشادي في المدارس لمساعدة المراهقين من كلا الجنسين لتفهم مشكلاتهم في مختلف

المجالات (الاجتماعية، الاقتصادية، المعرفية) وإيجاد الحلول المناسبة لها مما يعزز الرضا عن الحياة لديهم.

4. على الآباء تشجيع المراهقين وتفهم حاجاتهم بأسلوب الحوار وعرض نماذج لأشخاص استطاعوا تجاوز الصعوبات نحو تحقيق أهدافهم.

5. عقد ورشات عمل حول تنمية الرضا عن الحياة من قبل المتخصصين في علم النفس والإرشاد.

قائمة المراجع:

1. عبدالخالق، أحمد محمد .(2004) الصيغة العربية لمقياس سنايدر للأمل . دراسات نفسية. مجلد 14، عدد2. ص ص 183-192

2. علوان ، نعمات شعبان (2007) .الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية . دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء بفلسطين -غزة .

3. جبر، عدنان مارد ومنشد ، حسام محمد (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة. جامعة كربلاء. كلية التربية الأساسية. العدد 2014. المجلد الثاني.

4. القاسم، موضي بن محمد (2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. المملكة العربية السعودية . وزارة التعليم العالي . جامعة أم القرى – كلية التربية . قسم علم نفس تخصص نمو نفسي.

5. عيسى، جابر محمد ورشوان، ربيع عبده (2006). الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال . دراسات تربوية واجتماعية . مجلد2. عدد4. كلية التربية جامعة حلوان .

6. عبدالمنعم، نجوى إبراهيم (2010). الرضا عن الحياة . مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس. مجلد 2، 2010 .

7. عبدالخالق، أحمد محمد (2008). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي دراسات نفسية (مجلد 18، 19) (يناير 2008، ص 121-130) .

8. أبو حلاوة، محمد السعيد (2014). علم النفس الإيجابي. الإصدار المكتبي. مؤسسة العلوم التقنية العربية. الإصدار الرابع والثلاثون.

9. جودة، أمل عبد القادر وأبو جراد، حمدي (2011). التنبؤ بالسعادة في ضوء الأمل والتفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات ع 24 .

10. جودة، أمل عبدالقادر(2010) سمات الشخصية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية. قسم علم النفس – كلية التربية جامعة التربية . جامعة الأقصى. غزة – فلسطين .

11. جودة، أمل عبد القادر(2010). التفاؤل والأمل وعلاقتهما بالسعادة لدى عينة المراهقين في محافظة غزة . المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس رابطة الأخصائيين النفسيين المعربة.

12. البهنساوي، أحمد كمال وآخرون (2012). الذكاء الانفعالي والسعادة والأمل لدى طالبات الجامعة في مصر وعمان واليمن وفلسطين والسعودية دراسة ثقافية مقارنة في علم النفس. (مجلد11، 14 ص1-43) .

13. ناصر، جمال السعيد (2017). الأمل والذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل. أخصائي اجتماعي. جامعة مدينة السادات. كلية التربية. قسم علم النفس (الصحة النفسية) .

14. أبو حسين، سناء محمد (2012). الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأغراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة. جامعة الأزهر – غزة.

15. سليجمان، مارتن أي -بي (2006). السعادة الحقيقية استخدام علم النفس الإيجابي الحديث لتحقيق أقصى ما يمكنك من الإشباع الدائم . (تعلم التفاؤل). الطبعة الأولى.

16. طشطوش، رمي عبدالله (2015). الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي المدرك والعلاقة بينهما لدى عينة من مريضات سرطان الثدي. (المجلة الأردنية في العلوم التربوية . مجلد 11. عدد 4، (2015، 449-467) .

17. قنيطة، سعاد سمير (2016) . التفاؤل – التشاؤم والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة. الجامعة الإسلامية بغزة

18. عقل، محمد عطا(1997). النمو الإنساني الطفولة والمراهقة . الطبعة الرابعة . دار الخريجي للنشر والتوزيع . الرياض .

19. عبداللطيف، حسن (1997). الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة الكويت . المجلة التربوية . مجلد11. عدد43