



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 8 ماي 1945 قالمة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الثقة بالنفس وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي

-دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة

8ماي 1945 قالمة

مذكرة مكملّة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي

إشراف:

د.تواتي ابراهيم عيسى

إعداد:

-عواملية إكرام

-تكاكة هناء

-فرداس وئام

لجنة المناقشة

رقم	الاسم واللقب	الرتبة	مؤسسة الانتماء	الصفة
1	حرقاس وسيلة	أستاذ التعليم العالي	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	رئيسا
2	تواتي ابراهيم عيسى	أستاذ محاضر أ	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	مشرفا، مقررًا
3	العافري مليكة	أستاذ التعليم العالي	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	عضوا مناقشا

السنة الجامعية: 2025/2024



شكر وعرفان

الحمد لله الذي علم بالقلم، علم الإنسان ما لم يعلم، نحمده سبحانه وتعالى على جزيلى نعمه، ونشكره على ما منّ به علينا من توفيق وتسديد، ونسأله القبول والإخلاص. لقد كان طلب العلم دافعنا، وكان البحث سبيلنا للارتقاء بالفكر والتعمق في المعرفة، وهذا العمل الذي بين أيديكم لم يكن وليد اللحظة، بل هو ثمرة سنواتٍ من السعي والاجتهاد، رافقتها تحديات وطموحات، وصبر وإصرار، حتى اكتمل هذا الجهد المتواضع.

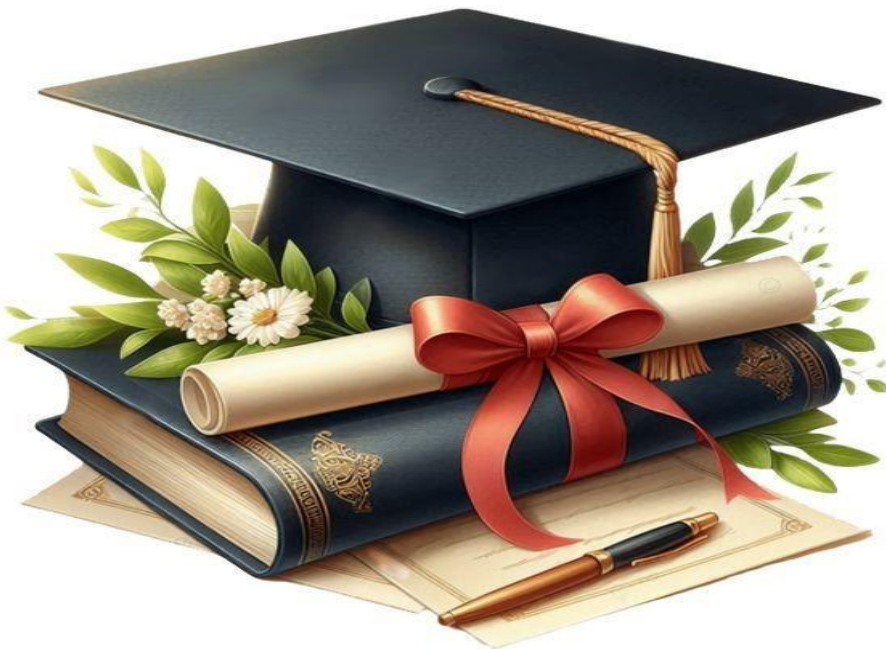
ونصلي ونسلم على خير من تعلم وعلم، وأدى الأمانة، وبلغ الرسالة، نبينا محمد صلى الله عليه وسلم، وعلى آله وصحبه أجمعين.

نتقدم بجزيلى الشكر والامتنان إلى أستاذنا المشرف الفاضل تواتي إبراهيم عيسى على ما قدمه لنا من دعم وتوجيهات قيمة، وما أبداه من حرص ومرافقة علمية طيلة فترة إعداد هذه المذكرة، فله منا كل الاحترام والتقدير.

كما لا يفوتنا أن نشكر كل أساتذة قسم علم النفس الذي ساهموا في تكويننا العلمي والأكاديمي خلال مشوارنا الجامعي، والذين كان لهم الدور الأساسي فيما بلغناه اليوم.

وكل عبارات الشكر تبقى عاجزة عن التعبير عن امتناننا العميق لعائلاتنا الكريمة، التي كانت لنا سنداً ودعماً في كل المراحل، دعاء وتحفيزاً وتشجيعاً.

نسأل الله أن يجعل هذا العمل نافعا لكل من قرأه أو عمل به، كما نأمل أن يكون هذا الجهد نقطة انطلاق لمزيد من البحث والتطوير راجيين من الله القبول والتوفيق والسداد.



ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طلاب كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بجامعة 8 ماي 1945 قالمة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. حيث بلغ عدد أفراد العينة (80) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة المعاينة العرضية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الثقة بالنفس لفريخ عويد العنزي (1999) ومقياس التوجه نحو الحياة لشاير وكارفر (1985). بعد المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة تم التوصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة تعزى إلى متغير الجنس، في حين وجدت فروق دالة إحصائية في متغيرات الدراسة حسب الشعبة الدراسية.

الكلمات المفتاحية: الثقة بالنفس، التوجه نحو الحياة، الشباب الجامعي.

Study Abstract:

This study aimed to examine the relationship between self-confidence and life orientation among a sample of students from the Faculty of Humanities and Social Sciences at the University of May 8, 1945, Guelma. The study used a descriptive methodology. The sample consisted of 80 male and female students selected through incidental sampling. To achieve the objectives of the study, the Self-Confidence Scale developed by Faraih Ouaid Al-Anzi (1999) and the Life Orientation Scale by Scheier and Carver (1985) were utilized. After conducting statistical analysis of the data, the results revealed a statistically significant correlation between the level of self-confidence and life orientation among university youth. Furthermore, the results indicated no statistically significant differences in self-confidence and life orientation attributable to gender. However, statistically significant differences were found based on the students' academic majors.

Keywords: self-confidence, life orientation, university youth

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	شكرو عرفان
ب	ملخص الدراسة
ج	فهرس المحتويات
د	فهرس الجداول
	مقدمة
	الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة
5	1. الاشكالية
6	2. فرضيات الدراسة
7	3. أهمية الدراسة
7	4. أهداف الدراسة
7	5. مصطلحات الدراسة
8	6. الدراسات السابقة
	الجانب النظري
	الفصل الأول: الثقة بالنفس
16	تمهيد
16	1. مفهوم الثقة بالنفس
16	2. أهمية الثقة بالنفس
17	3. النظريات المفسرة للثقة بالنفس

فهرس المحتويات

19	4. مقومات الثقة بالنفس
19	5. مظاهر الثقة بالنفس
20	6. أسباب الثقة بالنفس
21	خلاصة الفصل
	الفصل الثاني: التوجه نحو الحياة
24	تمهيد
24	1. مفهوم التوجه نحو الحياة
24	2. التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المفاهيم
25	3. النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة
26	4. أبعاد التوجه نحو الحياة
27	5. مظاهر التوجه نحو الحياة
28	6. مصادر التوجه نحو الحياة
29	7. معوقات التوجه نحو الحياة
30	خلاصة الفصل
	الفصل الثالث: الشباب الجامعي
33	تمهيد
33	1. تعريف الشباب الجامعي
33	2. أنماط الشباب الجامعي
34	3. خصائص الشباب الجامعي
35	4. وظائف الشباب الجامعي

فهرس المحتويات

36	١.٥ احتياجات الشباب الجامعي
37	١.٦ الصحة النفسية للشباب الجامعي
38	١.٧ مشاكل الشباب الجامعي
40	خلاصة الفصل
	الجانب الميداني
	الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة
43	تمهيد
43	١.١ الدراسة الاستطلاعية
44	٢.٢ منهج الدراسة
46	٣.٣ مجتمع وعينة الدراسة
51	٤.٤ أدوات جمع البيانات
51	٥.٥ الأساليب الاحصائية
52	٦.٦ حدود الدراسة
53	خلاصة الفصل
	الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة
55	تمهيد
55	١.١ عرض وتفسير ومناقشة الفرضية العامة
57	٢.٢ عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى
58	٣.٣ عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية

فهرس المحتويات

59	4. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
63	5. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الرابعة
63	الاستنتاج العام
63	اقتراحات وتوصيات
65	الخاتمة
67	قائمة المراجع
/	قائمة الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
01	خصائص أفراد العينة حسب الشعبة	45
02	خصائص أفراد العينة حسب الجنس	45
03	مستويات الثقة بالنفس للذكور	46
04	مستويات الثقة بالنفس لدى الاناث	47
05	مستويات التوجه نحو الحياة للذكور	49
06	مستويات التوجه نحو الحياة لدى الاناث	49
07	معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا لكرونباخ	50
08	نتائج الاختبارات الاعتدالية	55
09	معاملات الارتباط بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة	56
10	نتائج اختبار "مان-ويتني" للفروق في الثقة بالنفس حسب الجنس	57
11	نتائج اختبار "مان-ويتني" للفروق في التوجه نحو الحياة حسب الجنس	58
12	نتائج اختبار "كروكسال واليس" للفروق في الثقة بالنفس حسب الشعبة الدراسية	60
13	نتائج اختبار "كروكسال واليس" للفروق في التوجه نحو الحياة حسب الشعبة الدراسية	62

مقدمة

يعد الإنسان كائنا اجتماعيا واعيا يسعى دوما لتحقيق ذاته والوصول إلى التوازن النفسي و الاجتماعي الذي يُمكنه من التكيف مع متطلبات الحياة، ومن خلال تفاعله مع محيطه تتكون لديه مجموعة من المفاهيم والقيم التي تساهم في تشكيل سلوكه وتوجهه نحو الحياة. إذ تبرز الثقة بالنفس كإحدى هذه المفاهيم والركائز التي يقوم عليها الفرد والتي قد تكون عاملا أساسيا في بناء شخصيته.

تقوم الثقة بالنفس على تقييم الفرد الايجابي لذاته، وإيمانه بقدراته على اتخاذ القرار والتكيف مع المواقف المختلفة، وهي لا تقتصر على الجانب النفسي، بل تنعكس بشكل مباشر على سلوك الفرد و على تفكيره، وقراراته. كما أن هذه الثقة ترتبط ارتباطا وثيقا بتوجه الفرد نحو الحياة حيث تكون نظرتة العامة لهذه الأخيرة بتفاؤل وأمل وذات معنى وهدف. وتزداد أهمية هذه المتغيرات النفسية لدى فئة الشباب الجامعي باعتبارها تمر بمرحلة عمرية حاسمة من الدراسة إلى الحياة المهنية، وفي ظل التحديات الأكاديمية والاجتماعية التي يعيشها الطالب الجامعي، تصبح الثقة بالنفس عاملا أساسيا في تشكيل توجهه نحو الحياة وقدرته على التخطيط لأهدافه وتحقيقها.

وفي ضوء ما سبق، تظهر العلاقة الوثيقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى فئة الشباب الجامعي من خلال البحث في مدى تأثير الثقة بالنفس على طبيعة توجهاتهم ونظرتهم إلى المستقبل، ومن هنا جاءت دراستنا لمعرفة طبيعة العلاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى عينة الشباب الجامعي، ولقد قسمنا هذه الدراسة إلى جانبين، جانب نظري وجانب ميداني.

الجانب الأول للدراسة هو الجانب النظري والذي تضمن ثلاثة فصول، الفصل التمهيدي بعنوان الإطار المفاهيمي للدراسة، ولقد تطرقنا من خلاله إلى: إشكالية الدراسة، تساؤلات الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، الدراسات السابقة.

الفصل الأول: بعنوان الثقة بالنفس، والذي استعرضنا فيه مفهوم الثقة بالنفس، أهميتها، النظريات المفسرة لها، أسباب فقدانها، مظاهرها وأخيرا مقوماتها.

الفصل الثاني: بعنوان التوجه نحو الحياة، والذي استعرضنا فيه مفهوم التوجه نحو الحياة، التوجه وعلاقته ببعض المفاهيم، النظريات المفسرة له، أبعاده ومظاهره ومصادره، وأخيرا معوقاته.

الفصل الثالث: الذي جاء تحت عنوان الشباب الجامعي، تم التطرق فيه إلى مفهوم الشباب الجامعي، أنماطه، خصائصه، وظائفه، احتياجات الشباب الجامعي ومشكلاته.

أما الجانب الثاني للدراسة هو الجانب الميداني والذي تضمن الفصل الرابع، الذي اشتمل على الاجراءات المنهجية للدراسة، من دراسة استطلاعية والمنهج المعتمد في الدراسة، بالإضافة إلى مجتمع وعينة الدراسة وخصائصها وأدوات جمع البيانات، كما تطرقنا إلى الأساليب الاحصائية المناسبة لدراسة ومن ثم حدود الدراسة.

أما الفصل الأخير وهو الفصل الخامس الذي جاء تحت عنوان عرض ومناقشة نتائج الدراسة فلقد قمنا فيه بعرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة ومن ثم وضع خلاصة للدراسة وخاتمة وأخيرا قمنا بطرح بعض الاقتراحات والتوصيات، واختتمت المذكرة بقائمة المراجع والملاحق

الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة

1. الاشكالية

2. فرضيات الدراسة

3. أهمية الدراسة

4. أهداف الدراسة

5. مفاهيم الدراسة

6. الدراسات السابقة

1. الإشكالية:

يعد التعليم حجر الأساس للتطور في ظل العولمة والتقدم العلمي والتكنولوجي، إذ يساهم في تأهيل العنصر البشري. يأتي الشباب الجامعي في مقدمة هذه الفئة، كونه يمثل الحلقة الأخيرة في السلم التعليمي ونتيجة لمراحل تعليمية متعددة. يشكل الشباب الجامعي دعامة أساسية في البناء التنموي لما يمتلكه من مهارات معرفية وعلمية واجتماعية تمكنه من مواكبة المستجدات والتكيف مع التطورات. وبالتالي، يصبح قادرا على الإسهام في تطوير المؤسسات المجتمعية ودفع عجلة التقدم الاقتصادي والاجتماعي. لكي يؤدي دوره الأكاديمي والاجتماعي بفعالية، يجب أن يتمتع بثقة عالية في نفسه (بختاوي وغزال، 2018).

تُعد الثقة بالنفس لدى المتعلم إحدى الركائز الأساسية في تكوين شخصية متزنة التي يسعى إليها، إذ تتميز بإثارة الانفعالات الايجابية، وتعزيز الشعور بالحماس، والمساعدة على تركيز الانتباه، فضلا عن زيادة المثابرة وبذل الجهد لتحقيق الأهداف والنجاح. كما تشكل عاملا رئيسيا يرتبط ارتباطا مباشرا بالفرد بغض النظر عن مكانته أو نشاطه داخل المجتمع، حيث يكون مدفوعا إلى الاستمرار في البحث والاكتشاف سعيا للوصول إلى السعادة والاستقرار النفسي (ويزة، 2017).

تلعب الثقة بالنفس دورا محوريا في تحقيق التكامل النفسي للفرد، كما تساهم في تحضير الشباب الجامعي لتولي أدوار قيادية في المجتمع وتعزيز نظرتهم الإيجابية نحو الحياة. إذ تُعتبر الثقة بالنفس عاملا أساسيا لدعم الشباب في تحقيق أهدافهم، حيث أن هذا الهدف لا يمكن تحقيقه بدون امتلاك الثقة بالنفس. فالشباب الواثق بنفسه يضع أهدافاً ثابتة وواقعية، ويسعى جاهدا لتحقيقها. أما الشباب الذين يفتقرون إلى الثقة بالنفس، وتسيطر عليهم مشاعر القلق، فإنهم يميلون إلى تحديد أهداف غير واقعية، قد تكون مرتفعة جدا أو منخفضة للغاية، مما يؤثر سلبا على توجهاتهم نحو الحياة. وبالتالي تؤثر الثقة بالنفس بشكل مباشر على توجه الفرد نحو حياته (النعاس والسنباطي، 2023). يعد التوجه نحو الحياة أحد العوامل الوقائية الهامة التي تناولها علم النفس الإيجابي، باعتباره ذلك الاعتقاد الإيجابي الذي يواجه به الفرد الحياة، ويفسر من خلاله ما يدور من أحداث وتحديات في الحياة. فيساعد في التصدي لهذه التحديات وصعوباتها والتغلب عليها وعدم الاستسلام لها، ومن ثم تحقيق التوافق الإيجابي الفعال مع الحياة بما تتضمنه من أحداث ومواقف (صابر، 2023، ص. 703).

كما يلعب التوجه نحو الحياة دورا مهما بعيد المدى في حياة الشباب الجامعي، خاصة لما له من آثار نفسية كبيرة تؤثر في سلوكياتهم وفي ما يقومون به من خطط لتنفيذها في المستقبل. ومعظم الأنشطة الإيجابية في حياتهم، سواء كانت فكرياً أو عاطفة أو عملاً، ترتبط بشكل أو بآخر بتوجههم نحو الحياة بتفاؤل وبرضا أكبر عن الحياة وبأنماط سلوكية إيجابية.

وهذا ما أكدته فريترز (2008) بأن ترسيخ توجه إيجابي للأشخاص نحو حياتهم يبدأ بالثقة بأنفسهم، لأنها تؤكد قدرة الفرد، وتزيد من مستوى الطاقة العقلية، وتعزز أفكاره. فدوو الإيمان المطلق بقدرتهم على تحقيق ما يريدونه هم أولئك الذين لديهم فرص أعلى في تحقيق النجاح (الغزالي وآخرون، 2024، ص. 114).

انطلاقا مما سبق، تبرز أهمية دراسة العلاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي. وتهدف الدراسة للإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي؟
ويتفرع من هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات التالية:
- هل توجد فروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية؟
- هل توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية؟

2. فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي.
- توجد فروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.

3. أهمية الدراسة:

- التعرف على أهمية الثقة بالنفس التي تسمح للفرد بالشعور بالقدرة على تحقيق أهدافه بناء على قدراته ومهاراته.
- توعية الشباب الجامعي بمدى فائدة الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة.
- تؤثر الثقة بالنفس في تعزيز التفكير الإيجابي وتحفيز الشباب الجامعي على تحقيق أهدافهم.
- معرفة الشباب الجامعي كيفية تأثير الثقة بالنفس على توجهاتهم نحو الحياة بحيث يصبحون أكثر قدرة على اتخاذ قرارات ناجحة تعزز احساسهم بالانتماء.
- تعزز الثقة بالنفس المشاركة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي من خلال الاندماج في الأنشطة اليومية الهادفة.

4. أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي.
- معرفة الفروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي التي تعزى لمتغير الجنس.
- معرفة الفروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي التي تعزى لمتغير الجنس.
- معرفة الفروق في الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي التي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- معرفة الفروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي التي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.

5. مصطلحات الدراسة:

1.5. الثقة بالنفس:

يعرف صالح والسميري (2009) الثقة بالنفس: بأنها فهم الفرد وإدراكه لقدراته ومهاراته وخبراته وكفاءته، واستخدامها بفاعلية مع مواقف الحياة المختلفة دون أن ينسحب من مواجهتها وقدرته على التفاعل بإيجابية مع الآخرين مما ينعكس ذلك على توافقه النفسي والاجتماعي (المتولي، 2022، ص.8).

إذن فالثقة بالنفس هي شعور داخلي ينبع من إدراك الفرد لقدراته، ومدى استعدادده لمواجهة التحديات دون تردد أو خوف. إنها القوة التي تدفع الشخص للتصرف بإيجابية، واتخاذ القرارات، والتعبير عن ذاته بثبات، مما يعزز شعوره بالرضا والتوازن النفسي والاجتماعي.

وتعرف إجرائياً: بأنها الدرجة التي يتحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس الثقة بالنفس "فريخ عويد العنزي" (1999).

2.5. التوجه نحو الحياة:

التوجه نحو الحياة حسب سعدات (2016) يعني رؤية الفرد للجوانب المشرقة من الحياة بأمل وتفاؤل وطمأنينة وسعادة ورضى عن الذات وعن البيئة المحيطة، بحيث تجعله يشعر بالراحة النفسية والسلامة البدنية، وبالتالي تدفع الفرد إلى الاتجاه نحو الحياة والمستقبل بكل حب وتوافق نفسي واجتماعي بشكل ناجح (الشهري، 2021، ص 96). وعليه فالتوجه نحو الحياة هو الطريقة التي ينظر بها الإنسان إلى واقعه ومستقبله، وهو يعكس مدى تمسكه بالأمل، ورغبته في تحقيق أهدافه رغم الصعوبات.

ويعرف إجرائياً: بأنه الدرجة التي يتحصل عليها الشباب الجامعي على مقياس التوجه نحو الحياة "لشاير وكارفر" (1985).

3.5. الشباب الجامعي:

هم الأفراد الذين تلقوا معارف ومعلومات التي سمحت لهم بالانتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعية بعد حصولهم على شهادة أو دبلوم تؤهلهم للدراسة فيها، ليستفيدوا بذلك من مختلف الخدمات الموجهة لهم ويصبحوا مؤهلين علمياً وبالتالي فهم محور العملية التربوية والغاية التي تتطلبها عملية التعلم والتعليم (معايشية، 2023، ص 43). إذن فالشباب الجامعي هم فئة في مرحلة عمرية حيوية، يعيشون تجربة التعليم العالي حيث يكتسبون معارف جديدة، ويطورون مهاراتهم الفكرية والاجتماعية وهم في طور بناء الهوية وتحديد المسار المهني، ويُعدون من أهم الفئات المؤثرة في تقدم المجتمع وتجديد طاقاته.

ويعرف إجرائياً: بأنهم أولئك الطلبة الذين يدرسون بكلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية بمجمع سويداني بوجمعة،

جامعة 8 ماي 1945 قلمة. في السنة الدراسية 2024/2025.

6. الدراسات السابقة:

بعد الإطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة التي اهتمت بموضوع دراستنا "الثقة بالنفس وعلاقتها بالتوجه

نحو الحياة لدى الشباب الجامعي" تم تقسيم الدراسات السابقة إلى ثلاثة محاور: دراسات تناولت (الثقة بالنفس)

ودراسات تناولت (التوجه نحو الحياة) ودراسات تناولت (الشباب الجامعي).

1.6. الدراسات التي تناولت الثقة بالنفس:

-دراسة عواريب وعميرات (2016): أثر برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين.

هدفت الدراسة إلى بناء برنامج إرشادي قائم على الإرشاد المتمركز حول العميل لتنمية الثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين بورقلة. تكونت العينة من (24) طالبا (08) ذكور، (16) إناث. استخدمت الدراسة المنهج التجريبي. كما اعتمد الباحثان على مقياس الثقة بالنفس والبرنامج الإرشادي من إعدادهما. توصلا الباحثان إلى وجود فروق في درجات أفراد المجموعة التجريبية على الدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس قبل وبعد تطبيق البرنامج، وكذلك بالنسبة للمقياس البعدي والتتبعي في حين لا توجد فروق في القياسين القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة (عطا الله ورافع، 2022، ص 375).

-دراسة الدرابكة(2019):الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى الطلبة الموهوبين وغير الموهوبين في منطقة حائل.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى الطلبة الموهوبين وغير الموهوبين في منطقة حائل بالسعودية. تكونت العينة من (80) طالبا تم اختيارها بالطريقة القصدية منهم: (40) طالبا موهوبا، و(40) طالبا غير موهوب. وقد تم استخدام المنهج الوصفي. وتطبيق مقياس الثقة بالنفس ومقياس دافعية الانجاز. وأشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الثقة بالنفس ومستوى دافعية الانجاز لصالح الطلبة الموهوبين، ووجود علاقة موجبة بين الثقة بالنفس ومستوى دافعية الانجاز لدى الطلبة الموهوبين.

-دراسة رافع وخلاف(2021): الثقة بالنفس وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

هدفت إلى معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس والصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في جامعة البويرة. تكونت العينة من(60) طالب. وقد استخدم المنهج الوصفي، وتطبيق مقياس الثقة بالنفس ومقياس الصلابة النفسية. وقد أظهرت النتائج أنه توجد علاقة بين الثقة بالنفس والصلابة النفسية(زمار وآخرون، 2022، ص.43).

-دراسة علوان ورافع(2021): علاقة بعض المهارات الحياتية بالثقة بالنفس لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

هدفت إلى معرفة العلاقة بين بعض المهارات الحياتية (مهارة حل المشكلات، مهارة التعاطف، مهارة التفكير الابداعي...) مع الثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، بجامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة على عينة عشوائية قوامها (50) طالب. وقد تم استخدام المنهج الوصفي. وتطبيق مقياس المهارات الحياتية ومقياس الثقة بالنفس. وأظهرت النتائج وجود علاقة بين المهارات الحياتية والثقة بالنفس.

-دراسة عطا الله ورافع(2022): علاقة الثقة بالنفس بتقدير الذات لدى طلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة. تكونت العينة من (40) طالبا تم اختيارها بطريقة عشوائية. حيث استخدم المنهج الوصفي. وتطبيق مقياس الثقة بالنفس ومقياس تقدير الذات. وقد أظهرت النتائج أنه توجد علاقة بين الثقة بالنفس وتقدير الذات.

-دراسة القيسي(2022): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والذكاء الانفعالي بجامعة الأردن. حيث تكونت العينة من (500) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. استخدم المنهج الوصفي. تم تطبيق مقياسي الثقة بالنفس ومقياس الذكاء الانفعالي. أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة، بينما جاء مستوى الثقة بالنفس متوسطا كما تبين وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي والثقة بالنفس.

2.6. الدراسات التي تناولت التوجه نحو الحياة:

-دراسة السيد علي (2010): قلق المرض وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من مصابي كورونا هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التوجه الايجابي نحو الحياة بسمات الشخصية كالثبات الانفعالي والسيطرة والاندفاعية والارتياح. تكونت عينة الدراسة من (120) طالبا وطالبة من طلاب جامعة نايف العربية. تم استخدام المنهج الوصفي وتطبيق اختبار التوجه الايجابي نحو الحياة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الذكور أكثر توجهها ايجابيا نحو الحياة من الإناث وأكثر ثباتا واندفاعية وهم يتوقعون الأفضل في الأوقات التي لا تكون فيها رؤية الأمور واضحة. كما بينت النتائج أيضا وجود علاقة بين التوجه نحو الحياة بكل من الثبات الانفعالي والسيطرة، والاندفاعية وان الارتياح غير منبئ بالتوجه الايجابي نحو الحياة (الشهراني، 2021، ص.142).

-دراسة احمد (2012): الوعي الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة هدفت إلى التعرف على مستوى التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة في علاقته ببعض المتغيرات مثل متغير الجنس والتخصص الدراسي، والسكن والمستوى الاقتصادي، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة. وذلك باستخدام المنهج الوصفي، وطبق عليهم مقياس التوجه نحو الحياة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى ارتفاع مستوى التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة، مع عدم وجود فروق دالة احصائية بين طلبة التخصص الأدبي والعلمي في مستوى التوجه نحو الحياة (منصور، 2022، ص.112).

-دراسة بادي وبلول (2016): التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الاتجاه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الجزائر. تكونت العينة من (53) من طلبة الدراسات العليا. ولتحقيق هدف هذه الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي وذلك بتطبيق مقياس الاتجاهات نحو الحياة ومقياس تقدير الشخصية للكبار كأدوات لجمع البيانات. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الجزائر.

-دراسة العابدي (2017):

هدفت إلى دراسة التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة والفروق في التوجه نحو الحياة تبعا لبعض المتغيرات. وأجريت الدراسة على عينة من (500) طالبا وطالبة بجامعة الأزهر. استخدم فيها المنهج الوصفي وطبق عليها مقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحثة. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها أن طلبة الجامعة لديهم توجه ايجابي نحو الحياة. وأن توجه الإناث نحو الحياة ايجابيا أكثر من الذكور. وأصحاب التخصص الإنساني أكثر توجهها للحياة من أصحاب التخصص العلمي، وطلبة الصفوف النهائية أكثر توجهها نحو الحياة من طلبة الصفوف الأقل (كوك، 2020، ص.16).

-دراسة عبير وعلي (2018): طبيعة التوجه نحو الحياة لدى طلبة البكالوريا

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التوجه لدى الطلبة في كلية الآداب بثانوية زابي صالح بالخبابة، كما هدفت أيضا إلى معرفة الفروق في التوجه نحو الحياة لدى الطلبة تبعا لمتغيرات الجنس و أيضا التعرف على العلاقة الموجودة بين التوجه نحو الحياة والضغط النفسي. تألفت عينة البحث من (100) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية. تم تطبيق المنهج الوصفي، كما اعتمد الباحثان مقياس التوجه نحو الحياة من إعداد "شاير وكارفر". أسفرت نتائج الدراسة

على وجود مستوى عال من التوجه نحو الحياة، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التوجه لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس (بوساق و بوضياف، 2021، ص.38).

-دراسة الجبيلة (2020): التوجه نحو الحياة وعلاقته بمرونة الأنا واليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة
هدفت إلى الكشف عن مستوى التوجه نحو الحياة ومرونة الأنا واليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة. تكونت العينة من (403) من طلاب الجامعة بمدينة الرياض. ولتحقيق هدف هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي وطبق عليهم مقياس التوجه نحو الحياة و مرونة الأنا واليقظة العقلية. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن طلاب الجامعة بعينة البحث لديهم بوجه عام مستوى مرتفع من التوجه نحو الحياة ومرونة الأنا و يقظة الضمير.

3.6. الدراسات التي تناولت الشباب الجامعي:

-دراسة لزرق (2018): تشخيص أنماط التعلم لدى الطالب الجامعي
هدفت الدراسة إلى تشخيص أنماط التعلم لدى الطالب الجامعي. وتكونت عينة الدراسة من (88) طالب وطالبة بجامعة معسكر. واستخدمت الدراسة أداة الهمينة الجامعية لهرمان واعتمدت على المنهج الوصفي. وأشارت نتائج الدراسة إلى نقص نمطي التعلم (الداخلي والخارجي) لطلبة الجامعة ويتضح كذلك أن طلبة إدارة الموارد البشرية تتبع نمط التعلم B,C أي التعلم الإجرائي والتفاعلي، وكذلك توصلت الدراسة إلى وجود فروق في أنماط التعلم (تعلم إجرائي داخلي، تفاعلي) تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الجامعة.

-دراسة شريط (2018): تصور مشروع الحياة لدى الطالب الجامعي

هدفت الدراسة الى معرفة تصور مشروع الحياة لدى الطالب الجامعي. حيث تكونت عينة الدراسة من (58) طالب وطالبة، بجامعة العربي التبسي كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. واعتمدت الدراسة على استبيان أعد من طرف الباحثة. واستخدمت المنهج الوصفي. وتوصلت إلى نتائج أن أغلبية الطلبة كان دخولهم للجامعة هدف في حياتهم وأنهم لديهم تصور لمشروع مستقبلي بعد التخرج، وبالإضافة إلى هذا توصلوا ان الطالب الجامعي يختلف في تكوين علاقته الاجتماعية عن غيره من أفراد المجتمع..

-دراسة عبد الله (2019): الافتراض النفسي وعلاقته بصحة النفسية لدى الطلاب الجامعة

هدفت الدراسة إلى التعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة. اشتملت عينة الدراسة على (260) طالبا وطالبة بجامعة الجزائر العاصمة. واستخدمت مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية، من إعداد "سميرة حسن ابكر" ومقياس الصحة النفسية "لديروجيتس، س و ليمان وليتوكوفي"، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي. ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية عكسية متوسطة بين ظاهرة الاغتراب والشعور بالصحة النفسية لطلبة الجامعة، كما اتضح ان هناك فروق دالة إحصائية عن ظاهرة الاغتراب و درجة الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة تعزى للكليات العلمية والادبية ولنوع التخصص. وبالنسبة الاغتراب تعزى كذلك لنوع السكن في حين الصحة النفسية لا توجد فروق دالة احصائيا تعزى لنوع السكن.

-دراسة عباسي (2021): الأداء البيداغوجي لطالب الجامعي وعلاقته بمشروع الحياة

هدفت الدراسة الى التعرف على الاداء البيداغوجي للطلاب الجامعي وعلاقته بمشروع الحياة. حيث تكونت عينة الدراسة من (55) طالبة، بجامعة قاصدي مرباح ورقلة. واعتمدت الدراسة على الاستمارة المصممة من طرف الباحثة.

واستخدمت المنهج الوصفي. وتوصلت الى نتائج ان الطالب الجامعي وخاصة في تكوين الماستر يكتسب خبرات تؤهله الى مناقشة المشاريع الاجتماعية مع الزملاء والاساتذة وبالإضافة الى هذا اتضح ان هناك علاقة بين الأداء البيداغوجي للطلاب الجامعي ومشروع المجتمع.

-دراسة بهية(2022): مستوى التفكير ما وراء المعرفي وعلاقته بذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة
هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التفكير ما وراء المعرفي وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة. حيث تكونت الدراسة من(70) طالبة وطالبا بجامعة مولود معمري. واستخدمت الدراسة اختبار التفكير ما وراء المعرفي للباحثة "صحراوي نزيهة" واختبار الذكاء الوجداني "لسكوت". اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي. وتوصلت إلى أنه لا توجد علاقة بين مستوى التفكير ما وراء المعرفي ومستوى الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة، ولا توجد فروق بين متوسطات درجات الطلبة على درجة الكلية لمقياس التفكير ما وراء المعرفي ومقياس الذكاء الوجداني تبعا لمتغير الجنس.

-دراسة نحناح ووانيد(2022): تمثيلات الطالب الجامعي لمعنى العمل في المجتمع الجزائري
هدفت الدراسة إلى التعرف على تمثيلات الطالب الجامعي لمعنى العمل في المجتمع الجزائري. حيث تكونت عينة الدراسة من(106) طالب وطالبة بجامعة ابن خلدون. اعتمدت الدراسة على استمارة اعدت من طرف الباحث. واستخدمت المنهج الوصفي. توصلت النتائج إلى أن تصورات الطلبة معظمها يقتصر على قيمة الشهادة ودورها في اكتساب الفرد مكانته الاجتماعية وبالإضافة إلى هذا لم يعد عند طلاب الجامعة بعد تخرجهم مجال لاختيار العمل بل أصبح هدفهم الحصول على أي عمل.

•التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراضنا للدراسات السابقة لاحظنا أنها ركزت في مجملها على الثقة بالنفس وعلاقتها بمتغيرات مختلفة مثل: دافع الانجاز كدراسة الدرابكة (2019)، والصلابة النفسية كدراسة رافع وخلاف (2021)، وتقدير الذات كدراسة عطا الله ورافع (2022)، والذكاء الانفعالي كدراسة القيسي (2022).

وقد اعتمدت جميع الدراسات على عينات غير عيادية مثل: دراسة عواريب وعميرات(2016)، ودراسة رافع وخلاف(2021)، ودراسة عطا الله ورافع(2022). أما فيما يتعلق بمنهج الدراسة فقد استخدمت أغلب الدراسات المنهج الوصفي مثل: دراسة الدرابكة(2019)، ودراسة رافع وخلاف(2021)، ودراسة القيسي(2022)، إلا أن هناك دراسة وهي دراسة عواريب وعميرات(2016) استخدمت المنهج التجريبي.

اعتمدت جميع الدراسات على أدوات مختلفة قد تكون مقياسا جاهزا مثل: دراسة الدرابكة(2019)، ودراسة رافع وخلاف(2021)، ودراسة عطا الله ورافع(2022)، أو تم بناؤه من طرف صاحب الدراسة كدراسة عواريب وعميرات(2016) حيث اعتمدت على بناء مقياس الثقة بالنفس.

أما من حيث النتائج فقد اختلفت من دراسة إلى أخرى بحيث كشفت الدراسات المتعلقة بالثقة بالنفس على وجود علاقة بين الثقة وبعض المتغيرات الأخرى فنجد دراسة رافع وخلاف(2021) توصلت إلى وجود علاقة بين الثقة بالنفس والصلابة النفسية، ودراسة القيسي(2022) بينت وجود علاقة بين الثقة بالنفس والذكاء الانفعالي، في حين دراسة عطا الله ورافع(2022) أظهرت وجود علاقة بين الثقة بالنفس وتقدير الذات، أما دراسة الدرابكة(2019) فقد أسفرت على وجود فروق في مستوى الثقة بالنفس ودافعية الانجاز لصالح الطلبة الموهوبين.

أما الدراسات المتعلقة بالتوجه نحو الحياة فإنها ركزت في علاقتها مع متغيرات أخرى متنوعة نذكر منها: دراسة السيد علي(2010) التوجه نحو الحياة وعلاقته بسمات الشخصية، و دراسة أحمد(2012) التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات (الجنس، التخصص الدراسي ، السكن، المستوى الاقتصادي)، و دراسة الجبيلة(2020) التوجه نحو الحياة و مرونة الأنا واليقظة العقلية. أجريت كل هذه الدراسات على عينات غير عيادية كدراسة السيد علي(2010)، و دراسة أحمد(2012)، و دراسة الجبيلة(2020).

أما من حيث المنهج فقد اعتمدت كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي كدراسة السيد علي(2010)، ودراسة أحمد(2012)، ودراسة بادي وبلول(2016)، ودراسة عيبر وعلي(2018)، العابدي(2017)، والجبيلة(2020). وفي ما يتعلق بالأدوات فقد اعتمدت كل الدراسات على مقياس التوجه نحو الحياة، بالإضافة إلى مقياس تقدير الشخصية للكبار في دراسة كل من بادي وبلول (2016)، ومرونة الأنا واليقظة العقلية في دراسة الجبيلة (2020). أما من حيث النتائج فقد اختلفت من دراسة إلى أخرى ، فقد كشفت الدراسات المتعلقة بالتوجه نحو الحياة على وجود علاقة بين التوجه نحو الحياة و المتغيرات الأخرى: فنجد دراسة كل من بادي وبلول (2016)، ودراسة السيد علي (2010) توصلت إلى وجود علاقة بين التوجه نحو الحياة و المتغيرات النفسية وبعض سمات الشخصية كتقدير الذات ، الكفاية الشخصية، الثبات الانفعالي والاندفاعية والارتياح. كما أجمعت على تأثير التوجه نحو الحياة بالجنس والمستوى التعليمي.

والدراسات الخاصة بالشباب الجامعي نلاحظ أنها ركزت في مجملها على الشباب الجامعي في علاقتها بمتغيرات متنوعة مثل: الصحة النفسية كدراسة عبدالله(2019)، و تصور مشروع الحياة كدراسة شريط(2018)، والذكاء الوجداني مع مستوى التفكير ما وراء المعرفي كدراسة بهية(2022). بحيث أجريت الدراسة على عينات غير عيادية كدراسة نحاح ووليد (2022)، ودراسة عبد الله (2019).

أما في ما يتعلق بمنهج الدراسة فقد استخدمت أغلب الدراسات المنهج الوصفي مثل: دراسة بهية(2022)، ودراسة لزرق(2018). أما بالنسبة للأدوات المستخدمة فهناك دراسات استخدمت الاستبيان والاستمارة مثل: دراسة عباسي(2021)، ودراسة شريط(2018)، وهناك دراسات اعتمدت على مقاييس واختبارات كدراسة عبدالله(2019) ودراسة بهية(2022). بينما نتائج الدراسات تبينت من دراسة إلى أخرى حيث أظهرت الدراسات المتعلقة بالطالب الجامعي على وجود فروق بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية لدى الطالب الجامعي في دراسة عبدالله (2019). وفي دراسة عباسي (2021) اظهرت أن هناك علاقة بين الاداء البيداغوجي للطالب الجامعي ومشروع المجتمع. ودراسة بهية (2022)توصلت إلى أنه لا توجد علاقة بين مستوى التفكير ما وراء المعرفي ومستوى الذكاء الوجداني لدى الطالب الجامعي.

أخيرا لقد استفادت دراستنا من الاطار النظري للدراسات السابقة، كما استفادت من أدوات ومقاييس الدراسة المكيفة على البيئة الجزائرية.

بينما تميزت دراستنا عن الدراسات السابقة من حيث تناولها موضوع مهم والمتمثل في الثقة بالنفس وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي، ونظرا لقلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع جاءت دراستنا لكي تغطي هذا النقص وتسلط الضوء على هذين المتغيرين، فالدراسات السابقة اهتمت بكل من الثقة بالنفس وعلاقتها بمتغيرات عديدة، كما

اهتمت بالتوجه نحو الحياة وعلاقته بالكثير من المتغيرات دون الثقة بالنفس، إلا أن دراستنا تجمع بين هذين المتغيرين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى فئة الشباب الجامعي.

وعينة دراستنا هي عينة غير عيادية سنطبق عليها مقياس الثقة بالنفس ومقياس التوجه نحو الحياة المكيفين على البيئة الجزائرية.

الجانِب النظري

الفصل الأول: الثقة بالنفس

تمهيد:

1. مفهوم الثقة بالنفس
 2. أهمية الثقة بالنفس
 3. النظريات المفسرة للثقة بالنفس
 4. مقومات الثقة بالنفس
 5. مظاهر الثقة بالنفس
 6. أسباب فقدان الثقة بالنفس
- خلاصة الفصل.

تمهيد

تمهيد:

تعتبر الثقة بالنفس من العناصر الأساسية التي تؤثر بشكل كبير في حياة الفرد حيث تساهم في تعزيز قدرته على مواجهة التحديات واتخاذ القرارات بثقة وواقعية، كذلك تمنح للفرد تقدير لذاته ولقدراته مما ينعكس ذلك إيجابيا على علاقاته، فهي أساس لتحقيق النجاح في الحياة. وسنحاول في هذا الفصل التطرق إلى موضوع الثقة بالنفس من خلال تعريف الثقة بالنفس وأهميتها وإبراز أهم النظريات المفسرة لها، بالإضافة إلى أسباب فقدان الثقة بالنفس ومظاهر الثقة بالنفس ومقوماتها.

1. مفهوم الثقة بالنفس:

يعرفها علماء النفس على أنها: "اعتقاد الفرد بأن لديه قدرة كافية للقيام بأعمال مطلوبة منه، وهي التأكد من قدراتك وذكاك، وحكمتك، وقوة إرادتك، وقوة عاطفتك وقوة مهاراتك، وقوة أهدافك في تسيير حياتك وترك بصمة" (لمين وآخرون، 2019، ص. 104).

وتعرف أيضا على أنها: سمة شخصية يشعر معها الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة الظروف المختلفة مستخدما أقصى ما تنتجه له إمكاناته وقدراته لتحقيق أهدافه المرجوة، وهو مزيج إيجابي من الفكر والشعور والسلوك الذي يعمل على تشجيع النمو النفسي السوي والوصول بالفرد إلى المستوى المطلوب من الصحة النفسية والتكيف النفسي والاجتماعي (الحري، 2021، ص. 230).

تعرفها امل المخزومي نقلا عن عميرات (2017): "أن الثقة بالنفس هي إحدى سمات الشخصية الأساسية التي يبدأ تكوينها منذ نشأة الفرد، وأنها ترتبط ارتباطا وثيقا بتكيف الفرد نفسيا واجتماعيا، وتعتمد اعتمادا كليا على مقوماته العقلية، الجسمية والنفسية (عميرات، 2017، ص. 16).

يعرفها الدسوقي (2008): "أنها إدراك الفرد لكفاءته ومهارته وقدرته على أن يتفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها (مقدم، 2021، ص. 138).

ويرى المشعان (1999): "أن الثقة بالنفس تظهر في إحساس الشخص بكفاءته الجسمية والنفسية والاجتماعية، وبقدرته على عمل ما يريد و إدراكه لتقبل الآخرين له وثقتهم به، ويتسم الشخص الواثق بنفسه بالاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي وقبول الواقع، ويجد في نفسه القدرة على مواجهة الأزمات بتعقل وتفكير (غرغوط وعداكة، 2022، ص. 141).

كما يعرفها كواسة (2011): أنها إحساس الفرد بكفاءته الجسمية والنفسية والاجتماعية وبقدرته على حل مشكلاته وبلوغ أهدافه، وإقدامه على الخبرات والعلاقات الجديدة دون أن تنتابه مشاعر النقص أو الخوف أو التردد" (ميري، 2022، ص. 13).

ومن خلال التعاريف السابقة نستخلص أن الثقة بالنفس هي أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس التي تعبر عن إدراك الفرد لقيمته وقدراته، فهي تمنحه القدرة على مواجهة التحديات واتخاذ القرارات بثبات.

2. أهمية الثقة بالنفس:

تتمثل أهمية الثقة بالنفس فيما يلي:

- تحقيق التوافق النفسي.

- استمرار اكتساب الخبرة.

- النجاح في العمل وحب الآخرين.

- مواجهة الصعاب والمشكلات (مقدم، 2021، ص. 138).

تري (حميد، 2012) أن الثقة بالنفس:

• سمة شخصية تساعد الفرد على تكوين شخصية قوية، وتساعد على تحقيق أهدافه بما يتناسب مع قدراته وإمكانياته.

• سمة اجتماعية تساعد الفرد على أن يكون أكثر تقديراً واحتراماً لذاته حيث تساعد في تعامله وتكيفه مع الآخرين.

• لها دور كبير في مساعدة الأفراد في اتخاذ القرارات المناسبة والتخلص من الأفكار الوسواسية والفعل القهري (السليم، 2019، ص. 319).

ومنه نستخلص أن الثقة بالنفس هي أحد العوامل الأساسية لنجاح الفرد في مختلف مجالات الحياة فهي تمنح الفرد القدرة على اتخاذ القرارات بثبات، وتحقيق الأهداف بفعالية، والتفاعل مع الآخرين بإيجابية لبناء علاقات اجتماعية قوية، فالثقة بالنفس عامل أساسي بدونها قد يشعر الفرد بالتردد والخوف من الفشل مما يعيق تطوره ونجاحه.

3. النظريات المفسرة للثقة بالنفس:

3.1. النظرية التحليلية:

الأهمية السيكلوجية التي أولاها التحليل النفسي للثقة بالنفس تتمثل في الجهاز النفسي الهو، الأنا، الأنا الأعلى، ويجب أن يكون هذا الجهاز متوازناً حتى تسير حياة الفرد بشكل سوي، لذلك يحاول الأنا التوفيق بين الهو والأنا الأعلى فالتوازن بطبيعة الحال بين هاتين القوتين وقوة الأنا من شأنه الحفاظ على الثقة بالنفس لدى الفرد. وجاء أدلر بإسهاماته التي ركزت على مفاهيم الاهتمام الاجتماعي ومشاعر النقص التي تشكل في مجملها هدفاً يسعى الفرد من خلاله إلى الكمال والتفوق، ولذلك فإن الثقة بالنفس تتأثر من خلال الشعور بالنقص، وكل إنسان له أسلوبه الخاص الذي ينتهجه ليصل إلى التحقيق النفسي والاجتماعي للتفوق، وهذا الأسلوب الذي يتبناه كل فرد والذي أطلق عليه أدلر أسلوب الحياة يتأثر بالتركيبة الأسرية الاجتماعية.

كما أسهم يونج أيضاً في تناول الثقة بالنفس تحت مفهوم تحقيق الذات حيث يذكر زهران أن يونج يصير على أهمية الذات باعتبارها جهازاً مركزياً للشخصية يضفي عليها وحدتها وتوازنها وثباتها، وأنها تحرك وتنظم السلوك (السنباني و الطارق، 2020، ص. 17-18).

ومنه نستنتج أن الثقة بالنفس حسب نظرية التحليل النفسي تظهر من خلال التوازن في الجهاز النفسي، وحسب أدلر فالثقة بالنفس تنبع من خلال التغلب على مشاعر النقص والسعي لتحقيق التفوق، بينما يونغ يرى أنها تتطور من خلال تحقيق التوازن بين الأنا والذات.

3.2. نظرية إريكسون النمو النفسي الاجتماعي:

جاءت هذه النظرية لتؤكد على أهمية العوامل الاجتماعية والأسرية والثقافية في تنمية الثقة بالنفس، وأشارت إلى أهمية العلاقة بين الفرد والمحيط الاجتماعي الذي ينتمي له، كما أولت الاهتمام بالبيئة لدورها في التأثير على السلوك، وقد

ركزت على العلاقات الشخصية فهي ترى أن الأسرة السوية تعزز النمو السوي وتساعد في تحقيق الذات (المتولي، 2022، ص. 32).

قد أعطى إريكسون أهمية كبيرة للثقة بالنفس وجعلها أولى مراحل النمو النفسي وقد قسم مراحل نمو الفرد إلى مجموعة من الأزمان من الممكن أن تؤدي إلى تكامل الشخصية أو تدهورها.

ويذكر لاحق نقلا عن بلال (2014): بأن المرحلة الأولى "مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة" هي حجر الأساس للشخصية، فترسيخ الثقة بالذات والثقة بالأم له آثار ونتائج هامة في النمو المستقبلي لشخصية الطفل، حيث يتمكن الأطفال من تحمل الإحباطات التي يواجهونها من خلال مراحل النمو (بلال، 2014، ص. 58).

ومنه نستنتج أن الثقة بالنفس وفقا لنظرية النمو النفس الاجتماعي تنشأ منذ الطفولة المبكرة، ووفقا لإريكسون فإن المرحلة الأولى مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة تعد أساس شعور الفرد بالأمان والثقة بالنفس، و تلعب رعاية الوالدين والاهتمام بأبنائهم دورا هاما في بناء هذه الثقة.

3.3. النظرية الانسانية:

يعتبر مصطلح الثقة بالنفس المحور الاساسي لنظريات الاتجاه الانساني، حيث يعطي روجرز الثقة بالنفس أهمية بالغة، فهو ينظر للشخص الذي يثق في نفسه وفي أحكامه واختياراته والذي يعتمد على نفسه بأنه: "الانسان الصحي" الذي يعمل بنشاط وحيوية. وجاءت إسهامات ماسلو متفقة مع ما ذهب إليه روجرز حيث تمحورت اهتماماته بدراسة الأشخاص الأسوياء والعاديين وتوصل إلى خصائص الأشخاص الذين حققوا ذواتهم وجاءت الثقة بالنفس في مقدمة هذه الخصائص وأكثرها أهمية، ولهذا يقرر ماسلو بأنه: يتمتع الافراد الذين حققوا قوتهم بثقتهم الكبيرة في أنفسهم وقدراتهم ورسالتهم في هذه الحياة فنجدهم يتفاعلون مع الآخرين عندما تكون لهم مهام معينة يسعون لتحقيقها ويظهرون قبولاً بالآخرين فهم يدركون عيوبهم ولا يتضايقون منها بل يقبلون بها (شفيقة، 2015، ص. 117).

ومنه فالنظرية الانسانية تفسر الثقة بالنفس على أنها نابعة من تحقيق الذات وإدراك الفرد لقيمتها.

4.3. النظرية المعرفية:

ينظر ألبرت إليس وهو أحد رواد هذا الاتجاه إلى الثقة بالنفس كمعيار من معايير الشخصية السوية، وجاءت إسهامات ميكنوم لتركز على الحديث الداخلي أو ما يعرف بإسم حديث الذات وأشار إلى تأثيرها على السلوك، وهو بذلك يشير إلى أهمية أن يتمتع الفرد بدرجة من الثقة بنفسه حتى يتمكن من أن تكون أحداثه الذاتية إيجابية، فثقة الفرد بنفسه هي محصل لأحداث داخلية إيجابية كونت بناءات معرفية نتج عنها سلوك إيجابي يمثل في مستوى مرتفع من الثقة بالنفس، ويؤكد بيك على العلاقة بين التفكير والانفعال والسلوك، وهذا يعني أن أنماط سلوكنا وانفعالاتنا مرهونة بمنظومة تفكيرنا التي تدخل فيها سماتنا الشخصية ومفهومنا لذاتها وثقتنا بأنفسنا (باي، 2019، ص. 7).

ومنه نستنتج أن النظرية المعرفية في تفسير للثقة بالنفس ركزت على الحديث الداخلي، أي حديث الفرد مع نفسه، فإذا كان هذا الحديث إيجابيا سيؤثر ذلك على مشاعره وسلوكياته بشكل جيد، أما إذا كان سلبيا سيؤثر على تصرفاته، وقد يكون سبب في ضعف الثقة بالنفس لديه.

4. مقومات الثقة بالنفس

1.4. المقومات الجسمية: إذ زادت لياقة الفرد وصحته زادت ثقته بنفسه، فثمة ترابط وثيق بين الصحة والسلامة الجسدية وبين الثقة بالنفس، فعندما يكون الفرد في أفضل حالاته ترتفع معنوياته، وتعضم قوته، ويكون شعوره اتجاه نفسه بالثقة وتحسن قدرته على التفكير.

2.4. المقومات النفسية: إن أهم المقومات النفسية هو أن يدرب الفرد على تكوين صورة طيبة عن نفسه عند الآخرين وأن يتعرف على نقاط القوة في نفسه ويعترف بما فيها من ضعف وأن يشبع حاجاته الأساسية، لكن هناك عنصرا أساسيا يفوق هذا كله أهمية، هو احترام المرء لنفسه كفرد، فهذا الاحترام هو أساس كل ثقة بالنفس (باي وبوملاح، 2018، ص 106-107).

2.4. المقومات العقلية: ويقصد بها قوة الذاكرة، استعداد الفرد للتعلم، واكتساب الخبرات الجديدة التي تمكنه من حل المشكلات التي قد تواجهه وتصادفه في الحياة، والاستفادة من الفرص المتاحة التي تساعد في طلب العلم والمعرفة وكل ما يعود عليه بالفائدة مع توجيه الطاقات المبذولة، التوجيه الصحيح بحيث لا يكون هناك جهد مبذول دون أن يصيب هدفا، أو يعم بالفائدة ليحقق أكبر قدر ممكن من الانتاجية في يسر وسهولة، جميعا تساعده على بناء ثقته بنفسه (داود، 2015، ص 120).

3.4. المقومات الاجتماعية: لا يمكن للإنسان أن يعيش بمعزل عن المجتمع، وإذا ما أحس أن المجتمع يرفضه ولا يرغب تواجده فإنه سيفقد الثقة بنفسه وبمن حوله، ويتأثر الفرد بالمجتمع من حوله منذ لحظة ميلاده، ويحس بمدى تقبل أسرته له، فيبدأ ببناء صورة عن نفسه إما بالقبول أو الرفض.

5.6. المقومات الاقتصادية: توجد علاقة طردية بين دخل الفرد وثقته بنفسه، فكلما زاد دخل الفرد وأصبح قادرا على تلبية احتياجاته وتحقيق رغباته فإن ثقته بنفسه ستزيد (العثري، 2012، ص 11).

الثقة بالنفس تقوم على عدة مقومات أساسية منها: المقومات الجسمية، النفسية، العقلية، الاجتماعية والاقتصادية.

5. مظاهر الثقة بالنفس:

لثقة بالنفس مظاهر وعلامات نستطيع من خلالها تمييز الشخص الواثق من نفسه نذكر منها:

- القدرة على التوافق مع الظروف.
- القدرة على اتخاذ القرارات وتنفيذ الحلول.
- تقبل الذات والشعور بالرضا عن الأحوال الشخصية.
- الشعور بالأمن عند مواجهة الكبار والتعامل معهم.
- الترحيب بالخبرات والعلاقات الجديدة.
- الاتزان الانفعالي، والتفكير بطريقة إيجابية.
- الشعور بالكفاية.
- الشعور بالطمأنينة (بلال، 2014، ص 62-63).

إذن الثقة بالنفس تتجلى في عدة مظاهر واضحة في سلوك الفرد وتعامله مع الآخرين ومن أبرز هذه المظاهر القدرة على اتخاذ القرارات دون تردد، التعامل مع التحديات بهدوء، كذلك عدم التردد في تجربة أشياء جديدة أو تحمل المسؤوليات.

6. أسباب فقدان الثقة بالنفس:

ومن أسباب انعدام الثقة بالنفس نذكر ما يلي:

-الشعور بالنقص: إنه الإحساس الداخلي الذي يملك الانسان ويشعره بالقصور والنقص إزاء الآخرين فيفقد ثقته بنفسه تماماً.

-التركيز على الآخرين: أن يربط الانسان حياته بالآخرين فهو بذلك يتخلى عن الاستقلالية، والتخلي عن الاستقلالية يعني فقدان الثقة بالنفس.

-الغرق في المثالية: أحيانا يتطلع الفرد إلى تأدية المهام المطلوبة منه على أكمل وجه وبأعلى درجة من المثالية، وعندما يفشل في تحقيق هذا المستوى من المثالية يصاب بالإحباط وفي النهاية فقدان الثقة بالنفس (أحمد علي، 2016، ص. 257).

-تعرض الفرد لمواقف محبطة أكثر من مرة وتعرضه للفشل وكذلك تعرضه للانتقاد المتكرر مع الابتعاد عن التحفيز والتشجيع.

-تعرض الفرد في طفولته إلى اعتداء جنسي أو جسدي شديد مما يفقده ثقته بنفسه وبالآخرين من حوله.

-الاختلاف والاعاقة والتي قد تؤدي بالفرد إلى الانسحاب كالانطواء والعزلة (مصطفى رجب علي، 2009، ص. 36-37).

-الفقر والحرمان.

-عدم الشعور بالأهمية والإهمال.

-عدم التعرف على قدرات النفس وانخفاض تقدير الذات.

-التعرض للعقاب النفسي أو البدني حيث يعزز العقاب الشعور بالذل والانكسار (وادي، 2021، ص. 535).

ومنه يتضح أن انعدام الثقة بالنفس ينتج عن عدة أسباب منها التعرض للنقد المستمر، الصدمات التي يتعرض لها الفرد في مرحلة الطفولة، الإهمال، التأثر بآراء الآخرين.

خلاصة الفصل:

خلاصة هذا الفصل تؤكد أن الثقة بالنفس هي مفتاح النجاح في الحياة، فهي تمنح الفرد القدرة على اتخاذ القرارات بثقة وتساعد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين. وتعني أيضا إدراك الشخص لقيمته وقدراته تظهر في السلوك الوائق، والقدرة على التعبير عن الرأي دون تردد، والتفاعل الإيجابي مع الآخرين. وتعتمد على مقومات أساسية منها الجسمية، النفسية، العقلية، الاجتماعية والاقتصادية هذه الأخيرة تعمل على تقويتها.

الفصل الثاني: التوجه نحو الحياة

تمهيد

1. مفهوم التوجه نحو الحياة

2. التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المفاهيم

3. النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة

4. أبعاد التوجه نحو الحياة

5. مظاهر التوجه نحو الحياة

6. مصادر التوجه نحو الحياة

7. معوقات التوجه نحو الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد موضوع التوجه نحو الحياة من المواضيع الجد هامة خاصة في مجال علم النفس الايجابي لما له من أهمية وتأثير بالغ على سلوك الأفراد وحالتهم النفسية، فنظرة الفرد تجاه مستقبله تأخذ طابع ايجابي إذا توفرت فيه سمات تحمل المعنى الايجابي للحياة وطابع سلبي إذا كانت نظرتة تشاؤمية ومحدودة. وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم التوجه نحو الحياة والمفاهيم المرتبطة به مع ذكر النظريات المفسرة له والتعرف على أبرز الأبعاد والمظاهر وكذلك المصادر والمعوقات التي تواجه حياة الفرد.

1. مفهوم التوجه نحو الحياة :

تعددت التعريفات حول هذا المفهوم وهي كالتالي:

يعرفه الأنصاري نقلا عن "شاير وكارفر" بأنه النزعة أو الميل نحو التفاؤل أو التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة وهي سمة مرتبطة ارتباطا عاليا بالصحة النفسية الجيدة(بالأكحل وآخرون، 2021، ص.586).

ويعرف التوجه نحو الحياة أيضا " هو التوقعات التي يحملها الفرد لأحداث حياته المستقبلية والتي قد تأخذ مسارا ايجابيا أو سلبيا(على منصور، 2022، ص.110).

ويعرفها سيد علي بأنها: سمة في الشخصية توسم بأنها رؤية ذاتية ايجابية واستعداد كامن لدى الفرد غير محدودة بشروط معينة، يمكنه من التوقع وإدراك كل ما هو ايجابي من أمور الحياة(قرارة وبقة، 2019، ص.45).

كما يعرفه الحنفي: هو اتجاه نحو طريق ومختلف أحداثها التي تساعد الفرد وتجعله لا يرى إلا ما هو ايجابي وهذا ما يمكنه من التكيف مع عالمه الخارجي وبيئته ويرى الفرد أنه سيحقق اهدافه وينتصر في النهاية(حسين، 2019، ص.11).

ويعرف التوجه نحو الحياة أيضا بأنه الميل إلى تبني وجهة نظر يصحبها الأمل والتفكير الايجابي بأن كل شيء سيكون أفضل ومن ثم توقع أفضل النتائج الممكنة(عبد السميع، 2024، ص.50).

تجمع التعريفات على أن التوجه نحو الحياة هو نزعة تفاؤلية تدفع الفرد لتوقع أحداث إيجابية، مما يعزز تكيفه وصحته النفسية. كما يُنظر إليه كسمة شخصية قد تتأثر بالبيئة والتجارب الحياتية، مما يجعلها قابلة للتعزيز أو التراجع.

2. التوجه نحو الحياة:

1.2.التفاؤل: يرى "غليك مان" أن المتفائلين يشعرون بالثقة وتأكيد الذات والتفكير البناء ويركزون على الجانب المشرق والايجابي من الأمور في تقييمهم لموقف معين. وتقييمهم لأنفسهم على أنهم أناس خيرون محبوبون منتجون ويستحقون أفضل ما تقدمه الحياة من فرص يؤمنون بأن كل عمل سيقومون به سيكون له مردود جيد عليهم ،أما بالنسبة للأشخاص العاديين فهم يفكرون بشكل متشائم ما يجعلهم في حيرة من أمرهم ويدفعهم إلى الشعور بعدم الطمأنينة والرضا عن النفس وعن الآخرين(سعدات، 2016، ص.52).

2.2.السعادة: تعرف بأنها سمة من سمات الشخصية تتميز أصحابها بالنشاط والحيوية ولديهم القدرة على الاستمتاع و يتمتعون بالوقت وينظرونهم الإيجابية للحياة وللمستقبل(بسعود وذباح، 2023، ص.42).

3.2. الأمل: يعرفه سنايدر على أنه حالة من الحافز الايجابي القائم على عملية تفاعلية مبنية على الاحساس بالنجاح ويشمل مكونين هما المقدرة (الطاقة) الموجهة للهدف والسبل (المسارات) لتحقيق هذه الأهداف.

4.2. الرضا عن الحياة: يشير هذا المفهوم إلى كيفية تقييم الناس لحياتهم وذواتهم بناء على التقييم المعرفي والعاطفي لكيفية شعورهم تجاه حياتهم أو وجودهم نفسه (بارك وآخرون، 2021، ص.15).

توجد العديد من المفاهيم المرتبطة بالتوجه نحو الحياة كالتفاؤل و السعادة والأمل والرضا عن الحياة فكلها تحمل معنى وطابع ايجابي وهو تمتع الفرد بصحة نفسية جيدة من خلال توجهه نحو الحياة بنظرة مفعمة وطاقة ايجابية تبعث السلام والأمان وتحقق الغايات والطموحات.

3. النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة :

1.3. نظرية التحليل النفسي :

يرى اصحاب هذا التوجه ومن ابرزهم سيغموند فرويد أن التوجه الإيجابي قاعدة عامة للحياة، ويعتقد أن الشخص يكون ذا توجه إيجابي مالم يقع في حياته حدث يسبب له عقدة نفسية، والفرد قد يكون ذو توجه إيجابيا نحو الحياة أو متفائلا جدا إزاء أحد المواضيع أو المواقف فتقع له حادثة مفاجئة وتجعله ذا توجه سلبي نحو الحياة متشائما جدا من الموضوع ذاته. كما يرى أن منشأ التوجه نحو الحياة يرجع إلى مرحلة الفمية من الحياة بوصفه سمة أو نمط شخصي الذي يكون ناتج عن عملية التثبيت فيه نتيجة التدليل في الإشباع الفمي أثناء رضاعته، ويرى كذلك فرويد أن القواعد الأساسية لنظريته تتمثل في مكونات ثلاثة للشخصية التي تمثل شخصية الإنسان وحين تعمل متعاونة تيسر لصاحبها سبل التفاعل مع البيئة على نحو مرضي بحيث يتم إشباع حاجاته الأساسية ورغباته، أما إذا تنافرت، وتشاحت هذه المكونات ساء توافق الفرد وقل رضاه عن نفسه وعن العالم ونقصت كفايته، إن هذه الأنظمة الفرعية لها أهمية في تحديد السلوك، ويتحدد السلوك البشري على أساس ما اسفر عنه عملية الصراع بين هذه الأنظمة الثلاثة لمطالب الهو ورغباتها تكون في صراع مستمر مع مطالب الأنا العليا بسبب أن الهو يسعى باستمرار إلى إشباع رغباته بما فيها الرغبات غير المقبولة، مما يؤدي إلى مواجهة مطالب الأنا العليا التي تكون في العادة مطالب تنطوي على قيم المجتمع الأخلاقية لأن الأنا تمثل مطالب الواقع التي تتدخل في عملية الصراع التي يقصد بها التوافق بينهما (قرقرور وآخرون، 2023، ص.19).

2.3. نظرية شاير وكارفر :

يشير كل من شاير وكارفر أن الأساس النظري حول نظريتهما في التوجه نحو الحياة هو ضبط السلوك للذات أو التنظيم في ربطها بالتوقعات المستقبلية لدى الفرد في الأحداث أو عواقب الأمور. ويشير كل منهما إلى وجود ارتباط بين التوجه الإيجابي نحو الحياة والمحاولات النشطة من أجل التغلب على ضغوط الحياة والأساليب الواقعة عليه التي تركز على المشكلات، فعندما يواجه الفرد مشكلات الحياة، يؤدي إلى التوجه السلبي نحو الحياة ويوظف استراتيجيات معينة لتغلب على المحن والصعوبات، ويؤدي إلى نوعين من السلوك إما مواصلة الحياة والكفاح والنضال أو الابتعاد والاستسلام. ويفترض شاير وكارفر أن التوجه نحو الحياة ذا نزعة منظمة تساعد الإنسان في تكوين توقعاته المستقبلية والمهمة، و النتائج إما تكون جيدة أو غير جيدة في مجالات حياة الفرد وبالتالي ركز كل من شاير وكارفر حول ضبط السلوك لذات وربطها بالتوقعات السلبية والإيجابية، كما أشارت النظرية إلى وجود ارتباط بين التوجه نحو الحياة والتفاؤل والتشاؤم في توقعات الأفراد لأهداف المستقبل أو لعواقب الأمور (قرقرور وآخرون، 2023، ص.20).

3.3 نظرية الربح النفسي:

لقد ركزت هذه النظرية على ما يمكن تسميته بـ "الربح النفسي" **psychic profit Theory** حيث قدم هومانز Homans تلك النظرية ليبين كيف يحدث التفاعل الاجتماعي . كما يفسر التبادلات الاجتماعية التي تحدث وجهاً لوجه بين شخصين، أن الناس يتبعون مبدأ اللذة أي أنهم يبحثون عن زيادة متعهم وإنقاص ألامهم بأن ينشدوا العلاقات التي تزيد تكاليفها عن مكافآتها، ومن المفاهيم الأساسية في هذه النظرية مفهوما "العائد والتكلفة" هذه الأخيرة تتضمن الجهد الذي يبذله الفرد للوصول إلى مراده، أما العائد فهو الناتج عن التكلفة، وقد يكون هذا العائد مرغوباً (ثواباً) وقد يكون غير مرغوب (عقاباً). ولهذا فإن أي فرد له أهداف معينة يسعى لتحقيقها من خلال المرور بخبرات معينة وفي سبيل ذلك فإنه يتحمل بعض الأمور، والتي تعتبر تكلفة لما سيحصل عليه فيما بعد (العائد) وعندما يحصل عليه فإن كان مرغوباً فإنه سيكرر ذلك السلوك وتلك التكلفة مرة أخرى ليحصل على مثل ذلك العائد، عكس إذا كان العائد غير مرغوب، فإنه سيتجنب مثل ذلك السلوك وتلك التكلفة مرة أخرى كي يتجنب مثل ذلك العائد (جبار علي، 2013، ص.26).

4.3 نظرية سوبر:

يؤكد سوبر في نظريته على أن الفرد عندما يحاول الجمع بين أكثر من دور في الحياة مثل دوره في الأسرة أو دوره كفرد عامل في المجتمع، أو دوره كصديق يمكن أن يتسبب في خلق شعور بالرضا وبالقلق والتوتر في آن واحد، ويتوقع ذلك على مدى شعوره بأهمية كل دور من هذه الأدوار ومركزيتها في حياته.

يقول سوبر أن دراسة أهمية العمل في حياة الإنسان وحدها عن باقي الحياة هي عملية غير كافية على الإطلاق لتفسير معنى العمل في حياة الإنسان، وعلى العكس من ذلك، ينبغي علينا أن نختبر أهمية دور الإنسان في العمل داخل سياق الحياة كلها بجميع جوانبها ، كما اوضحت نظرية سوبر بأن الأفراد الذين يمتلكون درجة قوية مثل دورهم في العمل، وفي الزواج، وفي الحياة العائلية لديهم درجات عالية من الشعور بالرضا عن الحياة أكثر من الآخرين الذين يركزون في حياتهم على دور واحد فقط يمنحونه الأهمية التي ينبغي توزيعها على الأدوار الأخرى (حرموش وصباح، 2018، ص.29).

لقد ركزت كل نظرية من هذه النظريات على أساس نظري معين حول التوجه نحو الحياة ، فنرى بأن التحليل النفسي ركز على قاعدة مفادها أن الشخص يكون ذو توجهها ايجابيا أو سلبيا حسب المواقف التي تواجهه في الحياة ، أما نظرية شاير وكارفر فركزت على ضبط السلوك الذات وربطها بالتوقعات السلبية والايجابية نحو الحياة. في حين نجد نظرية الربح النفسي ترى أن الناس يتبعون مبدأ اللذة أي أنهم ينشدوا العلاقات التي تزيد تكاليفها عن مكافآتها. واخيرا نظرية سوبر توضح أن الأفراد الذين يلعبون دورا قوي في مختلف أدوار الحياة يكون لديهم درجات عالية من التوجه نحو الحياة والرضا عنها عكس الذين يركزون فقط على دور واحد.

4. أبعاد التوجه نحو الحياة:

تشير منظمة الصحة العالمية نقلا عن بسعود وذباح (2023) أن مفهوم التوجه نحو الحياة يتكون من عدة أبعاد: الحالة النفسية والانفعالية، الرضا عن العمل الرضا عن الحياة، المعتقدات الدينية، التفاعل الأسري، وهذا يتوجه الفرد نحو الحياة ككل إنسان وبكل طاقة ايجابية ويرى أن دوره من خلال الإدراك الذاتي للفرد عن حالته العقلية وصحته الجسمية وقدرته الوظيفية، ومدى فهمه للأعراض التي تعتره. حيث تم تحديد ثمانية أبعاد عامة تؤدي إلى إمكانية تقييم التوجه نحو الحياة لكل إنسان، ويرى أن دورة الحياة والخبرات المتباينة التي تتعرض لها في كل مرحلة من

مراحل حياتنا تلعب دور شديد الأهمية في واقع الأمر ثباتاً أو تغييراً لرؤيتنا حول توجهنا نحو الحياة، وأنه لا يوجد لهذه الأبعاد تنظيم هرمي محدد كان أم ثابتاً. بل ينظم كل فرد هذه الأبعاد في بناء هرمي خاص وفق أولوياته ورؤيته الذاتية، لأهمية كل قيمة بالنسبة لتوجههم نحو الحياة. ومع ذلك يمكن القول بأن ترتيب هذه الأبعاد حسب أولوياتها يعتمد على الثقافة التي يعيش في إطارها هذا الفرد وهذه الأبعاد هي:

-الشعور بالتوافق النفسي.

-الشعور بالسلامة والأمن.

-الشعور بالقيمة والجدارة الشخصية والاجتماعية.

-المشاركة الاجتماعية.

-الرضا والسعادة الداخلية.

-الإحساس بالانتماء إلى الآخرين.

-أنشطة الحياة اليومية الهادفة وذات المعنى.

-السلامة البدنية والتكامل البدني العام (يسعود وذباح، 2023، ص.47).

هذه الأبعاد كالشعور بالتوافق النفسي والأمن والرضا والسعادة الداخلية الإحساس بالانتماء والسلامة البدنية... حسب منظمة الصحة العالمية ليس لها تنظيم محدد ولا ثابتاً بل يكون تنظيمها خاص وفق أولويات الفرد وحسب الثقافة التي يعيش فيها.

5. مظاهر التوجه نحو الحياة:

تتعدد مظاهر التوجه نحو الحياة وقد لخصها حسن عبد المعطي في 5 مظاهر رئيسية هي:

1.5. المظهر الأول: العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال وتتمثل في الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لمواطنيه، وحاجات الفرد الصحية والتعليمية، والزوجية، والاجتماعية التي تساعد على حسن الحال.

2.5. المظهر الثاني: إشباع الحاجات والرضا عن الحياة وهي أحد المؤشرات الموضوعية للتوجه نحو الحياة، فتمكن الفرد من إشباع حاجاته الأولية والثانوية، فيزيد توجهه نحو الحياة، لشعوره بالرضا عن الحياة.

3.5. المظهر الثالث: إدراك الفرد القوى والمتضمنات الحياتية تزيد من إحساسه بمعنى الحياة و لكي يعيش الفرد حياة جيدة عليه استخدام قدراته وطاقته الكامنة، وأنشطته وابتكاراته للقيام بتنمية العلاقات الاجتماعية، وأن ينشغل بالمشروعات الهادفة، وأن يخطط جيداً للوقت.

4.5. المظهر الرابع: الصحة وإحساس الفرد بالسعادة أي أن أداء خلايا الجسم وظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة جيدة وسليمة، فيشعر الفرد بالرضا وتحقيق الذات والشعور بالبهجة.

5.5. المظهر الخامس: جودة الحياة الوجودية: وهي الأكثر عمقا في النفس وشعور الفرد بوجوده وقيمه (البلاوي و الحلواتي، 2020، ص.12-13).

مما سبق ذكره حول مظاهر التوجه نحو الحياة تبين أنها تساعد بشكل كبير الفرد على التأقلم والتكيف مع واقعه وتحقيق حاجاته المختلفة والتمتع بصحة نفسية وجسدية.

6. مصادر التوجه نحو الحياة :

إن التوجه نحو الحياة يتحقق من خلال المصادر التالية :

- 1.6. المصادر الإبداعية: وتشمل كل ما يستطيع الفرد إنجازه، فقد يكون ذلك الإنجاز عملاً فنياً واكتشافاً علمياً.
 - 2.6. المصادر الخبراتية: وتتضمن كل ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان من خبرات حسية ومعنوية، وخاصة ما يمكن أن يحصل عليه من خلال الاستمتاع بالجمال، أو محاولات البحث عن الحقيقة أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب أو الصداقة.
 - 3.6. المصادر الاتجاهية: وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء معاناته التي لا يمكن أن يتجنبها كالمقدر أو الممرض أو الموت. فالتوجه نحو الحياة يتحقق من خلال فهم الفرد لمصادر معنى حياته وهو ما يتخذه الإنسان حيال مواقف الألم والمعاناة التي لا يمكنه تجنبها في رحلته مع الحياة (سعدات، 2016، ص.48).
- ويضيف كل من سليمان وفوزي أن المسعى الرئيسي و الوحيد للإنسان هو تحقيق معنى لحياته، فالإنسان لا يسعى فقط ليشبع غرائزه أو لهيئته أفضل الظروف الاجتماعية ليعيشها ، لأن هذا وحده يسعده ولا يرضيه، ولكنه يسعى ويهتم لأن يكون هناك معنى ومغزى لحياته وهدف وقيمة يتوجه إليها، حتى يشعر بأن الحياة بكل ما تحمله من مشقة ومعاناة تستحق أن تعاش.
- ويشير الأنصاري إلى أن معنى الحياة لدى الفرد هو الذي يجعل من السعي وتحمل المشقة شيئاً يرفع من قيمة الحياة ويجعلها تستحق أن تعاش، وهذا يعني أن الإيمان بمعنى الحياة يمد الفرد بالقدرة على العطاء والتسامي على الذات، ومن هنا يكون إدراك قيمة الحياة. و للدين الإسلامي دور كبير في كونه المصدر الأكثر حثاً على التوجه نحو الحياة، وهذا ما يؤكد عليه قوله تعالى: بعد بسم الله الرحمن الرحيم {وَابْتَغِ فِيمَا ءَاتَاكَ اللَّهُ النَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ} (القصص : 77). صدق الله العظيم
- لذلك يركز على التمتع بما في الحياة من خيرات ونعم، وما يؤكد ذلك قوله تعالى: بعد بسم الله الرحمن الرحيم {قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ، وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نَفْصِلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ} (الاعراف: 32) صدق الله العظيم
- وقد حث صلى الله عليه وسلم على الاهتمام بالحاجات الأساسية لبقاء الفرد في هذه الحياة، وقال رسول الله (صلى الله عليه وسلم) شارحاً هذا الاتجاه الإسلامي، وأسلوب الرسالة الواقعي في تحقيق الموازنة الكاملة بين ضرورات الحياة الإنسانية أن لأنفسكم عليكم حقاً، فصوموا، وافطروا، وقوموا، وناموا، فإني أقوم وأنام، وأصوم، وأفطر، وأكل اللحم، والدسم وآتي النساء، ومن رغب عن سنتي فليس مني (سعدات، 2016، ص.49).
- اذن فالتوجه نحو الحياة يتحقق من خلال عدة مصادر منها الإبداعية الخبراتية، الاتجاهية، اضافة للدين الاسلامي الذي يلعب دورا كبيرا في كونه المصدر الأكثر حثاً على التوجه نحو الحياة ، فهذه الأخيرة تتحقق من خلال فهم الفرد لهذه المصادر التي تعطي معنى لحياته.

7. معوقات التوجه نحو الحياة:

1.7. القلق الاجتماعي: ويعد القلق محوراً أساسياً من محاور الدراسات النفسية على وجه العموم، والصحة النفسية على وجه الخصوص، وقد اكتسب موضوع القلق أهمية كبيرة، لأن الإنسان بطبيعته يخاف من المجهول ويتطلع إلى المستقبل، ويتجه إلى كل ما يحقق له أهدافه المستقبلية، ويعد القلق الاجتماعي من أكثر أنواع القلق شيوعاً وانتشاراً بين الأشخاص العاديين.

2.7. الاحباط: فالإحباط تجاه المواقف المؤلمة في الحياة قد يؤدي إلى كبت الرغبات، وقد يصدر عنه بعض السلوكيات العدوانية التي تعيق التوجه نحو الحياة.

3.7. التشاؤم: يميل الشخص المتشائم بالتفكير سلباً بنفسه وبالآخرين وبالظروف، فهو يعتمد على الأخطاء والمعوقات ووجهات النظر الهدامة، وعادة ما يكون موضع انتقاد من الآخرين، ويشعر بالقلق والاكتئاب، ولوم الذات ويتدمر باستمرار وينتقد ويستخدم عبارات مثل (لا أستطيع، لا أرغب في تعامله مع الآخرين، وهو يتصرف بلا عقلانية ويوجه غضبه الأشخاص لا علاقة لهم بمسببات غضبه. إن التفكير التشاؤمي يمكن أن يكون هداماً وغالباً ما يخسر حامله أفكاراً مفيدة وفرصاً للنجاح، وهم يسألون باستمرار عن أسباب عدم حدوث أشياء جيدة لهم، يتوقعون الفشل قبل القيام بأي عمل ويستخدمون فشلهم ذريعة لتأكيد تفكيرهم التشاؤمي وينظرون للحياة على أنها سلسلة من المشاكل يركزون على ما لا يمتلكونه ويشعرون بالتعاسة (قرقور وآخرون، 2023، ص.23).

4.7. قلق المستقبل أو صدمة المستقبل: يشير مولين إلى أن المستقبل بعد أن كان مصدراً لبلوغ الأهداف وتحقيق الآمال قد يصبح عند بعض الأفراد مصدراً للخوف أو الرعب حيث الفرد السوي يرسم لنفسه أهدافاً محددة تحدد نسق طموحاته المستقبلية والتنبؤ بالأحداث المستقبلية حساس للتأقلم.

5.7. المعاصي والذنوب: وتتمثل بالشرك بالله، ترك العبادات السركة، الكذب، سوء الظن، وأكل الحرام وفعل المحرمات مثل الزنا (سعدت، 2016، ص.51).

التوجه نحو الحياة قد تعرقله بعض المعوقات من قلق واحباط وتشاؤم وقلق وصدمة المستقبل وكذا المعاصي والذنوب مما تأثر سلباً على الفرد وعلى حياته بصفة عامة والتغلب عليها يتطلب وعياً ذاتياً وإرادة قوية وتطوير الذات باستمرار.

خلاصة الفصل:

التوجه نحو الحياة يساعد الأفراد ويجعلهم أكثر قدرة على تحقيق ذواتهم والوصول إلى ما هو أفضل بحيث يسلك كل فرد سبله ويكون له دور فعال وسط المجتمع كما أن توقعاته وطريقة تفكيره بإيجابية في الحياة ينعكس على صحته النفسية مما يولد له حافز في مواجه الصعوبات والاقبال عليها بهمة ومثابرة ورغبة ، وبهذا تزيد نسبة الثقة لديه وتقل الاضطرابات النفسية. وهذا ما تطرقنا إليه في هذا الفصل بالإضافة إلى مختلف المفاهيم المرتبطة بتوجه نحو الحياة والنظريات التي فسرتها كل منها على حدى وكذلك إلى المظاهر والمصادر ومختلف الأبعاد التي اعتمدها الفرد لكي يسلك توجه ايجابي نحو الحياة ، وأخيرا المعوقات التي تعيق تقدم الإنسان وتجعله في حيز ودوامة من التفكير السلبي وتمنعه من التقدم.

الفصل الثالث: الشباب الجامعي

تمهيد

1. تعريف الشباب الجامعي

2. أنماط الشباب الجامعي

3. خصائص الشباب الجامعي

4. وظائف الشباب الجامعي

5. احتياجات الشباب الجامعي

6. الصحة النفسية للشباب الجامعي

7. مشاكل الشباب الجامعي

خلاصة الفصل

تمهيد:

أثناء المسيرة الدراسية يمر الفرد بمراحل تعليمية متناسبة مع عمره الزمني، فتبدأ من مرحلة التعليم الابتدائي وتليها المتوسط ثم الثانوي وبعدها مرحلة التعليم العالي، والتي تعرف بمرحلة التعليم الجامعي، يدرس فيها فئة معينة من الطلبة الجامعيين كل حسب تخصصه وتوجهه الذي اختاره. ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى تعريف الشباب الجامعي، وأنماطه، وخصائصه، وظائفه، واحتياجاته، ومصادره، ومشكلاته.

1. تعريف الشباب الجامعي:

هو الشخص الذي سمح له مستواه العلمي بالانتقال من المرحلة الثانوية بشقيها العام والتقني إلى الجامعة بهدف تطوير قدراته واستعداداته الشخصية من جميع جوانبه جسما وعقلا وفكرا وخلقاً والوصول إلى مستوى يؤهله لأن يخدم مجتمعه (قراندي، 2018، ص. 47).

ونجد ان الشباب الجامعي ينطبق عليه ما ينطبق على الشريحة الشبابية عموماً من خصائص إلا ان ثمة خصائص قد يتفرد بها الشباب الجامعي باعتبارهم ينتمون لنسق تعليمي معين يتهيؤون لشغل مكانة اجتماعية معينة تفرض عليهم إدراك أكبر لمختلف ما يحدث من مجتمع. ويعد شباب الجامعة عنصر أساسي في العملية التعليمية إلى جانب الأساتذة والإدارة حيث يجتمعون على تحقيق الأهداف المسطرة في الجامعة (شبايكي وطرشان، 2020، ص. 72).

ومنه فالشباب الجامعي، هو ذلك الفرد الذي اجتاز مرحلة التعليم الابتدائي، والمتوسط والثانوي وتأهل الى مرحلة التعليم العالي واختار تخصص الذي يناسبه ويناسب تحصيله، أين نجد هناك فرق في وعي الفرد في هذه المرحلة عن المراحل الدراسية الأخرى فيشعر ان تفكيره وسلوكياته تغيرت وأصبح ناضجاً.

2. أنماط الشباب الجامعي:

تضم مرحلة التعليم العالي مجموعة من الشباب كل منهم يتميز عن الآخر في سلوكياته وصفاته وشخصيته لذا سنتعرف هنا على أنماط الشباب الجامعي:

ذكر "حسن زيتون" أنماطاً يمكن إيجازها في ما يلي:

المنضبطون: وهم طلبة يأخذون ما يقدمه الأستاذ باهتمام، ويتابعون أهدافهم بدرجة مماثلة، مرتاحون لعمل ما يطلب منهم في سكون وهدوء، يحبون الانضباط.

المبادرون: وهم طلبة يمتازون عن غيرهم بالمبادرة والإتيان بالجديد وقد يكون ذلك فرديا أو جماعيا، ومعظمهم يمتازون بالانبساطية والروح الجماعية.

المتقلبون: وقد يطلق عليهم أيضا "المزاجيين"، وهم طلبة غير ثابتين انفعاليا، ومتقلبون إلى حد كبير بين الفرح والحزن، يتأثرون بأبسط الانتقادات والملاحظات.

القلقون: هم طلبة يتميزون بدرجة عالية من الاتكالية، ولديهم قلق زائد حول علامات الاختبارات يتوقعون أسئلة تعجيزية، وظلما من طرف الأساتذة في تقييمهم.

الباحثون: هم طلبة يستأنسون بالآخرين في القاعة شغوفون بالمناقشة، يحبون الكلام والثروة، قادرون على العمل الجيد، ويسهل تأثير الآخرين فيهم.

الموهوبون: وهم طلبة ذو قدرات أكاديمية غير عادية، أذكاء جدا، موهوبون ومعرضون للملل جراء شرح قضايا يرونها بديهية وبسيطة، وربما فقدوا الشعور باللذة التعليمية إذا لم يجدوا من يتحدى فكرهم وقدراتهم.

المتبسطون: هم طلبة يطلقون تعليقات تدل عن اتجاه تشاؤمي نحو تعلمهم ولا يجدون متعة في التعلم غالبا.

العدوانيون: وهم طلبة يحملون نوعا من العداء الظاهر، يحبون المناقشة، والجدال ومزعجون أحيانا، وقد يتغيبون في الحصص، وربما يعمدون لاستفزاز الأستاذ بسلوكهم وتصرفاتهم.

الإنسحابيون: وهم طلبة قل ما يتكلمون في الحصص، حتى وإن تم استفزازهم أحيانا بسؤال فإن ردة فعلهم الظاهرة هي الصمت، يميلون إلى الانطواء، والجلوس نهاية القاعة (مزاررة وشعباني، 2016، ص ص 68-69).

إن شباب الجامعة يمتازون بشخصيات تجعلهم يتفردون عن غيرهم، فنجد كل فئة من الطلاب تتميز عن غيرها، لذا يمكن تصنيفهم لمجموعة من الأنماط المبادرون، المتقلبون والباحثون والمتقلبون والعدوانيون والمتبسطون والمنضبطين والقلقون والموهوبون والإنسحابيون.

3. خصائص الشباب الجامعي:

حتى يكون للشباب الجامعي دور في مرحلة التعليم يلزم عليه ان يتميز بمجموعة من الخصائص التي سنوضحها في مايلي:

1.3. الخصائص الجسمية:

تشتمل هذه الخصائص على مظهرين من مظاهر النمو: النمو الفيزيولوجي أو التشريحي أي نمو الأجهزة الداخلية التي يتعرض لها الطالب أثناء البلوغ وما بعده ويشمل بوجه خاص نضج الغدد الجنسية. والمظهر الثاني هو النمو العضوي المتمثل في نمو الأبعاد الخارجية للطلاب كالطول والوزن والعرض وتغير في ملامح الوجه وغيرها.

2.3. الخصائص العقلية:

يساعد الجانب العقلي من الشخصية الطالب على التمايز الصحيح مع طبيعته المتغيرة والمعقدة بالموهب والقدرات، حيث يشمل الذكاء الذي هو القدرة العامة كما يعرفها بعض العلماء بالإضافة إلى الإدراك، الانتباه، التفكير، الذاكرة، التخيل، التصور.

3.3. الخصائص الاجتماعية:

إن الخصائص الاجتماعية للطالب هي تفاعل خصائصه الجسمية العقلية والنفسية مع مؤشرات البيئة التي يعيش فيها والتي تؤثر في سلوكه الاجتماعي. ويُعدّ نمو السلوك الاجتماعي عاملاً مهماً في سعي الطالب لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، فكلما حظي بالاحترام والتقدير من زملائه، ازداد شعوره بالسعادة والرضا النفسي. ويؤدي هذا التقدير إلى تعزيز حالته النفسية والاجتماعية، مما يساهم في بناء علاقات إيجابية قائمة على الاحترام والتفاهم المتبادل مع الآخرين.

4.3. الخصائص النفسية:

إن الحديث عن الصحة النفسية للطالب الجامعي كخاصية تميزه لا تنحصر في مفهوم ضيق وهو السلامة من المرض النفسي او الاضطراب السلوكي، بل يتعداه الى أبعاد ومعاني أوسع وأشمل وهي مقدار نجاح الفرد في توافقه الداخلي بين دوافعه المختلفة، وفي توافقه الخارجي وفي علاقته مع بيئته بما فيها من أشخاص وموضوعات، بمعنى أدق الصحة النفسية هي رضا الفرد عن نفسه وقبوله لها، وتقبله للآخر واعتدال سلوكه رغم التغير الذي يصادفه وتأثير الظروف المحيطة به (صدام ورفاع، 2014، ص ص. 47، 48).

يُظهر الطالب الجامعي جملة من الخصائص الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية التي تميزه عن المرحلة السابقة لدخوله الجامعة. وتعزى هذه التغيرات إلى عوامل متعددة، من أبرزها نضج العمليات العقلية كالقدرة على التفكير النقدي والتحليل المنطقي، إضافة إلى التطور في الصحة النفسية الناتج عن تحمّل المسؤولية والاستقلالية المتزايدة، كما يشهد سلوكه الاجتماعي تغيراً ملحوظاً نتيجة التفاعل مع بيئات جديدة وثقافات مختلفة داخل الحرم الجامعي. ولا تقل التغيرات الفيزيولوجية أهمية، إذ تستمر بعض وظائف الجسم في النضج، ما ينعكس على النشاط البدني ومستوى الطاقة.

4. وظائف الشباب الجامعي:

حتى ينجح الطالب الجامعي في تحقيق ذاته وتكوينها تكويناً سليماً وبناء مستقبله بشكل أفضل عليه ان يقوم بالوظائف التالية:

- المشاركة في الأنشطة الطلابية والنشاطات الثقافية والاجتماعية التي تعقدها الجامعة، وعليه أن يكون عنصرا فاعلا في التكتلات الطلابية التي تهدف إلى الارتقاء بمستوى الطالب ومساعدته وزيادة تفاعله مع قضايا أمتنا والمجتمع المحلي.
- يلزم على الطالب الارتقاء بنفسه والتكوين المتوازن لشخصيته، بحيث لا يطغى جانب على الجوانب الأخرى.
- عدم التفريط في واجباته الجامعية وذلك من خلال حضور المحاضرات والندوات العامة التي تعقدها الجامعة، ومن خلال المشاركة في إعداد الأنشطة التي تعقدها الجامعة للطلاب.
- المساهمة في تحسين الظروف الأكاديمية في الجامعة وحث إدارتها على تحقيق الجودة التعليمية وفق المعايير الدولية.
- الاستفادة من الدورات والورش والمؤتمرات التي تنظمها الجامعة، لتزويد نفسه بالمهارات والخبرات والمعارف التي تساعد على الجمع بين الأصالة والحداثة، وعلى النجاح في وظيفته وخدمة أمتنا واستنهاضها والدفاع عنها(مزرارة وشعباني، 2016، ص.78).

إن الطالب الجامعي أثناء فترة تعلمه في مرحلة التعليم العالي يلزم عليه ان يستفيد ويفيد من خلال قيامه بمجموعة من الوظائف، لذا يجب عليه القيام بدوره داخل الجامعة وأن يؤدي واجبه كحضور المحاضرات والندوات العامة وكذلك أن يتحلى بروح المشاركة بكل أنواعها.

5. احتياجات الشباب الجامعي:

ترتبط احتياجات الطالب الجامعي بخصائص المرحلة العمرية والأوضاع الاجتماعية التي يعيشها، إذ أن لكل مرحلة من مراحل العمر حاجاتها التي تختص بها دون غيرها من المراحل، وبما أن الطالب الجامعي ينتمي إلى مرحلة الشباب، والتي بدورها لها حاجاتها الخاصة بها سنذكر أبرز الحاجات التي يتميز بها الطالب الجامعي:

1.5. الحاجة إلى الاعتقاد:

يولد الإنسان مزودا بتلك الفطرة الراغبة في معرفة كينونة النفس البشرية وأصلها ومركزها في الكون وغاية وجودها ومصيرها، وهي تساؤلات تحير الإنسان والعقيدة التي لها على إعطاء الإجابات على هذه الأسئلة، ولكل إنسان على ظهر الأرض معتقداته مهما بلغت درجة بدايتها أو تحضرها ويستخدم مفهوم العقيدة في أوسع معانيها حيث أن الإنسان لا يحتاج فقط إلى ما يشبع حاجته العضوية والعاطفية وإنما يحتاج إلى ما يرضي مشاعره الدينية ويرقي من قيمة الجمالية، وكلها أمور تتصل بالوجدان و ترتبط بصميم الحياة الروحية، فالدين و العقيدة هما غذاء الروح والعقل ولذلك كان الإنسان كائننا متفلسفا له نظرتة وقيمه وفلسفته في الحياة، وكلها أسلحة يواجه بها الإنسان قدره ويحدد مصيره فيؤكد

ذاته أمام كل ما يهدد وجوده فيصبر عند حدوث البلاء ووقوع الكوارث، ويجد الإنسان في تعاليم دينه التي تفرض بعض القواعد و القيمة الروحية كما يجد كافة الحلول الجاهزة لتلك المشكلات الميتافيزيقية عسيرة الفهم.

2.5. الحاجة للانتماء:

إن الأصل في فطرة الإنسان هو أصل جماعي و ليس أصلاً فردياً، فما يبدو من نوازع فردية لدى الإنسان إنما هو اكتساب حضاري قد تأتي في مراحل تالية للمراحل القبلية أي قبل التاريخ و على هذا الأساس نستطيع القول بأن حاجة الانتماء من الحاجات الأساسية للنمو النفسي والنمو الاجتماعي خاصة في السنوات الأولى من حياة الفرد، وذلك أن في هذه الفترة من فترات النمو يعتمد الطفل كلياً على والديه، إذ يطلب منه العطف والحماية والحب عندما يكبر الفرد يحن إلى ذلك الارتباط الوجداني رغبة منه في الحماية وأن هذا الحنين يبحث الفرد عبره عن الجماعة و المجتمع الكبير الذي ينتهي إليه، وهذا الانتماء يتعدد و يتأرجح بين اليمين واليسار أي قد يكون انتماء لجماعة سياسية أو جماعة ثقافية أو جماعة مهنية، المهم هو أنه يبحث عن ارتباط وجداني الذي يلي الحاجة الفطرية في الفرد.

3.5. الحاجة إلى تأكيد الذات:

وسط آلاف من الطلبة و الأساتذة والإداريين ونتيجة للاحتكاك الاجتماعي فإنه ينمو لدى الطالب ذلك الشعور وتلك الرغبة في تمييز ذاته عن البقية، وإزاء هذه الرغبة الملحة فإنه يتخذ وسائل عديدة لإشباعها، ومنهم من يأخذ المظهر الخارجي كوسيلة لإبراز وجوده هناك من يستخدم العلم والمعرفة والتفوق الدراسي سبيلاً لتأكيد ذاته، وهناك أيضاً من يحاول الإكثار من الحضور إلى المناقشات والحوارات والمجالس التنظيمية و الثقافية لإشباع هذه الرغبة وبقدر ما تكون حدة هذه الرغبة شديدة بقدر ما يكون الفشل في الوصول إليها مصدراً للقلق والتوتر (قراندي، 2017، ص 53-54).

إن الفرد بالتحاقه إلى كل مرحلة من مراحل تعليمية لديه احتياجات ملازمة لكل مرحلة، تساهم في تفوق ونجاح الفرد وتساعد على أداء واجباته ودوره، ومن بين هذه الحاجات الحاجة إلى الانتماء، وكذلك الحاجة إلى الاعتقاد، بالإضافة إلى هذا نجد الحاجة إلى تأكيد ذات.

6. الصحة النفسية للشباب الجامعي:

هناك مؤشرات نستدل بها على سلامة الصحة النفسية للطلاب الجامعي ومن هذه المؤشرات مايلي:

1.6. تقبل الطالب الواقعي لحدود إمكانياته: وهذا يقتضي أن يعترف الطالب بوجود الاختلافات الفردية الواسعة بين الناس في إمكانياتهم وقدراتهم البدنية والذهنية وبأن هناك من هم أعلى منه، ومن هم دونه في تلك القدرات، وبالتالي

ترتبط الصحة النفسية بقدرة الفرد على تحديد موقعه، استبصار مميزاته الخاصة ونقاط ضعفه دون المبالغة أو التهوين من شأن نفسه.

2.6. استمتاع الطالب بعلاقاته الاجتماعية: ن استمتع الطالب الجامعي بعلاقاته الاجتماعية سواء في دائرة أسرته، أو مع أصدقائه أو مع زملائه أو مع الجيران، مؤشر على صحته النفسية، إن عمق هذه العلاقات أو اضمحلالها علامة أخرى على صحته النفسية.

3.6. رضا الطالب عما يقوم به من عمل أو دراسة: قد يشعر الطالب بميل قوي إلى الدراسة، وقد يكون كارها لها ويقوم بها مرغما، وقد يكون رضاه عن دراسته نابعا من الظروف التي تحيط بالدراسة. وعلى كل حال فإن مدى استمتاع الفرد بنجاحه، هو مصدر من مصادر سعادته أو شقائه ومؤشر من المؤشرات على الصحة النفسية للفرد.

4.6. القدرة على تحمل المشاق وتحمل المسؤولية: في سبيل تحقيق الأهداف القريبة والغايات البعيدة، لابد من مواجهة كثير من الصعاب والمعوقات ويتفاوت الأفراد تفاوتاً واسعاً في قدرتهم على ملاحقة أهدافهم، وفي صلابتهم، ومرونتهم إزاء ما يقابلهم من مشاق وتحديات تدل على صلابة الفرد وقدرته على تحمل المشاق وهي دلالة أكيدة على الصحة النفسية لذلك الفرد (بلال، 2013، ص. 90).

إن الصحة النفسية للشباب الجامعي تعبر عن مدى توازنه مع ذاته وكذلك تعبر عن توافقه مع العالم الخارجي المحيط به ويظهر ذلك في تقبل الطالب الواقعي لحدود إمكانيه بالإضافة إلى استمتاع الطالب بعلاقاته الاجتماعية، ورضاه عما يقوم به من دراسة، وكذلك القدرة على تحمل المشاق، وتحمل المسؤولية وكل هذه المؤشرات تدل على الصحة النفسية.

7. مشاكل الشباب الجامعي:

إن المشكلات التي يواجهها الشباب الجامعي تتنوع وتختلف من طالب لآخر ومن مجتمع لآخر، وبناء على هذا نحدد أهم المصادر والمشكلات التي يواجهها الطالب الجامعي في النقاط التالية:

-المصادر الداخلية: وهي التي تنبع من داخل الطالب كطموحه وأهدافه.

-المصادر المادية: كالضغوط وتوفير احتياجات الأسرة من سكن ونفقات وتعليم (البلاوي والحلاوتي، 2020، ص. 9-10).

-طبيعة المرحلة العمرية: نجد الضواغط الشخصية والمتمثلة في بناء شخصية راشدة تطمح لتحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي والاقتصادي، كبناء أسرة وإيجاد وظيفة (التيجاني، 2010، ص. 266).

-الضغوط الاقتصادية: كانهض الإنتاج، البطالة، وعدم العدالة في توزيع الناتج القومي.

-المشكلات المرضية: قد يكون سببها الإصابة بالجروح، أو حادث، أو التعرض للإدمان للمخدرات أو التعرض للأمراض والتشوهات الجسدية(البلاوي والحلواتي، 2020، ص.10).

-المشكلات الاجتماعية: كالتفكك الأسري، الفقر وصراع الأجيال التفاوت الحضاري، اختلاف الاتجاهات كذلك عدم قدرة الطالب على التعامل مع بعض المواقف كالاتصال بالآخرين، مما يؤدي إلى رفض الجماعة.

-المشكلات النفسية: وهي تلك المشكلات التي تتعلق بالنفس وانفعالاتها وقد تنعكس آثارها على الفرد وتسبب له اضطرابات انفعالية، ومن هذه المشكلات عدم القدرة على تحمل المسؤولية، والإهمال، عدم الاستقرار والعصبية، الأحلام المزعجة والكوابيس وضعف العزيمة والإرادة(شراك، 2021، ص ص. 144-145)

يواجه الطالب الجامعي عند انتقاله من مرحلة التعليم الثانوي إلى التعليم العالي العديد من التحديات الناتجة عن تغيرات في شخصيته ومحيطه الخارجي، مما يؤدي إلى ظهور مشكلات متنوعة تؤثر على اتزانه وتوافقه النفسي والاجتماعي وتنوع هذه المشكلات بين مصادر داخلية وخارجية، اجتماعية ونفسية، مادية واقتصادية، بالإضافة إلى تلك المرتبطة بالمرحلة العمرية، ما يستدعي دعماً تربوياً ونفسياً لمساعدته على التكيف والاندماج.

خلاصة الفصل:

في نهاية هذا الفصل يتضح، أن للشباب الجامعي دورًا محوريًا داخل النسق الجامعي، لا يقتصر فقط على تلقي المعرفة، بل يتعداه إلى المشاركة الفاعلة في بناء قاعدة معرفية متينة تمكنه من تطوير ذاته. فالطالب الجامعي يسعى باجتهاد إلى تحصيل العلم والوصول إلى مستويات متقدمة من الفهم والمعرفة، بما يحقق طموحاته وأهدافه الشخصية والأكاديمية. ويساهم هذا السعي في تنمية مهاراته العقلية والنفسية والاجتماعية، كما يعزز من قدرته على التوافق الذاتي والتفاعل الإيجابي مع محيطه. وبهذا يصبح الطالب عنصرًا فاعلًا في بناء مجتمع متطور ومتميز، يلهم الأجيال القادمة ويساهم في تقدم الأمة على مختلف الأصعدة.

الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. الدراسة الاستطلاعية

2. منهج الدراسة

3. مجتمع وعينة الدراسة

4. أدوات جمع البيانات

5. الأساليب الاحصائية

6. حدود الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد استكمال الجانب النظري للدراسة، يتناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية التي يعتمد عليها البحث العلمي في تنفيذ جانبه الميداني وتحقيق أهدافه. تشمل هذه الإجراءات الدراسة الاستطلاعية وتوضيح هدفها، إلى جانب تحديد عينة الدراسة الأساسية، والمنهج المستخدم، والأدوات المعتمدة في جمع البيانات، بالإضافة إلى تحديد الأساليب الإحصائية المعتمدة في تحليل البيانات، مع ذكر حدود الدراسة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

هي استكشاف توجهات البحث والظروف التي ستجري فيها منذ البداية حتى تكون صحيحة وملائمة، يلجأ إليها الباحث عندما يكون مقدار ما يعرفه عن الموضوع قليلاً جداً لا يؤهله لتصميم دراسة وصفية أو غيرها من الدراسات، ولهذا فإن الدراسة الاستطلاعية تفيد الباحث في زيادة معرفته لموضوع بحثه أو معرفة الظاهرة التي يريد التقرب منها، وذلك حتى ينسى له دراستها بشكل أعمق (تمار، 2023، ص.17).

أُجريت الدراسة الاستطلاعية في كلية العلوم الانسانية والاجتماعية التابعة لجامعة 08 ماي 1945 بولاية قالمه وهدفت هذه الدراسة إلى:

- التعرف على الظروف المحيطة بإجراء البحث الأساسي، ورصد الصعوبات المحتملة التي قد تؤثر على تنفيذه.
 - الكشف عن مدى مناسبة أدوات الدراسة (مقياسي الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة) لعينة الدراسة الأساسية.
 - جمع معلومات حول خصائص مجتمع الدراسة، مما يساهم في اختيار العينة المناسبة.
- وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن:
- تم اختيار مقياس الثقة بالنفس لفريح عويد العنزي (1999) ومقياس التوجه نحو الحياة لشاير وكارفر (1985) كأدوات مناسبة للدراسة.

- تحديد خصائص مجتمع الدراسة (الجنس، الشعبة)، مما يساعد في اختيار العينة الملائمة.

ثانياً: الدراسة الأساسية:

1. منهج الدراسة:

إن الهدف الأساسي لدراستنا هو الكشف عن طبيعة العلاقة بين "الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة"، لذلك اعتمدنا على المنهج الوصفي، كونه الأكثر ملاءمة لهذا النوع من الدراسات، حيث يتيح معرفة العلاقة بين المتغيرات الأساسية للدراسة وهما "الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة"، لدى عينة البحث المكونة من "الشباب الجامعي".

ويعرف المنهج الوصفي بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا، سواء كان ذلك بصورة كمية أو كيفية لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو التعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث (المشهداني، 2019، ص.ص. 125-126).

2مجتمع وعينة الدراسة :

1.2.مجتمع الدراسة:

يسمى أيضاً بالمجتمع الإحصائي و هو مجموعة من المشاهدات والقياسات الخاصة بمجموعة من الوحدات الإحصائية، والتي تحمل ظاهرة من الظواهر القابلة للقياس، وهو المجتمع الذي يسحب الباحث منه عينة لبحثه (منصوري وسعدي، 2021، ص.49).

ويتكون المجتمع الأصلي لدراستنا الحالية من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة 8 ماي 1945 قالمة.

2.2.عينة الدراسة :

تعتبر العينة إحدى دعائم البحث الإمبريقي حيث تسمح بالوصول في حالات كثيرة إلى المعلومات المطلوبة دون أن يؤدي ذلك إلى الابتعاد عن الواقع المراد معرفته.

حيث تعرف العينة على أنها اختيار عدد من مفردات المجتمع تمثله كماً ونوعاً، كالخصائص ذات العلاقة بموضوع البحث (أوزيني، 2021، ص.82).

اشتملت عينة دراستنا عن (80) طالبا وطالبة من مستوى سنة أولى الماستر، تم اختيارهم بطريقة عرضية بسبب تعذر الحصول على خصائص مجتمع الدراسة وامكانية اجراء السحب العشوائي.

الجدول رقم(01): يوضح خصائص عدد أفراد العينة حسب الشعبة

الشعبة الدراسية	عدد الأفراد	النسبة المئوية
علم النفس	14	17,5%
علم الاجتماع	12	15%
فلسفة	11	13,75%
الاعلام والاتصال	23	28,75%
تاريخ	10	12,5%
آثار	05	6,25%
علم المكتبات	05	6,25%
المجموع	80	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم(01) أن أكبر نسبة من العينة تنتمي إلى شعبة الإعلام والاتصال بنسبة بلغت (28,75%)، تليها شعبة علم النفس بنسبة (17,5%) وعلم الاجتماع بنسبة (15%) وفلسفة بنسبة (13,75%) وتاريخ بنسبة (12,5%)، في المقابل سجل شعبة الآثار و شعبة علم المكتبات أقل نسبة ضمن العينة بمعدل (6,25%) لكل منهما، وهذا التوزيع يشير إلى تنوع شعبة داخل العينة.

الجدول رقم(2): يوضح خصائص أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	ذكور	اناث
العدد	33	47
النسبة المئوية	41,25%	58,75%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (2) أن عدد الطالبات بلغ (47) طالبة، بنسبة (58.75%)، وهو ما يمثل النسبة الأكبر، في حين بلغ عدد الطلاب الذكور (33) طالبا، بنسبة (41.25%).

3. أدوات جمع البيانات:

إن عملية جمع البيانات في المنهج الوصفي تتطلب مجموعة من الوسائل والأدوات لجمع البيانات، وفي هذه الدراسة تم استخدام الاستبيان كوسيلة مناسبة للدراسة.

يعرف "الاستبيان" على أنه أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي يطلب من المفحوص الإجابة عنها بطريقة يحددها الباحث حسب أغراض البحث (قرقرور وآخرون، 2023، ص.50).

1.3. استبيان الثقة بالنفس:

1.1.3. وصف الاستبيان:

أعد هذا الاستبيان فريح عويد العنزي (1999). يتكون هذا الاستبيان من (25) بنداً تقيس الثقة بالنفس يُجاب عنها ضمن أربعة بدائل أو اختيارات هي (لا، قليلاً، متوسطاً، كثيراً) وتنال الدرجات (0، 1، 2، 3) وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظرياً بين (0) أي لا وجود للثقة بالنفس و (75) ارتفاع الثقة بالنفس (معمرية، 2021، ص ص.113-114).

2.1.3. تحديد مستويات الثقة بالنفس:

تم تحديد أربع مستويات لاستبيان الثقة بالنفس باستخدام الدرجات الخام حسب الجداول التالية:

جدول رقم (03): يبين الجدول مستويات الثقة بالنفس للذكور

الدرجة الكلية الخام	مستوى الثقة بالنفس
[48-9]	منخفض
[68-49]	متوسط
[75-69]	مرتفع

جدول رقم(04): يبين الجدول مستويات الثقة بالنفس لدى الاناث

الدرجة الكلية الخام	مستوى الثقة بالنفس
[45-6]	منخفض
[65-46]	متوسط
[75-66]	مرتفع

(معمرية، 2021، ص ص.122-123).

3.1.3. الخصائص السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس:

أولاً: الصدق

تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق:

أ-الصدق التمييزي:

-عينة الذكور:

لحساب هذا النوع من الصدق، تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية. حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من

طرفي الدرجات لعينة الذكور، حجم كل عينة يساوي (31) مفحوصا بواقع سحب 27% من العينة الكلية.

تبين من قيم "ت" أن استبيان الثقة بالنفس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الثقة بالنفس.

مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

-عينة الإناث:

تمت المقارنة كذلك بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الإناث حجم كل عينة يساوي (26) مفحوصة بواقع

سحب 27% من العينة الكلية.

تبين من قيم "ت" أن الاستبيان يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الثقة بالنفس. مما يجعله

يتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الإناث(معمرية، 2021، ص ص.114-115).

أ-الصدق الاتفاقي:

لحساب هذا النوع من الصدق، تم تطبيق استبيان الثقة بالنفس (العززي) مع قائمة معنى الحياة هارون توفيق الرشيدى (1995)، واستبيان الأمل من إعداد سنايدر وآخرون، (1991)، وقائمة التوجه نحو الحياة إعداد ميشيل شيير، تشارلز كارفر (1985)، واستبيان الالتزام الشخصي، والدافعية إلى الإنجاز، وقائمة الصلابة النفسية. تبين من خلال معاملات الصدق الاتفاقي ان استبيان الثقة بالنفس (العززي) يتصف بمعاملات صدق مرتفعة (معمرية، 2021، ص ص.116-117).

ثانيا: الثبات

تم حساب الثبات بطريقتين :

أ-طريقة إعادة تطبيق:

توصل معمرية (2021) إلى معامل الثبات حسب طريقة إعادة تطبيق عند ذكور قدر ب 0.71 وعند الاناث (0.72) عند مستوى الدلالة (0.01).

ب-معامل ألفا لكرونباخ :

تبين لمعمرية (2021) ان معامل الثبات حسب ألفا كرونباخ قدر ب (0.92) عند ذكور و(0.85) عند الاناث. مما سبق، يتضح أن استبيان الثقة بالنفس يتميز بشروط سيكو مترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعله صالحا للاستعمال بكل اطمئنان في مجال البحث النفسي (معمرية، 2021، ص.118).

2.3. استبيان التوجه نحو الحياة:

1.2.3. وصف الاستبيان:

أعد هذا الاستبيان في الأصل كل من ميشيل شيير، وتشارلز كارفر (1985) M.F,scheier C.S.Carver ونقله إلى العربية بدر محمد الأنصاري (2002). يتكون الاستبيان من 10 بنود، يجاب عنها بأسلوب تقريرى، وتُصحح إجابات المفحوصين ضمن بدائل هي: لا وتنال صفرا (0)، قليلا وتنال درجة واحدة (01)، متوسط وتنال درجتين (02)، كثيرا وتنال ثلاث درجات (03) (معمرية، 2021، ص.244).

2.2.3. تحديد مستويات التوجه نحو الحياة:

تم تحديد ثلاث مستويات للتوجه نحو الحياة باستخدام الدرجات الخام لكل من الذكور والإناث حسب الجداول التالية:

جدول رقم (05): يبين مستويات التوجه نحو الحياة للذكور

الدرجة الكلية الخام	مستويات التوجه نحو الحياة
[16-0]	منخفض
[27-17]	متوسط
[30-28]	مرتفع

جدول رقم (06): يبين مستويات التوجه نحو الحياة لدى الاناث

الدرجة الكلية الخام	مستويات التوجه نحو الحياة
[16-0]	منخفض
[26-17]	متوسط
[30-27]	مرتفع

(معمرية، 2021، ص255).

3.2.3. الخصائص السيكومترية لمقياس التوجه نحو الحياة:

أولاً: الصدق:

تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق :

أ-الصدق التمييزي:

-عينة الذكور:

لحساب هذا النوع من الصدق، تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية. حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور، حجم كل عينة يساوي 25 مفحوص بواقع سحب 27% من العينة الكلية. قدرت قيمة "ت"

ب(30,24) ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,001).

تبين من قيمة "ت" أن الاستبيان يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في التوجه نحو الحياة. مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

-عينة الإناث:

تم حساب المقارنة الطرفية لعينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الإناث حجم كل عينة يساوي 29 مفحوصة بواقع سحب 27% من العينة الكلية.

قدرت قيمة "ت" ب(36,64) وكانت ذات دالة إحصائية عند مستوى (0,001).

تدل قيمة "ت" أن الاستبيان يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في التوجه نحو الحياة. مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الإناث.

ب-الصدق الاتفاقي:

لحساب هذا النوع من الصدق، تم تطبيق استبيان التوجه نحو الحياة مع قائمة الثقة بالنفس (1999) واستبيان الالتزام الشخصي (2002)، واستبيان الشعور بالسعادة (1995) واستبيان مشاعر السعادة (2002)، وقائمة الرضا عن الحياة (2002). و يتبين من معاملات الصدق الاتفاقي أن استبيان التوجه نحو الحياة يتصف بمعاملات صدق مرتفعة (معمرية، 2021، ص ص 247-249).

ج-الصدق التعارضي أو التناقضي:

لحساب الصدق التعارضي، تم تطبيق استبيان التوجه نحو الحياة مع استبيان التشاؤم وقائمة اليأس لبيك، وتبين من معاملات الصدق التعارضي أن استبيان التوجه نحو الحياة يتصف بمعاملات صدق مرتفعة.

ثانيا: الثبات:

تم حساب الثبات بطريقتين: طريقة إعادة التطبيق ومعامل ألفا كرو نباخ.

الجدول رقم (07): معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا لكرول نباخ.

نوع معامل الثبات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الثبات
طريقة إعادة التطبيق	ذكور	47	**0,712
(بعد أسبوعين)	إناث	45	**0,682
معامل ألفا	ذكور	47	0,810
لكرو نباخ	إناث	45	0,859

**دالة إحصائية عند مستوى 0,01

يتبين من معاملات الصدق و الثبات، أن استبيان التوجه نحو الحياة يتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية مما يجعله صالحا للاستعمال بكل اطمئنان في مجال البحث النفسي (معمرية، 2021، ص.250).

4. الأساليب الاحصائية:

إن طبيعة الفرضيات تستوجب استخدام أساليب إحصائية معينة والتي من خلالها يمكن اثبات أو نفي هذه الفرضيات ، لذلك تم الاعتماد على ما يلي:

- النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لوصف خصائص العينة.
- اختبار كولموجوروف-سميرنوف واختبار شاير-ويلك للتحقق من اعتدالية توزيع البيانات.
- اختبار سبيرمان Spearman's rho لمعرفة العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة.
- اختبار "مان ويتني يو" Mann-Whitney U للكشف عن الفروق بين مجموعتين.
- اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis) للكشف عن الفروق بين أكثر من مجموعتين.

5.حدود الدراسة:

تشتمل حدود كل دراسة على(03) مجالات رئيسية والتي تتمثل في المجال البشري والزمني والمكاني، وهي في الدراسة الحالية كما يلي :

1.5.المجال البشري: فقد شمل مجال الدراسة البشري على(80) طالبا وطالبة من كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة 8 ماي 1945 قالمة .

2.5.المجال الزمني:

أ-الفترة الأولى: وهي فترة جمع المادة العلمية للجانب النظري دامت من ديسمبر 2024 إلى مارس 2025.

ب-الفترة الثانية: وهي الانطلاقة الفعلية للدراسة الميدانية حيث بدأت من 15 أفريل 2025 إلى غاية 04 ماي 2025.

3.5.المجال المكاني: طبقت هذه الدراسة على الشباب الجامعي بمجمع سويداني بوجمعة، جامعة 8 ماي 1945 قالمة.

خلاصة الفصل:

لقد تم التطرق في هذا الفصل إلى كل من الدراسة الاستطلاعية والهدف من اجرائها والمنهج المتبع في الدراسة "المنهج الوصفي"، بالإضافة إلى مجتمع وعينة البحث ومعايير اختيارها، كما تم عرض التقنيات المستخدمة في جمع البيانات "كمقياس الثقة بالنفس و مقياس التوجه نحو الحياة" مع ذكر خصائصهم السيكومترية، بالإضافة إلى ذكر الأساليب الاحصائية المعتمدة والحدود البشرية والزمانية والمكانية، وذلك بغرض الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية.

الفصل الخامس: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية العامة
2. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى
3. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية
4. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
5. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الرابعة

الاستنتاج العام

اقتراحات وتوصيات

الخاتمة

تمهيد:

في هذا الفصل سوف نقوم بعرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة على اساس الجانب النظري ومقارنتها مع الدراسات السابقة ذات الصلة، كما سيتضمن الفصل استخلاصا لأبرز ما توصلت إليه الدراسة من نقاط مهمة، مع تقديم عدد من المقترحات والتوصيات التي يمكن أن تفيد في مجالات البحث وتساهم في تطوير الدراسات المستقبلية.

1- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية العامة:

لضمان الاستخدام السليم للأساليب الإحصائية في اختبار فرضيات الدراسة، كان من الضروري التحقق من مدى اعتدالية توزيع بيانات المتغيرات محل الدراسة. ولهذا الغرض، تم اعتماد اختبار كولموجوروف-سميرنوف واختبار شايررو-ويلك. ويعرض الجدول التالي نتائج هذين الاختبارين

جدول رقم (08): نتائج اختبارات الاعتدالية

المتغيرات	كولموجوروف-سميرنوف			شايررو-ويلك		
	الإحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الإحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	0,120	80	0.006	0,951	80	0.004
التوجه نحو الحياة	0,171	80	0,000	0,920	80	0,000

يتضح من معطيات الجدول أعلاه أن قيم اختباري كولموجوروف-سميرنوف وشايررو-ويلك الخاصة بمتغيري الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة كانت دالة إحصائياً عند مستوى معنوية أقل من 0.05، مما يشير إلى أن توزيع بيانات الدراسة لا يتبع التوزيع الطبيعي. وبناءً على ذلك، سيتم الاعتماد على الأساليب الإحصائية اللابارامترية في اختبار فرضيات الدراسة.

لاختبار الفرضية العامة للدراسة والتي تنص على " وجود علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي"، تم استخدام معامل الارتباط سيرمان للرتب لقياس العلاقة بين متغيري الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لأن توزيع بيانات المتغيرين لم يكن اعتدالياً. والجدول التالي يوضح النتائج.

جدول رقم (09): معاملات الارتباط بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة

مستوى الدلالة	معامل ارتباط سبيرمان	العينة	المؤشرات الاحصائية
			المتغيرات
0.01	0.502	80	الثقة بالنفس
			التوجه نحو حياة

يُظهر الجدول رقم (09) نتائج الفرضية العامة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط سبيرمان للترتب (0,502) ودالة إحصائية عند مستوى دلالة 0,01، ما يدل على وجود علاقة ارتباطية ايجابية متوسطة بين درجات أفراد العينة في الثقة بالنفس ودرجاتهم في التوجه نحو الحياة. هذا يعني أنه كلما زادت الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي زاد تبعاً له التوجه نحو الحياة.

وفقاً للنتائج، تحققت الفرضية التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي، وقد يرجع ذلك إلى أن الفرد عندما يشعر بالثقة في نفسه سيقبل لديه تلقائياً الخوف من الفشل ما يشجعه ذلك على بناء تجارب وعلاقات جديدة، والتعامل مع مشاكله بطريقة ايجابية، وبالتالي يصبح أكثر استعداداً وتوجهاً نحو الحياة.

وحسب نظرية شاير وكافر والتي تشير إلى أن التوجه نحو الحياة هو القدرة على ضبط سلوك الذات وربطه بالتوقعات المستقبلية السلبية والايجابية للفرد، فعندما يواجه الفرد مشكلات الحياة بطريقة ايجابية فإنه يؤدي ذلك إلى مواصلة الحياة والكفاح والنضال، أما إذا واجهها بطريقة سلبية فإنه يؤدي ذلك إلى التشاؤم والاستسلام (قرقور وآخرون، 2023). ومنه فإن الشخص الواثق بنفسه يعتمد على الطريقة الايجابية وبالتالي يكون أكثر توجهاً نحو الحياة على عكس الشخص غير الواثق بنفسه، فالثقة بالنفس لها دور أساسي في كيفية التفاعل مع المواقف المختلفة كما يعرفها الدسوقي (2008) بأنها إدراك الفرد لكفاءته ومهارته وقدرته على أن يتفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها.

وحسب النعاس والسنباطي (2016) فإن وجود علاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة قد يعود إلى أن الشعور بالوعي بالذات لدى الطلبة يعد عاملاً جوهرياً في تعزيز توجههم الايجابي والمتفائل نحو الحياة، فعندما يدرك الطلبة ذواتهم ويقدرهم وقدراتهم، فإنهم يصبحون أكثر فهماً لمشاعرهم، هذا الوعي يساهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم ويدفعهم إلى التوافق مع التحديات والضغوط الحياتية والتكيف مع التغيرات التي تميز هذا العصر، مما ينعكس في بناء توجه ايجابي نحو المستقبل.

وترى الباحثات أن المرحلة الجامعية تعد نقطة تحول في حياة الفرد حيث يبدأ في الاستقلالية والمسؤولية تجاه قراراته، وهنا تلعب الثقة بالنفس دوراً أساسياً في التعامل مع متطلبات هذه المرحلة كإختيار التخصص، وتحديد الاهداف المستقبلية، والاعتماد على الذات في تنظيم الوقت، فالطالب الذي يمتلك ثقة في قدراته وكفاءته يكون أكثر قدرة على اتخاذ القرارات وبناء أهداف مستقبلية، وتزيد درجة انخراطه في الحياة الجامعية، وهو ما ينعكس في بناء توجه ايجابي نحو الحياة.

وقد اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة النعاس والسنباطي (2023) التي توصلت إلى وجود علاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة.

2- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى للدراسة على أنه "توجد فروق في الثقة بالنفس لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الجنس". من أجل اختبار هذه الفرضية تم تطبيق اختبار "مان ويتني يو" Mann-Whitney U لقياس الفروق بين رتب مجموعتين مستقلتين. فكانت النتائج حسب الجدول التالي:

جدول رقم (10): نتائج اختبار "مان-ويتني" للفروق في الثقة بالنفس حسب الجنس

المؤشرات الإحصائية	الجنس	متوسط الرتب	مان- ويتني يو	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	ذكور = 33	41,36	747,000	0,780 غير دال
	إناث = 47	39,89		
	المجموع = 80			

من خلال معطيات الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الرتبي للذكور (41,36) كان أكبر من المتوسط الرتبي للإناث (39,89) ، وبلغت قيمة مان ويتني يو (747,000) وهي غير دالة إحصائية. يعني لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الجنس.

بناء على النتائج المتوصل إليها أعلاه يمكن القول أن الفرضية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الجنس لم تتحقق، ويمكن تفسير ذلك من خلال أن الثقة بالنفس لا تبني على أساس الجنس، بل تتشكل من خلال عوامل أخرى قد تكون نفسية أو اجتماعية تشمل كلا الجنسين "الذكور والإناث"، ووفقاً لنظرية إريكسون للنمو النفسي الاجتماعي فإن الثقة بالنفس تنشأ في الطفولة المبكرة وأن المرحلة الأولى "مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة" تعتبر جد أساسية، فترسيخ الثقة بالذات والثقة بالأم له آثار ونتائج هامة في نمو شخصية الطفل (بلال، 2014، ص58).

وفي هذا السياق يتضح أن نظرية إريكسون تؤكد أن مرحلة الثقة مقابل عدم الثقة تشمل كلا الذكور والإناث ، ما يعني أن أساس تكوين الثقة بالنفس مشترك بين الجنسين، فكل من الذكر والأنثى يحتاج إلى الرعاية، الطعام، الحنان والاهتمام، وغياب هذه العناصر يولد مشاعر انعدام الثقة سواء عند الذكر أو الأنثى، وبالتالي فإن أي فروق في مستوى الثقة بالنفس قد لا ترتبط بالجنس بل إلى عوامل أخرى أعمق من ذلك كأساليب التنشئة الاجتماعية والدعم الأسري وغيرها. وقد فسرت الباحثة غرغوط عاتكة (2016) ذلك بأن اختلاف الجنس لا يعد من المؤشرات الدالة على اختلاف درجات الثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة، حيث أن توفر أساليب تنشئة اجتماعية متماثلة في الأسرة من حيث الرعاية والاهتمام والتشجيع والتسهيل الاجتماعي في تكافؤ الفرص بين الجنسين يساعد ذلك على بث روح المنافسة بينهم، مما انعكس على اختفاء الفروق في درجة الثقة بالنفس بين الذكور والإناث على حد سواء.

قد تتأثر الثقة بالنفس بالرعاية الأسرية ، حيث اذا تلقى الذكور والاناث رعاية وتربية متوازنة فإن الثقة بالنفس ستكون متقاربة بينهما، كذلك قد يرجع السبب إلى بعض العوامل المشتركة بين أفراد العينة كانتماهم إلى نفس المرحلة العمرية مما يعني لديهم خصائص نفسية متشابهة، كذلك خضوعهم لظروف أكاديمية متشابهة كنظام التعليم والمقررات الدراسية، وأساليب التدريس، وهذا يساهم في تعزيز الثقة بالنفس لدى الطلاب من كلا الجنسين ويقلل من الفروق التي قد تنشأ نتيجة اختلاف الجنس.

وقد اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة عاتكة (2016) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في الثقة بالنفس بين الذكور والاناث. واختلفت مع دراسة العنزي (2001) التي أسفرت نتائجها على وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في الثقة بالنفس لصالح الذكور.

3- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية للدراسة على أنه " توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الجنس." تم استخدام اختبار مان-ويتني يو (Mann-Whitney U) لقياس الفروق بين رتب مجموعتين مستقلتين، وذلك بهدف اختبار هذه الفرضية. وقد جاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي.

جدول رقم (11): نتائج اختبار "مان- ويتني" للفروق في التوجه نحو الحياة حسب الجنس

المؤشرات الإحصائية	الجنس	متوسط الرتب	مان- ويتني يو	مستوى الدلالة
التوجه نحو الحياة	ذكور = 33	35,35	605,500	0,094 غير دال
	إناث = 47	44,12		
	المجموع = 80			

تشير معطيات الجدول أعلاه إلى أن المتوسط الرتبى للإناث (44.12) يفوق نظيره لدى الذكور (35.35)، إلا أن قيمة اختبار مان-ويتني يو (605.500) لم تكن دالة إحصائياً، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوجه نحو الحياة لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الجنس.

بناء على النتائج المتوصل إليها أعلاه يمكن القول أن هذه الفرضية والتي نصت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الجنس لم تتحقق. ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن غياب الفروق بين الجنسين قد يكون مؤشراً لوجود عوامل أخرى أكثر تأثيراً في توجه الشباب الجامعي نحو الحياة، فالشباب الجامعي سواء كان ذكورا أو إناثا يمرون بتجارب متشابهة مما يجعل توجههم نحو الحياة متقارباً. إذ تعتبر مرحلة الانتقال للجامعة مرحلة استكشافية حاسمة يمر بها كلا الجنسين بحيث يتشابهون في نظرتهم للحياة من حيث الإصرار والتفاؤل والهدف، كما يمرون بتجارب وضغوطات أكاديمية ومستقبلية متقاربة ما يجعلهم يشتركون في خصائص نفسية ومعرفية معينة بغض النظر عن الجنس ، وبالتالي هذا الأخير لم يعد عاملاً حاسماً في تشكيل نظرة الشباب الجامعي إلى الحياة، وهذا ما أثبتته دراسة كل من عبير وعلي (2018) التي ترى بأن التوجه نحو الحياة لا يتأثر

بالجنس بقدر ما يتأثر بالعوامل النفسية والاجتماعية والمحيط الثقافي المشترك بين الجنسين داخل المؤسسة التعليمية. وقد يشير ذلك إلى أن الجامعة توفر بيئة متوازنة تعزز هذا التوجه لدى كلا الجنسين بشكل متساوي أو أن الطلبة يتعرضون لتجارب حياتية متقاربة تؤثر بشكل مماثل في توجهاتهم نحو الحياة.

كما يمكن الاستناد الى نظرية شاير وكارفر في تفسير نتائج هذه الفرضية، حيث أكدت هذه النظرية على أن التوجه نحو الحياة ينبع من تنظيم الذات وتوقع النتائج المستقبلية وليس من الصفات أو الخصائص الديمغرافية مثل الجنس، والفروق في التوجه سواء كانت ايجابية أو سلبية تعود إلى كيفية إدراك الفرد للمواقف الحياتية ومدى قدرته على توظيف استراتيجيات للتكيف والمواجهة (قرقور وآخرون، 2023). إذن فهذه النظرية تفترض أن الذكور والإناث لديهم نفس المبدأ على تطوير توجه ايجابي أو سلبي نحو الحياة ، بما أنهم يعيشون في بيئة اجتماعية وتعليمية واحدة وهي البيئة الجامعية فإن غياب الفروق بين الجنسين في التوجه نحو الحياة أصبح أمراً واضحاً.

كما تشير نظرية سوبر إلى أن الفرد لا ينظر إليه من جانب واحد فقط بل من خلال مجموعة من الأدوار التي يؤديها كدوره في الأسرة، العمل، الزواج، الصداقة... الخ، إذ يرى سوبر أن التوجه الايجابي نحو الحياة يتولد من خلال موازنة الفرد بين هذه الأدوار المختلفة ومدى اعطاءه أهمية لكل منها (حرموش وصباح، 2018). ومن هنا يتضح أن التوجه نحو الحياة لا يرتبط بالضرورة بمتغير الجنس وإنما بطبيعة الأدوار التي يؤديها الفرد سواء كان ذكر أو أنثى فكلاهما يسعى إلى تحقيق توازن بين أدواره في الحياة ، وهذا ما يجعل وجهتهم متقاربة.

يمكن القول أن التوجه نحو الحياة لا يتأثر بشكل كبير بالجنس، إذ يُظهر كل من الذكور والإناث استعداداً متشابهاً للتفاعل مع التحديات والضغوط النفسية والاجتماعية، ويبدو أن البيئة المشتركة التي ينتهي إليها أفراد العينة وهي الجامعة، قد لعبت دوراً في تعزيز هذا التشابه من خلال توفير مناخ من التواصل الفعال والإيجابي بين الجنسين، مما ساهم في تقارب رؤيتهم للمستقبل ونظرتهم الإيجابية للحياة.

اتفقت نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة عبيد وعلي (2018) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التوجه لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس. وتعارضت مع نتائج دراسة العابدي (2017) التي توصلت إلى أن توجه الإناث نحو الحياة ايجابيا أكثر من الذكور وبالتالي توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين.

4- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية الجزئية الثالثة على أنه " توجد فروق في الثقة بالنفس لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية. " بناءً على ذلك، تم اعتماد اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis) لقياس الفروق بين رتب المجموعات المستقلة، بهدف التحقق من صحة هذه الفرضية. ويعرض الجدول التالي النتائج المحصّلة.

جدول رقم (12): نتائج اختبار "كروسكال واليس" للفروق في الثقة بالنفس حسب الشعبة الدراسية

المؤشرات الاحصائية	الشعبة الدراسية	متوسط الرتب	مربع كاي	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	علم النفس ن= 14	47,50	13,886	06	0,031 دال
	علم الاجتماع ن= 12	43,08			
	اتصال ن= 23	28,43			
	تاريخ ن= 10	45,30			
	علم المكتبات ن= 05	51,20			
	فلسفة ن= 11	35,14			
	آثار ن= 05	61,70			
المجموع = 80					

تُبيّن معطيات الجدول (12) أن متوسطات الرتب حسب الشعب الدراسية تراوحت بين (28.43) و(61.70)، كما بلغت قيمة كاي مربع (13.886)، وجاءت دالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05. وتشير هذه النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الثقة بالنفس لدى الشباب الجامعي تُعزى إلى الشعبة الدراسية.

بناءً على النتائج المتوصل إليها أعلاه يمكن القول أن هذه الفرضية والتي تقر بوجود فروق في الثقة بالنفس لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية قد تحققت، وتفسر هذه النتائج بناءً على عدة عوامل كالوضوح المهني للطلاب بعد التخرج فبعض الشعب تظهر مسارات مهنية واضحة مما يزيد في الثقة بالنفس، بينما هناك شعب أخرى قد يشعر الطالب بغموض وصعوبة في تصور مستقبله المهني ما يزيد من توتره وتأثيره على ثقته بنفسه. لذلك فإن الشعبة التي توجهه نحو نوع التخصص الذي يدرسه الطالب يمكن أن يؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على مستوى ثقته بنفسه. كما جاء في اسهامات ميكنيوم التي تركز على الحديث الداخلي أو ما يعرف بحديث الذات، وأشار إلى تأثيرها على السلوك فالفرد يجب أن تكون أحاديته الذاتية إيجابية مما ينتج عنها من سلوك ايجابي يمثل في مستوى مرتفع من الثقة بالنفس

وقد أشار أيضا بيك الى العلاقة بين التفكير والانفعال والسلوك أي أن انماط سلوكنا وانفعالاتنا مرهونة بمنظومة تفكيرنا التي تدخل فيها سماتنا الشخصية وثقتنا بأنفسنا (باي، 2019، ص7).

وترى الباحثات أن للشعبة الدراسية تأثير واضح على تصور الطالب لذاته ومستقبله وخاصة إن لم يكن اختيار التخصص تابع من ذواتهم بل كانوا مجبرون عليه بسبب المعدل أو الظروف ما ينعكس سلبا على تقديرهم لذاتهم. ولقد اتفقت نتائج فرضية هذه الدراسة مع دراسة زمار (2023) التي توصلت هي الأخرى إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس تعزى لمتغير الشعبة الدراسية، وتعارضت دراستنا مع نتائج دراسة المفرجي (2008) والتي نصت على عدم وجود فروق احصائية في متغير الثقة بالنفس تبعا لمتغيرات التخصص ، والصف الدراسي.

5- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الرابعة:

تنص الفرضية الجزئية الثالثة على أنه " توجد فروق في التوجه نحو الحياة لدى شباب الجامعة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية." وبغية التحقق من صدق هذه الفرضية تم استخدام اختبار كروسكال-واليس (Kruskal-Wallis) لقياس الفروق بين رتب المجموعات المستقلة، والنتائج يعرضه الجدول التالي.

جدول رقم (13): نتائج اختبار "كروسكال واليس" للفروق في التوجه نحو الحياة حسب التخصص الدراسي

المؤشرات الاحصائية	الشعبة الدراسية	متوسط الرتب	مربع كاي	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوجه نحو الحياة	علم النفس ن= 14	47,39	12,153	06	0,059 دال
	علم الاجتماع ن= 12	34,21			
	اتصال ن= 23	33,30			
	تاريخ ن= 10	39,80			
	علم المكتبات ن= 05	52,40			
	فلسفة ن= 11	37,18			
	آثار ن= 05	66,20			
	المجموع = 80				

تُظهر بيانات الجدول (13) أن متوسطات الرتب المتعلقة بالشعبة الدراسية تراوحت بين (33.30) و(66.20)، وبلغت قيمة كاي مربع (12.153)، وهي دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05. وتُشير هذه النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تبعًا لاختلاف الشعبة الدراسية.

من خلال نتائج الفرضية الرابعة التي توصلت إلى وجود فروق في التوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير الشعبة الدراسية. يُحتمل أن تعود هذه الفروق إلى طبيعة الشعبة من حيث المحتوى الأكاديمي والأهداف المهنية المستقبلية ومدى انسجامها مع القيم الشخصية للفرد. فالطالب الجامعي لا يختار شعبته الدراسية بمعزل عن طموحاته وتطلعاته المستقبلية، بل يسعى غالباً إلى ما يتماشى مع اهتماماته وأهدافه. ويعد ضبط سلوك الذاتي كذلك عاملاً أساسياً في حياة الطالب الجامعي، إذ يُمكنه من التعامل مع التحديات الأكاديمية والاجتماعية بشكل أكثر فاعلية. فعندما يواجه صعوبات فإنه يوظف استراتيجيات تساعد في التغلب عليها وتحدد هذه الاستراتيجيات نوعية سلوكه ويؤدي إلى نوعين من السلوك إما المثابرة والسعي لتحقيق أهدافه، أو الاستسلام والتراجع بالتالي فإن التوجه نحو الحياة يساعد الطالب الجامعي في تكوين توقعات المستقبلية إذ أن الطلاب المتفائلين ذوي النظرة الإيجابية للحياة غالباً ما يمتلكون أهدافاً واضحة ويعملون بجهد لتحقيقها، على عكس من يتسمون بالتشاؤم وقلة الحافز. هذا التوجه يرتبط أيضاً بإحساس الفرد بوجود معنى لحياته، ما يدفعه للانخراط في مشروعات ذات قيمة، ويزيد من شعوره بالرضا وتحقيق الذات (قرقور وآخرون، 2023، ص.20).

باختصار، فإن فهم الطالب الجامعي للشعبة الدراسية، وإدراكه لأهدافه المستقبلية، وضبطه لسلوكه، كلها عوامل تتفاعل لتشكيل توجهه نحو الحياة، وتؤثر بشكل مباشر على جودة تجربته الجامعية ومدى نجاحه فيها. إن الطالب الجامعي، كأى فرد، يكون لحياته معنى وهدف واضح يسعى لتحقيقه، إذ يشكل هذا التوجه دافعاً قوياً للانخراط في مشروعات أكاديمية وشخصية هادفة تنعكس على تطوره الذاتي. كما أن انشغاله بهذه المشروعات، وقدرته على الإنجاز فيها، يعزز شعوره بالرضا وتحقيق الذات. ومن هذا المنطلق، يظهر بوضوح دور التخصص الجامعي الذي تحدده الشعبة في تشكيل الفروق في توجه الطلبة نحو الحياة، حيث يساهم اختيار التخصص المناسب في تحديد الأهداف المستقبلية. واتفقت نتائج فرضية هذه الدراسة مع دراسة العابدي (2017)، ودراسة شيماء سيد (2017) في أنه توجد فروق دالة إحصائية للتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، واختلفت نتائج فرضية هذه الدراسة مع دراسة أحمد (2012) ودراسة الجوهرة فهد جبيلة (2020)، أنه لا توجد فروق دالة إحصائية لتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي.

الاستنتاج العام:

تناولت الدراسة موضوع الثقة بالنفس وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي، وقد توصلت إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس حسب متغير الجنس لدى الشباب الجامعي
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الحياة حسب متغير الجنس لدى الشباب الجامعي
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس حسب متغير الشعبة الدراسية لدى الشباب الجامعي
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الحياة حسب متغير الشعبة الدراسية لدى الشباب الجامعي

اقتراحات وتوصيات:

بعد الانتهاء من الجانب النظري والتطبيقي وعرض نتائج البحث نود أن نقدم بعض التوصيات والاقتراحات التي نرجو أن تكون نفعاً للأجيال القادمة، وكانت التوصيات كالتالي:

- الدعم الايجابي للشباب الجامعي من طرف الوالدين والأساتذة مهما كان نوع التخصص أو الضغوط التي يواجهها، وتعزيز ثقته بنفسه.
 - تنظيم ندوات لتوعية الشباب الجامعي بمدى أهمية التوجه نحو الحياة وتحريرهم من الفشل والتشاؤم الذي يتعرضون إليه.
 - دراسة كل من الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة مع بعض المتغيرات الأخرى.
 - تشجيع الباحثون وحثهم على القيام بدراسات لمعرفة الثقة بالنفس وعلاقتها بالمتغيرات النفسية الأخرى.
- أما في ما يخص الاقتراحات فهي كالتالي:
- اجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية مع مستويات تعليمية مختلفة ومقارنتها مع نتائج الدراسة الحالية.
 - القيام بدراسة على الطلبة في مختلف الجامعات ومعرفة نقاط الاختلاف.

الخاتمة

الخاتمة:

لقد سعت هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على أهمية بعض الجوانب النفسية في حياة الشباب الجامعي، وفي مقدمتها الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة، لما لهما من أثر واضح في تشكيل نظرة الطالب لذاته ول مستقبله، إذ أن تعزيز وتنمية الثقة بالنفس يساعده على التعامل مع التحديات المواقف الصعبة بثبات وهدوء، بينما يساعده التوجه الإيجابي نحو الحياة على تبني نظرة متفائلة تمكنه من مواجهة التحديات وتحقيق أهدافه. من هنا تظهر أهمية دعم هذه الجوانب في البيئة الجامعية لتطوير قدرات الطالب، كذلك النظر للحياة بروح متفائلة وتحفيزه على النمو الشخصي والأكاديمي بشكل متوازن.

وإن الهدف الأساسي من دراستنا هو الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي، كذلك معرفة الفروق في الثقة بالنفس وفي التوجه نحو الحياة التي تعزى لمتغير الجنس، ومعرفة الفروق في الثقة بالنفس وفي التوجه نحو الحياة التي تعزى لمتغير التخصص الدراسي، حيث اتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت أدوات تمثلت في مقياس الثقة بالنفس لفريح عويد العنزي (1999) ومقياس التوجه نحو الحياة لشاير وكارفر (1985). توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الثقة بالنفس والتوجه نحو الحياة لدى الشباب الجامعي. كما لم تظهر النتائج فروقا ذات دلالة إحصائية في هذين المتغيرين تبعا للجنس، بينما أظهرت فروقا دالة إحصائية حسب الشعبة الدراسية.

ولا يزال مجال البحث في موضوع دراستنا واسعاً ومفتوحاً، ونرجو أن تساهم هذه الدراسة المتواضعة في تمهيد الطريق أمام أبحاث أخرى مستقبلاً، كما نأمل أن تكون ذات فائدة للطلبة والباحثين.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- أحمد علي، أ.م. (2016). الثقة بالنفس وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم. *المجلة العلمية لجامعة الامام المهدي*، 8، 245-279.
- أوذيني، م. (2021). دور مواقع التواصل الاجتماعي في تكوين ثقافة الطفل. [مذكرة ماستر منشورة، جامعة 8 ماي 1945].
<https://dspace.univ-guelma.dz/xmlui/handle/>
- باي، ك. (2019). تكييف وتقنين مقياس الثقة بالنفس على طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة. *مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والانسانية*، 4 (2)، 89-110.
- بلال، ن. (2014). *الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة مولود معمري تيزي وزو].
<https://bts-academy.com/uplode/file>
- باي، ك وبوملاح، أ. (2018). الثقة بالنفس وعلاقتها بدرجة التفاؤل لدى الطلبة. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*، 9، 97-118.
- بوساق، ع و بوضياف، ن. (2021). طبيعة التوجه نحو الحياة لدى طلبة البكالوريا. *مجلة البحوث التربوية والتعليمية*، 10 (2)، 31-46.
- بختاوي، ز وغزال، ح. (2018). جودة التعليم الجامعي ودورها في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للطلاب الجامعي. *مجلة تنوير*، 8 (1)، 299-309.
- بالأكحل، م ومخلوف، ن. (2021). التوجه نحو الحياة في ظل انتشار جائحة كورونا. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، 14 (2)، 584-593.
- الببلاوي، اع والحلواتي، و. (2020). التوجه الايجابي نحو الحياة و علاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب الجامعة. *مجلة دراسات و بحوث التربية النوعية*، 12 (2)، 27-3.
- بسعود، ح و ذباح، ب. (2023). معنى الحياة وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة [مذكرة ماستر منشورة، جامعة محمد خيضر].
<http://archives.univ-biskra.dz>
- تمار، ي. (2023). الأخطاء المنهجية في الدراسات الاستطلاعية. *المجلة الجزائرية لبحوث الاعلام والرأي العام*، 6 (1)، 16-23.

- تيجاني، ب. (2010). مصادر ضغوط كما يدركها طلبة الجامعيين وعلاقتها بقلق المستقبل. *مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية*، 1، 262، 285.
- جبار، أ. (2013). التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجي. *مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية*، 1 (203)، 1267-1292.
- حرموش، ن و ركرك، ص. (2018). *التوجه نحو الحياة وعلاقته بالتوافق النفسي* [مذكرة ماستر منشورة، جامعة زيان عاشور الجلفة]. المستودع المؤسسات. <http://dspace.univ-djelfa>
- حسين، ر. (2019). *التوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات* [مذكرة ماستر منشورة، جامعة القادسية] [\https://repository.qu.edu.iq/wp-content
- الحري، س. (2021). التفكير الايجابي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب وطالبات الثانوية. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، 5 (19)، 225-249.
- داود، ش. (2015). العوامل المؤثرة على مستوى الثقة بالنفس لدى المراهق المتمدرس. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 3 (12)، 144-129.
- زمار، م وآخرون. (2022). الثقة بالنفس وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة التربية البدنية المقبلين على التخرج. *مجلة روافد للدراسات والابحاث في علم الرياضة*، 2 (2)، 40-48.
- سعدات، ع. (2016). *الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى النساء اللواتي هدمت بيوتهن في العدوان الاسرائيلي على غزة* [مذكرة ماستر منشورة، الجامعة الاسلامية غزة]. <https://mobt3ath.com/pdf.php>
- السنباني، إ ص و الطارق، ع س. (2020). الثقة بالنفس وعلاقتها بجنس المعلم لدى طلبة المرحلة الاعدادية في أمانة العاصمة صنعاء. *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية*، 3 (3)، 7-40.
- السليم، م. (2019). الثقة بالنفس وعلاقتها بالعبادات والعقيدة الاسلامية لدى طالبات المرحلتين المتوسطة والثانوية. *مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 2 (28)، 310-336.
- شفيفة، د. (2015). العوامل المؤثرة في مستوى الثقة بالنفس لدى المراهق المتمدرس. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 3 (12)، 114-129.

- الشهراني، س. (2021). قلق المرض وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من مصابي كورونا. *المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات*، 2 (22)، 85-107.
- شراك، ح. (2021). مشكلات العمل المعرفي لطالب الجامعي في ظل نظام ل م د. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 12 (3)، 283.292.
- شبايكي، ن وطرشان، س. (2020). دور الجامعة في التأهيل الوظيفي لشباب الجامعي لسوق العمل [مذكرة ماستر منشورة، جامعة العرب تبسي]. <https://www.scribd.com/document/696716391/>
- صابر، أ. (2023). الخصائص السيكومترية لمقياس التوجه نحو الحياة. *مجلة كلية التربية*، 3 (4)، 695-721.
- صدام، ع ورفاع، م. (2014). شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على قيمة دينية لدى طلبة الجامعة [مذكرة ماستر منشورة، جامعة عبد الحميد بن باديس]. <http://e-biblio.univ-mosta.dz/handle/>
- على منصور، إ. (2022). الوعي الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 8، 105-125.
- عبد السميع، س. (2024). الخصائص السيكومترية لمقياس التوجه نحو الحياة لدى طلاب الجامعة ذوي الاعاقة السمعية. *مجلة العلوم والتربية*، 1 (58)، 257-304.
- عطا الله، م ورفاع، أ. (2022). علاقة الثقة بالنفس بتقدير الذات لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية. *مجلة الابداع الرياضي*، 13 (2)، 370-387.
- عميرات، ف. (2017). أثر برنامج إرشادي مقترح قائم على الارشاد المتمركز حول العميل في تنمية الثقة بالنفس لدى طلبة السنة الأولى جامعي [شهادة دكتوراه منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة]. <https://dspace.univ-ouargla.dz>
- العنري، ع. (2012). فعالية برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى الايتام بالمرحلة المتوسطة [رسالة ماجستير منشورة، جامعة الملك عبد العزيز بجده]. <http://www.geocities.ws>
- غرغوط، ع و عدائكة، س. (2022). علاقة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 1 (8)، 136-162.
- الغزالي، ع و النجار، س. (2024). التوجه نحو الحياة لدى عينة من طلاب كلية القانون. *مجلة جامعة سبها*، 1 (3)، 114-124.

قرارة، س و بقة، أ.(2019).قلق المستقبل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة[مذكرة ماستر منشورة ،جامعة زيان عاشور الجلفة].
<http://dspace.univ-djelfa.dz:8080/xmlui/bitstream/handle/>

قرقور، غ و حساونية، أ.(2023).التوجه نحو الحياة وعلاقته بالتفاؤل لدى مرضى القصور الكلوي.[مذكرة ماستر منشورة، جامعة 8ماي 1945 قالة
<https://dspace.univ.guelma.dz>

قراندي، أ.(2018).الجامعة وعلاقتها بالتحصيل العلمي للطلاب الجامعي[مذكرة ماستر منشورة، جامعة محمد الصديق بن يحي].
<http://dspace.univ-jijel.dz>

كويك، ب. (2020). الشعور بالذنب وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس. مجلة الدراسات المستدامة، 2(7)، 1-36.

لمين، ن وآخرون.(2019). الثقة بالنفس وعلاقتها بالإدمان على الانترنت لدى التلميذات المراهقات بالثانوية. مجلة الاناسة وعلوم المجتمع، 5، 94-130.

مقدم، أ.(2021). دور اللغة الجسدية في تعزيز الثقة بالنفس لدى أطفال المرحلة التحضيرية من وجهة نظر معلمهم. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 7(3)، 133-145.

منصور، إ. (2021). الوعي الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، 23(8)، 106-125.

المتولي، م.(2022). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة الصف الحادي عشر بالمدارس الخاصة بمسقط.[رسالة ماجستير منشورة، جامعة نزوى].
<https://search.shamaa.org>

معايشية، م وآخرون.(2023). الثقة بالنفس وعلاقتها بالمثابرة الأكاديمية لدى الطالب الجامعي[مذكرة ماستر منشورة، جامعة 8 ماي 1945 قالة]
<https://dspace.univ-guelma.dz>

ميري، و ع.(2022). دور الامتنان والثقة بالنفس في التنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة محمد بن سعود الاسلامية. مجلة الارشاد النفسي، 1(71)، 1-41.

مصطفى رجب علي، س.(2009). فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى الطالبات [رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الاسلامية غزة].

<https://lib.manaraa.com>

- المشهداني، س. (2019). *منهجية البحث العلمي* (ط.1). دار أسامة للنشر والتوزيع.
- معمرية، ب. (2021). *علم النفس الايجابي وقياس متغيراته في المجتمع الجزائري* (ط.1). دار الخلدونية للنشر والتوزيع.
- مزرارة، ن وشعباني، م. (2016). واقع الطالب الجامعي الجزائري من الأمس الى اليوم وماذا تحقق؟. *مخبر الوقاية والارغونوما*، 6، 59-82.
- معمرية، ب. (2011). *علم النفس الايجابي* (ط.3). دار الخلدونية
- منصوري، س. سعدي، أ. (2021). إدمان الانترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الطالب الجامعي. [مذكرة ماستر منشورة، جامعة يحي فارس]. <https://dspace.univ-medea.dz/bitstream/123456789/662/1/>
- النعاس، ع والسنباطي، م. (2023). الثقة بالنفس وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات الكلية. *مجلة التربوي*، 3، (23)، 651-669.
- وادي، ص أ. (2021). الثقة بالنفس وعلاقتها بالتفكير الايجابي وبعض المتغيرات الديموغرافية لطلاب كلية التربية. *مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية*، 1 (3)، 530-555.
- ويزة، ش. (2017). الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية التعلم لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*، 7، 167-184.

الملاحق

الملاحق

ملحق رقم (01): استبيان الثقة بالنفس لفريح عويد العنزي (1999).

العمر..... الجنس.....

المستوى التعليمي.....

التخصص التعليمي.....

تعليمات: فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن مشاعرك وتصرفاتك في مواقف مختلفة. اقرأ كل عبارة على حدة.

ثم أجب بوضع علامة × تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا وذلك حسب انطباق العبارة عليك. اجب على كل

العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1-أثق في تصرفاتي الشخصية				
2-أثق في قدراتي على تبليغ المعلومات إلى من أتحدث إليه				
3-أثق في قدرتي على اقناع الآخرين				
4-أثق بنفسي عندما أتحدث مع أفراد الأسرة والأصدقاء				
5-أثق في قدرتي على اتخاذ القرارات				
6-ثقتي بنفسي غير محدودة				
7-أثق في قدراتي على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة				
8-أثق فيما أقوم به من أعمال كثقتي بنفسي				
9-أنا متأكد من قدرتي على كسب ثقة الآخرين واحترامهم				
10-أستطيع الاعتماد على نفسي				
11-اتخذ أي قرار دون تردد				
12-أواجه الآخرين بثقة ثابتة				
13-أنا قادر على تحمل المسؤولية				
14-أنا راض عن أعمالي وتصرفاتي				
15-لدي أسلوب جيد لإقناع الآخرين				

الملاحق

				16-أنا شجاع في إبداء رأيي
				17-يعرف أفراد أسرتي أنني أثق في نفسي
				18-أستطيع تجاوز الصعوبات التي أتعرض لها
				19-اعتقد بأنني سأحقق مكانة اجتماعية أفضل مما حققها غيري
				20-عزيمتي واصراري هما سبب نجاحي
				21-أثق في نفسي على رسم خططي المستقبلي
				22-إذا صممت على شيء فسوف أصل إليه
				23-أستطيع أن أتعامل مع أي موقف أجد نفسي فيه
				24-أواجه الأمور بحزم وثقة.
				25-أستطيع تحقيق أمنياتي وأهدافي

الملاحق

ملحق رقم (02): استبيان التوجه نحو الحياة لشاير وكارفر (1985).

الجنس..... العمر.....

المستوى التعليمي.....

التخصص التعليمي.....

تعليمات: فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن نظرتك إلى الحياة وإلى مستقبلك وأصدقائك. اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة x تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا. وذلك حسب انطباق العبارة عليك أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1-أتوقع حدوث أمور حسنة حتى في الظروف الصعبة				
2-يسهل علي الهدوء والاسترخاء				
3-انظر إلى الجانب الجميل والايجابي في الحياة				
4-أنا متفائل بالنسبة لمستقبلي				
5-أستمتع كثيرا بصحبة أصدقائي				
6-أتوقع أن تسير الأمور في صالحني				
7-سوف تتحقق الأمور بالطريقة التي أريدها				
8-أنا هادئ بإستمرار				
9-أؤمن بفكرة: بعد العُسر يأتي اليُسْر				
10-أتوقع حدوث الأمور الحسنة في كل الأوقات				

الملاحق

ملحق رقم (03): مخرجات SPSS

اختبار اعتدالية التوزيع:

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Orientation_Toward_Life	171	80	.000	.920	80	.000
Self_Confidence	120	80	.006	.951	80	.004

a. Lilliefors Significance Correction

الفرضية العامة:

Nonparametric Correlations

Correlations

		Orientation_Toward_Life	Self_Confidence
Spearman's rho	Correlation Coefficient	1.000	.502**
	Orientation_Toward_Life Sig. (2-tailed)		.000
	N	80	80
	Correlation Coefficient	.502**	1.000
	Self_Confidence Sig. (2-tailed)	.000	
	N	80	80

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

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self_Confidence	80	62.4000	8.23023	36.00	75.00
Gender	80	1.5875	.49539	1.00	2.00

Mann-Whitney Test

Ranks

	Gender	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Self_Confidence	ذكر	33	41.36	1365.00
	أنثى	47	39.89	1875.00
	Total	80		

Test Statistics^a

	Self_Confidence
Mann-Whitney U	747.000
Wilcoxon W	1875.000
Z	-.279-
Asymp. Sig. (2-tailed)	.780

a. Grouping Variable: Gender

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Orientation_Toward_Life	80	23.3500	4.41545	10.00	30.00
Gender	80	1.5875	.49539	1.00	2.00

Mann-Whitney Test

Ranks

	Gender	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Orientation_Toward_Life	ذكر	33	35.35	1166.50
	أنثى	47	44.12	2073.50
	Total	80		

Test Statistics^a

	Orientation_Toward_Life
Mann-Whitney U	605.500
Wilcoxon W	1166.500
Z	-1.674-
Asymp Sig (2-tailed)	.094

a. Grouping Variable: Gender

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Self_Confidence	80	62.4000	8.23023	36.00	75.00
Field_of_study	80	3.4125	1.82593	1.00	7.00

Kruskal-Wallis Test

Ranks

	Field_of_study	N	Mean Rank
Self_Confidence	علم النفس	14	47.50
	علم الاجتماع	12	43.08
	اتصال	23	28.43
	تاريخ	10	45.30
	علم المكتبات	5	51.20
	فلسفة	11	35.14
	آثار	5	61.70
	Total	80	

Test Statistics^{a,b}

	Self_Confidence
Chi-Square	13.886
df	6
Asymp Sig	.031

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable:
Field_of_study

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Orientation_Toward_Life	80	23.3500	4.41545	10.00	30.00
Field_of_study	80	3.4125	1.82593	1.00	7.00

Kruskal-Wallis Test

Ranks

	Field_of_study	N	Mean Rank
Orientation_Toward_Life	علم النفس	14	47.39
	علم الاجتماع	12	34.21
	اتصال	23	33.30
	تاريخ	10	39.80
	علم المكتبات	5	52.40
	فلسفة	11	37.18
	آثار	5	66.20
	Total	80	

Test Statistics^{a,b}

	Orientation_Toward_Life
Chi-Square	12.153
df	6
Asymp. Sig	.059

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable