مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية

فتحي ضو كويسح (*)

قسم علم النفس – كلية التربية ناصر – جامعة الزاوية

الملخص:

تناولت الدراسة مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية، وذلك من خلال التعرف على مستوى رضاهم عن حياتهم الجامعية، ثم الكشف عن وجود فروق من عدمها في مستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغيري(النوع ، التخصص العلمي) ، تكونت العينة من (256) طالبا وطالبة ، واتبع المنهج الوصفي المسحي ، واستخدم الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

(*) Email: r.mariami@zu.edu.ly

وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

- أن مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة الزاوية جاء بدرجة متوسطة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغير التخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية.

الكلمات المفتاحية: ماهية الرضا عن الحياة– أبعاد الرضا عن الحياة – العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة – طلبة جامعة الزاوية.

المقدمة:

يعتبر موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات المهمة التي تتناولها العلوم النفسية ، باعتبار أن الرضا عن الحياة علاقة مهمة تدل على تمتع الفرد بالصحة النفسية ، وأن رضا الطالب عن الحياة يعني حماسه وتوجهه نحو الحياة و المستقبل ، والرضا عن الحياة هو الهدف النهائي للفرد البالغ العقلاني ، وذلك بهدف تجنب الإحباطات والصراعات النفسية والقلق الذي ينشأ معه نتيجة لمشاعره المختلفة ، بناءً على المواقف التي يمر فيها الشخص في الحياة التي لا يمكن أن تسير بخطى واحدة ، بل تعاني من بعض الصعوبات التي تجعل الإنسان يعاني من قلة السعادة ، وتجعله يعيش قلقًا لفترة قد تكون تطول أو تقصر ، وللرضا عن الحياة تأثير محفز إيجابي على استقرار الإنتاجية وعلى واقع ومستوى الطموح وتطلعات المستقبل ، والشخص الراضي بحياته يُشار إليه على أنه يتمتع بالصحة العقلية والسعادة والهدوء والراحة ، وهو أكثر قدرة على التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي [1]. إذا تم توفير مستوى مناسب من الرضا عن الحياة للفرد مما يجعله أكثر قدرة على احترام الذات والتعبير عن آرائه، والدفاع عنه ، ويكون

الفرد أكثر قدرة على التكيف مع الآخرين وبناء علاقات اجتماعية مناسبة ، والشخص الذي يتمتع بمستوى مناسب وعالي من الرضا عن الحياة فهو يمتلك درجة عالية من الصبر والتحمل عندما يتعرض للضيق والتوتر ، وبالتالي لديه إرادة قوية لمراجعة الأزمات ومتفائل دائمًا حتى في ظل المواقف الصعبة ويسعى دائمًا للأفضل وللنجاح والتفكير الإيجابي وتكوين علاقات اجتماعية طبيعية وقادر على السيطرة [2].

هذا لا يعني أن الذين يرضون بحياتهم لا يعانون من الخوف والقلق والصراع والمشاعر السلبية، ولكن ما يميز الشخص الراضي هو طريقته في مواجهة هذه المشاعر من صراعات وإحباطات التي يتعرض لها بحكمة وبعيدًا عن العداء والخوف والتردد والتوتر [3].

وبناءً على ما سبق فإن الرضا عن الحياة يجعل الإنسان أكثر قدرة على مواجهة المواقف التي يواجها في حياته اليومية، وأن الرضا بالحياة يجعل الفرد أقل توتراً، خاصة وأن القلق بحد ذاته ظاهرة طبيعية وشعور مقبول ومتوقع في ظل ظروف معينة.

أولا– مشكلة الدراسة:

تعد الظروف التي مر بها المجتمع الليبي من أحداث ضاغطة خلال سنوات العشرة الأخيرة كانت أكثر قساوة ، فهذه الظروف كفيلة لمعرفة جودة الحياة ونوعيتها لأفراد المجتمع الليبي من تهجير واقتتال وهجرة غير شرعية والإتجار بالبشر والحروب والقبض على الهوية والمحاربة وقطع الطرق ومعيشة ضنكه أثرت بشكل مباشر أو غير مباشر على الشباب الليبي ، وحول تفكيره من الجانب الإيجابي إلى الجانب السلبي تجاه الحياة ، وهذا بدوره يولد مشكلة تنعكس على الأجيال اللاحقة حيث يعاني هؤلاء الشباب من بعض أشكال الضيق النفسي والشعور بعدم الرضا عن الحياة طالما أن الرضا عن الحياة يتمثل في المشاعر الإيجابية والتقييمات حول الطريقة التي يعيش بها الفرد ، فإن غياب الرضا عن الحياة يؤدي إلى ضعف

التوافق مع نفسه ومع من حوله ويواجه صعوبة في القدرة على التكيف مع المشكلات التي تعترضه ، مما يؤثر على سعادته وقناعته بطبيعة حياته وما فيها.

وبالنظر إلى دراسة (رغداء علي نعيسة ، 2012م) حول تدني الرضا عن الحياة لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين نتيجة الظروف الصعبة التي مروا بها ، والتي وجدت أنها مرتبطة بخلل نفسي وتوتر عند مواجهة ضغوط الحياة ، وعدم التوافق مع الحياة الجامعية ، وإحساسه بعدم الأمان وتدني صحته الجسدية والنفسية ، مما يؤثر على شخصية الفرد ، وقد يؤدي به إلى الاكتئاب والتشاؤم والانعزال عن الآخرين ، وبالتالي فإن تدني الرضا عن الحياة لدى الطلاب يؤدي بهم إلى انخفاض مستوى الطموح والتطلعات المستقبلية ، وغياب الصحة النفسية والسعادة والطمأنينة والراحة ، بالتالي تقل قدرته على التكيف الشخصي والاجتماعي.

لذلك فإن الحياة الجامعية في جوانبها المتعددة سواء أكانت أكاديمية أو اجتماعية أو إدارية أو مالية ، هي مصادر لمختلف الضغوط والمواقف التي قد يواجها الطلاب أثناء دراستهم الجامعية ، وبالتالي من المتوقع أن يكون هناك اختلاف في مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى الطلاب ، ويكون نتيجة هذا التأثير اختلاف في توافقهم ونجاحهم الأكاديمي والاجتماعي وأن هذه الضغوط المختلفة قد تحد من رضا الطلاب عن الحياة الجامعية ، والتي غالبًا ما تكون صعبة ، لأن الطلاب يتركون عائلاتهم ، و يؤسسون صداقات جديدة وغير واضحة ، كما عملت الظروف التي مر بها المجتمع الليبي نتيجة تفشي جائحة كورونا أدى إلى ظهور بعض التصدع في الأسرة التي تقودها إلى عدم الاستقرار، كما أن الأزمات السياسية والأمنية لها انعكاسات مباشرة وخطيرة على المجتمع بحيث أنها تؤدي إلى إحداث تصدع في طبيعة العلاقات الاجتماعية بين مؤسساته، كما أن التغير الذي يطرأ على النظام السياسي لا يكون بمعزل عن التغير في البناء الاجتماعي. وينطلق بحثنا هذا من التساؤلات التالية:

1- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغيري (النوع، والتخصص العلمي)؟

ثانيا – أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في مجالين رئيسيين :

الأهمية النظرية:

1- تسهم هذه الدراسة في توعية طلبة الجامعات في إدراك معنى الحياة، وتأثير التفكير الإيجابي على حياتهم العلمية والعملية وكيف إن غياب المعنى له آثار سلبية على حياتهم.

2- تمثل أهمية الدراسة في كونها تمس الشريحة الكبرى في المجتمع الليبي والتي تعد طاقة المستقبل وهي فئة الشباب.

3- بث التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة والابتعاد عن النمطية والسلبية في التفكير والعمل على وضع بدائل أخرى للبحث على فرصة عمل بعد التخرج.

الأهمية التطبيقية:

1- من المؤمل أن تفيد نتائج هذه الدراسة الجهات المختصة في الجامعة لبناء استراتيجيات وبرامج جديدة لرفع درجة الرضا عن الحياة الجامعية وزيادة مستوى تقدير الذات لدى الطلبة مما قد ينعكس ذلك على التحصيل الدراسي وعلى توافقهم النفسي وأدائهم بشكل عام.

2- توفر الدراسة الحالية إطارا نظريا تنطلق منه الدراسات الأخرى المهتمة بهذا المجال البحثي ، في محاولة منها توفير أدوات للباحثين لقياس درجة الرضا عن الحياة.

ثالثا– أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة لتحقيق الهدفين الآتيين:

1– التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية.

2– الكشف عن الفروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغيري (النوع ، والتخصص العلمي).

رابعا– حدود الدراسة:

1– **الحدود الموضوعية:** تمثلت في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية.

2– **الحدود المكانية:** تمثلت في جامعة الزاوية.

3– **الحدود الزمانية:** تم إجراء الدراسة الحالية عام 2020م.

خامسا – مفاهيم الدراسة:

يعرض الباحث فيما يلي لأهم المفاهيم الخاصة بموضوع الدراسة ومن أهمها ما يلي:

1– **الرضا عن الحياة لغة:** جاء تعريف الرضا عن الحياة في المعجم الوجيز ترضية وبه وعنه وعليه رضاء، ورضوانا، ومرضاة، أي اختاره وقبله ويقال رضية له أي رآه أهلا[4].

2– **اصطلاحا:** عرف بأنه تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي الذي يحيط به فهو متوافق مع ربه وذاته، وأسرته وسعيدا في عمله، متقبلا لأصدقائه وزملائه، راضيا على إنجازاته الماضية متفاعلا بما ينتظره من مستقبل مسيطر على بيئته فهو صاحب القرار قادر على تحقيق أهدافه[5].

3-الرضا عن الحياة: هو تقييم معرفي ذاتي في ضوء ما يدركه الشخص من رضا عن ذاته وتقبله لها ، وقناعته بما يحققه من إنجازات ، وشعوره بالأمن والطمأنينة ، والانسجام مع الواقع[6].

ويعرف إجرائيا: بأنه شعور الفرد بالراحة والاستقرار وهي الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الرضا عن الحياة.

ولتحقيق الأهداف السالفة الذكر قسمت الورقة البحثية للمحاور الرئيسة التالية:

أولا- ماهية الرضا عن الحياة:

بالرغم من بساطة صفة الرضا إلا أنها واحدة من أصعب الخصال التي يمكن للمرء أن يكتسبها في حياته، وبالرغم من كونها هي الطريق للسعادة إلا أن الغالبية من البشر لا يعبئون بها، ومع أنها الطريق المختصر الأقرب للفوز بالراحة النفسية حتى وإن اجتمعت مشكلات الحياة بأكملها فوق رأس الشخص إلا أن قلة من يسلكونه[7].

يخلط الكثير من الأشخاص بين مفهوم الرضا عن الحياة والسعادة، لكنهما في الواقع مفهومان مختلفان تماماً عن بعضهما البعض، فالرضا عن الحياة هو حالة عامة تنتاب المرء تجاه حياته ككل ولا يعني الشعور المؤقت بالسعادة، أما السعادة فهي شعور مؤقت ولحظي ما أن تنتهي الحالة المسببة له يزول معها، بالطبع السعادة أمر ضروري وشعور طبيعي تتضمنه الحياة لكنها وحدها غير كافية ليرضى المرء عن حياته[8].

ينتج عن الرضا شعور بالاستقرار والسعادة الدائمة التي تتضمن مختلف مجالات الحياة سواء على مستوى العمل أو العلاقات الشخصية أو المستوى الاجتماعي والحالة المادية وغيرها الكثير، في حين أن السعادة لا ينتج عنها الشعور بالرضا في الحياة[9].

كذلك الرضا عن الحياة لا يعني بالضرورة أن يتمتع المرء بكل مقومات الحياة التي تضمن له حياة تبدو في ظاهرها مرضية لأي شخص والتي تعني لدى الغالبية حياة الرفاهية بامتلاكه أموال طائلة وعلاقات اجتماعية كثيرة ومنزل فخم وسيارة حديثة وغيرها، فقد يكون شخص دون مأوى ويعاني من الكثير من الصعاب في حياته وبالرغم من ذلك يتحلى بالرضا، وعلى العكس نجد العديد من الأشخاص يمتلكون الكثير والكثير وبالرغم من ذلك ينقصهم الرضا، وبذلك فالرضا يختلف من شخص لآخر بناء على مجموعة من المتغيرات المتعددة في الحياة والتي تختلف من شخص لآخر[10].

ويعتبر مفهوم معنى الحياة تفسيرا لأهمية حياة الفرد من جهة، وأهدافه وغاياته في الحياة من جهة أخرى، وأن معنى الحياة هو الغرض من وجود الإنسان والسعي نحو تحقيق الأهداف ويتفق العلماء على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان، فبالمعنى يشعر الإنسان بقيمته وبإنسانيته، ويقبل على الحياة، يتفاعل ويتجاوب معها، ويحقق التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافه، وبافتقاد المعنى صار الإنسان مضطربا يعاني من المشكلات والاضطرابات النفسية، ويختلف العلماء في طريقة تحقيق الإنسان للمعنى في حياته باختلاف انتماءاتهم الفكرية، ومذاهبهم الفلسفية ، وأن لكل فرد معنى خاصا يتحدد من خلال اتجاهاته نحو حياته ورسالته الخاصة في الحياة والتي تعرض عليه مهام محددة لابد من تحقيقها وهذا المعنى لا يتحقق من خلال تحقيق الذات فقط وإنما لابد للفرد من تجاوز ذلك للخارج عن طريق إقامة علاقة مع الآخر وتقديم شيء ذي قيمة له[11].

إن الفرد الذي يجد معنى لحياته هو ذلك الإنسان الذي يحقق حاجات مهمة كالإحساس بوجود هدف للحياة، والإحساس بالفاعلية والتحكم بالمواقف، وامتلاك مجموعة من القيم التي تمكنه من تبرير أفعاله، وامتلاك أساس قوي من الإحساس بقيمة الذات[12].

ويتكون مفهوم معنى الحياة من ثلاث مكونات رئيسة وهي المكون المعرفي والذي يرتبط بإدراك الفرد لمعنى الحياة والخبرات التي تثري المعنى، والمكون السلوكي: وهو سلوك الفرد الذي يترجم هدف حياته بشكل واقعي، أما المكون الثالث فهو الوجداني والذي يرتبط بأحاسيس الفرد بأن حياته لها قيمة ورضاه عنها من خلال ما حققه من أهداف[13].

من خلال التعريفات السابقة التي قد تتشابه في المعنى البعيد للرضا عن الحياة وإن اختلفت المفردات والمصطلحات التي استخدمها كل باحث أو عالم في تعريفه للرضا عن الحياة ، فإنه يمكن أن نعرف الرضا عن الحياة بأنه حالة من التقبل والسعادة التي يبذلها الفرد اتجاه نواحي الحياة وتتبع هذه الحالة من خلال رضا الفرد بما قسمه الله له وإيمانه بعدل الله.

ثانيا- أبعاد الرضا عن الحياة:

من خلال التعريفات السالفة الذكر لهذا المفهوم يمكن تمييز الأبعاد الرئيسة الأتية:

1- **الموضوعية:** وتشمل هذه الفئة الجوانب الاجتماعية لحياة الأفراد و التي يوفرها المجتمع من مستلزمات مادية.

2- **الذاتية:** ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة، وشعور الفرد بجودة الحياة.

3- **الوجودية:** وتمثل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد، واستطاعته العيش بتوافق روحي ونفسي مع ذاته ومع مجتمعه[14].

4- **التوازن الانفعالي:** ويتمثل في ضبط الانفعالات الإيجابية والسلبية.

5- الحالة الصحية العامة للجسم.

6- **الاستقرار المهني:** حيث يمثل الرضا عن العمل بعدا هاما في جودة الحياة.

7- الاستقرار الأسري وتواصل العلاقات الاجتماعية داخل البناء العائلي.

8- استمرارية وتواصل العلاقات الاجتماعية خارج نطاق العائلة.

9- **الاستقرار الاقتصادي:** وهو ما يرتبط بدخل الفرد الذي يعينه على مواجهة الحياة.

10- **التواؤم الجنسي:** ويرتبط ذلك ما يتعلق بصورة الجسم والرضا عن المظهر والشكل العام[15].

11- **تقبل الذات:** ويشير إلى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات والنضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات.

12- **العلاقات الإيجابية مع الآخرين:** وتشير إلى القدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين قائمة على الثقة والتواد، والقدرة على التوحد مع الآخرين، والقدرة على الأخذ والعطاء مع الآخرين.

13- **الاستقلالية:** وتشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات، والاعتماد على الذات والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي.

14- **الكفاءة البيئية:** وتشير إلى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية.

15- **هدفيه الحياة:** وتشير إلى أن يكون للفرد هدف في الحياة ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابرة والإصرار.

16- النمو الشخصي: وتشير إلى قدرة الفرد على تنمية قدارته وإمكانياته الشخصية لأثراء حياته[16].

ثالثا-العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة:

يعد الشعور بالرضا واحدا من المكونات الأساسية للسعادة، والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي، وهناك شعور بالرضا عن الحياة بوجه عام وعن العمل وعن الزواج وعن الدراسة ومجالات الأخرى ويختلف الناس في

درجة تقديرهم لمدى رضاهم عن الحياة، ويمكن تفسير الاختلاف في الشعور بالرضا عن الحياة بين الناس بعدة عوامل منها:

أ- تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا: ما من شك أن ظروف الحياة تؤثر على الشعور بالرضا، فالأشخاص المستقرون في زواجهم ولديهم عمل مشوق وصحتهم جيدة لا شك أنهم أكثر سعادة من الآخرين ولكن هذا ليس كل شيء فهناك الكثير من الشعور بالرضا المستمر من أنشطة ممتعة ولكنها لا ترتبط بإشباع للحاجات.

ب- خبرة الأحداث السارة: إذا كان الشعور بالرضا لا يتأثر دوما بالظروف الموضوعية فربما كان يتأثر أيضا بخبرة الأحداث السارة والتي تولد مشاعر إيجابية وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية حسنة يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل.

ج- الطموح والإنجاز: يكون الشعور بالرضا أكثر عندما تقترب الطموحات من لإنجازات ويكون أقل عندما تبتعد عنها وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية.

د. المقارنة مع الآخرين: لكي تحدد ما إذا كان الفرد قصيرا أم طويلا لابد من عقد مقارنات مع الآخرين، وتعتمد كيفية إصدار الناس للأحكام أو التقديرات على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه، ويحتمل أن تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة مع الآخرين، بينما يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة[17].

مما سبق يمكن القول أن قوة الإيمان والتدين من أهم العوامل التي تجعل الإنسان يشعر بالرضا عن الحياة لأن قوة الإيمان والتدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان، والتي تبعث في النفس الطمأنينة والإحساس بالرضا، خاصة أثناء المرور بالأزمات والضغوطات الحياتية،

فالفرد يعمل بقدر ما يستطيع ثم يفوض الأمر لله والتسليم له دون قلق أو خوف، لذلك يجب التمسك بالدين حيث يدخل على الفرد ،السرور، والراحة النفسية والسعادة والرضا عن الحياة.

رابعا- الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة:

يعرض الباحث فيما يلي مجموعة من الدراسات السابقة والتي تناولت موضوع الرضا عن الحياة ولقد حرص الباحث على الاطلاع على هذه الدراسات والاستفادة منها في الجانبين النظري والتطبيقي وفيما يلي عرض لهذه الدراسات وفقا لتسلسلها الزمني من الأحدث إلى الأقدم.

1-دراسة زينب حسين علي ، وزهراء علي سلطان بعنوان: الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية طب الأسنان ، 2018م[18].

هدفت الدراسة إلى التعرف على الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية طب الأسنان ، ثم الكشف عن دلالة الفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية طب الأسنان وفق متغير النوع ، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالب وطالبة ، واتبعت الباحثتان المنهج الوصفي المسحي ، واستخدمتا الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

-يتمتع طلبة كلية طب الأسنان بمستوى جيد من الرضا عن الحياة.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية طب الأسنان تعزى للنوع ولصالح الذكور.

2-دراسة أحمد ماجد عبادي وآخرون ، بعنوان: الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الآداب ، 2018م[19].

هدفت الدراسة التعرف على الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية، ثم البحث عن دلالة الفروق على مقياس الرضا عن الحياة وفق متغير النوع ، وتكونت

العينة من (100) طالب وطالبة ، واتبع الباحثون المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدموا الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

-أن عينة الطلبة تتمتع بمستوى عال من الرضا عن الحياة.

-هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة يعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور.

3-دراسة مطانيوس ميخائيل ، بعنوان: الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا ، 2013م[20].

هدفت الدراسة إلى إجراء مقارنة بين طلبة الجامعة في كل من سورية وبريطانيا في خمسة مجالات للرضا عن الحياة يغطيها مقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد للطالب ، وذلك في ضوء متغيري النوع والتخصص الدراسي ، وتكونت العينة من (616) طالب وطالبة من جامعتي سورية وبريطانيا ، واتبع المنهج الوصفي ، واستخدم الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا يعزى لمتغير التخصص الدراسي لصالح طلبة العلوم الانسانية.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا يعزى لمتغير النوع ولصالح الإناث.

4- دراسة رغداء علي نعيسة ، بعنوان : مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق و تشرين 2012 م [21].

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق و تشرين حسب متغير البلد (المحافظة) دمشق اللاذقية و النوع الاجتماع (ذكر ، أنثى) و(التخصص ، علوم نظرية ،علوم تطبيقية) ، وتكونت عينة الدراسة من (360) طالبا وطالبة من هاتين الجامعتين ، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدمت الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتيجة التالية:

-وجود مستوى متدني من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من جامعتي دمشق و تشرين نتيجة الظروف الصعبة الذين مروا بها.

5-دراسة مروة محمد إبراهيم ، بعنوان: الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة، 2011م[22].

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وكل من المساندة الاجتماعية المدركة وقلق المستقبل ، كما هدفت على التعرف إلى الفروق في الرضا عن الحياة تعزى لمتغيري النوع والتخصص الاكاديمي ، وتكونت عينة الدراسة من (235) من طلاب الجامعة ، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدمت الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

-وجود علاقة موجبة بين درجات الطلاب على مقياس الرضا عن الحياة ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية المدركة.

-وجود فروق بين الطلاب تعزى لمتغير التخصص الاكاديمي على مقياس الرضا عن الحياة ولصالح العلوم الانسانية.

-عدم وجود فروق بين الطلاب تعزى لمتغير النوع على مقياس الرضا عن الحياة.

مناقشة عامة للدراسات السابقة:

يرى الباحث أن الدراسات التي تم عرضها تناولت بشكل مباشر موضوع الدراسة من حيث تركيزها على الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة ، وكذلك استخدامها للمنهج الوصفي والاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة الدراسة وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية، واستفاد الباحث أيضا من هذه الدراسات في تحديد متغيراته وفي بناء الاستمارة وفي دعم نتائج دراسته من حيث الاتفاق والاختلاف.

خامسا- الإجراءات المنهجية في الدراسة الميدانية:

يعرض الباحث إجراءات المنهجية للدراسة الميدانية من خلال عرضه للمنهج المستخدم في الدراسة ومجتمع الدراسة وعينته ، وأداة الدراسة مع توضيح إجراءات الصدق والثبات ، وأخيرا عرض الأساليب الإحصائية التي استخدمت في هذه الدراسة.

1.منهج الدراسة : تم إتباع المنهج الوصفي التحليلي نظرا لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها وهو لا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها ، بل يتعدى إلى ما هو أبعد من ذلك ، لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات ، فضلا من أنه كثيرا ما تقترن عملية الوصف بالمقارنة ، حين تستخدم في الدراسة الوصفية أساليب القياس والتصنيف والتفسير .

2.مجتمع الدراسة وعينته: اشتمل مجتمع الدراسة على طلبة كليتي التربية الزاوية والآداب بجامعة الزاوية في المرحلة الدراسة النهائية و المقبلين على التخرج ، والبالغ عددهم

(1700) طالب وطالبة حسب تخصصاتهم علوم إنسانية (1150) ، وعلوم تطبيقية (550) للعام الجامعي 2019م – 2020م .

عينـة الدراسـة : تكونـت عينـة الدراسـة من (256) طالـب وطالبـة بنسبة (15%) من المجتمع الكلي تم اختيارهم بطريقة طبقية غير نسبية .

- الدراسة الاستطلاعية : تكونت من (30) طالب وطالبة ، وذلك لتقنين أداة الدراسة من خلال الصدق والثبات بالطرق المناسبة والتي استغرقت أسبوعان خلال التطبيق الأول والثاني وكانت النتائج متقاربة إلى حد ما بين تطبيق الأول والثاني.

الخصائص العامة لعينة الدراسة :

جدول (1) التوزيع التكراري لعينة الدراسة حسب متغير النوع .

النوع	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	100	39.1
أنثى	156	60.9
المجموع	256	100.0

يتبين من الجدول (1) أن نسبة (60.9%) من مجموع أفراد عينة الدراسة (إناث) ، ونسبة (39.1%) من مجموع أفراد عينة الدراسة (ذكور). يرجع أن نسبة الإناث أعلى من الذكور نظرا للالتحاق الذكور بالمعاهد الفنية أو معاهد الشرطة وذلك لاختصار الوقت والتحاق بسوق العمل.

جدول (2) التوزيع التكراري لعينة الدراسة حسب متغير التخصص العلمي .

التخصص العلمي	التكرار	النسبة المئوية
علوم إنسانية	173	67.6
علوم تطبيقية	83	32.4
المجموع	256	100.0

يتبين من الجدول (2) أن نسبة (67.6%) من مجموع أفراد عينة الدراسة تخصصهم العلمي (علوم إنسانية) ، ونسبة (32.4%) من مجموع أفراد عينة الدراسة تخصصهم العلمي (علوم تطبيقية).

3. أداة الدراسة : بعد الاطلاع على الأدب السيكولوجي والدراسات السابقة ، تم بناء استبيان وصياغة فقراته.

4. صدق الاستبيان :

أ. صدق المحكمين :

أعد الاستبيان بصورته الأولية ، وتم عرضه على مجموعة من المحكمين متخصصين في مجال المعرفة ، وتم إجراء التعديلات اللازمة من حيث حذف أو إضافة أو تعديل ، فأصبح عدد فقرات الاستبيان مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية بعد التعديل (10) فقرات ، علما بأن بدائل الإجابة عن فقراته تنحصر في (دائما ، أحيانا ، أبدا).

ب. صدق الاتساق الداخلي :

تم القيام بحساب صدق الاتساق الداخلي باستخدام مصفوفة الارتباط البسيط بيرسون

جدول (3) ارتباط فقرات الاستبيان مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية بالدرجة الكلية

المحور	عدد الفقرات	الارتباط
مستوى الرضا عن الحياة	10	0.805**

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات الاستبيان مستوى الرضا عن الحياة والدرجة الكلية كانت دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) الأمر الذي يؤكد صدق الاتساق الداخلي لكل فقرة بالدرجة الكلية للاستبيان ، ومن ثم الوثوق فيه للاستخدام والتطبيق .

ثانيا – الثبات :

تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ :

جدول (4) معامل ثبات الاستبيان باستخدام طريقة ألفا كرو نباخ بين فقرات مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية والدرجة الكلية .

المحور	عدد الفقرات	معامل الثبات
مستوى الرضا عن الحياة	10	0.821

يتضح من الجدول (4) أن جميع فقرات الاستبيان جاءت بدرجات ثبات عالية ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي (0.821) ، وتشير هذه القيمة العالية من معامل الثبات إلى صلاحية الاستبيان للتطبيق وإمكانية الاعتماد على نتائجه والوثوق به .

5–التصميم والمعالجة الإحصائية للبيانات :

ولإعادة ترميز الاستبيان فقد وزعت الدرجات من 1– 3 على النحو التالي :

- تعطى الدرجة (3) للاستجابة (دائما) .
- تعطى الدرجة (2) للاستجابة (أحيانا) .
- تعطى الدرجة (1) للاستجابة (أبدا) .

ولأغراض التحليل الإحصائي ، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ومعامل الارتباط البسيط بيرسون ، ومعامل الثبات ألفا كرونباخ ، وعن البحث عن الفروق بين المتغيرات تم استخدام اختبار (T.test).

نتائج تتعلق بالإجابة عن التساؤل الأول : ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية؟

جدول (5) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب الفقرات والدرجة في محور مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية.

ر. م	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
1-	يمكنك اتخاذ القرار الصحيح حتى لو كانت حالتك النفسية سيئة.	1.8672	0.79578	7	متوسطة
2-	تتقبل انتقادات الآخرين برحابة صدر.	2.0625	0.82842	2	متوسطة
3-	تشعر بالرضا على الرغم من كثرة المهام الأكاديمية والبيئية التي تقوم بها.	1.8281	0.70970	8	متوسطة
4-	تشعر بالراحة عندما تفكر في حياتك المستقبلية.	1.7109	0.57602	9	متوسطة
5-	تشعر أنك ناجح في حياتك.	1.9375	0.77964	5	متوسطة
6-	يحترمك الآخرون.	2.1719	0.76296	1	متوسطة
7-	ترى نفسك أكثر سعادة من الآخرين.	1.9453	0.85230	4	متوسطة
8-	تشعر بالرضا عن ظروف حياتك.	1.6719	0.70970	10	متوسطة
9-	تستمتع بحياة سعيدة.	1.9063	0.82545	6	متوسطة
10-	حصلت على أشياء مهمة في حياتك.	2.0234	0.80649	3	متوسطة

يتضح من الجدول (5) أن الفقرة (6) والتي تنص على (يحترمك الآخرون) احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.1719) وانحراف معياري (0.76296) ، تليها في المرتبة الثانية الفقرة (2) والتي تنص على (تتقبل انتقادات الآخرين برحابة صدر) بمتوسط حسابي (2.0625) وانحراف معياري (0.82842) ، وفي المرتبة الثالثة الفقرة (10) والتي تنص على (حصلت على أشياء مهمة في حياتك) بمتوسط حسابي (2.0234) وانحراف معياري (0.80649) وجاءت بدرجات متوسطة .

بشكل عام: أن وعي الفرد وإحساسه بالحياة يؤدي إلى الإحساس بقيمته وإنسانيته ، ويقبل الحياة ويتفاعل معها ويستجيب لها ، ويحقق من خلالها التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافها ويزيد من تقدير الحياة والإحساس بأهميتها وقيمتها ودوافعها للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها ، وقدرته على تحمل المسؤولية ، والتسامي تجاه الآخرين ، وقبوله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام ، وهذه النتيجة هي ما يجعله يرضى بحياته ويزيد من قيمتها وتقديره لها. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (أحمد ماجد عبادي وآخرون ، 2018م) والتي أن عينة الطلبة تتمتع بمستوى عال من الرضا عن الحياة ، وتتفق مع دراسة (زينب حسين علي ، وزهراء علي سلطان ، 2018م) والتي ترى بأن طلبة كلية طب الأسنان يتمتعون بمستوى جيد بالرضا عن الحياة.

ويتضح من النتائج الواردة بالجدول أن أقل فقرات شيوعا لدى أفراد عينة الدراسة هي الفقرة رقم (8) والتي تنص على (تشعر بالرضا عن ظروف حياتك) بمتوسط حسابي (1.6719) وانحراف المعياري (0.70970) جاءت بدرجة متوسطة.

نتائج تتعلق بالإجابة عن التساؤل الثاني : الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية بين متغيري (النوع، التخصص العلمي) ومستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية ؟

جدول (6) يبين نتائج اختبار (ت) بين متوسطي عينة الدراسة عن الفقرات والدرجة الكلية لمستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية وفقا لمتغير النوع .

البعد	النوع	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
مستوى الرضا عن الحياة	ذكر	100	26.7800	2.73614	25.736	0.000
	أنثى	156	14.2179			

يتبين من الجدول (6) أن أفراد عينة الدراسة (الذكور) سجلوا متوسطا حسابيا (26.7800) أكبر من أفراد عينة الدراسة (الإناث) على مقياس مستوى الرضا عن الحياة لدى

طلبة جامعة الزاوية ولصالح أفراد عينة الدراسة (الذكور) . وبذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متغير النوع ومستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية ،لأن مستوى دلالته (0.000) أقل من مستوى (0.05) لصالح أفراد عينة الدراسة (الذكور). ويرجع ذلك إلى أن مستوى الرضا لدى الذكور أعلى من مستوى الرضا لدى الإناث ، وذلك بسبب انتشار الحرية الشخصية للذكور وعدم الالتزام بتقاليد المجتمع ، على عكس الإناث التي تحكمها العادات والتقاليد الاجتماعية ، لأنهم لا يتمتعون بنفس الحرية التي يتمتع بها الطلاب الذكور. تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (زينب حسين علي ، 2018م) ، ودراسة (أحمد ماجد عبادي وأخرون ، 2018م) والتي ترى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة يعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور ، وتتفق مع دراسة (مطانيوس ميخائيل ، 2013م) والتي ترى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا يعزى لمتغير النوع ولصالح الإناث ، وتختلف مع دراسة (مروة محمد إبراهيم، 2011م) والتي توصلت بعدم وجود فروق بين الطلاب يعزى لمتغير النوع على مقياس الرضا عن الحياة.

جدول (7) يبين نتائج اختبار (ت) بين متوسطي عينة الدراسة عن الفقرات والدرجة الكلية لمستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية وفقا لمتغير التخصص العلمي.

البعد	التخصص العلمي	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
مستوى الرضا عن الحياة	علوم إنسانية	173	23.3121	4.76857	24.530	0.000
	علوم تطبيقية	83	10.3976			

يتبين من الجدول (7) أن أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم (علوم إنسانية) سجلوا متوسطا حسابيا(23.3121) أكبر من أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم (علوم تطبيقية) على

مقياس مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية ولصالح أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم (علوم إنسانية) . وبذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متغير التخصص العلمي ومستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية ،لأن مستوى دلالته (0.000) أقل من مستوى (0.05) لصالح أفراد عينة الدراسة الذين تخصصهم (علوم إنسانية) . تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (مروة محمد إبراهيم ، 2011م) ودراسة (مطانيوس ميخائيل ، 2013م) والتي ترى بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية.

ملخص النتائج:

1- أشارت نتائج الدراسة أن مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية جاء بدرجة متوسطة ، حيث احتلت الفقرة (6) والتي تنص على (يحترمك الآخرون) المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.1719) وانحراف معياري (0.76296) ، تليها في المرتبة الثانية الفقرة (2) والتي تنص على (تتقبل انتقادات الآخرين برحابة صدر) بمتوسط حسابي (2.0625) وانحراف معياري (0.82842) ، وفي المرتبة الثالثة الفقرة (10) والتي تنص على (حصلت على أشياء مهمة في حياتك) بمتوسط حسابي (2.0234) وانحراف معياري (0.80649).

2- أكدت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور.

3- بينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية تعزى لمتغير التخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية.

التوصيات:

1- تدريب الطلاب على تنمية المفاهيم الإيجابية لمعنى الحياة وتنمية المسؤولية الشخصية وزيادة الدافعية.

2- إقامة دورة للمهارات الحياتية الإيجابية ضمن المناهج التربوية للمراحل المختلفة.

3- وضع برامج تدريسية لتنمية أساليب الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.

4- ضرورة انتباه المعلمين لوجود الفروق الفردية بين الطلاب في أساليب التعلم وضرورة تزويد المعلمين باستخدام التعليم الذي يراعي تنوع أساليب الرضا عن الحياة وتذليل الصعوبات التي يواجهونها.

5- تصميم وتنفيذ برامج إرشادية لذوي المستوى المنخفض من الرضا عن الحياة مما يؤدي إلى الشعور بالتفاؤل والابتعاد عن التشاؤم.

6- تواصل الجامعة تقديم الخدمات اللازمة التي من شأنها الحفاظ على استمرار الرضا عن الحياة بين طلابها.

الهوامش:

1- أحمد محمد عبدالخالق ، معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (13) ، العدد الرابع ، 2003م ، ص 56.

2- سحر علام ، معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (18) ، العدد (3) ، 2008م ، ص 218.

3- رانيا معتوق المالكي ، فعالية الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدرسة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية ، 2011م ، ص 62.

4- سميرة علي أبو غزالة ، فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية وتحسين المعنى الإيجابي للحياة لدى طلاب الجامعة ، المؤتمر السنوي الرابع عشر لمركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، 2007م ، ص 202.

5- محمد حسن الأبيض ، مقياس معنى الحياة لدى الشباب ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، 3 (34) ، 2010م ، ص820 .

6- عبدالمحسن خضير ، المعنى في الحياة عند طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية ، مجلة أبحاث البصرة ، العراق ، 41 (2) ، 2016م ، ص 410 .

7- حنان خوخ ، معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعات بالمملكة العربية السعودية ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة أم القرى ، 3 (2) ، 2011م ، ص 44 .

8- نادية رتيب ، معنى الحياة وعلاقته بالصلابة النفسية ، مجلة جامعة البعث ، دمشق ، سورية 36 (8) ، 2014م ، ص 38 .

9- نجوى إبراهيم عبدالمنعم ، الرضا عن الحياة ، المؤتمر السنوي الخامس عشر لمركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، 2010م ، ص 55 .

10- كامل كتلو ، العلاقة بين السعادة والتدين والحب والرضا عن الحياة لدى الطلبة المتزوجين ، مؤتمر علم النفس في الجامعة الإسلامية ، كلية التربية ، ماليزيا ، 2011م، ص 77 .

11- أحمد محمد عبدالخالق ، الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي ، مجلة دراسات نفسية ، 18 (1) ، 2008م ، ص 121.

12- عزة عبدالكريم ، أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين ، مجلة دراسات نفسية ، 17 (2) ، 2007م ، ص 421.

13- نعمات شعبان علوان ، الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء الفلسطينيين ، مجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد 16 ، العدد (2) ، جامعة الأقصى ، غزة ، فلسطين ، 2008م ، ص 532 .

14- يحي عمر شعبان شقورة ، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأزهر ، غزة ، 2012م ، ص70.

15- سوزان بنت صدقة بن عبدالعزيز يبسوني ، التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالإنجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من طالبات الجامعيات بمكة المكرمة ، مركز الإرشاد النفسي ، العدد (28) ، 2011م ، ص 110.

16- جمال السيد تفاحة ، الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين ، مجلة كلية التربية ، جامعة الإسكندرية ، المجلد (19) ، العدد (3) ، 2009م ، ص 85.

17- عبدالحميد رجيعه ، التحصيل الاكاديمي وإدراك جودة الحياة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي الذكاء الاجتماعي من طلاب كلية السويس ، مجلة كلية التربية ، جامعة الإسكندرية ، 2009م ، ص 160.

18- زينب حسين علي ، وزهراء علي سلطان ، الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية طب الأسنان ، بحث ضمن متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، كلية التربية للبنات ، 2018م.

19- أحمد ماجد عبادي وآخرون ، الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الآداب ، بحث مقدم كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس ، في علم النفس ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة القادسية ، 2018م.

20- مطانيوس ميخائيل ، الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا ، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس ، سورية ، مجلد (11) ، العدد (1) ، 2013م، ص 109.

21- مروة محمد إبراهيم ، الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان ، جمهورية مصر العربية ، 2011م.

22- رغداء علي نعيسة ، جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 28 ، العدد (1) ، 2012م ، ص 45.