أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الأردن*

د. منار بني مصطفى**
د. أحمد الشريفين***
د. رامي طشطوش****

* تاريخ التسليم: ٨/ ٦/ ٢٠١٣م، تاريخ القبول: ٥/ ٨/ ٢٠١٣م.
** قسم علم النفس الإرشادي والتربوي/ جامعة اليرموك/ الأردن.
*** قسم علم النفس الإرشادي والتربوي/ جامعة اليرموك/ الأردن.
**** قسم علم النفس الإرشادي والتربوي/ جامعة اليرموك/ الأردن.

ملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى أحداث الحياة الضاغطة ومستوى الشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك.تكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية من طلبة جامعة اليرموك المسجلين في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٢/ ٢٠١٣م. ولتحقيق أهداف الدراسة كيّف مقياسان لقياس أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة كان مرتفعاً، وأن مستوى الشعور بالرضا عن الحياة كان منخفضاً، ولم تكن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq ٠,٠٥$) بين مستوى أحداث الحياة الضاغطة، وبين مستوى الشعور بالرضا عن الحياة.وقد وجدت علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq ٠,٠٥$) بين مقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل، وبين جميع مجالات مقياس الرضا عن الحياة باستثناء مجال الرضا عن الحياة الجامعية.وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أحداث الحياة الضاغطة ككل، وفي المجال الأكاديمي والمجال النفسي، تعزى للمستوى التحصيلي ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، ووجدت كذلك فروق في مستوى أحداث الحياة الضاغطة الأسرية والاجتماعية والسياسية، تعزى للمستوى التحصيلي، ولصالح ذوي التحصيل المتدني (المقبول) ، إضافة إلى وجود فرق في مستوى الشعور بالرضا عن الحياة على المقياس ككل، وعلى مجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية، تعزى للمستوى التحصيلي، ولصالح ذوي التحصيل الممتاز، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأحداث الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة تعزى لكل من الجنس والمستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحيه: الرضا عن الحياة، أحداث الحياة الضاغطة، طلبة الجامعات، جامعة اليرموك.

Relationship between Stressful life events and Feeling of Satisfaction in Life among Yarmouk University Students in Jordan.

Abstract:

The study aimed at investigating the level of stressful life events and feeling of life satisfaction and the relationship between them among a sample of students at Yarmouk University Were chosen by stratified random sampling. The study sample consisted of (350) male and female students enrolled in the second semester 2012- 2013.The results showed a high level of stressful life events, and low level of life satisfaction, and there were no significant correlation between the two variables, except for the dimension of university life satisfaction which was negatively correlated with stressful life events and its dimensions.The results also showed statistically significant differences at ($\alpha \leq 0.05$) in the level of Stressful life events as a whole, academic and psychological dimensions that were attributed to academic achievement in favor of excellent students.In addition, differences are found in the level of stressful life events and family, social,Political stressful events and attributed to the level of academic achievement in favor of low achievement students. Differences were also found in the level of life satisfaction, Social and family satisfaction dimensions due to the level of achievement in favor of those with excellent achievement.Moreover, no statistically significant differences were found at the level ($\alpha \leq 0.05$) in stressful life events and life satisfaction due to gender and students› study level.

Keywords: *Stressful Life events, Life satisfaction ,Yarmouk University, University Student.*

مقدمة:

يمر جميع الأفراد بمراحل انتقالية في حياتهم سواءً أكانت على الصعيد الداخلي النفسي والجسمي والأخلاقي، أم على الصعيد الخارجي الاجتماعي والبيئي والمهني. ومع كل مرحلة جديدة يمر بها الفرد يتوقع أن يواجه أحداثاً وظروفاً ومتطلبات جديدة قد تسبب له الشعور بالقلق والضغط وعدم الاتزان.فإن واجه هذه الأحداث بنجاح واستطاع التكيف معها، شعر بالرضا عن نفسه وعن حياته، وإن لم يستطيع ذلك انخفض لديه الشعور بالرضا، وقلّ مستوى إحساسه بالكفاءة الذاتية والاجتماعية.

وتزداد أحداث الحياة الضاغطة نظراً لطبيعة العصر الحالي، والتغيرات السريعة والمتلاحقة في التقدم العلمي والتكنولوجي.والأحداث الحياتية الضاغطة تواجه من قبل الأفراد باستجابات متفاوتة ترجع لقدرة كل واحد منهم على التعامل معها بإيجابية؛ نظراً للعوامل الشخصية والفروق الفردية بينهم (إبراهيم، ١٩٩٢) .

والشباب الجامعي يعتبرون من الصفوة في أي مجتمع، فبقدر ما يكونون على علم وخلق وكفاءة بقدر ما يتوقع من تقدم المجتمع وازدهاره، باعتبارهم أداة التقدم والتنمية والتجديد في الجوانب الحياتية المختلفة (السلطان، ٢٠٠٩) .

ويتعرض الطلبة الجامعيون إلى العديد من الضغوطات التي تؤثر في صحتهم النفسية، وقدرتهم على التكيف، فمنها ما هو اجتماعي يفرضه المجتمع والأسرة والجامعة من معايير ومتطلبات كضرورة النجاح والتفوق، واتباع القواعد القانونية، والالتزام بالقيم الأخلاقية والاجتماعية، ومنها ما هو نفسي يفرضه الطالب على نفسه من تحقيق طموحاته وأهدافه في الحياة، ومنها ما هو بيولوجي يتمثل في الحفاظ على الصحة، وتنفيس الرغبات الجنسية بالشكل المقبول دينيا واجتماعيا (حمدي، ٢٠٠٧) .

أحداث الحياة الضاغطة:

عرف إبراهيم (١٩٩٢) أحداث الحياة الضاغطة بأنها: أي تغير داخلي أو خارجي يؤدي إلى استجابة انفعالية حادة ومستمرة، تتطلب من الفرد القيام بمجموعة من التحديات والقرارات والسلوكات لمواجهتها.بينما عرفها مظلوم (٢٠٠٨، ٣ص) بأنها: «التعرض لمشكلات وأحداث تواجه الفرد، وتسبب له إرباكاً في توازنه الداخلي نتيجة لشعوره بالتهديد، وتتطلب منه القيام بمجهود إضافي للعودة لتوازنه الطبيعي».

ويرى بلونا (Blonna,2006) بأن أحداث الحياة الضاغطة لا تعني الأحداث السلبية في الحياة فحسب، وإنما تعني مختلف الأحداث السلبية والإيجابية التي يمر بها الفرد، وتحتاج منه القيام بمجموعة من القرارات والخيارات لمواجهة الظروف والمتطلبات الجديدة المفروضة عليه.

كما أن بعضهم يرى بأن أحداث الحياة الضاغطة (Stressful Events) تتراوح بين الأحداث الشاقة والشديدة جداً، كوفاة أحد أفراد الأسرة، والطلاق، والإصابة بمرض خطير، أو الأحداث الضاغطة الأقل شدة كتغيير العمل، أو تغيير مكان السكن.وهناك أيضا ما يعرف بأحداث الحياة الصغيرة، أو ما يسميه بعضهم بالمنغصات اليومية (Daily Hassles) ، التي يتعرض لها الفرد بشكل يومي مثل الازدحام المروري، والوقوف الطويل في طابور بهدف الحصول على خدمة معينة (Blonna, 2006) .

وتعدُ جميع هذه الأحداث مؤثرة في الفرد بحسب مقدار الضغط النفسي المصاحب لها، أو بحسب قدرة الفرد للتأقلم والتكيف مع هذه الأحداث، فشدة الحدث الضاغط وشخصية الفرد لهما دور كبير في تحديد مستوى الأثر السلبي الذي قد يتركه على الفرد (Rice,2001) .

أكدت كوباسا (Kobasa, 1981) على أهمية شخصية الفرد عند التحدث عن الأحداث الحياتية الضاغطة، فأشارت إلى ثلاث صفات مهمّة لا بد من النظر إليها عند تعرض الفرد للحدث الضاغط، والتي أسمتها (3C) وهي: الالتزام (Commitment) ، وتعني: شعور الفرد بالالتزام اتجاه الطرق والإجراءات التي يتخذها لمواجهة الحدث الضاغط فلا يهرب ولا يتخاذل، والتحدي (Challenge) ، ويشير إلى رغبة الفرد في مواجهة الأحداث الضاغطة السلبية وتحديها، ورفض الفشل بسهولة، وأخيراً الضبط (Control) ، ويشير إلى قدرة الفرد على التحكم والسيطرة بالظروف والمعيقات الضاغطة في الحياة.

هذا وأكد لايبومرسكي وسوسا وديكرهوفا (Lyubomirsky, Sousa& Dickerhoof, 2006) على أن جميع الأفراد يتعرضون في حياتهم إلى مجموعة كبيرة ومتنوعة من الأحداث الضاغطة، منها: الإيجابي ومنها السلبي، وإنه كلما فكر الفرد بطريقة إيجابية أو عبر بطريقة لفظية أو غير لفظية عن الأحداث الإيجابية التي يمر بها، زاد مستوى الصحة النفسية لديه، وزاد مستوى شعوره بالسعادة رغم وجود بعض الأحداث السلبية في حياته.

في حين أشار رايس (Rice, 2001) إلى أن الأحداث الضاغطة سواء أكانت شديدة أم أقل شدة تؤدي إلى حدوث مستوى معين من القلق والتوتر والضغط لدى الفرد، حيث يعتمد مستوى القلق والتوتر والضغط على الفرد نفسه من حيث قدرته على المقاومة، وطريقة

إدراكه للحدث الضاغط، ومستوى ردة الفعل لديه على الضغط، فالمهم في هذه الأحداث الضاغطة ليس مجرد حدوثها، بل مدى قدرة الفرد في التحكم فيها والخروج منها بنجاح؛ مما يؤثر لاحقاً في مدى شعور الفرد بالرضا أو عدمه عن نفسه، وأحياناً قد تصل للاكتئاب واليأس من الحياة في حالة الفشل في التصدي لمثل هذه الأحداث.

هذا ويؤكد حمدي (٢٠٠٧) على أن مشاعر الصحة النفسية في شعور الشاب أو الشابة بالرضا عن الذات، وعن الحياة تتضح من خلال شعورهم بالنجاح في الأدوار الاجتماعية، وفي القدرة على تخطي أحداث الحياة الضاغطة بأشكالها المختلفة، والقدرة على التوافق والتكيف معها، فكلما كان الشباب أكثر قدرة على مواجهة ضغوطات وصعوبات الحياة كانوا أكثر شعوراً بالرضا عن أنفسهم وعن حياتهم.

الرضا عن الحياة:

يعكس الرضا عن الحياة مجموعة التجارب التي أثرت في حياة الأفراد سواءً أكانت بطريقة إيجابية أم سلبية، فالتجارب الإيجابية والناجحة في حياة الأفراد لديها القدرة على تحفيز طاقة الأفراد على متابعة حياتهم وأهدافهم وطموحاتهم في الحياة، فيزيد لديهم الأمل والتفاؤل.وفي المقابل فإن تعرض الفرد إلى الأحداث السلبية المستمرة في حياته وفشله في تخطيها بنجاح، سوف يقلل من شعور الفرد بالثقة بنفسه، وقدرته على مواجهة العقبات، مما ينعكس سلبياً على شعور الفرد بالرضا عن نفسه وعن حياته، فالأفراد الأكثر سعادة والأكثر رضا عن حياتهم هم الأفراد الأقل تركيزاً على السلبيات والأحداث المؤلمة في حياتهم (Bailey, Eng, Frisch & Snyder, 2007) .

وترى **علوان** (٢٠٠٨) الرضا عن الحياة بأنه: تقدير عام لنوعية حياة الفرد حسب معايير السعادة والعلاقات الاجتماعية، والشعور بالطمأنينة والاستقرار، والتقدير الاجتماعي الذي يشعر به الفرد.بينما أشار عبد اللطيف (١٩٩٧) إلى أن الرضا عن الحياة هو استجابة ذاتية للفرد لجانب معين من جوانب حياته أو موقف محدد تعكس رضاه أو عدمه عن الموقف الذي شارك فيه.

ممن النظريات التي حاولت تفسير الرضا عن الحياة عن الفرد: نظرية النشاط (Ac-tive Theory) ، حيث فسرت هذه النظرية الرضا عن الحياة باعتباره يقاس بدرجة شعور الفرد بالنشاط والحيوية في مختلف جوانب حياته، فكلما كان الفرد أكثر نشاطاً وأكثر قدرة على القيام بأدواره الاجتماعية المتنوعة، كما كان أكثر شعوراً بالرضا (Brown, 2004) .أما نظرية الحكم الشخصي على الإنجازات (Self- Judgment Theory) ، فتشير إلى أن شعور الفرد بالرضا عن الحياة يستمد من مقارنة الفرد لإنجازاته على أرض الواقع،

وبين قيمه ورغباته ومعاييره المختلفة، فكلما كانت إنجازاته متجانسة ومنسجمة مع قيمه ورغباته وخبراته، كلّما كان أكثر شعوراً بالرضا عن ذاته (Meadow, Metazer, Rahtz & Sirgy, 1993) .وفي نظرية المقارنة مع الآخرين (Comparative Theory) ، فإن شعور الفرد بالرضا يتم الحكم عليه عند مقارنة نفسه وإنجازاته وقدراته بالآخرين وإنجازاتهم (Kruglanski & Mayseless, 1990) .وأخيراً النظرية التكيفية (Adjustment Theory) ، التي تشير إلى أن قدرة الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة والظروف المستجدة تعكس مدى شعوره بالرضا عن الحياة، فكلما كان الفرد أكثر قدرة على التعامل مع مستجدات وتغيرات حياته، وأكثر قدرة على التكيف معها، كلما كان أكثر شعوراً بالرضا عن الحياة (Diener, Lucas & Scallon, 2006) .

كما ينظر **راما**ن **(Raman, 2010)** إلى الرضا عن الحياة بأنه: مقياس الفرد الشخصي الذي يعكس مدى رضاه عن حياته ككل، وأشار إلى أن الرضا عن الحياة مختلف عن شعور الفرد بالسعادة، فالسعادة تمثل الحالة الإيجابية من الفرح عند نقطة محددة وواضحة وفي وقت محدد، بينما الرضا عن الحياة يعكس خبرة وحياة كاملة ومتراكمة لدى الفرد، وعلى المدى الطويل من حياته.

ويرى **سكوت (Scoot, 2012)** أن الرضا عن الحياة والشعور بالسعادة لن يتحققا عبر تحقيق الأهداف والأنشطة الحياتية اليومية، فالرضا عن الحياة يتحقق من خلال القيام بأعمال أكثر عمقاً تتعلق بالفرد، كالاهتمام بالصحة النفسية والجسدية وإعطاء المزيد من الوقت للذات والتعمق بالقضايا المهّمة فقط وتجاوز السلبيات في الحياة.

ويمثل الرضا النفسي عن الحياة عند الأفراد عاملاً أساسياً في توافقهم وتقبلهم للأحداث والمواقف الحياتية المختلفة.ولذلك، فإن انخفاض مستوى الرضا يدل على قلة التوازن النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة.وتشكل الحياة الجامعية بجوانبها المتعددة من أكاديمية واجتماعية وإدارية ومالية مصادر شتى للضغوط والمواقف التي قد يتعرض لها الطلبة في أثناء دراستهم الجامعية.ولذلك، فإنه من المتوقع أن يكون هناك تباين بين الطلبة في مستوى الرضا عن الحياة الجامعية، الأمر الذي يكون له أكبر الأثر في درجة توافقهم ونجاحهم الأكاديمي والاجتماعي من عدمه (عبد اللطيف، ١٩٩٧) .

وفي دراسة قام بها **باركرسون وبرادهيد (Parkerson & Bradhead, 1990)** بحثت في العلاقة بين الصحة النفسية ومستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى عينة بلغت (٢٨٦) طالباً من طلبة السنة الأولى في تخصص الطب في" جامعة دوك"، أظهرت النتائج أن هنالك شعوراً مرتفعاً من عدم الرضا عن الحياة لدى كلا الجنسين من ذكور وإناث

مرتبطاً بارتفاع مع نسبة القلق والاكتئاب لديهم.وفي المقابل كان الطلبة الذين حصلوا على أعلى درجات من الشعور بالرضا عن الحياة أقل اكتئاباً وقلقاً، وأكثر تقديراً للذات، وأكثر صحة نفسية واجتماعية.

بينما هدفت دراسة **بيلشير (Pilcher, 1998)** إلى البحث عن أثر الأحداث اليومية في الرضا عن الحياة لدى عينة من (٧٢) طالباً جامعياً.أظهرت نتائج الدراسة أن عدم الرضا عن الحياة عند الطلاب قد ارتبط بالاكتئاب والغضب والارتباك والتوتر، كما أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بمدى الرضا عن الحياة لدى الفرد من خلال الأحداث اليومية التي يمر فيها الفرد بنسبة (٥٤٪) ، مما يدل على أنها متنبئ قوي.

كما قام **بركات** (٢٠٠٧) بدراسة هدفت التعرف إلى الأزمات والأحداث الضاغطة التي يعاني منها طلبة جامعة القدس المفتوحة لدى عينة تكونت من (٣٠) طالب وطالبة، توصلت النتائج إلى أن (٤٦٪) من الطلبة يعانون من الضغوط بدرجة كبيرة، و (٣٧٪) منهم يعانون من الضغوط بدرجة متوسطة، و (١٧٪) يعانون من الضغوط بدرجة منخفضة، وأظهرت الدراسة كذلك أن الذكور كانوا أكثر تعرضاً للضغوط السياسية والاقتصادية والتربوية، بينما كانت الإناث أكثر تعرضاً للضغوط النفسية والاجتماعية.

أما دراسة **بيتي (Petty, 2008)** التي بحثت في العلاقة بين الصحة النفسية والسلوكية والرضا عن الحياة لدى عينة بلغت حوالي (٧٩٦) طالباً جامعياً، فقد أظهرت نتائجها أن الطلبة يواجهون بعض التحديات الصعبة في الحياة التي ترتبط بنقص الرضا عن الحياة لديهم.

وفي دراسة قام بها **مظلوم** (٢٠٠٨) هدفت إلى البحث عن العلاقة بين مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالأحداث الضاغطة لدى عينة من طلبة جامعة بغداد في العراق، أظهرت نتائجها ارتفاع مستوى الأحداث الضاغطة لدى الطلبة ككل، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى الطموح الأكاديمي والأحداث الضاغطة؛ فكلّما زادت الأحداث الضاغطة على الطلبة، كلّما قل مستوى طموحهم الأكاديمي.

وهدفت دراسة **البنا** (٢٠٠٨) للتعرف على الأهمية النسبية على أبعاد المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزه.حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة.أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة يعانون من المواقف الحياتية الضاغطة بدرجات متفاوتة، وأن المواقف الانفعالية كانت الأكثر أهمية، يليها المواقف الدراسية والشخصية، يليها الصحية والاقتصادية، وأخيراً الأسرية والاجتماعية، ولم تظهر النتائج فروق ذات دلالة إحصائية في المواقف الحياتية الضاغطة تعزى للجنس، باستثناء

المواقف الصحية حيث كنت الفروق الإحصائية لصالح الإناث.

كما قام **أبو مصطفى والسميري** (٢٠٠٨) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى الأحداث الضاغطة وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى عينة من طلبة جامعة الأقصى تكونت من (٥٢٤) طالباً وطالبة.أظهرت نتائج الدراسة أن الأحداث السياسية كانت الأعلى، وتليها الأحداث الاقتصادية، وأن أقل الأحداث تأثيراً كانت الصحية والنفسية.

وفي دراسة أجراها **رامان (Raman, 2010)** هدفت إلى البحث عن درجة الرضا عن الحياة لدى مجموعة من الطلبة الجامعيين في جامعة وايكاتو في الولايات المتحدة الأمريكية، وعلاقتها بمجموعة من المتغيرات، مثل: مستوى الذكاء العام ودرجة الرضا عن اتصالهم الاجتماعي مع الآخرين، وعلاقاتهم الرومانسية، وعن أدائهم الأكاديمي وحالتهم الصحية.تكونت عينة الدراسة من (١٢٩) ، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين شعور الطلبة بالرضا العام عن حياتهم، وكل من رضاهم عن حياتهم العاطفية، وأدائهم الأكاديمي المرتفع، وحالتهم الصحية وخلوهم من الأمراض.

وقام **باسشيلي وتيستاس (Paschali & Tsitsas, 2010)** بدراسة هدفت إلى البحث عن مستوى الضغط النفسي ودرجة الرضا عن الحياة لدى مجموعة من الطلبة الجامعيين والعلاقة بينهما.تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من الجامعة الوطنية وجامعة كابوديسترين في أثينا.أظهرت نتائج الدراسة أن (٦٣,٤٪) من الطلبة كان لديهم انخفاض واضح في مستوى شعورهم بالرضا عن الحياة، وارتفاع في مستوى الضغط دون ظهور أي فروقات بين الجنسين.

أما دراسة **دابلن وبول (Dabaln & Paul, 2011)** ، فقد هدفت إلى فهم العلاقة بين أحداث الحياة والرضا عنها في ٢٧)) بلدة من البلدان التي تمر بمراحل انتقالية سياسية واقتصادية واجتماعية.أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة وثيقة بين ارتفاع الرضا عن الحياة والأحداث الإيجابية سواء كانت على مستوى الفرد الواحد كإنجاب طفل أم على مستوى الدولة ككل كتحسن الوضع الاقتصادي، والاستقرار المالي والسياسي للدولة.

كما أجرى **شقورة** (٢٠١٢) دراسة هدفها البحث عن مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.حيث تكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة في محافظة غزة.أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة جاء فوق المتوسط، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس باستثناء أن الذكور كانوا أكثر شعوراً بالطمأنينة والاستقرار النفسي من الإناث.

وأخيراً، قام **دينير (Luhman, Lucas, Eid & Diener, 2012)** بدراسة على عينة من الأفراد في أستراليا وألمانيا وبريطانيا، وهدفت إلى البحث عن تأثير الرضا عن الحياة وعلاقتها بالأحداث الضاغطة التي يمر بها الأفراد.أظهرت نتائج الدراسة أن هنالك ارتباطاً وثيقاً وإيجابياً بين مستوى الرضا عن الحياة مع الأحداث الإيجابية، مثل: الزواج، وإنجاب طفل جديد، والحصول على عمل.وفي المقابل كانت هناك علاقة عكسية بين الشعور بالرضا والأحداث السلبية كالطلاق، وفقدان العمل، و المرض، والموت.

يلاحظ من الدراسات السابقة أنها اهتمت بالبحث عن مستوى الرضا عن الحياة لدى الطلبة في الجامعات، وارتباطه بكثير من العوامل المؤثرة في حياة الفرد، تحديداً فيما يتعلق بالصحة النفسية والنجاح في الحياة سواء كان ذلك على المستوى الأكاديمي أم الاجتماعي أم الأسري.ولعل تحقيق الراحة الجامعية لدى الطلبة من شأنه أن يعمل على تنمية الشخصية الإيجابية وتطويرها لدى الطلبة، إلا أن هذه الدراسات– وتحديداً العربية منها– أغفلت دور العلاقة الارتباطية بين الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة الجامعيون تحديداً في ظل الظروف الصعبة، والمستجدات السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي تمر بها معظم مجتمعاتنا العربية بشكل عام، ويمر بها الأردن بشكل خاص، ودروها في درجة الشعور بالرضا عن الحياة لديهم.

مشكلة الدراسة:

الحياة المعاصرة مليئة بالأحداث المتعاقبة الضاغطة على الفرد سواء أكانت إيجابية أم سلبية، والشباب الجامعي في وطننا العربي– نظراً للتغيرات والظروف السياسية والاجتماعية والاقتصادية المتجددة والمتلاحقة– في كل يوم يتعرضون لمزيد من الضغوطات والتحديات في مدى قدرتهم على مواجهة هذه الأزمات، وفي قدرتهم على التخلص من هذه الضغوطات بدرجة عالية من الشعور بالرضا عن أنفسهم، فهم بناة المستقبل، وهم الجيل الواعد لأي مجتمع، بحيث لا يمكن عزلهم عن مجريات الحياة الضاغطة وأحداثها التي تدور في العالم بشكل عام، والوطن العربي بشكل خاص، فيشعر الطالب بالعبء لإثبات وجوده الفاعل ودوره المهم في ظل كل هذه المجريات والتغيرات رابطاً بذلك إحساسه بالرضا عن نفسه وعطاءه وقدرته على تقديم آرائه وفكره.ومن هنا جاءت هذه الدراسة للبحث عن مستوى أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها طلبة جامعة اليرموك ومستوى شعورهم بالرضا عن أنفسهم في ظل ضغوط الحياة.**وبالتحديد حاولت هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:**

١. ما مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة اليرموك؟

٢. ما مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟

٣. هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى أحداث الحياة الضاغطة، وبين مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟

٤. هل يختلف مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة اليرموك باختلاف الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي؟

٥. هل يختلف مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك باختلاف الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي؟

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة الحالية من جانبين الأول نظري والثاني تطبيقي، فمن حيث الأهمية النظرية، فإن هذه الدراسة حاولت توفير معلومات مرتبطة بدرجة تعرض الطلبة في جامعة اليرموك لأحداث الحياة الضاغطة، كما هدفت إلى توفير معلومات حول نوعية الأحداث الضاغطة الأكثر تأثيراً في حياة الطلبة السياسية والاقتصادية والاجتماعية و الأكاديمية.كما حاولت الدراسة أيضاً التعرف إلى مستوى الرضا عن الحياة لدى هؤلاء الطلبة، والبحث عن العلاقة الارتباطية بين درجة تعرض الطلبة للأحداث الضاغطة في الحياة، وشعورهم بالرضا عن الحياة.

أما من حيث الأهمية التطبيقية، فقد حاولت هذه الدراسة أن تقدم مساعدة في توفير إطار نظري تنطلق منه الدراسات الأخرى المهتمة بهذا المجال البحثي، وحاولت الدراسة كذلك أن توفر أداوت للباحثين لقياس أحداث الحياة الضاغطة، ولقياس درجة الرضا عن الحياة، والتي طُورت بما يتناسب مع البيئة الأردنية.

التعريفات الإجرائية:

◄ **أحداث الحياة الضاغطة**: ويقصد بها التعرض لمشكلات وأحداث تواجه الفرد، وتسبب له إرباكاً في توازنه الداخلي؛ نتيجة لشعوره بالتهديد وتتطلب منه القيام بمجهود إضافي للعودة إلى توازنه الطبيعي (مظلوم، ٣: ٢٠٠٨) .وتعرف إجرائياً لأغراض الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي حصل عليها أفراد العينة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة المعد من قبل الباحثين في الدراسة.

◄ **الرضا عن الحياة**: ويقصد به تقويم الفرد لنوعية حياته، ودرجة تقبله لذاته ولإنجازاته في الماضي والحاضر في ضوء معاييره الشخصية (زماري، ٣٦: ٢٠٠٨)

.ويعرف إجرائياً لأغراض الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي حصل عليها أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة المعد من قبل الباحثين في الدراسة.

محددات الدراسة:

تحدد الدراسة في الجوانب الآتية:

- اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة جامعة اليرموك، اختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية، وبالتالي فإن إمكانية تعميم النتائج تتحدد بمدى تمثيل هذه العينة للطلبة في جامعة اليرموك.

- أداتا الدراسة المستخدمة، وهما: مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومقياس الشعور بالرضا عن الحياة، لذا فإن إمكانية تعميم النتائج تتحدد بمدى صدق هاتين الأداتين وثباتهما، إذ لا يمكن اعتبارهما أداتين صادقتين صدقا مطلقاً.

- المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في هذه الدراسة محددة بالتعريفات الإجرائية، وبالتالي فإن إمكانية تعميم النتائج تتحدد في ضوء هذه التعريفات.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة البكالوريوس الدارسين في جامعة اليرموك للفصل الأول من العام الدراسي ٢٠١٢/ ٢٠١٣ م، والبالغ عددهم كما يشير التقرير الإحصائي الصادر عن دائرة القبول والتسجيل في جامعة اليرموك لعام ٢٠١٢ م (٤٦٢٤) طالبا وطالبة، منهم (٣١٤٧) طالبا و (١٤٧٧) طالبة.

عينة الدراسة:

قُسم مجتمع الدراسة إلى طبقات عدة تبعاً لمتغيري المستوى الدراسي ونوع الكلية (علمية، إنسانية) ، حيث حُصرت شعب طلبة السنة الأولى كطبقة أولى، وطلبة السنة الثانية كطبقة ثانية، وطلبة السنة الثالثة كطبقة ثالثة، وطلبة السنة الرابعة كطبقة رابعة، واختيرت شعبتان بطريقة عشوائية من كل طبقة من طبقات الدراسة إحداهما من الكليات العلمية والأخرى من الكليات الإنسانية.حيث بلغ عدد أفراد عينة الدراسة من مختلف الكليات (٣٥٠) طالباً وطالبة.والجدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيري المستوى الدراسي والجنس.

الجدول (١)

توزيع عينة الدراسة بحسب متغيرات الجنس والمستوى الدراسي.

الجنس / المستوى الدراسي	ذكور	إناث	المجموع
أولى	٤٧	٣١	٧٨
ثانية	٤٦	٧٩	١٢٥
ثالثة	٥٥	٣٥	٩٠
رابعة	٢٦	٣١	٥٧
المجموع	١٧٤	١٧٦	٣٥٠

* لم يتعامل الباحثون بمتغير نوع الكلية كمتغير في دراسته.

أدوات الدراسة:

لتحقيق أهداف هذه الدراسة استخدمت الأداتان الآتيتان:

أولاً_ مقياس أحداث الحياة الضاغطة:

بهدف الكشف عن مستوى أحداث الحياة الضاغطة، اُستخدم مقياس أبو مصطفى والسميري (٢٠٠٨) .تكون المقياس بصورته الأصلية من (٨٠) فقرة موزعة على ثمانية مجالات هي: الأسرية، والاقتصادية، والدراسية، والاجتماعية، والصحية، والانفعالية، والسياسية.

- **دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الأصلية:**

قام أبو مصطفى والسميري (٢٠٠٨) بحساب معاملات ثبات الاستقرار لمجالات مقياس الأحداث الضاغطة على عينة قوامها (٥٠) طالباً وطالبة، حيث تراوحت قيمة معاملات ثبات الاستقرار للمقياس ككل (٠,٨٨) ، وتراوحت القيم للمجالات ما بين (٠,٩٥ – ٠,٨٥) .كما قُدرت معاملات ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (.٩٤) ، وتراوحت قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي للمجالات بين (٠,٧٨ – ٠,٩٥) .

كما تم التحقق من صدق المقياس باستخدام طريقتي الصدق الظاهري وصدق البناء، فقد عُرض المقياس على عدد من المحكمين الذين أشاروا الى أن المقياس يقيس ما وضع

لأجله، وكذلك حُسبت معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، حيث قُبلت جميع الفقرات التي وضعت من قبل الباحثين.

♦ **دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الحالية:**

الصدق الظاهري: للتأكد من ملاءمة المقياس، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، وذلك من خلال عرضه بصورته الأولية (٧٥) فقرة على لجنة من المحكمين مكونة من عشرة متخصصين في قسم علم النفس الإرشادي والتربوي.وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، وكان أبرزها حذف (٣) فقرات؛ بسبب تداخلها مع فقرات أخرى في المقياس، وتعديل بعض الفقرات.

مؤشرات صدق البناء:

بهدف التحقق من صدق البناء طُبّق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وحسبت معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المجال، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المقياس ككل، وقد تراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجالات التي تنتمي إليها بين (٠,٢٨– ٠,٦٤) ، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل بين (٠,٢٢– ٠,٥٩) ، وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بألا يقل معامل ارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه، والمقياس ككل عن (٠,٣٠) .وبناء على هذا المعيار، وفي ضوء هذه القيم فقد حذفت (٨) فقرات، وبالتالي تكوّن مقياس أحداث الحياة الضاغطة في صورته النهائية من (٦٤) فقرة موزعة على سبعة مجالات، كما حسبت قيم معاملات الارتباط البينية لمجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة، وقد كانت قيم معاملات الارتباط بين مجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة مرتفعة، وتراوحت بين (٠,٧٨– ٠,٨٨) ، كما أن قيم معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس ككل كانت مرتفعة أيضاً، وتراوحت بين (٠,٨٩– ٠,٩١) ، ويعد ذلك مؤشراً على صدق البناء للمقياس.

♦ **ثبات المقياس:** قدرت معاملات الثبات للمقياس بطريقتين أولاً: باستخدام معامل ثبات الاستقرار، فبهدف التحقق من ثبات المقياس المستخدم ودقة فقراته، طبق على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة، ثم أعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحسب معامل ثبات الإعادة (Test Retest) (معامل ثبات الاستقرار) ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الإعادة للمقياس ككل (٠,٩٣) ، وتراوحت للمجالات الفرعية بين (٠,٨١ – ٩١) .ثانياً: تقدير قيمة معامل ثبات

الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) على أفراد العينة الاستطلاعية أنفسهم، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بأحداث الحياة الضاغطة (٠,٩١) ، وهي قيمة عالية.أما معاملات الثبات لمجالات المقياس فقد تراوحت بين (٨٠,٠- ٨٩) ، وهي أقل من معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل، ولكنها عالية أيضاً، وهي مؤشرات تدل على تمتع المقياس بدلالات اتساق داخلي (كمؤشر على الثبات) عالية.تكون المقياس في صورته النهائية من (٦٤) فقرة موزعة على المجالات الآتية: المجال الأسري، وتقيسه الفقرات من (١- ١٠) ، والمجال الاقتصادي وتقيسه الفقرات من (١١- ١٧) ، والمجال الدراسي وتقيسه الفقرات من (١٨- ٢٧) ، والمجال الاجتماعي وتقيسه الفقرات من (٣٥- ٢٨) ، والمجال الصحي وتقيسه الفقرات من (٤٥ - ٣٦) ، والمجال النفسي وتقيسه الفقرات من (٥٦ - ٤٦) ، والمجال السياسي وتقيسه الفقرات من (٦٤ - ٥٧) .

- **تصحيح المقياس:**

اشتمل المقياس على (٦٤) فقرة، يجاب عليها بتدريج خماسي يشتمل على البدائل الآتية: (تنطبق بدرجة كبيرة جداً، وتعطى عند تصحيح المقياس (٥) درجات، وتنطبق بدرجة كبيرة وتعطى (٤) درجات، وتنطبق بدرجة متوسطة وتعطى (٣) درجات، وتنطبق بدرجة قليلة وتعطى درجتين، ولا تنطبق تعطى درجة واحدة) .وبذلك تتراوح درجات المقياس ككل بين (٦٤- ٣٢٠) ، وهذا يعني أنه كلما ارتفعت العلامة، كان ذلك مؤشراً على زيادة أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة.وقد صنفت استجابات أفراد العينة إلى خمس فئات على النحو الآتي: فئة مستوى أحداث الحياة الضاغطة المنخفضة جداً، وتتمثل في الحاصلين على درجة (١,٤٩) فأقل.وفئة مستوى أحداث الحياة الضاغطة المنخفضة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (١,٥- ٢,٤٩) درجة.وفئة مستوى أحداث الحياة الضاغطة المتوسطة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (٢,٥- ٣,٤٩) درجة.وفئة مستوى أحداث الحياة الضاغطة المرتفعة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (٣,٥- ٤,٤٩) درجة.وفئة مستوى أحداث الحياة الضاغطة المرتفعة جداً، وتتمثل في الحاصلين على درجة (٤,٥) فأكثر.

ثانياً_ مقياس الشعور بالرضا عن الحياة:

بهدف الكشف عن مستوى الشعور بالرضا عن الحياة، استخدم مقياس الزماري (٢٠٠٨) .تكون المقياس بصورته الأصلية من (٢٠) فقرة موزعة في خمسة مجالات هي: الرضا عن الظروف المعيشية والرضا عن الواقع، والرضا الوظيفي والعلاقات المهنية،

والرضا عن العلاقات الزوجية والأسرية، والرضا عن العلاقات الاجتماعية، والرضا عن الذات وتقبلها.

- **دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الأصلية:**

قامت الزماري (٢٠٠٨) بعرض المقياس بصورته الأولية على عشرة محكمين من المتخصصين في قسم علم النفس الإرشادي والتربوي في جامعة اليرموك، وقد حذفت بعض الفقرات ودمج بعض المجالات وفق ما أشار إليه المحكمون، حتى وصل المقياس إلى (٢٠) فقرة موزعة بالتساوي على خمسة مجالات.

كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين، هما: استخدام معامل ثبات الاستقرار، وذلك بالتطبيق وإعادة التطبيق، حيث بلغت قيم معامل ثبات الاستقرار للمقياس ككل (٠,٨١) ، وتراوحت القيم للمجالات بين (٠,٨٦– ٠,٧٤) ، كما حُسب معامل ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وبلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (٠,٨٩) ، وتراوحت القيم للمجالات بين (٠,٨٧– ٠,٧٦) .

- **دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الحالية:**

الصدق الظاهري: في ضوء الدراسات السابقة والأدب التربوي أضاف الباحثون (٨) فقرات للمقياس الأصلي، وحذف بعضها، وأُعيدت صياغة بعضها الآخر.وللتأكد من ملاءمة المقياس لتحقيق هدف الدراسة، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، وذلك من خلال عرضه بصورته الأولية (٢٦) فقرة على عشرة من المحكمين من قسم علم النفس الإرشادي والتربوي.وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، وكان أبرزها حذف (٣) فقرات؛ لتداخلها مع فقرات أخرى في المقياس، وتعديل بعضها، لتصبح أكثر وضوحاً من حيث صياغتها.

مؤشرات صدق البناء:

بهدف التحقق من صدق البناء طبق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، وحسبت معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المجال، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المقياس ككل، وقد تراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجالات التي تنتمي إليها بين (٠,٦١– ٠,٢٦) ، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية على المقياس ككل بين (٠,٥٨– ٠,٢٤) ، وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بألا يقل معامل ارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه، وبالمقياس ككل عن (٠,٣٠) .وبناءً على هذا المعيار، وفي ضوء هذه

القيم فقد حُذفت (٤) فقرات، وبالتالي تكون مقياس الشعور بالرضا عن الحياة بصورته النهائية من (١٩) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: المجال الأول: الرضا عن الظروف المعيشية والواقع، وتقيسه الفقرات من (١– ٤) ، والمجال الثاني: الرضا عن الحياة الجامعية وتقيسه الفقرات من (٥– ٩) ، والمجال الثالث: الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية وتقيسه الفقرات من (١٠– ١٥) ، والمجال الرابع: الرضا عن الذات وتقيسه الفقرات من (١٩ – ١٦) .كما حسبت قيم معاملات الارتباط البينية لمجالات مقياس الشعور بالرضا عن الحياة، وقيم معاملات ارتباط المجالات بالمقياس ككل، وكانت قيم معاملات الارتباط بين مجالات مقياس الشعور بالرضا عن الحياة مرتفعة، وتراوحت بين (٠,٧٨– ٠,٧١) ، كما أن قيم معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس ككل كانت مرتفعة أيضاً، وتراوحت بين (٠,٨٨– ٠,٨٠) ، ويعد ذلك مؤشراً على صدق البناء للمقياس.

ثبات المقياس:

قدرت معاملات الثبات للمقياس بطريقتين، هما، أولاً: باستخدام معامل ثبات الاستقرار، فبهدف التحقق من ثبات المقياس المستخدم ودقة فقراته فقد طُبّق على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة، مع مراعاة ألا يكون أفراد العينة الاستطلاعية ضمن أفراد عينة الدراسة الرئيسة، ثم أعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحسب معامل ثبات الإعادة (Test Retest) (معامل ثبات الاستقرار) ، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الإعادة للمقياس ككل (٠,٩١) ، وتراوحت قيم معاملات الثبات للمجالات بين (٠,٩٠– ٠,٨٧) .ثانياً: تقدير قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) على أفراد العينة الاستطلاعية أنفسهم، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس أحداث الحياة الضاغطة (٠,٨٩) وهي قيمة عالية، وأما معاملات الثبات لمجالات المقياس فقد تراوحت بين (٠,٨٨– ٠,٨٣) وهي عالية أيضا، وهي مؤشرات تدل على تمتع المقياس بدلالات اتساق داخلي (كمؤشر على الثبات) عالية.

تصحيح المقياس:

اشتمل المقياس على (١٩) فقرة، يجاب عليها بتدريج خماسي يشتمل على البدائل الآتية: (تنطبق بدرجة كبيرة جداً، وتعطى عند تصحيح المقياس (٥) درجات، وتنطبق بدرجة كبيرة وتعطى (٤) درجات، وتنطبق بدرجة متوسطة وتعطى (٣) درجات، وتنطبق بدرجة قليلة وتعطى درجتين، ولا تنطبق وتعطى درجة واحدة) .وهذه الدرجات تنطبق على جميع الفقرات، وبذلك تتراوح الدرجة على المقياس ككل بين (٩٥ – ١٩) ، بحيث

كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على زيادة الشعور بالرضا عن الحياة لدى الطلبة. وقد صنفت استجابات أفراد العينة إلى خمس فئات على النحو الآتي: فئة مستوى الشعور بالرضا عن الحياة المنخفضة جداً، وتتمثل في الحاصلين على درجة (١,٤٩) فأقل.وفئة مستوى الشعور بالرضا عن الحياة المنخفضة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (١,٥– ٢,٤٩) درجة.وفئة مستوى الشعور بالرضا عن الحياة المتوسطة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (٢,٥– ٣,٤٩) درجة.وفئة مستوى الشعور بالرضا عن الحياة المرتفعة، وتتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (٣,٥– ٤,٤٩) درجة.وفئة مستوى الشعور بالرضا عن الحياة المرتفعة جداً، وتتمثل في الحاصلين على درجة (٤,٥) فأكثر.

متغيرات الدراسة:

عوملت المتغيرات في هذه الدراسة على النحو الآتي:

- الجنس: عومل كمتغير تصنيفي: (ذكور وإناث) .
- المستوى الدراسي: عومل كمتغير تصنيفي: (طلبة السنة الأولى، طلبة السنة الثانية، طلبة السنة الثالثة، طلبة السنة الرابعة فأكثر) .
- مستوى التحصيل الأكاديمي: أي المعدل التراكمي للمواد التي درسها الطالب في الجامعة منذ التحاقه بها، حتى وقت الدراسة، وقد عومل كمتغير تصنيفي: (ممتاز، وجيد جداً، وجيد، ومقبول) .

تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة، وقد حسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الدراسة على مقياسي الشعور بأحداث الحياة الضاغطة، والشعور بالرضا عن الحياة، كما استخدم معامل ارتباط بيرسون (Person) للكشف عن العلاقة بين مستوى أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة، كما استخدم تحليل التباين الثلاثي للإجابة عن السؤال الرابع والسؤال الخامس.

نتائج الدراسة:

يتناول هذا الجزء من الدراسة بالوصف التحليلي نتائج المعالجات الإحصائية التي

أجريت للإجابة عن أسئلة الدراسة الهادفة إلى الكشف عن مستوى أحداث الحياة الضاغطة، ومستوى الشعور بالرضا عن الحياة، والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك، **وفيما يأتي عرض لهذه النتائج وفق أسئلتها**:

◄ أولاً– النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: الذي ينص على «**ما مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة اليرموك**؟ » للإجابة عن هذا السؤال، حسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة وكل بعد من أبعاده، وذلك كما هو مبين في الجدول (٢) .

الجدول (٢)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسطات الحسابية.

أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى أحداث الحياة الضاغطة
اقتصادية	٤,٠٣	٠,٣٩٦	مرتفعة
صحية	٤,٠٠	٠,٣٨١	مرتفعة
أكاديمية	٣,٨١	٠,٤٣٥	مرتفعة
نفسية	٣,٦٧	٠,٤٥٣	مرتفعة
أسرية	٣,٦٦	٠,٣٩٢	مرتفعة
اجتماعية	٣,٦٦	٠,٤٣٢	مرتفعة
سياسية	٢,٧٤	٠,٧٣٤	متوسطة
الكلي للمقياس	٣,٦٧	٠,٢٧٣	مرتفعة

يلاحظ من الجدول (٢) أن مستوى الشعور بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة اليرموك كان بدرجة مرتفعة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (٣,٦٧) للمقياس ككل، بإنحراف معياري (٠,٢٧٣) .وقد جاءت مجالات المقياس وفقا للترتيب الآتي: المجال الاقتصادي في المرتبة الأولى ضمن المستوى المرتفع، بإنحراف معياري (٠,٣٩٦) ، والمجال الصحي في المرتبة الثانية ضمن المستوى المرتفع، والمجال الأكاديمي في المرتبة الثالثة ضمن المستوى المرتفع، ومن ثم المجال النفسي والمجال الأسري والمجال الاجتماعي، وأخيراً المجال السياسي ضمن المستوى المتوسط، بإنحراف معياري (٠,٧٣٤) .

◄ ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: الذي ينص على: **ما مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟** للإجابة عن هذا السؤال، حسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالرضا عن الحياة وكل بعد من أبعاده، وذلك كما هو مبين في الجدول (٣) .

الجدول (٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشعور بالرضا عن الحياة وأبعاده مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسطات الحسابية.

أبعاد مقياس الشعور بالرضا عن الحياة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى أحداث الحياة الضاغطة
الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	٢,٨٠	٠,٦٢٩	متوسطة
الرضا عن الذات	٢,٤٦	٠,٦٠٧	منخفضة
الرضا عن الحياة الجامعية	٢,٤٠	٠,٥٢٨	منخفضة
الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	١,٧٢	٠,٥٨٨	منخفضة
الكلي للمقياس	٢,٢٨٢	٠,٣٣٩	منخفضة

يلاحظ من الجدول (٣) أن مستوى الشعور بالرضا عن الحياة للطلبة كان بدرجة منخفضة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٢٨) للمقياس ككل، بإنحراف معياري (٠,٣٣) .وقد جاءت مجالات المقياس وفقا للترتيب الآتي: مجال الرضا عن الظروف المعيشية والواقع في المرتبة الأولى ضمن المستوى المتوسط بانحراف معياري (٠,٦٢٩) ، ومجال الرضا عن الذات في المرتبة الثانية ضمن المستوى المنخفض بإنحراف معياري (٠,٦٠٧) ، ومجال الرضا عن الحياة الجامعية في المرتبة الثالثة ضمن المستوى المنخفض بانحراف معياري (٠,٥٢٨) ، ومجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية في المرتبة الأخيرة ضمن المستوى المنخفض بانحراف معياري (٠,٥٨٨) .

◄ ثالثاً– النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: **هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين مستوى أحداث الحياة الضاغطة، وبين مستوى الشعور بالشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟** وللإجابة عن السؤال حسبت معاملات الارتباط البسيطة باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Person) بين الدرجات على مقياس أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده من جهة، وبين الدرجات على مقياس الشعور بالرضا عن الحياة من جهة أخرى، وذلك كما في الجدول (٤) .

الجدول (٤)

معاملات ارتباط بيرسون بين الدرجات على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومجالاته من جهة والدرجات على مقياس الشعور بالرضا عن الحياة من جهة أخرى.

المقياس	العلاقة الإرتباطية	مقياس الشعور بالرضا عن الحياة				
		الظروف المعيشية والواقع	الحياة الجامعية	العلاقات الأسرية والاجتماعية	الرضا عن الذات	المقياس ككل
مقياس أحداث الحياة الضاغطة.	أسرية	٠,٢٥٣* -	٠,٠٧٧ -	٠,٠٩٣ -	٠,٢٦٩* -	٠,٠٦١ -
	اقتصادية	٠,٠٣٧ -	٠,٠٤١ -	٠,٣٩٣* -	٠,٠٣١ -	٠,٢٨٧* -
	أكاديمية	٠,٢١٤*	٠,٠٠٢ -	٠,٠٣١ -	٠,٠١٠	٠,٠٧٠ -
	اجتماعية	٠,٣٣٣	٠,٠٦٥	٠,٠٨٢ -	٠,٢٥٦* -	٠,٠١٥
	صحية	٠,١١٣* -	٠,٠٦٩ -	٠,٣١١* -	٠,٠٣٨	٠,٢٢٨* -
	نفسية	٠,٤٠١*	٠,٠١٩	٠,٠١٢ -	٠,٠٤٢ -	٠,١٤٢*
	سياسية	٠,٥٧٢*	٠,١٩٢*	٠,١٥٩	٠,٠٣٠ -	٠,٣٧٩* -
	المقياس ككل.	٠,٤٥٢* -	٠,٠٤٥ -	٠,١٢٥* -	٠,١٢٧* -	٠,٠٧٩ -

دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يلاحظ من الجدول (٤) أن معاملات الارتباط بين مقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل ومجالاته والمجال الأول (الظروف المعيشية والواقع) في مقياس الشعور بالرضا عن الحياة كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) باستثناء البعد (الاقتصادي) مع بعد (الظروف المعيشية) في مقياس الشعور بالرضا عن الحياة، كما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين المجال السياسي ومجال الرضا عن الحياة الجامعية، كما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين مجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية، وكل من المجال الاقتصادي والمجال الصحي والمجال السياسي ومقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل، كما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين مجال الرضا عن الذات وكل من المجال الأسري والمجال الاجتماعي ومقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل.كما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين مقياس الرضا عن الحياة ككل وكل من المجال الاقتصادي، والمجال الصحي، والمجال النفسي، والمجال السياسي في مقياس أحداث الحياة الضاغطة.كما وجدت علاقة ارتباطيه سالبة بين مقياس أحداث الحياة الضاغطة وجميع مجالات مقياس الرضا عن الحياة باستثناء مجال الرضا عن الحياة الجامعية.

◄ رابعاً– النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: الذي ينص على « **هل يختلف مستوى أحداث الحياة الضاغطة باختلاف الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي**؟ » وللإجابة عن هذا السؤال حسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على الأداة ككل، وحسب مستويات متغيرات: (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) ، والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل بحسب مستويات متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي)

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	ممتاز	سنة أولى	٢,٥٠	٠,٤١٢
		سنة ثانية	٣,٧٧	٠,١٨٠
		سنة ثالثة	٣,٨٤	٠,٢٨٨
		رابعة فأكثر	٣,٧٩	٠,٣٠٨
		الكلي	٣,٨٠	٠,٢٤٧
	جيد جداً	سنة أولى	٣,٦٦	٠,٣٢٠
		سنة ثانية	٣,٨٣	٠,٢٨٧
		سنة ثالثة	٣,٦٢	٠,٢٤٦
		رابعة فأكثر	٣,٥١	٠,١٥٦
		الكلي	٣,٦٦	٠,٢٨٥
	جيد	سنة أولى	٣,٦١	٠,٢٠٨
		سنة ثانية	٣,٧٥	٠,٣٠٢
		سنة ثالثة	٣,٤٨	٠,١٩٥
		رابعة فأكثر	٣,٦٦	٠,١١٦
		الكلي	٣,٦٢	٠,٢٤٣
	مقبول	سنة أولى	٣,٩٥	٠,٠٥٤
		سنة ثانية	٣,٨٦	٠,٠١٦
		سنة ثالثة	٣,٨٤	٠,٠٠٠
		رابعة فأكثر	٣,٧٢	٠,٤٤٢
		الكلي	٣,٨٥	٠,٢١٦

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	الكلي	سنة أولى	٣,٦٧	٠,٢٩٢
		سنة ثانية	٣,٨٠	٠,٢٤٤
		سنة ثالثة	٣,٦٥	٠,٢٦٨
		رابعة فأكثر	٣,٦٤	٠,٢٥٩
		الكلي	٣,٦٩	٠,٢٧٣
إناث	ممتاز	سنة أولى	٣,٦٨	٠,٣٩١
		سنة ثانية	٣,٧٣	٠,٢٩٣
		سنة ثالثة	٢,٧٦	٠,٤٢٦
		رابعة فأكثر	٣,٩٦	٠,٠٠٠
		الكلي	٣,٧٦	٠,٣٠٩
	جيد جداً	سنة أولى	٣,٦٢	٠,١٢٣
		سنة ثانية	٣,٥٥	٠,٢٢٧
		سنة ثالثة	٣,٥٥	٠,٣٢٧
		رابعة فأكثر	٣,٥٧	٠,٢٧٢
		الكلي	٣,٥٦	٠,٢٤٤
	جيد	سنة أولى	٣,٧٧	٠,٢٢٢
		سنة ثانية	٣,٦٠	٠,٢١٠
		سنة ثالثة	٣,٧٤	٠,٢٧٩
		رابعة فأكثر	٣,٧٢	٠,٣٢٦
		الكلي	٣,٦٩	٠,٢٦٥
	مقبول	سنة أولى	٢,٧٣	٠,٠٥٤
		سنة ثانية	٢,٧٣	٠,٠٥٤
		سنة ثالثة	٣,٦٤	٠,٠٠٠
		رابعة فأكثر	٣,٠٠	٠,٠٥٤
		الكلي	٣,٦٤	٠,٠٠٠

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إناث	الكلي	سنة أولى	٣,٦٩	٠,٢٥٦
		سنة ثانية	٣,٥٩	٠,٢٣٩
		سنة ثالثة	٣,٦٣	٠,٣٠٨
		رابعة فأكثر	٣,٧٢	٠,٣٠٢
		الكلي	٣,٦٤	٠,٢٧١
الكلي	ممتاز	سنة أولى	٣,٦٨	٠,٣٩١
		سنة ثانية	٣,٧٥	٠,٢٣٩
		سنة ثالثة	٣,٨٤	٠,٢٨٨
		رابعة فأكثر	٣,٨٨	٠,٢٢٦
		الكلي	٣,٧٨	٠,٢٧٦
	جيد جداً	سنة أولى	٣,٦٥	٠,٢٧٨
		سنة ثانية	٣,٦٢	٠,٢٧٠
		سنة ثالثة	٣,٥٩	٠,٢٨٠
		رابعة فأكثر	٣,٥٤	٠,٢١٤
		الكلي	٣,٦١	٠,٢٦٩
	جيد	سنة أولى	٣,٦٨	٠,٢٢٦
		سنة ثانية	٣,٦٦	٠,٢٥٤
		سنة ثالثة	٣,٦٢	٠,٢٧٢
		رابعة فأكثر	٣,٧٠	٠,٢٨٣
		الكلي	٣,٦٦	٠,٢٥٨
	مقبول	سنة أولى	٣,٩٥	٠,٠٥٤
		سنة ثانية	٣,٨٦	٠,٠١٦
		سنة ثالثة	٣,٧٤	٠,١١٧
		رابعة فأكثر	٣,٧٢	٠,٤٤٢
		الكلي	٣,٨٢	٠,٢١٤

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الكلي	الكلي	سنة أولى	٣,٦٨	٠,٢٧٦
		سنة ثانية	٣,٦٧	٠,٢٦٠
		سنة ثالثة	٣,٦٤	٠,٢٨٣
		رابعة فأكثر	٣,٦٩	٠,٢٨٤
		الكلي	٣,٦٧	٠,٢٧٣

يلاحظ من الجدول (٥) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لاختلاف مستويات متغيرات الدراسة: (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) .وللكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات الأداء على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل، وحسب مستويات متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) استخدم تحليل التباين الثلاثي (3 Way ANOVA) ، والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦)

نتائج تحليل التباين الثلاثي عديم التفاعل لاستجابات أفراد عينة الدراسة على الأداة ككل وحسب متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	٠,١٤٨	١	٠,١٤٨	٢,١٠٢	٠,١٤٨
المستوى التحصيلي	١,٥٧٨	٣	٠,٥٢٦	٧,٤٦٤	٠,٠٠٠*
المستوى الدراسي	٠,٠٧٤	٣	٠,٠٢٥	٠,٣٤٨	٠,٧٩١
الخطأ	٢٤,١٠٢	٣٤٢	٠,٠٧٠		
الكلي	٤٧٤٠,٥٣١	٣٥٠			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يلاحظ من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بأحداث الحياة الضاغطة تعزى لمتغير المستوى التحصيلي، ولمعرفة لصالح من كانت تلك الفروق أُستخدم اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، والجدول (٧) يبين ذلك.

الجدول (٧)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية لمتوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ككل وحسب متغير المستوى التحصيلي.

مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٣,٧٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٣,٦٢	جيد الوسط الحسابي = ٣,٦٨	مقبول الوسط الحسابي = ٣,٨١
ممتاز	---	٠,١٧٢٧ (*)	٠,١٢٠٨	– ٠,٠٣٩٥
جيد جداً		---	– ٠,٠٥١٩	– ٠,٢١٢٢ (*)
جيد			---	– ٠,١٦٠٢
مقبول				-----

يلاحظ من الجدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات الطلبة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بين ذوي التحصيل الممتاز، وبين ذوي التحصيل الجيد جداً، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز.كذلك يلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات طلبة الجامعة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بين ذوي التحصيل الجيد جداً وذوي التحصيل المقبول، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل المقبول. كما استخدم تحليل التباين المتعدد، والجدول (٨) يبين نتائج التحليل.

الجدول (٨)

نتائج تحليل التباين الثلاثي المتعدد لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بحسب متغيرات الدراسة.

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس هوتلنج =٠,٠٥٥ Hotelling's Trace الاحتمالية =٠,٠٠١	أسرية	٠,٧٣٧	١	٠,٧٣٧	١,٩١٨	٠,١٦٧
	اقتصادية	١,١٤٧	١	١,١٤٧	٤,١٧٠	٠,٠٤٢
	أكاديمية	٣,٢٥٦	١	٣,٢٥٦	١٠,٦٣٩	٠,٠٠١
	اجتماعية	٠,٠٨١	١	٠,٠٨١	٠,٢٥١	٠,٦١٧
	صحية	٣,٩٨٥	٣	١,٣٢٨	٣,٤٥٥	٠,٠١٧
	نفسية	٠,٩١٣	٣	٠,٣٠٤	١,١٠٧	٠,٣٤٦
	سياسية	١٤,٢٨٠	٣	٤,٧٦٠	١٥,٥٥٤	٠,٠٠٠

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
المستوى التحصيلي =٠,٧٤٥ Wilks' Lambda الاحتمالية =٠,٠٠٠	أسرية	١٤,٣٩٣	٣	٤,٧٩٨	١٤,٨١٤	٠,٠٠٠
	اقتصادية	٢,٥١٨	٣	٠,٨٣٩	٢,١٨٣	٠,٠٩٠
	أكاديمية	١,٠٧٤	٣	٠,٣٥٨	١,٣٠١	٠,٢٧٤
	اجتماعية	٠,٢٥١	٣	٠,٠٨٤	٠,٢٧٤	٠,٨٤٤
	صحية	٢,٤٩٠	٣	٠,٨٣٠	٢,٥٦٣	٠,٠٥٥
	نفسية	٠,٧٣٧	١	٠,٧٣٧	١,٩١٨	٠,١٦٧
	سياسية	١,١٤٧	١	١,١٤٧	٤,١٧٠	٠,٠٤٢
المستوى الدراسي = ٠,٩٤٤ Wilks' Lambda الاحتمالية =٠,٠٧٨	أسرية	٣,٢٥٦	١	٣,٢٥٦	١٠,٦٣٩	٠,٠٠١
	اقتصادية	٠,٠٨١	١	٠,٠٨١	٠,٢٥١	٠,٦١٧
	أكاديمية	٣,٩٨٥	٣	١,٣٢٨	٣,٤٥٥	٠,٠١٧
	اجتماعية	٠,٩١٣	٣	٠,٣٠٤	١,١٠٧	٠,٣٤٦
	صحية	١٤,٢٨٠	٣	٤,٧٦٠	١٥,٥٥٤	٠,٠٠٠
	نفسية	١٤,٣٩٣	٣	٤,٧٩٨	١٤,٨١٤	٠,٠٠٠
	سياسية	٢,٥١٨	٣	٠,٨٣٩	٢,١٨٣	٠,٠٩٠
الخطأ	أسرية	١٣١,٤٨٧	٣٤٢	٠,٣٨٤		
	اقتصادية	٩٤,٠٧٨	٣٤٢	٠,٢٧٥		
	أكاديمية	١٠٤,٦٦٤	٣٤٢	٠,٣٠٦		
	اجتماعية	١١٠,٧٥٩	٣٤٢	٠,٣٢٤		
	صحية	١٣١,٤٨٧	٣٤٢	٠,٣٨٤		
	نفسية	٩٤,٠٧٨	٣٤٢	٠,٢٧٥		
	سياسية	١٠٤,٦٦٤	٣٤٢	٠,٣٠٦		

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الكلي	أسرية	٤٧٥٥,٤٤٠	٣٥٠			
	اقتصادية	٥٧٦٥,١٠٢	٣٥٠			
	أكاديمية	٥١٦٦,٦١٠	٣٥٠			
	اجتماعية	٤٧٦٠,٢٣٤	٣٥٠			
	صحية	٥٦٦١,١٧٠	٣٥٠			
	نفسية	٤٨١٠,٤٣٠	٣٥٠			
	سياسية	٢٨٢٩,٨٤٤	٣٥٠			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تعزى لمستوى التحصيل الدراسي على كل المجالات الآتية: الأسرية، والأكاديمية، والاجتماعية، والنفسية، والسياسية، ولمعرفة لصالح من كانت تلك الفروق، أُستخدم اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، والجدول (٩) يبين ذلك.

الجدول (٩)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية لمتوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على كل من المجال الأسري والأكاديمي، والاجتماعي، والنفسي، والسياسي وحسب متغير المستوى التحصيلي.

مجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة	مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٣,٧٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٣,٦٢	جيد الوسط الحسابي = ٣,٦٧	مقبول الوسط الحسابي = ٣,٨٣
المجال الأسري	ممتاز	---	٠,١١٨٨	٠,٢٠٠٥ (*)	٠,٥٢٣٤ (*)
	جيد جداً		---	٠,٠٨١٧ –	٠,٤٠٤٦ (*)
	جيد			---	٠,٣٢٢٩ (*)
	مقبول				-----
المجال الأكاديمي	ممتاز	---	٠,٢٧٢٤ (*)	٠,٢١٩٧ (*)	٠,٠٠٦٤
	جيد جداً		---	٠,٠٥٢٧ –	٠,٢٧٨٩
	جيد			---	٠,٢٢٦١
	مقبول				---

مجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة	مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٣,٧٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٣,٦٢	جيد الوسط الحسابي = ٣,٦٧	مقبول الوسط الحسابي = ٣,٨٣
المجال الاجتماعي	ممتاز	---	٠,١٣٠٧	٠,٢١٨٩ (*)	٠,٥٣٥١ (*)
	جيد جداً		---	٠,٠٨٨٢ -	٠,٤٠٤٤ (*)
	جيد			---	٠,٣١٦٢ (*)
	مقبول				---
المجال النفسي	ممتاز	---	٠,٣٧١٦ (*)	٠,٣١٦٤ (*)	٠,١٢٣٣
	جيد جداً		---	٠,٠٥٥٢	٠,٢٤٨٣
	جيد			---	٠,١٩٣١
	مقبول				---
المجال السياسي	ممتاز	---	٠,٩١٥٠ (*)	٠,٩٢٨٣ (*)	١,٠٩٥٨ (*)
	جيد جداً		---	٠,٠١٣٢	٠,١٨٠٧
	جيد			---	٠,١٦٧٥
	مقبول				---

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥)

يلاحظ من الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات طلبة الجامعة للأحداث الضاغطة على المجال الأسري بين ذوي التحصيل الممتاز، وبين ذوي التحصيل الجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة ذوي التحصيل المقبول من جهة، والطلبة ذوي التحصيل الممتاز والجيد جدا والجيد من جهة أخرى ولصالح ذوي التحصيل المقبول، أي أن مستوى أحداث الحياة الضاغطة كان لديهم أعلى من غيرهم من الطلبة.

كذلك يلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات الطلبة الجامعة للأحداث الضاغطة على المجال الأكاديمي بين ذوي التحصيل الممتاز من جهة، وبين كل من ذوي التحصيل الجيد جداً والجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز.كذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات الطلبة الجامعة للأحداث الضاغطة في المجال الاجتماعي بين ذوي التحصيل الممتاز وذوي التحصيل الجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة ذوي التحصيل المقبول

من جهة، والطلبة ذوي التحصيل الممتاز والجيد جدا والجيد من جهة أخرى ولصالح ذوي التحصيل المقبول، أي أن مستوى أحداث الحياة الضاغطة في المجال الاجتماعي كان لديهم أعلى من غيرهم من الطلبة.

إضافة لذلك فقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات طلبة الجامعة للأحداث الضاغطة في المجال النفسي بين ذوي التحصيل الممتاز، وبين ذوي التحصيل الجيد جداً والتحصيل الجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، وأخيراً وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات الطلبة الجامعة للأحداث الضاغطة في المجال السياسي بين ذوي التحصيل الممتاز، وبين ذوي التحصيل الجيد جداً والجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة ذوي التحصيل الممتاز والطلبة ذوي التحصيل المقبول ولصالح ذوي التحصيل المقبول، أي أن مستوى أحداث الحياة الضاغطة السياسية كان لديهم أعلى من غيرهم من الطلبة.

◄ خامسا– النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: الذي ينص على «**هل يختلف مستوى الشعور بالشعور بالرضا عن الحياة باختلاف الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي**؟ » وللإجابة عن هذا السؤال حسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على الأداة ككل، وحسب مستويات متغيرات: (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) ، والجدول (١٠) يبين ذلك.

الجدول (١٠)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة ككل بحسب مستويات متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) .

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	ممتاز	سنة أولى	٢,٥٠	٠,٤١٢
		سنة ثانية	٢,٣٢	٠,٠٩٨
		سنة ثالثة	٢,٤٨	٠,١٦٢
		رابعة فأكثر	٢,٥٠	٠,٢٥٩
		الكلي	٢,٤٢	٠,١٧٨

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	جيد جداً	سنة أولى	٢,٣٨	٠,٢٧٦
		سنة ثانية	٢,٢١	٠,٣٣٠
		سنة ثالثة	٢,١٧	٠,٢٧٨
		رابعة فأكثر	٢,٠٦	٠,٠٧٣
		الكلي	٢,٢٤	٠,٢٩٣
	جيد	سنة أولى	٢,١٩	٠,٣٢٦
		سنة ثانية	٢,١٤	٠,٢٦٣
		سنة ثالثة	١,٩٨	٠,٤٥٠
		رابعة فأكثر	٢,١٤	٠,٢٩٨
		الكلي	٢,١١	٠,٣٤٥
	مقبول	سنة أولى	٢,٣١	٠,٣٠٣
		سنة ثانية	٢,٨٢	٠,١٦٥
		سنة ثالثة	١,٨٤	٠,٠٠٠
		رابعة فأكثر	٢,٠٥	٠,٠٠٠
		الكلي	٢,٣٨	٠,٤١٨
	الكلي	سنة أولى	٢,٣٣	٠,٢٩٧
		سنة ثانية	٢,٣٠	٠,٣٢٤
		سنة ثالثة	٢,١٨	٠,٣٤٧
		رابعة فأكثر	٢,١٨	٠,٢٥٧
		الكلي	٢,٢٥	٠,٣٢٠
إناث	ممتاز	سنة أولى	٢,٣٣	٠,٢٧٤
		سنة ثانية	٢,٣٤	٠,٥٠١
		سنة ثالثة	٢,٤٥	٠,٠١٦
		رابعة فأكثر	٢,٣٦	٠,٣٦٣
		الكلي	٢,٠٥	٠,٢٥٧

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إناث	جيد جداً	سنة أولى	٢,٢٣	٠,٣١١
		سنة ثانية	٢,٣٢	٠,٣٥٥
		سنة ثالثة	٢,٢٣	٠,١٢٣
		رابعة فأكثر	٢,٢٣	٠,٣٠٧
		الكلي	٢,٣٠	٠,٣٤٦
	جيد	سنة أولى	٢,٤٧	٠,٣٢٢
		سنة ثانية	٢,٥٦	٠,٢٦٧
		سنة ثالثة	٢,١٧	٠,٥٣٣
		رابعة فأكثر	٢,٣٨	٠,٤٠٥
		الكلي	٢,٤٥	٠,٠١٦
	مقبول	سنة أولى	٢,٧٣	٠,٠٥٤
		سنة ثانية	٢,٧٣	٠,٠٥٤
		سنة ثالثة	٢,٤٧	٠,٠٠٠
		رابعة فأكثر	٣,٠٠	٠,٠٥٤
		الكلي	٢,٤٧	٠,٠٠٠
	الكلي	سنة أولى	٢,٢١	٠,٣١١
		سنة ثانية	٢,٣١	٠,٣٥٨
		سنة ثالثة	٢,٤٢	٠,٣٢٨
		رابعة فأكثر	٢,٢٤	٠,٣٩٨
		الكلي	٢,٣٠	٠,٣٥٦
الكلي	ممتاز	سنة أولى	٢,٣٣	٠,٢٧٤
		سنة ثانية	٢,٣٣	٠,٣٥٣
		سنة ثالثة	٢,٤٨	٠,١٦٢
		رابعة فأكثر	٢,٤٧	٠,١٧٦
		الكلي	٢,٣٩	٠,٢٨٠

الجنس	المستوى التحصيلي	المستوى الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الكلي	جيد جداً	سنة أولى	٢,٢٩	٠,٣٠٧
		سنة ثانية	٢,٢٣	٠,٣١٤
		سنة ثالثة	٢,٢٣	٠,٣١٦
		رابعة فأكثر	٢,١٤	٠,١٣٣
		الكلي	٢,٢٣	٠,٢٩٩
	جيد	سنة أولى	٢,٢٤	٠,٣٣٢
		سنة ثانية	٢,٣٥	٠,٣٤٠
		سنة ثالثة	٢,٢٩	٠,٤٦٢
		رابعة فأكثر	٢,١٦	٠,٤٧٤
		الكلي	٢,٢٧	٠,٤٠٤
	مقبول	سنة أولى	٢,٣١	٠,٣٠٣
		سنة ثانية	٢,٨٢	٠,١٦٥
		سنة ثالثة	٢,١٥	٠,٣٦٤
		رابعة فأكثر	٢,٠٥	٠,٠٠٠
		الكلي	٢,٣٩	٠,٣٩٣
	الكلي	سنة أولى	٢,٢٨	٠,٣٠٦
		سنة ثانية	٢,٣١	٠,٣٤٥
		سنة ثالثة	٢,٢٨	٠,٣٥٨
		رابعة فأكثر	٢,٢١	٠,٣٤٠
		الكلي	٢,٢٨	٠,٣٣٩

يلاحظ من الجدول (١٠) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لاختلاف مستويات متغيرات الدراسة: (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) .وللكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات الأداء على مقياس الرضا عن الحياة ككل، وحسب مستويات متغيرات: (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) استخدم تحليل التباين الثلاثي (3 Way ANOVA) ، والجدول (١١) يبين ذلك.

الجدول (١١)

نتائج تحليل التباين الثلاثي عديم التفاعل لاستجابات أفراد عينة الدراسة على الأداة ككل وحسب متغيرات (الجنس، والمستوى الدراسي، والمستوى التحصيلي) .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	٠,٣٧٩	١	٠,٣٧٩	٣,٣٩٩	٠,٠٦٦
المستوى التحصيلي	١,٥٩٩	٣	٠,٥٣٣	٤,٧٨٠	٠,٠٠٣
المستوى الدراسي	٠,٤٧٥	٣	٠,١٥٨	١,٤١٩	٠,٢٣٧
الخطأ	٣٨,١٢٧	٣٤٢	٠,١١١		
الكلي	١٨٦٣,١٥٧	٣٥٠			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يلاحظ من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالرضا عن الحياة تعزى لمتغير المستوى التحصيلي، ولمعرفة لصالح من كانت تلك الفروق استخدم اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، والجدول (١٢) يبين ذلك.

الجدول (١٢)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية لمتوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة ككل وحسب متغير المستوى التحصيلي.

مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٢,٣٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٢,٢٢	جيد الوسط الحسابي = ٢,٢٦	مقبول الوسط الحسابي = ٢,٤١
ممتاز	---	٠,١٥٩٥ (*)	٠,١٢٣٩	٠,٠٠٥٥
جيد جداً		---	٠,٠٣٥٦	٠,١٥٣٩
جيد			---	٠,١١٨٣
مقبول				-----

يلاحظ من الجدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات طلبة الجامعة على مقياس الرضا عن الحياة بين ذوي التحصيل الممتاز وذوي التحصيل الجيد جداً، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز.كما تم استخدام تحليل التباين المتعدد، والجدول (١٣) يبين نتائج التحليل.

الجدول (١٣)

نتائج تحليل التباين الثلاثي المتعدد لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة بحسب متغيرات الدراسة.

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس هوتلنج =٠,٠٢٤ Hotelling's Trace الاحتمالية =٠,٣٣٠	الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	٠,٧٣٧	١	٠,٧٣٧	١,٩١٨	٠,١٦٧
	الرضا عن الذات	١,١٤٧	١	١,١٤٧	٤,١٧٠	٠,٠٤٢
	الرضا عن الحياة الجامعية	٣,٢٥٦	١	٣,٢٥٦	١٠,٦٣٩	٠,٠٠١
	الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	٠,٠٨١	١	٠,٠٨١	٠,٢٥١	٠,٦١٧
المستوى التحصيلي =٠,٦٣٥ Wilks' Lambda الاحتمالية =٠,٠٠٠	الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	٣,٩٨٥	٣	١,٣٢٨	٣,٤٥٥	٠,٠١٧
	الرضا عن الذات	٠,٩١٣	٣	٠,٣٠٤	١,١٠٧	٠,٣٤٦
	الرضا عن الحياة الجامعية	١٤,٢٨٠	٣	٤,٧٦٠	١٥,٥٥٤	٠,٠٠٠
	الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	١٤,٣٩٣	٣	٤,٧٩٨	١٤,٨١٤	٠,٠٠٠
المستوى الدراسي =٠,٩٠٧ Wilks' Lambda الاحتمالية =٠,٠٤٣	الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	٢,٥١٨	٣	٠,٨٣٩	٢,١٨٣	٠,٠٩٠
	الرضا عن الذات	١,٠٧٤	٣	٠,٣٥٨	١,٣٠١	٠,٢٧٤
	الرضا عن الحياة الجامعية	٠,٢٥١	٣	٠,٠٨٤	٠,٢٧٤	٠,٨٤٤
	الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	٢,٤٩٠	٣	٠,٨٣٠	٢,٥٦٣	٠,٠٥٥
الخطأ	الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	١٣١,٤٨٧	٣٤٢	٠,٣٨٤		
	الرضا عن الذات	٩٤,٠٧٨	٣٤٢	٠,٢٧٥		
	الرضا عن الحياة الجامعية	١٠٤,٦٦٤	٣٤٢	٠,٣٠٦		
	الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	١١٠,٧٥٩	٣٤٢	٠,٣٢٤		

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الكلي	الرضا عن الظروف المعيشية والواقع	٢٨٨٦,٤٣٨	٣٥٠			
	الرضا عن الذات	٢١١١,٧٩٢	٣٥٠			
	الرضا عن الحياة الجامعية	١١٥٧,٥٥٦	٣٥٠			
	الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	٢٢٤١,٦٢٥	٣٥٠			

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥)

يتبين من الجدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α ≤٠,٠٥) في مجال الرضا عن الحياة الجامعية تعزى للجنس ولصالح الإناث، أي أن مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى الإناث كان أعلى منه لدى الذكور، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمستوى التحصيل الدراسي على كل من مجال الرضا عن الحياة الجامعية، ومجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية.ولمعرفة لصالح من كانت تلك الفروق، أُستخدم اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، والجدول (١٤) يبين ذلك.

الجدول (١٤)

نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية لمتوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على كل من مجال الرضا عن الحياة الجامعية، ومجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية وحسب متغير المستوى التحصيلي.

مجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة	مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٢,٣٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٢,٢٢	جيد الوسط الحسابي = ٢,٢٦	مقبول الوسط الحسابي = ٢,٤١
الرضا عن الحياة الجامعية	ممتاز	---	٠,٢٣٥١	٠,٠٩٤٨	٠,٦١١١ (*)
	جيد جداً		---	٠,١٤٠٣	٠,٨٤٦٢ (*)
	جيد			---	٠,٧٠٥٩ (*)
	مقبول				-----

مجالات مقياس أحداث الحياة الضاغطة	مستويات متغير المستوى التحصيلي	ممتاز الوسط الحسابي = ٢,٣٩	جيد جداً الوسط الحسابي = ٢,٢٢	جيد الوسط الحسابي = ٢,٢٦	مقبول الوسط الحسابي = ٢,٤١
الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية	ممتاز	---	٠,١١٧٧	٠,٣٢٦٣ (*)	٠,٧٦٧٥ (*)
	جيد جداً		---	٠,٣٢٦٣ (*)	٠,٦٤٩٨ (*)
	جيد			---	٠,٣٢٣٥
	مقبول				---

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥)

يلاحظ من الجدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقديرات الطلبة على مجال الرضا عن الحياة الجامعية بين ذوي التحصيل المقبول من جهة، وبين كل من ذوي التحصيل الممتاز والجيد جداً والجيد، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل المقبول. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات الطلبة على مجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية بين الطلبة ذوي التحصيل الممتاز وبين ذوي التحصيل الجيد ولصالح ذوي التحصيل الجيد، وبين الطلبة ذوي التحصيل الجيد جداً وبين ذوي التحصيل الجيد ولصالح ذوي التحصيل الجيد، وأخيراً بين ذوي التحصيل المقبول من جهة، وبين الطلبة ذوي التحصيل الممتاز والجيد جدا من جهة أخرى ولصالح ذوي التحصيل المقبول، أي أن مستوى الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية كان لديهم أعلى من غيرهم من الطلبة.

مناقشة نتائج الدراسة:

أشارت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول إلى أن مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة اليرموك على المقياس ككل كان بدرجة مرتفعة، وتتفق نتائج هذه السؤال مع نتائج دراسة بيلشير (Pilcher, 1998) التي أشارت إلى أن طلبة الجامعات يتعرضون للعديد من الأحداث اليومية الضاغطة.وتتفق هذه النتيجة كذلك مع نتائج دراسة بركات (٢٠٠٧) التي أشارت إلى أن (٤٦٪) يعانون من الضغوط بدرجة كبيرة، ومع نتائج دراسة مظلوم (٢٠٠٨) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى الأحداث الضاغطة لدى طلبة جامعة بغداد.

ومن الممكن أن تفسر هذه النتيجة في ضوء معرفة سمات العصر الذي يعيش فيه الطلبة وخصائصه، والأزمات المختلفة التي تمر بها المجتمعات، ويلاحظ بأن الحياة بشكل عام لم تعد سهلة وبسيطة، بل تعددت الظروف المعيشية، وازدادت الأحداث المختلفة التي يتعرض لها الفرد بشكل عام وطلبة الجامعات بشكل خاص؛ حيث يواجه الطلبة في

حياتهم العديد من المواقف الضاغطة، فهناك أحداث أسرية يتعرضون لها وما يرتبط بها من ضغوطات، إضافة إلى الأحداث الضاغطة الاقتصادية، حيث معاناة الطالب في بعض الأحيان في الحصول على المصروف المناسب، ودفع أقساط الجامعة، والعمل على تلبية متطلبات الدراسة، وهذا ما قد يفسر حصول مجال أحداث الحياة الضاغطة الاقتصادية على المرتبة الأولى لدى طلبة الجامعات.

وقد يعني ذلك وجود معوقات في حياة الطالب الجامعي قد تحول دون قيامهم بالأدوار المتوقعة منهم بصوره كاملة، فالحياة الجامعية مليئة بمختلف مصادر الضغوط النفسية الصادرة عن الأحداث المختلفة، فمنها ما ينجم عن طبيعة تفاعل الطلبة مع متطلبات الحياة واحتياجاتها التي يسعى الطلبة إلى تحقيقها، ومهما كانت تلك المصادر المشار إليها من حيث طبيعتها وتكوينها، فلابد من ردود فعل تجاهها، وهذا ما عبر عنه الطلبة عند الاستجابة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة حيث كانت بدرجة مرتفعة.

وقد يفسر حصول أحداث الحياة الضاغطة السياسية على المرتبة الأخيرة وبدرجة متوسطة، بانشغال طلبة الجامعات في موضوعات مختلفة كالهوايات والاهتمامات، مما قد يؤثر في شعورهم بالضغوط الناتجة عن الأحداث السياسية على الرغم من أن المنطقة زاخرة بالأحداث السياسية المختلفة، كما أن حرص الأهل في كثير من الأحيان على توعية أبنائهم بعدم الاهتمام والاحتكاك بالمجال السياسي قد دفع الطلبة إلى عدم إعطاء الجانب السياسي الدور المهم في حياتهم وهذا قد يفسر شعور الطلبة بدرجة متوسطة بالأحداث الضاغطة السياسية.

وأشارت نتائج السؤال الثاني إلى أن مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى الطلبة على المقياس ككل كان بدرجة منخفضة.ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه كل من كوستا وماكراي (Costa & McCrae, 1980) ، حيث أشارا إلى أن الرضا عن الحياة مرتبط بشكل مباشر بعوامل الفرد الشخصية والظروف المحيطة به.فالظروف البيئية وما يوجد بها من ضغوطات قد تسهم بشكل مباشر أو غير مباشر في تحقيق ما يتطلع إليه الطالب الجامعي من أهداف وطموحات أو عدم تحقيقه، الأمر الذي قد يشعره بالرضا عن الحياة.وعليه– وفي ضوء ما يعيش به الطالب الجامعي في بيئته– قد لا تلبي الاحتياجات الرئيسية له، فإن ذلك قد ينعكس على مستوى شعور الطلبة بالرضا عن الحياة بشكل عام.

كما أن السمات الشخصية التي يمتلكها الطالب الجامعي كالتفاؤل والتفكير الإيجابي أو السلبي، ومستوى تقدير الذات، ومدى الإحساس بالتحكم والسيطرة قد تؤثر في مستوى شعور الفرد بالرضا عن الحياة بشكل عام.ومن الممكن تفسير حصول مجال الرضا عن

الظروف المعيشية والواقع على أعلى درجة في المجالات وبدرجة متوسطة في ضوء ما أشار إليه داينر ولوكاس وسكالون (Diener, Lucas & Scallon) ، حيث أشاروا إلى أن قدرة الفرد على التكيف هي أساس الشعور بالرضا عن الحياة، وبأن لدى جميع الأفراد القدرة على التكيف والتعود على ما يمكن أن يستجد في حياتهم.وعليه فإن الطلبة قد يكونون وصلوا إلى مرحلة التكيف والتعود على الظروف المعيشية والواقع؛ لأنه لا يحدث تغير في هذا المجال بشكل متسارع، بل إن كان هناك تغير فإنه قد يكون بشكل بطيء.

أما من حيث حصول مجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية على أقل درجة في المجالات بدرجة منخفضة، فمن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الاعتقاد بأن الشعور بالرضا عن الحياة هو عملية تمر في مراحل ولكل مرحلة مجموعة من الحاجات الواجب على الفرد السعي إلى تحقيقها.والرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية يحتاج لأن يحقق الفرد مستوى معيناً من الأمن النفسي، فإذا كانت العلاقات السائدة داخل الأسرة والمجتمع في توتر أو تستثار بشكل متكرر، وهذا ما قد يحدث فعلاً؛ لأنها تعتمد على التفاعل فإن ذلك قد يساعد في عدم وصول الطالب إلى مرحلة التكيف، كما أن المقارنات التي يعقدها الطالب الجامعي مع زملائه الطلبة قد يكون لها إسهام بشكل مباشر أو غير مباشر في عدم الوصول إلى مرحلة الرضا عن العلاقة الأسرية والاجتماعية.

وأشارت نتائج السؤال الثالث إلى عدم وجود علاقة ارتباطيه وذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq ٠,٠٥$) بين مستوى أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة، ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه براون (Brown, 2004) ، حيث يرى بأنه كلما واجه الفرد الظروف الحياتية المختلفة عن طريق بذل الجهد الفكري أو الجسدي في التصدي للظروف المختلفة، كلما شعر بالرضا عن الحياة بشكل عام، أما في حال عدم بذل الجهد والانقطاع عن ممارسة الأنشطة المختلفة سيظهر ذلك في عدم الشعور بالرضا عن الحياة، ونتيجة لمستوى الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة، كما أشارت نتائج السؤال الأول وعزوف الطلبة عن بذل الجهد وممارسة الأنشطة المختلفة في التصدي للأحداث الضاغطة، فإنه من المتوقع أن يشعر الطالب بعدم الرضا عن الحياة.هذا مع الأخذ بالاعتبار أن الرضا عن الحياة يعتمد بشكل كبير على تعدد الأدوار الاجتماعية التي من المتوقع أن يقوم بها الفرد واختلافها، ومع إعطاء الأدوار التي يقوم بها الطلبة، فإنهم لن يشعروا بأنهم منتجون ومساهمون في بناء المجتمع، مما يعزز إحساسهم بعدم الرضا عن الحياة، على الرغم من المستوى المرتفع للأحداث الضاغطة.

من جانب آخر قد تفسر هذه النتيجة في ضوء النظرية التكيفية (Adjustment Theory) التي تشير إلى أن التكيف أساس الشعور بالرضا عن الحياة، ونظراً لتعدد الأحداث الحياتية

الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة، واختلافهم في السمات الشخصية، وعدم وصول بعضهم في بعض الأحيان أو أغلبها إلى التكيف، فإن ذلك قد يؤدي إلى عدم الشعور بالرضا عن الحياة.وهذه النظرية قد توضح كذلك العلاقة الارتباطية الموجبة بين مجال الرضا عن الظروف المعيشية والواقع من جهة، وكل من المجالات التالية في مقياس الأحداث الحياتية الضاغطة: الأكاديمية، والاجتماعية، والنفسية.

وقد يفسر وجود العلاقة الارتباطية الموجبة بين مجال الرضا عن الظروف المعيشية والواقع والمجال الأكاديمي والاجتماعي والنفسي في ضوء الانجاز الذي يحققه الطلبة في الحياة الجامعية.فمع تعدد الأحداث الضاغطة الأكاديمية والاجتماعية والتي بدورها تؤثر وتزيد من مستوى الضغوط النفسية، وشعور الفرد بالإنجاز، وتحقيق التقدم والنجاح، فإن ذلك قد يزيد من مستوى الشعور بالرضا عن الظروف المعيشية والواقع، ولا يعني ذلك أن لا تكون لدى الفرد أهداف يسعى إلى تحقيقها والرفع من المستوى المعيشي في المستقبل.

كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة وذات دلالة إحصائية بين مجال الرضا عن الظروف المعيشية والواقع وكل من المجال الأسري والمجال الصحي.وقد تبدو هذه النتيجة منطقية، فمع زيادة الأحداث الضاغطة الأسرية التي تعصف بالأسرة، فإن ذلك قد يساعد على الشعور بعدم الرضا عن الظروف المعيشية والواقع، وهذا ما يؤكده كل من الين وهيرست وبورك وساوتون (Allen, Herst, Burk & Sutton, 2000) حيث أشاروا إلى أنه كلما زادت الصراعات الأسرية والأحداث الأسرية الضاغطة، كلما أدى ذلك إلى انخفاض الشعور بالرضا عن الحياة.

أما فيما يتعلق بالعلاقة السلبية بين المجال الصحي وكل من مجال الرضا عن الظروف المعيشية، ومجال العلاقات الأسرية الاجتماعية، ومقياس الرضا عن الحياة ككل، فقد تفسر هذه النتيجة في ضوء سعي الأفراد وراء إشباع حاجاتهم المختلفة، وأن تحقيق الصحة الجسدية والنفسية هي أحد الحاجات التي يسعى الفرد إلى إشباعها، وفي حال لم تشبع هذه الحاجة ولم تتحقق كما يجب نتيجة افتقار البيئة لمقومات تحقيق مستوى مقبول من الصحة، فإن ذلك قد ينعكس بشكل سلبي على تحقيق الشعور بالرضا عن الحياة.

من جهة أخرى أشارت نتائج السؤال الرابع إلى عدم اختلاف مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة باختلاف الجنس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تعزى للجنس.وقد تفسر هذه النتيجة في ضوء معرفة خصائص المجتمع والعوامل المؤثرة به بشكل عام حيث التأثير في كلا الجنسين، وليس على جنس دون آخر، فالكل يتعرض

للظروف والأحداث نفسها، ولا يوجد اختلافات جوهرية في البناء الاجتماعي والجغرافي للمجتمع، كما أن المجتمع في سعي دائم للعمل على توفير المقومات التي قد تساعد على تحقيق الاستقرار لأفرادها، ومستوى جيد من الصحة النفسية لمختلف الشرائح في المجتمع دون تمييز؛ ذلك لأن الجميع داخل المجتمع يتعرضون للأحداث الضاغطة سواء كانت اقتصادية أم سياسية أم أكاديمية، وغيرها كثير من الأحداث.

وفيما يتعلق بالفروق في المجال الأسري والاجتماعي والسياسي، فقد كانت لصالح الطلبة ذوي التقدير المقبول، وقد تكون هذه النتيجة منطقية، حيث إن الطلبة ذوي التحصيل المقبول سيتعرضون للمساءلة من قبل أسرهم، وهناك ضغوط وأحداث أسرية مختلفة يتعرضون لها، وهذا بدوره قد ينعكس على الأحداث الضاغطة المجتمعية ونظرة أفراد المجتمع للطلبة ذوي التحصيل المقبول مما يشكل بدوره أحداثاً ضاغطة، وبالتالي يشعر هؤلاء الطلبة أكثر من غيرهم من ذوي التحصيل الممتاز والجيد جداً والجيد.

من جانب آخر يمكن تفسير الفرق في المجال الأكاديمي والمجال النفسي لصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز بأن هذه الشريحة من الطلبة تتعرض لضغط نفسي وأكاديمي أكثر من غيرها من الشرائح؛ وذلك بهدف المحافظة على مستواهم التحصيلي.

وأخيراً أشارت نتائج السؤال الخامس إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq ٠,٠٥$) في تقديرات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة ككل تعزى للجنس.ومن الممكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه إيفانز وكيلي (Evans & Kelley, 2004) حيث أشارا إلى أن الرضا عن الحياة لا يختلف باختلاف الجنس في العديد من الثقافات، وهذا ما قد يفسر المستوى المتوسط للشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة ذلك أنهم ما زالوا في طور إعداد الأهداف والسعي إلى تحقيقها.

كما ويمكن ملاحظة ما أُشير إليه في السابق بأن الرضا عن الحياة يتأثر بالعديد من العوامل البيئية والعوامل الشخصية، وباعتبار أن العوامل البيئية قد تكون متشابهة إلى حد كبير.أما فيما يتعلق بالعوامل الشخصية فلم تدرّس بشكل محدد مع الإيمان بأن لها أثراً في ذلك، إلا أنه من الممكن الافتراض بأن الجامعات تسعى إلى إكساب طلبتها العديد من السمات الشخصية المشتركة، لذا قد تكون العوامل المؤثرة متشابهة بين الجنسين، لذلك لم يُكشف عن أثر لها بين الجنسين.

أما فيما يتعلق بوجود فرق في مستوى الرضا عن الحياة يعزى للمستوى التحصيلي، ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، فإن ذلك قد يُعّد منطقياً لأنه من المتوقع أن يكون الطلبة ذوي التحصيل الممتاز قد حققوا العديد من الإنجازات والأهداف وهذا قد يكون له

أثر لدى الآخرين سواء من الأسرة أم المجتمع أم الجامعة، مما يعزز الرضا عن الحياة بشكل عام لدى هؤلاء الطلبة.

ومن الممكن كذلك تفسير وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq ٠,٠٥$) في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على مجال الرضا عن الحياة الجامعية ولصالح الطلبة ذوي التحصيل المقبول، من خلال طرح الباحثين في التدريس الجامعي، حيث يلاحظ عدم تحمل المسؤولية لدى هؤلاء الطلبة وانصرافهم عن حضور المحاضرات، والبقاء داخل الحرم الجامعي، بل الاستمتاع بهذا التواجد في الممرات ومداخل الجامعة، مما قد يساعد على شعورهم بالرضا عن الحياة الجامعية أكثر من غيرهم، مما قد يعزز ضعف الإحساس بالمسؤولية لديهم.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثون بالآتية:

١. العمل على تفعيل الأنشطة اللامنهجية داخل الجامعة من أجل تخفيف مستوى الأحداث الضاغطة على الطلبة كما أشارت نتائج السؤال الأول.

٢. تفعيل دور الإرشاد النفسي داخل عمادة شؤون الطلبة من أجل التعامل مع الحالات التي تعاني من الاضطرابات المختلفة وخاصة الضغوط النفسية.

٣. السعي لبناء برامج إرشادية تهتم بتحقيق مستويات أعلى من الصحة النفسية لدى الطلبة.

٤. إجراء المزيد من الدراسات تتناول عينات مختلفة.

المصادر والمراجع:

أولاً- المراجع العربية:

١. إبراهيم، احمد إبراهيم. (١٩٩٢) . الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الأعراض السيكوسوماتية. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، (١) ، ١٨٧– ٢٠٤.

٢. أبو مصطفى، نظيمي والسميري، نجاح. (٢٠٠٨) . علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني (دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الأقصى) . مجلة الجامعة الإسلامية (الدراسات الإنسانية) ١٦ (١) ،٣٤٧– ٤١٠.

٣. بركات، زياد. (٢٠٠٧) . مصادر الأزمات كما يدركها طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغير الجنس. المجلة الفلسطينية للتربية المفتوحة عن بعد، ١ (١) ، ٣٢٣– ٣٥٤. متوفر على الانترنت:
http:// www. qou. edu/ arabic/ researchProgram/ researchersPages/ ziadBarakat/ r7_drZiadBarakat. pdf.

٤. البنا، أنور. (٢٠٠٨) . المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة. مجلة جامعة الأقصى، ٢ (٢) ، ١٣٣– ١٦١]متوفر على الإنترنت
www. alaqsa. edu.ps/ar/aqsa_magazine/files/182.pdf

٥. حمدي، نزيه. (٢٠٠٧) . الشباب ومواجهة الضغوط. منشورات وزارة الثقافة: عمان.

٦. شقورة، يحيى. (٢٠١٢) . المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينة بمحافظة غزة. رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة الأزهر، غزة.]متوفر على الإنترنت
www. alazhar.edu.ps/library/attachedfile.asp?id+no=0046082

٧. زماري، راوية. (٢٠٠٨) . علاقة صراع الأدوار الأسرية والمهنية بالاضطرابات النفسجسدية والرضا عن الحياة لدى المعلمات المتزوجات في مديرية اربد الأولى. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد.

٨. عبداللطيف، حسن. (١٩٩٧) . الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة الكويت. ١١ (٤٣)]متوفر على الإنترنت www. 4shaerd. com/ office/ zb9- xoar/ html. c.

٩. علوان، نعمات. (٢٠٠٨) . الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية. مجلة الجامعة الإسلامية (الدراسات الإنسانية) ، ٦ (٢) ، ٤٧٥– ٥٣٢.

١٠. مظلوم، علي. (٢٠٠٨) . مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة بابل للعلوم الانسانية، ١٨ (١) : ٢٠١.

١١. عودة، أحمد. (٢٠١١) . القياس والتقويم في العملية التدريسية. إربد: دار الأمل للنشر والتوزيع.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

1. *Allen, D. , Herst, L. , Bruck, S. , Sutton, M. (2000) . Consequences associated with work –to- family conflict: A review and agenda for future research. Journal of Occupational Health Psychology, 5 (2) , 278 – 308.*
2. *Bailey,T; Eng,W; Frisch,M & Snyder,C. (2007) . Hope and Optimisms Related to Life Satisfacation. Journal of Positive Psychology,2 (3) 69-168.*
3. *Blonna, R. (2006) . Coping With Stress in a Changing Word. McGraw-Hill- Companies,4ED,Isbn: 9780073026602,p432.*
4. *Brown, C. (2004) . Self- esteem and Life satisfaction of aged individuals with and without access to computer training. Dissertation submitted to Texas A&M university.*
5. *Costa, T. and McCrae, R. (1980) . Influence of extroversion and neuroticism on subjective wellbeing: happy and unhappy people. Journal of Personality and Social Psychology (38) ,668 – 678.*
6. *Dabaln,A ;Paul,S. (2011) . History of Events and Life- Satisfaction in Transition Countries. [online] http// : elibrary. wordbank. org/ No: 5526,Issn: 1813- 9450,43p. dol. 10. 1596/ 1813- 9450- 5520*
7. *Evans, R. , & Kelley, J. (2004) . Effect of family structure on life satisfaction: Australian evidence. Social Indictors Research, 69, 303 – 349.*
8. *Kobasa. S. (1981) . Personality and Constitution as Mediators in the Stress- illness Relationship. Journal of Health and Social Behaviour,10 (22) ,368- 377.*
9. *Kruglanski,A. W. & Mayseless, O. (1990) . Classic and current social comparison research: Expanding the prespeetive. Psychology bulletin,108 (2) ,195- 208.*
10. *Luhman, M ;Lucas, R; Eid, M; Diener, ED. (2012) . Social Psychological and Personality Science. [online] http// : spp. sagepub. com/ content/ early/ 2012/ 03/ 19/ 1948550612440105. abstract.*

11. *Lyubomirsky, S; Sousa, L; Dickerhoof, R. (2006) . The Costs and Benefits of Writing talking and Thinking About Life's Triumphs and Defeats. Journal of personality and social psychology,90,692- 708.*
12. *Meadow, H. ; Metazer ,J. ; Rahtz, D.. & Sirgy, M. (1993) . A Life Satisfaction Measure Based on Judgment Theory. Social I indicators research, 26,23- 59.*
13. *Parkerson, GR; Broadhead, WE. (1990) . The Health Status and Life Satisfaction of First- Year Medical Students. Department of Community And Family Medicine, Duke University Medical Center,Durham,NC27710.*
14. *Paschali, A; Tsitsas, G. (2010) . Stress and Life Satisfaction Among University Students A Pilot study. Annals of General Psychiatry. [online] http// : www. Annals- Qeneral- Psychiartry. Com/ Content/ 9/ 51/ 596.*
15. *Petty, R. (2008) . Health Behaviors and life Satisfaction in College Students. An Abstracts Dissertation [online] http: // books. gooogle. jo/ uminumber: 3310819.*
16. *Pilcher,J. (1998) . Affective and Daily Event Predictors of life Satisfaction in College Students. Social in Dictators Research, 4 (3) . 291 – 306.*
17. *Raman,J. (2010) Correlates of Tertiary Student Life Satisfaction, university of waikato masters theses. [online]http:// www. resaerch commons. waikato. ac. nz/ handle/ 10289/ 5049.*
18. *Scott, E. (2012) , TOP 5 Charger you can make for reused happiness and life satisfaction. [online]http// : stress. about. com/ od/ lowstresslifestayle/ tp/ happiness,htm.*