

جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي (دراسة ميدانية لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة)

نبيل بن جلول^{1*}، أ. د. الهاشمي لوكيا²
^{1, 2} جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2 (الجزائر)

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، حيث اعتمد على مقياس جودة حياة الوظيفة (عبد الفتاح المغربي، 2004) ومقياس التفكير الإيجابي لإنجرام وويسنكي، وترجمة الوقاد (2012)، كأداة رئيسية للدراسة، فيما بلغ حجم العينة من (176) فردا من موظفي المؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة أختيروا بطريقة عشوائية.

أهم نتائج الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطات دالة إحصائيا بين كل أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي باستثناء بعد الأجور والمكافآت حيث لم يتبين وجود علاقة ارتباطية بينه وبين التفكير الإيجابي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة حول مدى توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (الجنس، الرتبة الوظيفية، منطقة العمل).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير (الجنس، عدد سنوات الخدمة).

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي؛ المؤسسات الشبابية والرياضية.

Abstract:

The study aims to show the relation between the quality the work life and positive thinking of youth and sport institutions in Wilaya of Ouargla . In order to achieve the objectives of the study, the researcher used the analytical descriptive method, he depended on the standard of quality the work life (Abdel-Fattah al-Maghraby, 2004) and the measure of positive thinking Ingram Wisinky (2012), as a main tool for the study, while the sample size of (176) employees of youth and sport institutions of Wilaya of Ouargla were chosen randomly.

Main results of the study:

- There is a statistically significant relationship between all dimensions of quality of life and positive thinking, Except salaries and rewards where no correlation was with positive thinking.
- There were no statistically significant differences between the average of the sample of the study sample on the availability of the dimensions of the career quality attributed to the variable (gender, job rank, work area).
- There were no statistically significant differences between the mean of the sample of the study in positive thinking attributed to the variable (sex, number of years of service, etc).

Keywords: the quality of the work life and positive thinking, youth and sport institutions.

I- تمهيد :

إن التغيرات الهائلة في البيئة الخارجية للمؤسسات والمنافسة الشديدة لأسواق العمل في وقتنا المعاصر يحتم على المنظمات على إختلاف أنواعها التطوير والإبتكار المستمر لآليات وإستراتيجيات جديدة في بيئة العمل الداخلية لدا هذه المنظمات حتى تكون قادرة على التكيف مع مختلف المستجدات الراهنة، وجودة حياة العمل تقع ضمن أولويات هاته المنظمات فهي من القضايا الإدارية التي إحتلت مكانا متميزا في أدبيات إدارة الموارد البشرية والسلوك التنظيمي، نظرا لأن جودة حياة الوظيفية مفهوم يحتوي على العديد من العناصر التي تمس أداء المنظمات مباشرة وتؤثر عليها، وهذا المفهوم رغم أنه قد يبدو مقصور على البيئة الباشرة للعمل، إلا أنه يلمس الحياة الشخصية للعاملين بإعتبار أن الفرد وهو كائن بشري له العديد من المشاعر والإهتمامات الشخصية والتي مالم يتم مراعاتها فإنها بالقطع تلقي بظلالها على أداء العاملين، ومن تم أداء المنظمة (جاد الرب، 2008، ص240).

1.I- مشكلة الدراسة:

إن تحسين جودة الحياة الوظيفية داخل المؤسسات الشبانية والرياضية يعتبر الضامن الوحيد للمحافظة على موردها البشري وصيانتته وتميزه، وهي ركيزة أساسية لنجاح هذه المؤسسات لتحقيق أهدافها المتمثلة في رعاية الشباب وتوجيهه وبناء شخصيته بصفة متكاملة من النواحي الصحية والنفسية والفكرية والترويحية والاجتماعية وتهيئة جميع الوسائل اللازمة والظروف الملائمة لشغل وإستثمار أوقات فراغهم وبالتالي ضمان تحقيق الأهداف العامة والنوعية للنشاط الرياضي والشباني.

وجودة حياة الوظيفية داخل هذه المؤسسات هي ذلك البناء الكلي الشامل الذي يتكون من مجموعة من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة (بكر، 2013، ص38) ومن بين المجالات التي ينبغي على القادة والمدراء و صناع القرار في المؤسسات الشبانية والرياضية الاهتمام بها وتحسينها ، جماعة العمل والعلاقات الاجتماعية بصفة عامة، المشاركة في إتخاذ القرارات، التنوع في خصائص الوظيفة، الحوافز المادية والمعنوية ، (الأجور والمكافآت)، السياسات التنظيمية وأساليب الإشراف، ظروف بيئة العمل المادية والمعنوية. وترتبط برامج جودة حياة الوظيفية ارتباطا وثيقا بالحالة النفسية والمزاجية لدى الموظفين مما يعكس على نمط التفكير لديهم (سلبى - إيجابى) والذي بدوره يتجسد في سلوكياتهم وقراراتهم في التكيف مع المشكلات الوظيفية وهذا ما أكدته دراسة (العبيدي، 2013، ص126) التي أشارت إلى أن برامج جودة الحياة بصفة عامة تساعد على التخلص من بعض الأفكار والمشاعر السلبية وتحويلها إلى أقوال وأفعال ومشاعر إيجابية.

كما أشارت دراسة (السيد، 2018، ص27) أن الفرد الذي يتمتع بجودة حياة عالية فستكون مواجهته للضغوط النفسية أفضل، وعلى العكس فإذا كان مستوى جودة الحياة ضعيف فسيشعر بالضغوط النفسي. ونقل دافعيه في مواجهتها.

أما دراسة (النجار والطلاع، 2015، ص212) فقد أشارت إلى أن التفكير الإيجابي يرتبط بجودة الحياة بالنسبة للفرد، لأنها تعبير عن الإدراك الذي يمتلكه ولأن الحياة بالنسبة له هو ما يدركه منها فشعور الفرد بالرضا عن حياته ينعكس على عمله ويتجلى ذلك في معدل إنتاجه وكفاءته وبالتالي شعوره بالسعادة والرضا الوظيفي.

أما دراسة (Caprara, 2003, 9) فتشير إلى أن أول مقومات التفكير الإيجابي هو الوعي بالإمكانات والقدرات والفرص التي يمتلكها الشخص، ويشكل الوعي نواة الاقتدار الإنساني الذي يؤهله مع متطلبات الحياة اليومية.

لذلك يمكن القول أن جودة الحياة الوظيفية ترتبط ارتباطا وثيقا بالتفكير الإيجابي لدى الموظفين مما ينعكس إيجابيا على الأداء وكيفا.

وبناء على ما تقدم به الباحث فقد جاءت تساؤلات الدراسة كمايلي:

1- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى؟

($a \leq 0.05$) بين أبعاد جودة حياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية لولاية ورقلة؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية حول توافر أبعاد جودة حياة الوظيفية تعزى لمتغيرات (الجنس ، الرتبة الوظيفية، منطقة العمل)؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية في التفكير الإيجابي تعزى لمتغيرات (الجنس ، عدد سنوات الخدمة، التخصص الوظيفي) ؟

2.I- فرضيات الدراسة:

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية لولاية ورقلة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بمديرية الشبانية والرياضية حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى لمتغيرات (الجنس ، الرتبة الوظيفية ، منطقة العمل).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية في التفكير الإيجابي تعزى لمتغيرات (الجنس ، عدد سنوات الخدمة ، التخصص الوظيفي).

I-3- أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة الموجودة بين جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي في المؤسسات الشبانية والرياضية لولاية ورقلة.

- الوقوف على الفروق الإحصائية إن وجدت عند مستوى ($a \leq 0.05$)، بين متوسطات استجابات الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تبعا لمتغيرات (الجنس ، عدد سنوات الخدمة ، منطقة العمل).

- الوقوف على الفروق الإحصائية إن وجدت عند مستوى ($a \leq 0.05$)، بين متوسطات استجابات الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية حول التفكير الإيجابي وفقا لمتغيرات (الجنس ، عدد سنوات الخدمة ، التخصص الوظيفي).

I-4- أهمية الدراسة:

من خلال هذه الدراسة يمكن للمؤسسات التابعة لقطاع الشباب والرياضة بصفة خاصة والمؤسسات الجزائرية بصفة عامة تبني أبعاد جودة الحياة الوظيفية، بما يعكس على الأداء لدى موظفيها وبالتالي جودة خدماتها التي تقدمها لفتتها المستهدفة.

كما تكمن أهمية هذه الدراسة في لفت أنظار صناع القرار في المؤسسات الشبانية والرياضية إلى أهمية تطبيق أبعاد جودة الحياة الوظيفية لما لها من أثر وفاعلية في الارتقاء بقدرات هذه المؤسسات و بذلك يتسنى لها القيام بمهامها المطلوبة على أكمل وجه.

I-5- المفاهيم الإجرائية للدراسة:

I-5-1- جودة الحياة الوظيفية:

يرى Indumathy & Kamalraj بأنها: "التوجه الذي يعتبر الموظفين إحدى أصول المنظمة بدلا من اعتبارهم تكلفة عليها ويفترض هذا التوجه أن أداء الموظفين يكون أفضل عند السماح لهم بإدارة عملهم بأنفسهم والمساهمة في

إتخاذ القرار، هذا التوجه يحفز الموظفين بتلبية احتياجاتهم الفسيولوجية إلى جانب احتياجاتهم الاقتصادية" (بحر ونصار، 2013، ص8).

ويعرف الباحث جودة الحياة الوظيفية إجرائيا بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الموظف بالمؤسسات الشبانية والرياضة لولاية ورقلة على مقياس جودة الحياة الوظيفية المعد من طرف (عبد الفتاح المغربي 2004).

I-5-2- التفكير الإيجابي:

وقد عرفته العريفي بأنه: "الوعي بأهمية استعمال العقل بطريقة فعالة، تضيء إيجابية على الحياة الشخصية، أو العملية، أو الأسرية" (سليم، 2015، ص42).

ويعرفه الباحث إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها الموظف في مؤسسات الشباب والرياضة على مقياس إنجرام وويسنكي، اقتباس وترجمة الوقاد (2012).

II - الطريقة والأدوات :

اعتمد الباحث على مقياس عبد الحميد عبد الفتاح المغربي لقياس جودة الحياة الوظيفية (2004) وكذا إعتد الباحث على مقياس إنجرام وويسنكي، وترجمة الوقاد (2012).

II -1- مقياس جودة الحياة الوظيفية:

يتكون المقياس من ستة أبعاد وهي: (ظروف بيئة العمل المعنوية، خصائص الوظيفة، الأجور والمكافآت، وجماعة العمل، وأسلوب الرئيس في الإشراف، والمشاركة في القرارات)، وقد إشتمل كل بعد منها على ستة متغيرات يصف كل متغير منها أحد الجوانب المرتبطة بأبعاد جودة حياة العمل، والتي تشكل 36 عبارة في صورة تقرير خماسي التدرج، يختار المفحوص ما بين خمسة بدائل تتراوح ما بين (أوافق تماما إلى لا أوافق تماما).

II -1-1- صدق المقياس:

قام المغربي (2004) بحساب معامل صدق مقياس جودة الحياة الوظيفية، حيث تراوحت قيم عوامل جودة الحياة الوظيفية بين (0,804- 0,920) أما القيمة الإجمالية لجميع عوامل المقياس فقد بلغت (0,860) وللتحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية تم عرضه على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة و الإختصاص بعد ذلك تم إجراء التعديلات المقترحات من قبلهم، كما جرى التحقق من صدقه من خلال طريقة الصدق التمييزي من خلال تطبيقه على عينة الدراسة الإستطلاعية قوامها (36) موظفا تابع للمؤسسات (الشبانية والرياضية)، واستخراج دلالات الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصلت عليها الدراسة الإستطلاعية من خلال مقارنة درجات الفئة العليا (أعلى 27%) بدرجات الفئة الدنيا (أدنى 27%) بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر فثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة العليا ومتوسطات درجات أفراد الدنيا مثلما هو موضح في الجدول (01).

الجدول (1) : الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة الوظيفية						
التقنية الإحصائية	ن	المتوسط "م"	الانحراف "ع"	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الدرجات العليا	8	167.37	11.72	10.40	14	0.00
الدرجات الدنيا	8	116.12	7.52			

يتبين من الجدول (01) أن قيمة "ت" بلغت (10,40) بمستوى دلالة (0.000) وهي أصغر من (0.05) وبالتالي دالة إحصائياً مما يدل على صدق فقرات المقياس.

II-1-2- الثبات :

قام المغربي بحساب معامل الثبات لكل عامل من عوامل جودة حياة الوظيفة باستخدام طريقة معادلة ألفا كرونباخ حيث تراوحت قيمة معامل الثبات بين (0,6531) لعامل الأجور والمكافئات و(0,8473) لعامل ظروف بيئة العمل المعنوية أما القيمة الإجمالية لجميع عوامل جودة الحياة الوظيفية مجتمعة فقد بلغت (0.7414). وللتحقق من ثبات المقياس للدراسة الحالية، استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، ويمكن عرضهما كما يلي:

- التجزئة النصفية :

- استعمل الباحث طريقة التجزئة النصفية، حيث وزع الاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من (36) موظفاً بالمؤسسات الشبانية والرياضية بورقلة، ثم وضع الأسئلة ذات التقييم الفردي لوحدها، والأسئلة ذات التقييم الزوجي لوحدها بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط بين جزئي الاستبيان وتحصل على ثبات قدره (0,79) وبعد إجراء عملية التعديل تحصل على ثبات قدره (0,88).

- معامل ألفا كرونباخ" : قدر معامل "ألفا" لمقياس جودة الحياة الوظيفية ب (0,93)، وتشير هذه النتيجة إلى أن المقياس يتميز بثبات عال.

II-2- مقياس التفكير الإيجابي:

إعتمد الباحث على مقياس إنجرام وويسنكي، وترجمة الوقاد (2012)، ويرجع إختيار الباحث لهذا المقياس للأسباب التالية:

تطبيق المقياس على بيئة عربية من قبل ، حيث طبقه الوقاد (2012) على عينة من طلاب جامعة بنها بمصر، شيوخ استخدامه في العديد من الدراسات الأجنبية ، في ظل قلة المقاييس العربية المتوفرة والمناسبة على حد علم الباحث.

يتكون المقياس من (30) عبارة في صورة تقرير خماسي التدرج، يختار المفحوص مابين خمسة بدائل مابين (أوافق تماماً إلى لا أوافق) ، وتدور عبارات حول مجموعة من الأفكار التي قد تخطر على بال الفرد، وتتعلق بالمستقبل وبذاته والآخرين، وترتبط بخبراته السابقة ويقوم المفحوص بوضع إشارة على العبارة التي يرى أنها تنطبق عليه أو يوافق عليها.

II-2-1- صدق المقياس:

قام مترجم المقياس الوقاد (2012) بالتأكد من صدق المقياس بطريقة الإتساق الداخلي، وذلك بتطبيقه على عينة (ن=55) من طلاب جامعة بنها بمصر، حيث كانت جميع قيم معامل الارتباط ما بين (0.60-0.79)، مما يعد مؤشراً على صدق فقرات المقياس.

وللتحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية قام الباحث بعرضه على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة في الإختصاص وقد تم إجراء التعديلات المقترحة من قبلهم، كما جرى التحقق من صدقه من خلال طريقة الصدق التمييزي من خلال تطبيقه على عينة الدراسة الإستطلاعية قوامها (36 فرداً) ، واستخراج دلالات الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصلت عليها الدراسة الإستطلاعية من خلال مقارنة درجات الفئة العليا (أعلى 27%) بدرجات الفئة الدنيا (أدنى 27%) بعد ترتيب درجات المقياس تنازلياً من الأكبر إلى الأصغر فثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة العليا ومتوسطات درجات أفراد الدنيا مثلما هو موضح في الجدول (2).

الجدول (2) : الصدق التمييزي لمقياس التفكير الإيجابي						
التقنية الإحصائية	ن	المتوسط "م"	الانحراف "ع"	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوي الدلالة 0.00
الدرجات العليا	8	139.00	3.42	10.16	14	دالة
الدرجات الدنيا	8	107.12	8.18			

يتبين من الجدول (12) أن قيمة "ت" بلغت (16,10) بمستوى دلالة (0.000) وهي أصغر من (0.05) وبالتالي دالة إحصائياً مما يدل على صدق فقرات المقياس.

- **الثبات:** قام مترجم المقياس الوقاد (2012) بحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة الإختبار حيث كانت قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة الإستطلاعية (ن=55) على مرتين بفارق زمني مدة أسبوعين ، بلغت (0,85) وبطريقة معادلة ألفا كرونباخ (0,85) وللتحقق من ثبات المقياس للدراسة الحالية، استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، ويمكن عرضهما كما يلي:

- **التجزئة النصفية:** استعمل الباحث طريقة التجزئة النصفية، حيث وزع الاستبيان على عينة استطلاعية متكونة من (36) موظفاً من مديرية الشبيبة والرياضة بورقلة، حيث تم وضع الأسئلة ذات التقييم الفردي لوحدها، والأسئلة ذات التقييم الزوجي لوحدها كذلك، بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط بين جزئي الاستبيان وتحصل على ثبات قدره (0,79) وبعد إجراء عملية التعديل باستعمال معادلة سبيرمان بروان (ث = $\frac{N_2}{N+1}$) تحصلنا على ثبات قدره (0,88) وهذا يظهر أن معامل الارتباط مرتفع مما يدل أن للاستبيان ثبات مقبول.

- **معامل ألفا كرونباخ:** أما الثبات بمعامل ألفا كرونباخ فقد (0,91)، وتشير هذه النتيجة إلى المقياس يتميز بثبات عال.

1- تحليل بيانات الدراسة واختبار فرضياتها ومناقشتها :

8-1- **إختبار الفرضية الأولى:** تنص الفرضية الأولى على عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ بين أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى الموظفين بمديرية الشباب والرياضة لولاية ورقلة. للكشف عن نتيجة هذه الفرضية قام الباحث بحساب معامل بيرسون (Pearson) بين كل بعد من أبعاد جودة حياة العمل والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي.

جدول (3) يوضح العلاقة بين أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لدى عينة الدراسة

المتغيرات	معامل الارتباط "ر"	مستوى الدلالة
بعد ظروف العمل والتفكير الإيجابي	0.279	0.000
بعد خصائص الوظيفة والتفكير الإيجابي	0.830	0.000
بعد الأجور والمكافآت والتفكير الإيجابي	0.147	0.051
بعد جماعة العمل والتفكير الإيجابي	0.281	0.000
بعد أسلوب الرئيس في الإشراف والتفكير الإيجابي	0.174	0.021
بعد المشاركة في أخذ القرارات والتفكير الإيجابي	0.335	0.000

يتبين من الجدول توجد علاقة ارتباطات دالة إحصائياً بين كل أبعاد جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي باستثناء بعد الأجور والمكافآت حيث لم يتبين وجود علاقة ارتباطية بينه وبين التفكير الإيجابي

2-8- إختبار الفرضية الثانية:

3-8- تتص الفرضية على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضة حول توافر أبعاد جودة حياة الوظيفية تعزى لمتغير (الجنس).
للتحقق من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (ت) " T.test " والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4) : الفروق في جودة الحياة الوظيفية تبعا لمتغير (الجنس)						
مستوى الدلالة 0.377	درجة الحرية	قيمة (ت)	الانحراف "ع"	المتوسط "م"	ن	التقنية الإحصائية الجنس
غير دالة	14	0.888	22.60	139.46	139	ذكور
			14.39	136.75	37	إناث

يتبين من خلال الجدول (4) أن قيمة (ت) بلغت (0.888) وأن مستوى دلالتها هي (0.377) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 أي أن 0.377 أكبر من 0.05 وبذلك يمكن أن نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى (الجنس) .

ويعزو الباحث ذلك إلى عدم التميز أو التفريق في تعامل المؤسسات الشبانية والرياضية مع الموظفين على أساس الجنس كما أنهم جميعا يتعرضون لظروف بيئة العمل نفسها سواء المتعلقة بالإيجابيات أو السلبيات سواء تعلق ذلك بالبيئة الداخلية أو تعلق بالبيئة الخارجية.

اتفقت هذه النتائج مع نتائج بعض الدراسات كدراسة (ماضي، 2014) ودراسة (الشنطي، 2016) حيث أظهرتا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى للجنس .

وختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من (البليسي، 2012) التي أظهرت وجود فروق في جودة حياة الوظيفية تعزى لمتغير (الجنس) لصالح الذكور، ودراسة (الدحوح، 2015) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول جودة الحياة الوظيفية تعزى للجنس لصالح الإناث.

4-8- إختبار الفرضية الثالثة: تتص الفرضية الثالثة على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (الرتبة الوظيفية).
وللتحقق من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) كما هو موضح في الجدول (05).

جدول رقم (5) مصدر التباين ومجموع المربعات ودرجات الحرية ومتوسط المربعات وقيمة "ف" ومستوى الدلالة تبعا لمتغير الرتبة الوظيفية (مربي، مربي رئيسي، مستشار، مستشار رئيسي)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	1537.843	3	512.614	1.151	0.330	غير دال
داخل المجموعات	76621.106	172	445.472			
المجموع الكلي	78158.949	175	958.086			

يتبين من خلال الجدول (5) أن قيمة ف بلغ (1.151) وأن قيمة مستوى دلالتها هي (0.330) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 ومنه نستنتج أنه:

- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (الرتبة الوظيفية).

ويعزو الباحث هذه النتيجة قد يرجع مرده أن جميع الموظفين يعملون في بيئة مهنية واحدة وتحت سياسة تنظيمية نفسها مطبقة على الجميع على إختلاف مستوياتهم الوظيفية وهذا من شأنه أن يوحد النظرة حول مدى توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية بالمؤسسات الشبانية والرياضية ن، وقد أشار مايرز (Mayers,1992) إلى أن جودة حياة الوظيفية تبدو في الممارسات التي تبادر بها الإدارة من خلال الأنشطة الإدارية لتحسين كفاءة التنظيم وزيادة الرضا الوظيفي للعاملين بغض النظر على الفئة الإجتماعية المهنية (أحمد فواتيح، 2017، ص484).

اتفقت هذه النتائج مع نتائج بعض الدراسات كدراسة (الشنطي، 2016) ودراسة (أحمد فواتيح، 2017) اللتان أشارتا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في جودة الحياة الوظيفية تبعا لمتغير الرتبة الوظيفية..

واختلفت مع دراسة (نصار، 2013) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية لجميع مجالات جودة الحياة الوظيفية بإستثناء مجال التوازن تعزى لمتغير الرتبة الوظيفية.

5-8 - **إختبار الفرضية الرابعة:** تنص الفرضية الرابعة على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بالمؤسسات الشبانية والرياضية حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (عدد سنوات الخدمة).

من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) كما هو موضح في الجدول (6).

جدول (6) الفروق في آراء الموظفين حول جودة الحياة الوظيفية تبعا لمتغير (عدد سنوات الخدمة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	205.744	2	102.872	0.458	0.633	غير دال
داخل المجموعات	38858.438	173	224.615			
المجموع الكلي	39064.182	175	327.487			

يتبين من خلال الجدول (6) أن قيمة ف بلغ (0.458) وأن قيمة مستوى دلالتها (0.633) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 ومنه نستنتج أنه:

- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين آراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة حياة العمل تعزى إلى متغير (عدد سنوات الخدمة).

ويرى الباحث أنه عدم وجود فروق حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تبعا لعدد سنوات الخدمة قد يرجع إلى ما ذكره صديق (2005) أنه ينظر إلى توفير جودة حياة الوظيفية بإعتباره جزء من المسؤولية الإجتماعية للمنظمة تجاه العاملين بغض النظر عن عدد سنوات الخبرة في المؤسسة.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج مجموعة من الدراسات كدراسة (البربري، 2016) ودراسة (الشنطي، 2016) ودراسة (ماضي، 2014) حيث أكدوا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية الدراسة حول مدى توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى سنوات الخدمة.

اختلفت نتائج الدراسة مع دراسة (ديوب، 2014) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية نحو تمكين العاملين وجودة الحياة الوظيفية تعزى (لسنوات الخبرة)، كما اختلفت مع دراسة (الحسني، 2017) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة الوظيفية تعزى لمتغير (سنوات الخبرة).

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الأساليب الإحصائية	
						(ت)	
0.664	174	0.435	15.36	118.9353	139	ذكر	
						أنثى	
			13.39	117.7297	37	الجنس	

6-8 - إختبار الفرضية الخامسة: تنص الفرضية الخامسة:

على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين اراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى (لمنطقة العمل)، وللتحقق من نتيجة الفرضية السادسة قام الباحث باستخدام اختبار (ت) T.test كما هو موضح في الجدول (07).

الجدول (7) : الفروق في جودة حياة العمل تبعا لمتغير منطقة العمل						
مستوي الدلالة	درجة الحرية	قيمة (ت)	الانحراف "ع"	المتوسط "م"	ن	التقنية الإحصائية المنطقة
0.667			21.84	139.32	126	الحضر
غير دالة	174	0.431	19.38	137.80	50	الريف

يتبين من خلال الجدول (7) أن قيمة (ت) بلغت (0.431) وأن مستوى دلالتها هي (0.667) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 وبذلك يمكن أن نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين اراء الموظفين بمديرية الشباب والرياضة حول توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير (منطقة العمل). وتفسير هذه النتيجة هو قد يعود إلى وجود نوع من التوازن في الحياة الشخصية والحياة الوظيفية لدى الموظفين حيث لا يكون أثر لمتغير المنطقة كما قد يعود إلى تشابه بيئة العمل المادية والمعنوية لدى الموظفين.

اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة ماضي (2014) والتي إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول جودة الحياة الوظيفية وأثرها على مستوى الأداء الوظيفي للعاملين في الجامعات، اللسطينية يعزى إلى متغير (منطقة العمل).

7-8 - إختبار الفرضية السادسة: تنص الفرضية السادسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بمديرية الشباب والرياضة في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير (الجنس). وللتحقق من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (ت) " T.test" والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8) الفروق في التفكير الإيجابي تبعا لمتغير (الجنس)

الجدول (4) : الفروق في التفكير الإيجابي تبعا لمتغير (الجنس)						
مستوي الدلالة	درجة الحرية	قيمة (ت)	الانحراف "ع"	المتوسط "م"	ن	التقنية الإحصائية الجنس
0.377			15.36	118.46	139	ذكور
غير دالة	174	0.435	13.39	136.75	37	إناث

يتبين من خلال الجدول (8) أن قيمة (ت) بلغت (0.435) وأن مستوى دلالتها هي (0.664) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 ، وبذلك نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير (الجنس).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن كلا الجنسين يتعرضون لظروف مادية ومعنوية واحدة إضافة إلى كونهم يقعون تحت سياسة تنظيمية واحدة الشيء الذي من شأنه أن يوحد نمط التفكير لديهم سواء أكان (إيجابي أو سلبي) ذكور أم إناث.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (العبيدي،2013) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في نمط التفكير (الإيجابي- السلبي) تعزى لمتغير (الجنس)، كما اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (John et al, 2007) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي والإنصاف وحب الإستطلاع وحب التعلم ، ودراسة (العبيدي،2013) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في نمط التفكير (الإيجابي- السلبي) تعزى لمتغير (الجنس). واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (بركات،2006) التي أشارت إلى وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي و السلبي، تبعاً لمتغير (الجنس) لصالح الإناث. كما اختلفت مع دراسة (الرقيب،2006) التي أشارت إلى وجود فروق في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث .

8-8- إختبار الفرضية السابعة: تنص الفرضية السابعة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بمديرية الشباب والرياضة في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير (عدد سنوات الخدمة). وللتحقق من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) كما هو موضح في الجدول (9).

جدول (9) الفروق في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير (عدد سنوات الخدمة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	926.866	2	463.433	1.038	0.356	غير دال
داخل المجموعات	77232.083	173	446.428			
المجموع الكلي	78158.949	175	909.861			

يتبين من خلال الجدول (9) أن قيمة ف بلغ (1.038) وأن قيمة مستوى دلالتها (0.356) تكبر عن الحد المطلوب الذي هو 0.05 أي أن 0.356 أكبر من 0.05 ومنه نستنتج أنه:

- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بمديرية الشباب والرياضة في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير (عدد سنوات الخدمة).

يعزو الباحث هذه النتائج إلى أن التفكير الإيجابي بغض النظر إلى الخبرة أو عدد سنوات الخدمة في المنظمة فهو يرتبط بشكل وثيقاً بسمات شخصية الفرد ومشاعره ، بل بالأعمال الايجابية في جميع شؤون حياته، لذلك يمكن القول أن أساس التفكير الإيجابي هو القدرة على استثمار الإستراتيجيات الإيجابية في الشخصية والميل إلى الرغبة والنزعة لممارسة سلوكيات أو تصرفات تجعل حياة الفرد ناجحة وتقوده إلى أن يكون أنساناً ايجابياً.

اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع مجموعة من الدراسات كدراسة دراسة (الرقيب،2006) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين عمداء كليات الجامعات الأردنية الرسمية في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير (الخبرة) .

واختلفت نتيجة هذه الدراسة الحالية مع دراسة مع نتائج دراسة (حواط،2016) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي بين معلمي مدارس مدينة اللاذقية تبعاً لمتغير (عدد سنوات الخدمة).

9- إختبار الفرضية الثامنة:

تنص الفرضية الثامنة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($a \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات الموظفين بمديرية الشباب والرياضة في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير (شعبية-رياضة).

10- للتحقق من نتيجة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (ت) " T.test " والجدول (10) يوضح ذلك الفروق في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير التخصص الوظيفي (شبيبة - رياضة)

الجدول (10) : يوضح ذلك الفروق في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير التخصص الوظيفي (شبيبة - رياضة)						
التقنية الإحصائية التخصص الوظيفي	ن	المتوسط "م"	الانحراف "ع"	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.849
شبيبة	65	118.4000	31.04	-0.191	174	غير دالة
رياضة	111	118.8468	16.00			

يتبين من الجدول أن قيمة "ت" بلغت (-0.191) بمستوى دلالة قدره (0.849) مما يدل على عدم وجود فروق في التفكير الإيجابي تبعاً للتخصص الوظيفي.

يتبين من خلال الجدول رقم (23) أن قيمة (ت) بلغت (-0.191) وأن مستوى دلالتها هي (0.849) أكبر من 0.05 أي أن 0.849 أكبر من 0.05 وبذلك يمكن أن نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير التخصص الوظيفي (شبيبة - رياضة).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن التفاعل الموجود بين طبيعة المناخ التنظيمي السائد داخل المؤسسات الشبانية والرياضية والسياسة والثقافة التنظيمية من جهة أخرى من شأنهم أن يحققوا القدرة على التكيف لدى الموظفين كما يمكنهم أن يؤثروا على نمط التفكير لديهم وبالتالي التقليل من أثر التخصص الوظيفي ، كما أن نظام التحفيز داخل هذه المؤسسات يؤثر على نمط التفكير لذلك يمكن القول أنه كلما كان نظام التحفيز مدروس قد يحقق نوع من التباين في نمط التفكير لدى الموظفين.

اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (الرقيب، 2006) التي أكدت على عدم وجود فروق بين عمداء كليات الجامعات الأردنية الرسمية في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير (التخصص)، كما اتفقت مع دراسة (العبيدي، 2013) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في نمط التفكير (الإيجابي - السلبي) تعزى لمتغير (التخصص)، ودراسة (Rebecca, 2003) التي أظهرت عدم وجود تأثير لمتغير (التخصص) في نمط التفكير (الإيجابي والسلبي)، ودراسة (Munro, 2004) حيث أظهرت عدم وجود أثر لمتغير (التخصص) في مستوى التفكير السلبي أو الإيجابي.

2- خلاصة:

بناء على ما تقدم به الباحث يمكن القول أن جودة حياة العمل عملية ترتكز على تحقيق التوازن بين الحياة الوظيفية والحياة الشخصية للعاملين من خلال عمليات متكاملة ومخططة ومستمرة تشارك في تنفيذها جميع الإدارات داخل المؤسسة بما يتوافق مع استراتيجيات المؤسسة وأهداف ومصالح العاملين وهي عملية تستجيب من خلالها المنظمة لحاجيات العاملين عن طريق وضع برامج أساسية تتمثل في النمط التشاركي في القيادة والإشراف و توفير البيئة الصحية والأمنة وإتاحة الظروف المادية والمعنوية المدعمة لأداء العاملين، وإعادة تصميم وإثراء الوظائف لتحقيق التكيف مع المستجدات الحديثة وتعظيم القدرات التنافسية، والاعتماد على نظام عادل للأجور والمكافآت والحوافز المادية والمعنوية.

كما يجب التركيز على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد سواء أكانوا رؤساء أم مرؤوسين، والمشاركة الفعلية للعاملين في إتخاذ القرار بمفهومها الواسع.

وفي ضوء الإطار النظري للدراسة ونتائجها ومناقشتها يقترح الباحث التوصيات التالية:

اقتراح إجراء دراسات ميدانية مشابهة بالمؤسسات الشبانية والرياضية باعتبار أن جودة الحياة الوظيفية والتفكير الإيجابي لهما علاقة مباشرة بأداء الموظفين (العاملين).

ضرورة زيادة الاهتمام بتحسين جودة حياة العمل بأبعادها النفسية والاجتماعية والطبيعية باعتبارها مسؤولية اجتماعية وأخلاقية ومعنوية تتحملها المنظمة.

التدريب على استخدام استراتيجيات تمكن الموظفين (العاملين) في المؤسسات الشبانية والرياضية من تجنب التفكير السلبي والتفكير الجامد والمتصلب والاعتماد على التفكير الإيجابي النابع من التفكير التأملي والتفكير الناقد من أجل فهم وإدراك المشكلات المهنية وحلها بطرق علمية سليمة.

إعداد دورات تدريبية لتنمية التفكير الإيجابي لدى الموظفين (العاملين) بالاعتماد على التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة، والتقييم لغرض اكتساب الموظفين (العاملين) فن التواصل والتعامل الإيجابي واستثمار كل الطاقات الإيجابية الممكنة لديهم.

قائمة المراجع:

- أحمد فواتيح، محمد الأمين (2017). إدارة الجودة الشاملة وعلاقتها بجودة العمل. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة وهران 2، الجزائر.
- بحر، يوسف عبدو عطية ونصار، إيمان حسن (2014). جودة حياة العمل وأثرها على تنمية الإستغراق الوظيفي. غزة ، فلسطين: منشورات المنظمة العربية للتنمية الإدارية جامعة الدول العربية .
- بكر، جوان إسماعيل (2013). جودة الحياة وعلاقتها بالقبول الإنتماء والقبول الاجتماعيين (ط1). الأردن، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.
- البربري، مروان حسن (2016). دور جودة الحياة الوظيفية في الحد من ظاهرة الإحترق الوظيفي لدى العاملين في شبكة الأقصى للإعلام والإنتاج الفني. رسالة ماجستير غير منشورة، أكاديمية الإدارة والسياسة للدراسات العليا وجامعة الأقصى بغزة ، فلسطين.
- بركات، زياد (2006) . التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة. متاحة على الموقع <http://www.qou.edu/home/sciResearch/researchersPages/ziadBarakat/index.jsp>
- البليسي، أسامة (2012). جودة الحياة الوظيفية وأثرها على الأداء الوظيفي للعاملين في المنظمات غير الحكومية في قطاع غزة . رسالة ماجستير غير منشورة، ، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين
- الحسيني، وسام محمد (2017) . أثر جودة الحياة الوظيفية في تعزيز الإلتزام التنظيمي . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- حواط، ديمة (2016). التفكير الإيجابي وعلاقته بالرضا الوظيفي (دراسة ميدانية لدى عينة الصف في مدارس مدينة اللاذقية) مجلة جامعة تشرين للبحوث العلمية- سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (38) العدد (5) 2016 دمشق.
- علي ،إسماعيل علي (2013). مهارات الإتصال في ممارسة خدمة الفرد .مصر، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع.

- ديوب، أيمن (2014). تمكين العاملين كمدخل لتحسين جودة الحياة الوظيفية في قطاع الإتصالات . مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية . المجلد 30،(1)، 195، سوريا.
- الرقب، توفيق زايد (2006). درجة فهم عمداء كليات الجامعات الأردنية الرسمية مفهوم التفكير الإيجابي وأثر ذلك على صناعة القرار. أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان.
- سليم حسن، علاء بن أحمد (2015). التفكير الإيجابي كمتغير وسيط في العلاقة بين الشخصية والأخطاء في قيادة السيارة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- الشنطي، نهاد عبد الرحمان (2016). واقع جودة الحياة الوظيفية في المؤسسات وعلاقته بأخلاقيات العمل. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأقصى ، غزة، فلسطين.
- العبيدي إبراهيم خليل (2013). التفكير (الإيجابي - السلبي) وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد. المجلة العربية للتطوير والتفوق، 04 (7)، 36، بغداد.
- ماضي، خليل إسماعيل إبراهيم (2014). جودة الحياة الوظيفية وأثرها على الأداء الوظيفي. رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم إدارة الأعمال، فلسطين.
- المغربي عبد الحميد (2004) جودة حياة العمل وأثرها في تنمية الاستغراق الوظيفي : دراسة ميدانية " ، بحث مقبول النشر ، مجلة الدراسات والبحوث التجارية ، العدد الثاني ، (جامعة الزقازيق ، كلية التجارة .
- النجار، يحي، الطلاع، عبد الرزاق (2015). التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة، مجلة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد 29 ، (2)، فلسطين.
1. زينة بن طراد، الوناس مزياني (2017)، التفكير الإبداعي في ظل النظرية المعرفية السلوكية، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الاجتماعية، 9 (29)، الجزائر: جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ص.ص 11-22. على الخط: <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/46628> (تاريخ الزيارة: 2018/04/26).
2. أحمد الأشقر (2002)، الاقتصاد الكلي، الطبعة الأولى، عمان : الدار الدولية العلمية للنشر والتوزيع، ص.290.
3. OUSSEDIK Fatma (2004), **Femmes et fécondité en milieu urbain**, Edition C.R.E.A.D, Alger, P..
4. RENARD V. (2005). « **Marché foncier** », in Dictionnaire de l'urbanisme et de l'aménagement, sous la direction de Pierre Merlin et François Choay, ; Paris : Ed PUF coll. Quadrige.
- Zahia Bali Khardouche(2011), **Enfant surdoué entre Soutien pédagogique et prise en charge p**
1. جاد الرب سيد (2008)، جودة الحياة الوظيفية في منظمات الأعمال العصرية، مصر، القاهرة : دار الفكر العربي، ص.240.
2. بكر، جوان إسماعيل (2013)، جودة الحياة وعلاقتها بالقبول الإلتزام والقبول ، الطبعة الأولى، عمان : دار الحامد للنشر والتوزيع، ص.38.
3. النجار، يحي، الطلاع، عبد الرزاق (2015). التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة، مجلة النجاح للأبحاث في العلوم الإنسانية ، 29 (2)، فلسطين على الخط:
- (تاريخ الزيارة: 2019/03/26). https://journals.najah.edu/media/journals/full_texts/2_JFvN6Ic.pdf.
4. بحر، يوسف عبد و عطية ونصار، إيمان حسن (2013)، جودة حياة العمل وأثرها على تنمية الاستغراق الوظيفي. غزة ، فلسطين: منشورات المنظمة العربية للتنمية الإدارية جامعة الدول العربية، ص.8.

5. المغربي عبد الحميد (2004)، جودة حياة العمل وأثرها في تنمية الاستغراق الوظيفي ، مجلة الدراسات والبحوث التجارية ، 2 ، مصر :جامعة الزقازيق ، كلية التجارة .
6. سليم حسن،علاء بن أحمد (2015)، التفكير الإيجابي كمتغير وسيط في العلاقة بين الشخصية والأخطاء في قيادة السيارة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية،ص.42.

Caprara, G. V. & Cervone, D. (2003). A conception of personality for psychology of human strengths. In Lisa G. Aspinwall and Ursula M. Staudinger, (Ed.), *Amazon kindles Psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (2002).