التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا – دراسة ميدانية بجامعة الجزائر 1، 2، 3

د. بادي نوارة وأ. أحمد بلول، المدرسة العليا للأساتذة – القبة. وجامعة زيان عاشور بالجلفة.

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على العلاقة بين الاتجاه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا بالجامعات، ولتحقيق هدف هذه الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي وذلك بتطبيق مقياس الاتجاهات نحو الحياة، ومقياس تقدير الشخصية للكبار كأدوات لجمع البيانات على عينة قدرت بـ 53 من طلبة الدراسات العليا من جامعة الجزائر 1، 2، و3. وعليه، توصلت الدراسة إلى: وجود علاقة دالة إحصائيا بين الاتجاه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية (العداء/ العدوان، الاعتمادية، تقدير الذات، الكفاية الشخصية، التجاوب الانفعالي، الثبات الانفعالي، والنظرة للحياة) لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الجزائر 1، 2، 3.

الكلمات الدالة: التوجه نحو الحياة، المتغيرات النفسية، طلبة الدراسات العليا.

مقدمة:

لقد انصب اهتمام علم النفس في السنوات الأخيرة على موضوعات تؤكد إيجابية الشخصية الإنسانية بعد أن كان الاهتمام خلال عقود من الزمن قائما على دراسة الحالات السلبية للإنسان، مثل الإحباط ، القلق، الاكتئاب وفقدان الأمل، والاضطرابات النفسية ما هي إلا حالات الخلو النسبي من المرض، لذا فإن علم النفس الإيجابي يشدد على ضرورة أن تكون الحياة الداخلية للإنسان أكثر عمقا وثراء من خلال تعظيم مكامن القوة، وتكوين مرونة الشخصية، التي تمكن الإنسان من التواؤم والتوافق الإيجابي مع التغيير، بل وصيانة هذا التغيير وفق آلية تحسين نوعية الحياة الإنسانية وجودتها، فقد أكد سليجمان على ضرورة أن يعمل علم النفس الايجابي على أن يجعل الحياة جديرة بالعيش، وأن يصحح مسار علم النفس الذي تحرك بعد الحرب العالمية الثانية بعيدا عن مهامه الأساسية في أن يجعل حياة الناس أكثر إنتاجية وتفاؤلا وهدوء ورضا واطمئنانا.

وهذا ما يشير إلى وجود عوامل ومتغيرات وخصائص نفسية كالعداء والاعتمادية وتقدير الذات والكفاية الشخصية والتجاوب الانفعالي والثبات الانفعالي والنظرة للحياة التي يمكن أن تحدد أو تعدل أو تنبىء بالأحداث والمواقف الصعبة من آثار سلبية على سلامة أداء وكفاءة طلبة الدراسات العليا وتساعدهم على أن يظل محتفظا بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للمواقف الصعبة في حياتهم أو العكس أنه ينهار أمامها وهذا كله وفق نوع الاتجاه الذي يحمله طلبة الدراسات العليا نحو الحياة.

1-الإشكالية:

تعتبر الحياة الجامعية بأنها المرحلة المتميزة في حياة الشباب ففيها تنضج الأفكار وتتضح الذهنية للمستقبل فهي بيدها أدوات التطور والتقدم والتغيير والرقي، لذلك فأن الاهتمام بمشكلاتهم يعد من الضروريات لإزالة معوقات التنمية والتقدم الحضاري، فهي من أكثر المراحل تعرضاً للضغوط النفسية والصراعات مما يؤثر في بناء شخصياتهم وحفظ توازنها. (العظماوي، 1988: 433 – 438). ويزداد الأمر أهمية إذا ما تحدثنا عن فئة مهمة من الطلبة الجامعيين ألا وهي طلبة الدراسات العليا الذين يعتبرون القاعدة الأساسية لخطط التنمية الاقتصادية والعلمية والاجتماعية، أو بالأحرى أهم تقنياتها ووسائلها التي يعول عليها كثيرا من أجل تحقيق طموحات وأهداف المجتمع الذي تنتمي إليه لمحاولة اللحاق بالركب المتسارع للتطور والتنمية في العالم على كافة ميادين الحياة.

وعليه، تكون مسألة التعرف على اتجاهات طلبة الدراسات العليا ونظرتهم نحو مستقبلهم بصفة عامة والحياة بصفة خاصة سواء بتفاؤل أو بتشاؤم مهم جداً لتأثيرها الكبير في تطوير شخصياتهم والخطط المستقبلية لتطورهم وتقدمهم في مجالات حياتهم المختلفة مما يؤثر بلا ريب على معدلات التفاؤل لديهم في المستقبل كهاجس الحياة المستقبلية وما يطرح مجموعة من المتغيرات والخصائص النفسية التي تحدد حياتهم النفسية والاجتماعية، الصحة النفسية، قدراتهم وطموحاتهم، والجوانب النفسية.

وهذا ما يؤكد أن السلوك الناجم عن طلبة الدراسات العليا وتصرفاتهم تقترن بتصوراتهم للحياة ونظرتهم إلى الأشياء والأمور التي تحيط بهم، وعلى ذلك تكون أعمالهم وردود أفعالهم، وهنا يمكن التحدث عن مجموعة من الخصائص التي تتأثر تبعا لنوع الاتجاهات المتبناة اتجاه الحياة ومن بين هذه الخصائص النفسية العداء/العدوان، والاعتمادية، وتقدير الذات، والكفاية الشخصية، والتجاوب الانفعالي، والثبات الانفعالي، والنظرة للحياة. فيرى فاخر عاقل أن الشخصية هي تكامل الصفات الجسدية والخلقية المميزة لفرد ما بما في ذلك بناؤه الجسدي وسلوكه واهتماماته ومواقفه وقدراته وكفاءاته (برهومي، 2006: 17)، كما عرفها ألبرت بأنها التنظيم الدينامي لتلك الأجهزة الجسمية والنفسية التي تحدث الطابع الفريد في التوافق مع بيئته، في حين يعرفها جلفورد بأنها: النموذج العام للسلوك الكلي للفرد، كما يعرفها شوين بأنها الجهاز المتكامل أو الكلي أو الوحدة الوظيفية للعادات والاستعدادات والعواطف التي تميز أي فرد من نفس الجماعة. (صالح، 2008: 09).

وهذا ما يشير إلى أن هناك عوامل ومتغيرات وخصائص نفسية التي يمكن أن تحدد أو تعدل أو تنبيء بالأحداث والمواقف الصعبة من آثار سلبية على سلامة أداء وكفاءة طلبة الدراسات العليا

وتساعدهم على أن يظل محتفظا بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للمواقف الصعبة في حياتهم أو العكس أنه ينهار أمامها وهذا كله وفق نوع الاتجاه الذي يحمله طلبة الدراسات العليا نحو الحياة. ومن هنا فإن التوجه نحو الحياة من الصفات النفسية التي تؤثر في مسيرة الإنسان وحياته، إذ أن المتفائل هو الذي ينظر ويتأمل وقوع الخير وما هو أفضل وأحسن، فهو ينظر بعين الأمل ويبصر النور ويسعى إليه بخلاف المتشائم الذي لا يرى سوى الظلام والوقوع في الفشل والشر فرؤيته للحياة رؤية سوداء تكبل الطاقة. وهذا ما أكدته دراسة نيفن فتحي دقة (1201) بعنوان التوجه نحو الحياة وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية في عمان: هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى التوجه نحو الحياة وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية، ومعرفة الفروق في التوجه نحو الحياة حسب متغيري الجنس والتحصيل الدراسي، وتكونت العينة من (200) طالب وطالبة، وتم تطبيق مقياس التوجه نحو الحياة ومستوى الطموح، ولقد أشارت النتائج إلى أن التوجه نحو الحياة ومستوى الطموح متوسط، وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق في الجنس ووجود فروق في التحصيل الدراسي لصالح ممتاز جدا. (نيفين فتحي دقة،2011 ، ص11).

ومن هنا جاءت الدراسة الحالية للكشف عن الاتجاه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الجزائر 1، 2، 3. وكان التساؤل العام للدراسة هو: هل توجد علاقة بين التوجه للحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا؟، لتتفرع عنه مجموعة من التساؤلات الجزئية التالية:

1. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا؟
2. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا؟
3. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة وتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا؟
4. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة والكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا؟
5. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة والتجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا؟
6. هل توجد علاقة بين التوجه للحياة والثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا؟
7. هل توجد علاقة إ بين التوجه للحياة والنظرة للحياة لدى طلبة الدراسات العليا؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التوجه للحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.

2-2-الفرضيات الجزئية:

1. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا.
2. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا.
3. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة وتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا.
4. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا.
5. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والتجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا.
6. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا.
7. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التوجه للحياة والنظرة للحياة لدى طلبة الدراسات العليا.

3-أهمية الدراسة:

1. تبرز أهمية الدراسة في أهمية الفئة المستهدفة وهم طلبة الدراسات العليا التي تعتبر الفئة المعول عليا في بناء الوطن وتنميته
2. تكمن أهمية الدراسة في معرفة مستوى التوجه نحو الحياة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا ونظرتهم إلى الحياة.
3. تساعد نتائج الدراسة المختصين في علم النفس في تصميم برامج إرشادية لرفع مستوى التوجه نحو الحياة.
4. تعتبر الدراسة الحالية إضافة للتراث النظري حول متغير التوجه نحو الحياة لدى شريحة هامة من شرائح المجتمع وهم طلبة الدراسات العليا
5. يمكن لهذه الدراسة أن تكون حجر أساس ينطلق منه الباحثون الجدد لدراسة التوجه نحو الحياة مع فئات أخرى من المجتمع الجزائري.

4-أهداف الدراسة:

1. الكشف عن مستوى التوجه نحو الحياة لدى عينة من طلبة الدراسات العليا بالجامعة الجزائرية
2. الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة الدراسات العليا المتمثلة في العداء، الاعتمادية، التقدير السلبي للذات، نقص الكفاية الشخصية، نقص التجاوب الانفعالي، نقص الثبات الانفعالي، النظرة السلبية للحياة.

5-تحديد مفاهيم الدراسة:

5-1-التوجه نحو الحياة:

هو الميل إلى التفاؤل الذي يؤدي إلى توقع حدوث أشياء وأحداث حسنة أو التشاؤم الذي

يؤدي إلى توقع حدوث أشياء وأحداث سيئة وكلاهما يؤدي إلى التوجه نحو الحياة إما إيجابي أو سلبي، أما إجرائيا فيعرف بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس التوجه نحو الحياة لشاير وكارفر ترجمة نورس شاكر هادي.

5-2-المتغيرات النفسية: ونقصد بها ما يلي:

- **العداء/ العدوانية:** ويقصد بالعداء شعور داخلي بالغضب والكراهية موجه نحو الذات أو نحو الشخص أو الموقف، أما العدوان فيمثل التعبير الظاهر عند العداء في صورة فعل أو سلوك يقصد به إيقاع الأذى أو الضرر بشخص أو شيء أو نحو الذات.
- **الاعتمادية:** ويقصد بها اعتماد الفرد على شخص أو أشخاص آخرين للحصول على التشجيع أو الطمأنينة أو العطف أو الإرشاد.
- **التقدير السلبي للذات:** ويشير إلى عدم قبول الفرد لنفسه والتقليل من شأنها وشعوره بالنقص عند المقارنة بالآخرين وغالبا ما يرى الفرد نفسه في هذه الحالة على أنه ليس له قيمة أو أهمية.
- **نقص الكفاية الشخصية:** وتشير إلى شعور الفرد بعدم قدرته على النجاح في مواجهة المطالب اليومية العادية.
- **نقص التجاوب الانفعالي:** ويشير إلى جمود الأحاسيس وبرودة العاطفة والافتقار إلا التعبير عن مشاعر الدفء والمحبة نحو الآخرين.
- **نقص الثبات الانفعالي:** ويقصد به تقلب الحالة المزاجية بين السرور والحزن وسهولة الاستثارة بصورة يصعب التنبؤ بها.
- **النظرة السلبية للحياة:** وتعبر عن الإدراك الذاتي للحياة على أنها مكان غير آمن مليء بالخطر والشك والتهديد وعدم اليقين، وتعكس هذه النظرة الإحساس بالتشاؤم. (الوحيدي، 2011: 116). وهذا ما يقيسه استبيان تقدير الشخصية للكبار لرونالد رونر من تقنين سلامة ممدوحة (1986) والدرجة المرتفعة على الاستبيان تدل على وجود نزعات أو ميول سلوكية للأبعاد سابقة الذكر.

5-3-طالب الدراسات العليا:

هو ذلك الشخص الذي لديه كفاءة علمية أهلته للانتقال من المرحلة الثانوية إلى التكوين العالي في الجامعة، وفقا لتخصصه ويعتبر الطالب أهم العناصر الفاعلة في العملية التربوية على مدى التكوين الجامعي. "والطلبة هم نخبة ممتازة من الشباب والشابات الممتازين في ذكائهم ومعارفهم العلمية" أولئك الذين أتيحت لهم فرصة الوصول إلى التعليم الجامعي والمعاهد العليا (سماح قيسمة، د.ت:59).

6-منهج الدراسة:

بما أن موضوع الدراسة يهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الاتجاه نحو الحياة وعلاقته ببغض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، ومن اجل تحقيق ذلك فالمنهج المعتمد هو المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لهذه الدراسة.

7-عينة الدراسة:

في الدراسة الحالية تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وهي إحدى الطرق الاحتمالية. ويتم الاختيار العشوائي وفق شرط محدد وهو أن يتوفر لدى كل فرد من أفراد المجتمع الأصلي الفرصة المكافئة لكل فرد آخر في أن يتم اختياره للعينة دون أي تحيز أو تدخل من الباحث (عدس وآخرون: 2007، 98). وقد تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من 53 طالب من طلبة الدراسات العليا من جامعة الجزائر 1، 2 و3، تتراوح أعمارهم بين 25 و34 سنة.

8-أدوات جمع البيانات:

8-1-مقياس التوجه نحو الحياة:

وضع كل من شاير وكارفر) 1985) هذا المقياس ويتكون من (12) عبارة يجاب عن كل منها على أساس خمسة اختيارات، تقيس التوجه نحو أهداف الحياة ايجابياً. وبناءاً على ذلك فقد تم اعتماد صدق الترجمة لمقياس التوجه نحو الحياة للأنصاري (2000) ومن خلال تكييفه للمقياس على عينة قوامها 250 طالبا تم التأكد من خصائصه السيكومترية ليتم استبعاد بندين لارتباطهما الضعيف بالمقياس ليصبح العدد الإجمالي للبنود 10، والدرجة المرتفعة على المقياس تدل على التوجه نحو الحياة. (هادي، 2008: 6 -15). وفيما يخص الخصائص السكومترية للمقياس على البيئة الجزائرية فقد قمنا بحساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي ليتضح أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات الاستبيان والدرجة الكلية قد تراوحت ما بين (0.38 — 0.55)، والذي يبين أن معاملات الارتباط المتحصل عليها دالة عند مستوى دلالة 0.05. أما الثبات تم حسابه عن طريق التجزئة النصفية، حيث بلغ معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان 0.74، ثم صحح هذا المعامل بمعادلة سبيرمان براون ليصبح معامل الثبات 0.84 بعد التصحيح، وهي قيمة عالية ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01.

8-2-استبيان تقدير الشخصية للكبار:

أعد هذا الاستبيان رونالد رونر (Ronald Rohner وقامت ممدوحة سلامة (1988) بترجمته وتقنينه

للاستخدام في البيئة المصرية. ويعد الاستبيان أداة للتقرير الذاتي أعد بهدف الوقوف على كيفية رؤية المستجيب لذاته، وفقاً لسبعة خصائص نفسية هي العداء/العدوان، والاعتمادية، وتقدير الذات، والكفاية الشخصية، والتجاوب الانفعالي، والثبات الانفعالي، والنظرة للحياة، والاستبيان مكون من 63 عبارة موزعة بالتساوي على المقاييس الفرعية، والدرجة المرتفعة على الاستبيان تشير إلى الجانب السلبي من السلوك المراد قياسه ، أما عن الخصائص السيكومترية في البيئة الجزائرية فتم الاعتماد على ما توصلت له عنو عزيزة في هذا الجانب على إثر دراستها فبالنسبة لصدق المقياس فقد قامت بحساب الصدق البنائي على عينة متكونة من 100 طالب جامعي، حيث قدر معامل الصدق 0.76 دال إحصائياً عن مستوى 0.01، وبما يتعلق بالثبات فلقد استخدمت التجزئة النصفية على عينة متكونة من 100 طالب جامعي، وقدر معامل الثبات 0.80 بعد أن استخدمت معادلة سبيرمان- براون لتصحيح هذا المعامل بلغ0.90 وهو معامل مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى.0.01 (عنو، 2011: 82 – 83).

9-المعالجة الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات بحساب معامل الارتباط بيرسون لدراسة العلاقة، وذلك باستخدام (Excel)، وبرنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

10-عرض النتائج:

10-1-عرض نتائج الفرضية الأولى: مفادها: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا."، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول التالي:

يتضح من الجدول: (1)، أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (-0.32) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات العداء، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.050)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفض العداء لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (1): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة العداء	- 0.32	0.05

10-2-عرض نتائج الفرضية الثانية: مفادها: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا."، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول: (2)، حيث يتضح أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (-0.38) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات الاعتمادية، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.010)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان الاتجاه نحو الحياة انخفضت الاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (2): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة الاعتمادية	- 0.38	0.01

10-3-عرض نتائج الفرضية الثالثة: مفادها: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا."، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول: (3)، يتضح أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (-0.45) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات التقدير السلبي للذات، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.010)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفضت التقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (3): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة التقدير السلبي للذات	- 0.45	0.01

10-4-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة: مفادها: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا."، كما يتضح من الجدول: (4)، حيث أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (-0.37) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات نقص الكفاية الشخصية، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.010)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية

جدول رقم (4): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة نقص الكفاية الشخصية	- 0.37	0.01

بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفض نقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

10-5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة: مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة وانقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا"، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول (5)، إذ يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (- 0.28) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات نقص التجاوب الانفعالي، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.050)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفض نقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (5): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة ونقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة نقص الثبات الانفعالي	- 0.28	0.050

10-6-عرض ومناقشة نتائج الفرضية السادسة: مفادها: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا."، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول (4)، حيث يتضح أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (-0.48) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات نقص الثبات الانفعالي، وهو معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.010)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفض نقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (6): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة النظرة السلبية للحياة	- 0.48	0.010

10-7-عرض ومناقشة نتائج الفرضية السابعة: مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية للحياة لدى طلبة الدراسات العليا."، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لتحليل النتائج والتي يمكن تمثيلها في الجدول إذ يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قد بلغ (- 0.48) بين درجات الاتجاه نحو الحياة ودرجات النظرة السلبية للحياة، وهو

معامل دال إحصائيا عند مستوى (α=.010)، وهذه النتيجة تؤكد وجود علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية لدى طلبة الدراسات العليا، أي كلما كان اتجاه نحو الحياة انخفضت النظرة السلبية للحياة لدى طلبة الدراسات العليا والعكس صحيح.

جدول رقم (7): معامل الارتباط بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية للحياة لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاتجاه نحو الحياة	- 0.48	0.010
النظرة السلبية للحياة		

11-مناقشة عامة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الاتجاه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، وبعد معالجة وعرض والبيانات أسفرت الدراسة على ما يلي:

أظهرت النتائج الدراسة عن صحة الفرضية الأولى التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا. ويمكن أن تفسر هذه النتيجة انطلاقا من أن طلبة الدراسات العليا لديهم الكثير من الأهداف يطمحون لتحقيقها ويتطلعون لمستقبل مزدهر يحققون فيه ذواتهم، ولكن من جهة أخرى يتعرضون للعديد من الضغوطات والصعاب تشكل تهديد لكل تلك الطموحات فنجدهم يستخدمون استراتجيات المواجه الخاطئة كالعداء والعدوانية كتعبير يظهر في سلوكات الطلبة في صورة عدوان يتضمن فعل أو سلوك يقصد به إيقاع الأذى والضرر نحو الآخرين، كما قد يوجه العدوان نحو الذات ، فقد يكون بشكل لفظي على هيئة تهم لاذعة أو استهزاء أو تحقير أو الشتم، كما قد يظهر بشكل عدوان بدني من خلال الضرب والركل واللكم، كما قد تأخذ صور التدمير وإتلاف الأشياء عن قصد وهذا ينعكس سلبا عن التوجه الايجابي نحو الحياة فقد كشفت دراسة إيمان صادق عبد الحليم ورايا الدوري (2010) بعنوان التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات: هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من الطالبات كلية التربية للبنات ببغداد، حيث بلغ عدد أفراد العينة 319 طالبا وقد تم تطبيق مقياس التفاؤل من إعداد الباحثتين ومقياس التوجه نحو الحياة الذي أعده شاير وكارفر الذي قام بترجمته عديله الانصاري 1988، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة وأن مستوى التفاؤل عند الطالبات أعلى من متوسط المجتمع وكذا مستوى التوجه نحو الحياة لدى الطالبات بين سنة الأولى والرابعة ووجود فروق دالة في التوجه نحو الحياة ولصالح طالبات المرحلة الرابعة (إيمان صادق عبد الحليم واريا الدوري، 2010، ص.239).

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية الثانية التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا، ويمكن أن نفسر هذه النتيجة أن الطلبة الذين يظهرون الاعتمادية كسعيهم المتكرر للحصول على العطف والحنان والتأثير واستحسان وتشجيع وإرشاد الآخرين ، وما تتميز به الشخصية الاعتمادية هو الافتقار التام إلى الثقة بالنفس والاعتماد عليها حتى كادت تطغي عليه مشاعر العجز الشامل وعدم القدرة على حل ابسط مشكلة تواجهه او اتخاذ قرار مناسب ويقول علماء النفس أن هذا الشخص لا يتحمل المسؤولية ويظل سلوكه طفلي , ويميل إلى التعلق بالآخرين كما يفعل الطفل المعتمد على والآخرين،اعتمادية شديدة على الآخرين، سلبية في مواجهة المواقف الحياتية واتخاذ القرارات، شكوى دائمة وتوهم بالمرض بوساطته يحقق مكاسب تساعده على الاعتماد دون تحمل المسؤولية، ارتباك واضح في الأداء الاجتماعي والمهني، ضعف في القدرة وإقامة علاقة شخصية مستقلة ووثيقة.

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية الثالثة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال أن الطلبة الذين تكون نظرتهم سلبية تجاه ذواتهم فتنقصهم النظر الايجابية للحياة وفكرتهم عن تقلب الحال السيئ للحال الأحسن ضئيلة جدا عندهم فنجدهم متشائمين لدرة كبيرة أما من يمتلكون نظرة إيجابية نحو ذواتهم، ونحو الآخرين وهذا يمكّنهم من أن يؤسسوا بسهولة علاقات مع الآخرين وأن يحافظوا عليها، وأن يشعروا بالارتياح عند تفاعلهم معهم. فيرى Corey (2005)، أن الشخص الذي يقوم بوظائفه بشكل تام يكون منفتحاً على الخبرة، ويثق بذاته، ولديه رغبة في الاستمرار بالنمو، ويكون مثل هذا الشخص، مصدر تقييمه لسلوكه داخلياً مثل هذا الشخص يحصل على اعتبار إيجابي غير مشروط وبالتالي على اعتبار ذاتي إيجابي وتقدير الذات (أبو غزال وجرادات، 2009: 54).

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية الرابعة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا.

والفاعلية الذاتية ليست فقط تقدير قدرة فرد لكن أيضًا المعتقدات التي يطورها الفرد بخصوص قدرته لإكمال مهمة بنجاح وتطور الفاعلية الذاتية نتيجة العلاقة الوثيقة الثلاثية بين البيئة وسمات الشخصية والسلوك حيث تؤثر الفاعلية الذاتية في إكمال المهمة وإجراء العمل أو المشاركة بنشاط. يرتبط هذا الفهم للكفاية الشخصية مع قدرة الفرد لإكمال المهمة ويرى Gist & Mitchell , (1992); Gist , (1989) أن الكفاية الشخصية كأساس لاختيار ماذا يعمل الفرد والإبقاء على كمية المجهود المطلوبة لتحقيق العمل والاحتفاظ بالتجارب. وتؤثر أيضًا معتقدات الكفاية على أنماط تفكير الفرد وردود فعله العاطفية حيث يخلق الإحساس بالكفاية (النشاوي، 2006: 472) .إحساس يساعد على الاقتراب من المهام والأنشطة الصعبة على عكس الناس ذوي الكفاية الشخصية المنخفضة يعتقدوا أن الأشياء أقوى منهم وهذا الاعتقاد يسرع بالقلق والضغوط والاكتئاب والرؤية الضيقة في حل مشكلاته وبالتالي يؤثر الإيمان بالكفاية الشخصية بقوة على مستوى الإنجاز الذي يمكن تحصيله ومن ثم يمكن التنبؤ بالإنجاز من خلاله. كما أن المثابرة المرتبطة بشكل كبير بالكفاية من المحتمل أن تؤدي إلى الأداء الذي يؤدي تباعا إلى رفع الروح المعنوية والإحساس بالكفاءة. بينما الاستسلام المرتبط بالكفاية المنخفضة يساعد على الفشل الذي يخفض الثقة والروح المعنوية.

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية الخامسة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا. حيث يمكن أن نفسر هذه النتيجة أن نقص التجاوب الانفعالي ارتبط سلبا بالتوجه للحياة لدى طلبة الدراسات العليا، فنقص التجاوب الانفعالي في صعوبة قبول المودة والحب من الآخرين وصعوبة إعطائها وأيضا من مؤشراته نقص التلقائية في التعبير عن المودة والحب، في حين إن كان توجهه للحياة فنجد الطلبة أكثر تلقائية وتعبيرا عن مشاعرهم وانفعالاتهم اتجاه الآخرين بكل حرية، وخاصة المشاعر الايجابية مثل الدفء والمحبة، والشخص المتجاوب انفعاليا قل ما يجد صعوبة في تكوين صدقات وهو يستطيع التعبير عن مشاعره في الوقت المناسب، ما أن تعلقه بالآخرين لا يأخذ صورة الدفاع عن النفس.

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية السادسة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا. ويتضح من هذه النتيجة أن قدرة الفرد على الاستفادة من خبراته وتجاربه والتوفيق بين دوافعه

وميوله وأهدافه من أجل اختيار الاستجابة المناسبة في المواقف التي تواجهه من خلال قدرته على ضبط ذاته والسيطرة على دوافعه وميوله وأهوائه بصورة تؤدي إلى نجاحه في مواجهة تلك المواقف ويشعر بالراحة والسعادة والثقة والاستقرار والاستقلالية والتحرر من أي اضطراب وتوتر داخلي. ويرى الطنوبي محمد عمر (1999) أن الثبات الانفعالي هو حالة التي يستطيع فيها الشخص إدراك الجوانب المختلفة التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات سابقة من النجاح والفشل تساعده على تعيين وتحديد نوع الاستجابة وطبيعتها ومقتضيات الموقف الراهن، وتسمح بتكييف استجابته تكيفا ملائما ينتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة والمساهمة الإيجابية في نشاطها، وفي الوقت نفسه ينتهي الفرد إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة. (المطوع، 2001: 40). وهذا يوضح بشكل كبيرة الاتجاه للحياة في معظم أبعادها عامة والثبات أثناء التعرض للمواقف الصعبة وسهولة الاسترخاء والتفكير الإيجابي اتجاهها.

كما اتضح من خلال عرض النتائج أيضا صحة الفرضية السابعة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية للحياة لدى طلبة الدراسات العليا"، حيث تأكد وجود علاقة عكسية بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية لحياة لدى طلبة الدراسات العليا. ويمكن تفسير هذه النتيجة أن الاتجاه نحو الحياة ارتبط سلبيا بالنظرة السلبية للحياة وتعبر هذه الأخيرة عن الإدراك الذاتي للحياة على أنها مكان غير آمن مليء بالخطر والشك والتهديد وعدم اليقين وتعكس هذه النظرة الإحساس بالتشاؤم، وهذا ما يتفق مع دراسة كارفر وشاير (1985) بعنوان مقياس التوجه نحو الحياة: هدفت الدراسة إلى إعداد مقياس يقيس التوجه نحو أهداف الحياة وتفترض الدراسة ان التوجه نحو الحياة سمة وليس الحالة وهو يتكون من اثني عشر بند يجاب عليها بخمسة اختيارات تقيس التوجه نحو الحياة ايجابيا وسلبيا (التفاؤل والتشاؤم) وقد تم تطبيقه على عينة من طلبة الجامعة وقد تم تأكد من صدقه وثباته وصلاحيته للتطبيق. (CARVER and SCHEIER.1985.pp4-5). ونجد أيضا دراسة موك وآخرون (1992) بعنوان التوجه نحو الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الاسكندينافية: هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مكونات العملية واستخراج عاملين التفاؤل والتشاؤم لمقياس التوجه نحو الحياة بين الجنسين من طلبة الجامعة الاسكندينافية تتراوح أعمارهم بين (19–46) وبينت الدراسة عدم وجود فروق بين الجنسين في التوجه نحو الحياة في سمتي التفاؤل والتشاؤم (إيمان صادق عبد الكريم وا ريا الدوري، ب ت، ص 241). على عكس النظرة الايجابية للحياة وللعالم من حوله أنه آمن يحتوي على الكثير من الأشياء الطيبة وهذا الذي يعكس التوجه نحو الحياة كالتفاؤل بالنسبة للمستقبل وتحسن الظروف

والاهتمام بالأشياء الطيبة التي تحصل له.

الخاتمة:

نستنتج من خلال عرض ومناقشة نتائج الفرضيات الدراسة الحالية مجموعة من النتائج من أهمها ما يلي:

1. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والعداء لدى طلبة الدراسات العليا.
2. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والاعتمادية لدى طلبة الدراسات العليا.
3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والتقدير السلبي للذات لدى طلبة الدراسات العليا.
4. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الكفاية الشخصية لدى طلبة الدراسات العليا.
5. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص التجاوب الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا.
6. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة ونقص الثبات الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا.
7. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة والنظرة السلبية للحياة لدى طلبة الدراسات العليا.

وهذا ما يؤكد في الأخير صحة الفرضية العامة التي مفادها: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه نحو الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا" حيث تأكد وجود علاقة بين الاتجاه نحو الحياة وبعض متغيرات النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.

واعتمادا على النتائج المتوصل إليها يمكن اقتراح بعض الاقتراحات والتوصيات، والتي تتمثل في فهم التحديات والمعوقات التي عرقلت مسيرة طلبة الدراسات العليا، وسببت نقصا في توجهه للحياة من جهة والتركيز على المتغيرات النفسية التي خصتها الدراسة بالبحث، فعندما نضع أيدينا على أسباب ظهور العداء والاعتمادية وأسباب تدني تقدير الذات والكفاية الشخصية والتجاوب الانفعالي والثبات الانفعالي والنظرة للحياة ولدى طلبة الدراسات العليا ونفهمها جيدًا، نكون بذلك قد قطعنا خطوةً مهمة في طريقنا لرفع من الاتجاه نحو الحياة.

قائمة المراجع:

1. أبو غزال معاوية والجرادات عبد الكريم، (2009)، أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 5، عدد 1، ص ص 45 – 57.

2. الانصاري بدر محمد (2011)، إعداد صورة عربية لمقياس التوجه نحو الحياة، بحث مقدم لندوة علمية الاولى حول الصحة النفسية في العالم الاسلامي خلال يومي 15–17 اكتوبر الي نظمتها الجمعية اليمنية للصحة النفسية، اليمن.

3. برهومي سمية محمد الصالح (2006)، تأثير الذكاء الوجداني على مستوى الطموح وبعض سمات الشخصية لدى الطالب الكفيف، رسالة ماجستير في علوم التربية (غير منشورة)، جامعة الجزائر.

4. صالح مأمون، (2008)، الشخصية بناؤها، تكوينا، أنماطها، اضطراباتها، دار أسامة، عمان.

5. عبد الخالق احمد محمد (1998)، التفاؤل وصحة الجسم دراسة علمية، مجلة العلوم الاجتماعية مجلد 26، العدد2، مصر.

6. علي انور جابر (2013)، التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجي، مجلة جامعة المستنصرة، العدد 203، بغداد.

7. عنو عزيزة، (2011)، العنف الزواجي وعلاقته بأبعاد الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى المرأة الجزائرية، مجلة العلوم الإنسانية، عدد 35 جوان 2011 جامعة منتوري، قسنطينة، الجزائر، ص ص 71 –99.

8. قيسمة سماح، 2012/2011، مذكرة ماستر، تقويم العملية التكوينية في الجامعة الجزائرية "نظام – ل م د

9. المطوع آمنة سعيد حمدان، (2001)، المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى تلاميذ أبناء الأمهات المكتئبات، رسالة ماجستير في التربية، قسم الإرشاد النفسي، جامعة القاهرة، مصر.

10. النشاوي كمال أحمد الإمام، (2006)، فعالية الذات وعلاقتها ببعض السمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية، مؤتمر التعليم النوعي ودوره في تنمية البشرية وفي عصر العولمة، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، 12 و13 أفريل، ص ص 471 – 499.

11. هادي نور شاكر (2008)، تعريب مقياس التوجه نحو الحياة واشتقاق معايير له، كلية التربية، العراق.

12. الوحيدي سارة جميل حسن، (2011)، التغير في تقدير الشخصية لدى عينة من أهالي محافظات غزة قبل وبعد الحرب الإسرائيلية الأخيرة (2008) في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير في علم النفس كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

الملاحق:

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر: أنثى: **العمر:** سنة.

المستوى التعليمي: **التخصص:** **الكلية:**

التعليمة: اقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، وقرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وأفكارك وسلوكك وأرائك، ثم بين مدى انطباقها أو عدم انطباقها عليك، وذلك بوضع علامة (X) أمام الخانة المناسبة.

مقياس (01)

العبـــــارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
1- أتوقع الأحسن عادة حتى في الظروف الصعبة .					
2- من السهل علي أن استرخي .					
3- انظر عادة إلى الجانب المشرق من الأمور .					
4- أنا متفائل دائما بالنسبة لمستقبلي .					
5- أستمتع كثيرا بصحبة أصدقائي .					
6- لم أتوقع مطلقا أن تسير الأمور في صالحي .					
7- لن تتحقق الأمور أبدا بالطريقة التي أريدها .					
8- ليس من السهل أن أصبح قلقا .					
9- أؤمن بالفكرة القائلة : بعد العسر يسرا .					
10- لا أهتم بالأشياء الطيبة التي تحدث لي .					

مقياس (02)

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
1	أضايق الناس عموما				
2	أحب أن أجد من يشجعني حين لواجه مشكلة او متاعب				
3	أشعر بالاشمئزاز (القرف) من نفسي.				
4	أعتقد أني فاشل.				
5	أجد صعوبة في تكوين أصدقاء حميمين والاحتفاظ بهم.				
6	أضطرب بسهولة حين تواجهني مشكلة صعبة.				
7	أرى الكون مكانا يعم بالخطر والتهديد.				
8	من الصعب أن أتحكم في حدة طبيعي.				
9	أحب أن يشعر الناس بالأسف لحالي حين أكون مريضا.				
10	أشعر أني إنسان طيب جدير بالإحترام،				
11	يمكنني أن أتنافس بنجاح من أجل ما أريد.				
12	من الصعب أن أكون تلقائيا في إظهار مشاعري تجاه الناس				

13	أنزعج حين تضطرب الأمور.				
14	عموما أرى أن طبيعة الحياة طيبة تعم بالخير والأمان.				
15	حين أغضب أظل متجهما.				
16	أفضل أن أحتفظ بمشاكلي لنفسي دون توقع عطف أو سلوى.				
17	أشعر أنني ليس لي قيمة فعلا.				
18	يغلب على الشعور بعجزي وعدم كفاءتي.				
19	علاقاتي بالآخرين تلقائية دافئة				
20	مزاجي ثابت تقريبا طوال اليوم.				
21	أرى أن الحياة بطبيعتها تنطوي على الغدر والتهديد.				
22	أهزأ وأتندر بمن يتصرف بغباء أو سخف.				
23	أحب أن ينشغل بي أصدقائي حين أمرض أو أتألم.				
24	أشعر بالرضا عن نفسي تماما.				
25	أشعر أني موفق فيما أفعل.				
26	أشعر بالبعد والانعزال عن معظم الناس.				
27	أتنكد ويضيق صدري دون سبب واضح.				
28	الحياة حلوة في نظري.				
29	أحب أن أسخر وأتهم الآخرين.				
30	أحب أن يتعاطف أصدقائي معي ويحاولوا التخفيف عني حين اكتئب.				
31	حين ألتقي بشخص غريب أظن أنه أفضل مني.				
32	أشعر بالاكتئاب لعدم قدرتي على معالجة مواقف متنوعة.				
33	من السهل أن أظهر محبتي لمن يعنيني أمرهم.				
34	هناك أمور تثير أعصابي بشكل غير محتمل رغم علمي أنها ليست ذات أهمية.				
35	أعتقد أن العالم مكان قلق لا يؤمن العيش فيه.				
36	يشتد غضبي لدرجة أني أقذف وأحطم الأشياء.				
37	أحب أن أجد من يشجعني حين أفشل.				
38	تعجبني نفسي كما هي عليه.				
39	أنا راضي تماما عن قدرتي على مواجهة ما يطرأ من أمور يومية.				
40	أجد صعوبة في التعبير عن حقيقة مشاعري تجاه الآخرين.				
41	يمكنني تحمل كثير من الإحباط.				
42	في رأيي العالم مكان طيب مليء بالسعادة.				
43	أنتقم لنفسي إذا أهانني أحد أو جرح شعوري.				
44	أفضل أن أعالج الصعوبات دون أن أنتظر تشجيعا أو تطيب خاطر.				
45	أشعر أن ليس لي نفع ولن يكون.				
46	أنا غير راضي عن نفسي وإذ أشعر أني لست كفئا كمعظم من أعرفهم.				
47	أرتبك وأشعر بالحرج حين أحاول أن أظهر حقيقة مشاعري لشخص أميل إليه.				

48	العقبات البسيطة تجعلني أضطرب كثيرا.				
49	أرى أن الحياة مليئة بالأخطار.				
50	أشعر برغبة في ضرب شخص أو شيئا ما.				
51	أحب أن يتعاطف الناس معي حين أمر بمشاكل.				
52	أشعر أني أقل من الآخرين في معظم النواحي.				
53	أشعر أني قادر وكفئ كمعظم من حولي.				
54	أنا رقيق حنون مع من أحبهم.				
55	لحظة أكون مبتهج سعيد وأخرى أكون عبوس وغير راضي.				
56	أشعر أن الحياة بهيجة.				
57	يخطر ببالي أن أتشاجر وأتصرف بخسة مع الآخرين.				
58	أحب أن يظهر لي أصدقائي كثير من المودة والحب.				
59	أتمنى لو كنت احترم نفسي أكثر من ذلك.				
60	أشعر بعدم كفاءتي في كثير مما أحاول أن أفعله.				
61	أتجنب إقامة علاقات وثيقة بالآخرين.				
62	أستطيع أن أحتفظ بهدوئي حين أتعرض لتوتر عصبي بسيط.				
63	أرى الدنيا مكانا أمنا وبهيجا نحيا فيه.				

Abstract:

The study aimed at the investigation of the relationship between some the life orientation and the psychological variables among to postgraduate students of universities.

To this Purpose, the study used the descriptive approach by applying of the life orientation test and questionnary of personality among adults. that were administered to a sample of 53 postgraduate students from the university at algiers, 1,2 and 3.

The study shower significant statistic correlation between some the life orientation and the psychological variables (the enmity/ aggression, reliability, self-esteem, personal enough, emotional response, emotional stability, and the perception of life) among to postgraduate students of universities.

Key Words: Life Orientation, Psychological Variables, Postgraduate Students.