جامعة سوهاج

كلية التربية

المجلة التربوية

الرضا عن الحياة وعلاقته بالحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية لدي طلاب كلية التربية

إعداد

أ.د/ قطب عبده خليل حنور

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة كفر الشيخ

د/ محمود مغازي العطار

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية – جامعة كفر الشيخ

تاريخ استلام البحث : ١٩ أغسطس ٢٠٢٢ م – تاريخ قبول النشر: ٧ سبتمبر ٢٠٢٢م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2022.

المقدمة: –

يُعد الرضا عن الحياة من أهم المتغيرات الإيجابية ذات الصلة الوثيقة بحياة كل فرد والذي يعتمد على تقديره الشخصي للحكم على نوعية حياته، فهو يعبر عن مستوي تقبل الفرد لذاته وحياته، وقناعته وسعادته بما هو عليه، وهو يتعلق بالحياة بشكل عام وليس بقطاع محدد فيها، وهو أحد دلالات أو مؤشرات الصحة النفسية.

وقد لقي مفهوم الرضا عن الحياة اهتماماً كبيراً لدي الباحثين في علم النفس باعتباره مؤشراً مهماً للتكيف والصحة النفسية، ويعتبر مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم المهمة لحياة الفرد وسلامته النفسية إذ يشير إلى كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بأبعادها المختلفة من وجهة نظرهم الخاصة، وهذا التقييم يتمثل في إدارك الأفراد وتقييمهم لحياتهم بشكل عام، أو تقييم لجوانب محددة من الحياة مثل الرضا عن الدراسة أو التخصص أو العمل، أو تقييم حياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة التي تسبب السعادة والهناء النفسي، أو الأحداث غير السارة التي تسبب التوتر والقلق والاكتئاب ومن ثم الشعور بالرضا أو الشعور بعدم الرضا بدرجاته المختلفة (السيد، ٢٠١٨، ٨٨٦).

ويعد الشعور بالرضا عن الحياة المكون المعرفي للسعادة، ويعد حاجة من الحاجات الأساسية، وفي هذا الصدد أشارت هورني Horny إلى أن لكل فرد حاجتين أساسيتين: الحاجة إلى الأمن، والحاجة إلى الرضا، وأن إشباع حاجات الرضا دون مشاعر الأمن والتقبل هو ما يبعث على القلق الأساسي(محمود، ٢٠١٨، ١٦٧).

والرضا عن الحياة معروف كعامل وقائي لنمو صحي ويرتبط مع مجموعة من النتائج الإيجابية مثل الصحة وأداء العمل ووفقاً لذلك تحقيق مستوي عال من الرضا عن الحياة للمواطنين أصبح هدفاً للمجتمعات الحديثة، كما يرتبط الرضا عن الحياة بالعديد من العوامل الاجتماعية والاقتصادية والديموغرافية مثل مستوي التعليم، الحالة الاجتماعية، العلاقات الاجتماعية، الدخل، مستوي التوظيف(Mabille, et al., 2022, 267–268).

ومن مظاهر الرضا عن الحياة الشعور بالسعادة والرفاهية النفسية ووالشعور بالأمن النفسي والرغبة في الحياة والدافع وقد تكون يرتبط الشعور بالرضا عن الحياة بوجود طاقة وحماسة لدي الفرد للقيام بجميع الواجبات والمهام سواء الجسمية والعقلية أو ما يسمي الحيوية الذاتية.

والحيوية الذاتية هي إمتلاك الفرد للطاقة والحماسة والدافعية لأداء المهام المختلفة بشكل فعال على كافة المستويات الجسمية والعقلية والنفسية؛ أي أنها شعور الفرد بالإقدام على الحياة والقدرة على القيام بالمهام الجسمية والعقلية والنفسية بدرجة مرتفعة من الحيوية والدافعية والحماسة.

وهي أحد مرتكزات علم النفس الإيجابي، على اعتبار أن الشعور بالحيوية والطاقة والهمة والحماس والدافعية والإقدام على الحياة والترحيب بها جانباً مهماً للخبرة البشرية، ومؤشراً أساسياً لتمتع الفرد بالصحة النفسية واالرفاهية النفسية (المصري، ٢٠٢٠، ٢٣٨).

وهي الطاقة الجسدية والعقلية التي تنشأ من التوجيه الذاتي والدعم والاستقلالية والدوافع الذاتية، وتمثل هذه الطاقة مورداً قوياً يساعد الأفراد على تنظيم الأعمال الهادفة، ويفيد الأشخاص الذين يتمتعون بحيوية ذاتية عالية بأنهم أكثر نشاطاً وإنتاجية، ولديهم قدرة أفضل على التعامل مع التحديات، ويتمتعون بصحة ورفاهية نفسية أكثر قوة (Arslan, 2021,18).

ويمكن فهم الحيوية الذاتية عبر نقيضها وهي متلازمة الوهن النفسي المزمن والتي يقصد بها إنهيار قدرة الفرد على المقاومة، مع الشكوي الدائمة من الأحداث والآخرين، مما ينعكس على وظائفه الجسمية والنفسية حيث تكرار الشكوي من الخمول والشعور بالضعف، وعلى أفعاله التي تتسم بالانسحاب الاجتماعي وعدم المبادرة، ورفضه لتحمل المسئولية، وعدم رغبته في الاستمرار بمعظم الأعمال التي قد بدأ بالفعل فيها (مصطفي، ٢٠١٨، ٣٧).

ويعد الشعور بالرضا عن الحياة المكون المعرفي للسعادة، فشعور الفرد بالرضا يؤدي إلي شعور بالسعادة، والشعور بالسعادة يتكون في اتجاهين: اتجاه الذات (الشعور بالسعادة مع الذات) واتجاه الآخرين والمحيطين (الشعور بالسعادة مع الاخرين) ويرتبط الشعور بالسعادة مع الأخرين بما يمتلكه الفرد من قدرة على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية المختلفة والتفاعل بشكل جيد مع الآخرين أو ما يسمي الكفاءة الاجتماعية.

فالكفاءة الاجتماعية تشير إلى قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين وأداء الأدوار الاجتماعية بشكل فعال، وحل مشكلاته الاجتماعية بشكل إيجابي يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي.

وهي مطلب اجتماعي لأن المجتمع بأسره بحاجة إلى الفرد الكفء، كما أنها مطلب فردي أيضاً، فشخصية الفرد وذاته لا تتضحان إلا من خلال ارتباطه بالجماعة وتعتبر الكفاءة الاجتماعية واحدة من أهم المكونات للصحة النفسية الجيدة، على اعتبار أن الصحة النفسية الاجتماعية لا تعني فقط غياب مظاهر سوء التوافق، بل تشير إلى مجموعة من المهارات الإيجابية والمتنوعة والخصائص المرتبطة بتحقيق النجاح (القحطاني، ٢٠٢١، ١١٤).

وتعد المهارات الاجتماعية الإيجابية (الودية، التعاونية، السلوكيات المفيدة) ومهارات ضبط النفس (إدارة الغضب، مهارات التفاوض، مهارات حل المشكلات) هي الجوانب الإساسية للكفاءة الاجتماعية (Fang, et al., 2022, 3067).

مشكلة الدراسة:

يُعد الرضا عن الحياة هدف ورغبة يسعي جميع الأفراد إلى الوصول إليه من خلال وضع الأهداف على المستويات المختلفة ثم السعي إلى تحقيق أقصي قدر ممكن من هذه الأهداف، وهو ما قد ينعكس على شعورهم بالرضا عن حياتهم من خلال تقييم نوعية حياتهم بأنها مناسبة وملائمة ومتفقة مع رغباتهم وطموحاتهم.

ويعد الرضا عن الحياة أحد المتغيرات المهمة التي قد تؤثر على شخصية الإنسان وتكيفه الاجتماعي وبالتالي قدرته على أداء أدواره ومسئولياته وكذلك على علاقاته في الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه (مطر، ٢٠١٧، ٢٤٣).

وقد ارتبط الرضا عن الحياة مع متغيرات نفسية وسلوكية واجتماعية متعددة بما في ذلك الموارد الاجتماعية والشخصية فضلاً عن القدرات الفردية (Caqueo-Urízar, et al., 2022, 618).

وتعتبر الحيوية بناء ديناميكي معقد يتأثر بكلاً من العوامل المادية والنفسية، والشعور الإيجابي بالحيوية ظاهرة بارزة وذات أهمية وظيفية لصحة الإنسان والتحفيز والرفاهية (Kawabata, et al., 2017, 1793).

وتعبر الكفاءة الاجتماعية عن قدرة الفرد على القيام بالسلوكيات الاجتماعية المختلفة المناسبة للمواقف الاجتماعية المختلفة أثناء التفاعل مع الآخرين؛ ويتم ذلك من خلال قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره المختلفة الإيجابية والسلبية بصورة ملائمة تحافظ على حقوق الفرد ومشاعر وحقوق الآخرين وهو ما يعبر عن (مهارة توكيد الذات)، والقدرة

على التواصل مع الآخرين بصورة إيجابية وإقامة علاقات فعالة مع الآخرين مع تنمية هذه العلاقات ومساعدة الآخرين والشعور بالسعادة مع الآخرين وهو ما يعبر عن (المهارات الاجتماعية)، والقدرة على البحث عن حلول بديلة للمشكلات الاجتماعية المختلفة مع القدرة على اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف الاجتماعية المختلفة والقدرة على تفهم مشكلات واحتياجات الآخرين وهو ما يعبر عن (حل المشكلات الاجتماعية)، والقدرة على التحكم بصورة إيجابية في الانفعالات المختلفة في مواقف التفاعل الاجتماعي المختلفة والقدرة على إدارة الوقت بشكل مناسب وتحديد نواحي الضعف والقوة وبالتالي تحقيق الأهداف المنشودة وهو ما يعبر عن (إدارة الذات)، وجميعها تعبر عن أبعاد الكفاءة الاجتماعية.

فالشعور بالرضا عن الحياة أحد المؤشرات المهمة للصحة النفسية فلا صحة نفسية بدون الشعور بالرضا عن الحياة، وهو أساس التوفق النفسي والشعور بالسعادة، وقد يتأثر هذا الشعور بالعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية والمعرفية والجسمية، فقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلي وجود علاقة طردية بين الشعور بالرضا والعديد من المتغيرات الايجابية مثل الأمل وجودة الحياة وإدراك الذات وتقدير الذات والذكاء الروحي والاجتماعي والمرونة والتفاؤل(غنيم، ٢٠٢٠؛ علي، ٢٠٢٠؛ الزواهرة، ٢٠٢١؛ سلامة، ٢٠١٩؛ العتيبي، ٢٠٢١؛ ياسين، ٢٠٢١؛ نجم، ٢٠١٩).

في حين لم تتفق النتائج علي العلاقة بين الرضا عن الحياة والكفاءة الذاتية فقد أظهرت نتائج دراسة علي والسيد (٢٠٢١) ودراسة النوافعة (٢٠١٣) ودراسة الحريصي وعبد القادر(٢٠٢٠) وجود علاقة طردية بين الرضا عن الحياة والكفاءة الذاتية المدركة، ووجود تأثير إيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية علي تحسن الشعور بالرضا، وأشارت نتائج دراسة الحويلة (٢٠١٨) إلى عدم وجود تأثير للأعتقاد بالكفاءة الذاتية والرضاعن الحياة لدي ذوي الاعاقة البصرية بدولة الكويت.

وأشارت نتائج دراسة (Miksza, Evans, & McPherson, ,2021) إلى أن القدرة على التكيف وجودة العلاقات بين الأقران من العوامل الإيجابية المهمة التي تنبئ بالحيوية.

وأظهرت نتائج دراسة (Arslan, 2021) أن الأشخاص الذين لديهم علاقات اجتماعية ايجابية مع الأخرين لديهم قدر أكبر من الحيوية الذاتية.

وجاءت نتائج بعض الدراسات تؤكد علي وجود علاقة طردية بين أبعاد الكفاءة الاجتماعية والرضا عن الحياة مثل دراسة دراسة Bogart, & Matsumoto. (2010) **ودراسة** Kusmaedi,et al., (2017) **، في حين جاءت نتائج دراسة** Taniguchi, (2018) **لتؤكد علي عدم وجود علاقه بينهم.**

لذا جاءت هذه الدراسة لفهم طبيعة العلاقة بين الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية والشعور بالرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة، ومن هنا يمكن بلورة مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة التالية:

١. **ما نوع العلاقة بين الرضا عن الحياة (الأبعاد الفرعية – الدرجة الكلية) والحيوية الذاتية (الأبعاد – الدرجة الكلية) والكفاءة الاجتماعية (الأبعاد الفرعية – الدرجة الكلية) لدي طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ؟**
٢. **ما إسهام كل من الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ؟**
٣. **ما تأثير المتغيرات الديمغرافية متمثلة في (النوع – التخصص الأكاديمي) لدي طلاب كلية التربية على الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية؟**

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١. **معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة (الأبعاد الفرعية – الدرجة الكلية) والحيوية الذاتية (الأبعاد – الدرجة الكلية) والكفاءة الاجتماعية (الأبعاد الفرعية – الدرجة الكلية) لدي طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ.**
٢. **الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ من خلال درجاتهم على أبعاد مقياس الحيوية الذاتية ودرجاتهم على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية.**
٣. **الكشف عن تأثير المتغيرات الديمغرافية متمثلة في (النوع – التخصص الأكاديمي) لدي طلاب كلية التربية على الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية.**

أهمية الدراسة:

ترجع أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية إلي النقاط التالية:-

١ – الاهتمام بدراسة متغير من أهم المتغيرات الإيجابية وهو الرضا عن الحياة وهو يعبر عن تفييم الفرد لحياته وتقبله لذاته وحياته.

٢ – الأهتمام بدراسة متغير الحيوية الذاتية الذي يعبر عن شعور الفرد بالطاقة والحماس المرتبط بالوصول إلى الأداء الأفضل.

٣ – الأهتمام بدراسة متغير الكفاءة الاجتماعية والذي يعبر عن القدرة على التصرف بفاعلية وإيجابية في المواقف الاجتماعية المختلفة.

٤ – الأهتمام بفئة من أهم فئات المجتمع وهم طلاب كلية التربية، وهم الفئة المنوط بها التعامل مع أعلى وأرقي درجات الاستثمار وهو الاستثمار في الانسان.

أما من الناحية التطبيقية فترجع أهمية هذه الدراسة إلي:-

١. إمكانية الإستفادة من نتائج الدراسة في تقديم إطاراً مرجعياً يساهم في تحسين الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية وهم من المتغيرات الإيجابية ذات الأثر الفعال في حياة كل فرد.

٢. امكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة والأدوات المستخدمة في دراسات أخري ذات صلة بمتغيرات الدراسة الحالية.

التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

١ – الرضا عن الحياة Life Satisfaction

ويعرف بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمى، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوي الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته (الدسوقي، ٢٠١٣، ٨).

٢ – الحيوية الذاتية Subjective Vitality

ويعرفها الباحثان بأنها حالة من الشعور الإيجابي بالحياة تجعل الفرد في حالة من التحمس نحو المستقبل والإقدام على الحياة مع تنشيط الدافعية الإيجابية لديه من أجل الوصول إلى الأداء الأفضل وتتضمن الابعاد التالية (الحيوية البدنية – الحيوية الذهنية – الحيوية الانفعالية – الحيوية الاجتماعية – الحيوية الروحية).

٣ – **الكفاءة الاجتماعية:** Social Competence

ويعرفها الباحثان بأنها قدرة الفرد على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وتتضمن الأبعاد التالية (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات).

الإطار النظري: –

أولاً: الرضا عن الحياة Life Satisfaction

أ– مفهوم الرضا عن الحياة:

يعرف الرضا عن الحياة بأنه التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماداً على حكمه الشخصي. والجوانب الأساسية في هذا التعريف كما يلي:–

١) يعتمد حكم الشخص على تقديره الشخصي وليس كما يحدده غيره.

٢) يحدد الفرد بنفسه المعايير التي يقيم على أساسها حكمه على نوعية حياته.

٣) ينتمي الحكم على الحياة إلى الجوانب المعرفية للشخصية وليس الوجدانية.

٤) يتعلق هذا التقدير أو الحكم بالحياة بشكل شامل وليس بقطاع محدد فيها.

وتفصيل الجانب الأخير أن الرضا عن الحياة ينقسم إلى جانبين، أولهما يتعلق بالحياة بوجه عام وبشكل شامل، وثانيهما يتعلق بالرضا عن الحياة في قطاعات معينة كالأسرة والمال والأصدقاء والمهنة وغيرها، ومن الممكن بطبيعة الحال أن تركز الدراسة النفسية العلمية على أي من هذه الجوانب، ولكن غالبية بحوث الرضا عن الحياة تميل أكثر إلى ما يتعلق بالحياة بشكل عام دون تخصيص قطاع محدد (عبدالخالق، ٢٠٠٨، ١٢٣).

كما يعرف بأنه تقييم معرفي عام بواسطة الفرد لنوعية حياته، ومن المهم أن يكون هذا التقييم إيجابياً لكي يتطور الفرد بشكل مناسب (جرادات، ٢٠١٥، ٩٨).

وهو مدي تقييم ورضا الفرد عن نوعية الحياة التي يعيشها ويتم هذا التقييم من خلال خبرة الفرد ومن خلال منظومة نسقه القيمي حيث يقارن بين ظروفه الحياتية والمستوي الأمثل أو المعايير المثلي للحياة ككل (الشريدة، ٢٠١٦، ٢٨٩).

ويعرف بأنه حالة داخلية تظهر في سلوكيات واستجابات الفرد نتيجة قناعته ورضاه عن ما زود بإمكانات جسمية وعقلية معرفية وانفعالية، وإمكانية أن يؤدي هذا الرضا إلى حل

الصراعات الداخلية وإحداث تغير يمكن من خلاله إدارك واقعي للحياة (عسران، ٢٠١٧، ٣٧٩).

وهو شعور الطالبة بالارتياح تجاه حالتها الصحية وعلاقاتها الاجتماعية وتقبلها لذاتها وتوافقها مع أسرتها ومجتمعها (العمري، ٢٠١٧، ٧).

وهو حالة شعورية داخلية تتسم بالايجابية تجاه الحياة بصفة عامة أو بعض مجالاتها الفرعية مثل (الأسرة – الرفاق – الجامعة) وتنعكس هذه الحالة في ظهور بعض السلوكيات الإيجابية مثل التكيف مع الحياة والتفاؤل (محمود، ٢٠١٨، ٢٥٠).

ويعرف بأنه النظرة المتفائلة للمستقبل، والراحة والسعادة النفسية وقلة الشعور بالضغوط، وانسجام الفرد مع الجماعة وسعادته بالانتماء إليها والشعور بالتقدير داخلها، ورضا الفرد عن الحياة وحصوله على حقوقه وواجباته بيسر وسهولة (أبوالمعاطي، أحمد، ٢٠١٨، ٥٧٠).

وهو حالة معرفية ووجدانية تتضمن الحكم الذاتي للفرد على حياته، كما تشمل شعور الفرد بالسعادة والطمأنينة والراحة والإقبال على الحياة (السيد، ٢٠١٨، ٨٩٤–٨٩٥).

وهو حالة يشعر من خلالها الفرد بالسعادة والروح المعنوية المرتفعة والطمأنينة وعلاقاته الاجتماعية الناجحة مع الآخرين والرضا عن نفسه وعن الحياة بالإضافة إلى استقراره النفسي وتقدير الآخرون له وثقتهم في قدراته (النادي، ٢٠١٨، ٢٦٠–٢٦١).

ويعرف بأنه حالة دائمة نسبياً من تقبل الفرد لحياته وشعوره بالسعادة وبأنه موفق فيها والحياة ذات قيمة ويتمتع بها وله قدرة على التأثير في الأسرة والمجتمع (نجم، ٢٠١٩، ٢٧٢).

وهو عبارة عن حالة شعورية فردية يشعر بها الفرد تجاه جوانب متعددة من حياته أو تجاه حياته بشكل عام، وما يترتب عليها من سلوك إيجابي نحو الإقبال على الحياة، والعمل نحو تحقيق الاهداف، وإشباع الرغبات والحاجات للوصول إلى حالة الاستقرار والطمأنينة (صالح، ٢٠١٩، ٣٧٤).

وهو قناعة الفرد ما وصل إليه ومستوي الحياة التي يعيش فيها سواء مادياً أو معنوياً والثقة في قدراته وإمكاناته والإعجاب بآرائه وأفكاره وأيضا إحساسه بالطمأنينه والاستقرار النفسي (عبدالعزيز، ٢٠١٩، ٣٧٤).

ويعرف بأنه تقبل الفرد لذاته والبيئة النفسية الاجتماعية التي يعيش فيها وسعادته بحياته الأسرية وتقبله للأخرين (دانيال، ٢٠١٩، ٦٨٢).

وهو حالة معرفية ووجدانية يكون فيها المراهق راضيا عن جوانب حياته الروحية والذاتية والصحية والدراسية والاجتماعية (الأسرية والعامة) والمجتمعية، فيتقبل ذاته ومجتمعه في ماضيه وحاضره مع الإشارة إلى إمكانية عدم إشباع بعض حاجاته(زكي & عقيله،٢٠٢٠، ٥٣٥).

وهو عبارة عن حالة تقييم فردية تعبر عن شعور ذاتي للفرد تجاه مسارات متعددة من حياته أو الحياة بشكل شامل، وأن الرضا عن الحياة يدل على حالة السعادة والطمأنينة والإستمتاع وتقبل الذات والبيئة المحيطة بالفرد وما يصحب ذلك من استجابات وسلوك إيجابي يتمثل في إقباله وتحمسه تجاه الحياة لإشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ورغباته (همام، ٢٠٢٠، ٤٢٥).

ويعرف بأنه القدرة على التقييم المعرفي الذاتي في ضوء ما يدركه الشخص من رضا عن ذاته وتقبله لها وقناعته بما يحققه من إنجازات، وشعوره بالسعادة والتقدير الاجتماعي والاستقرار النفسي والانخراط الاجتماعي (القحطاني، ٢٠٢٠، ٦).

ويعرف بأنه تقدير الطالب لنوعية حياته وشعوره بالسعادة والراحة والطأنينة وإقباله على الحياة نتيجة لتقبله لذاته ولعلاقاته الاجتماعية (الصبحيين & الضيدان، ٢٠٢٠، ٤٩).

وهو تمثيل لأقصي ما يمكن أن يرغب به الفرد حيث يتمثل ذلك في الشعور بالسعادة، والاستقرار والتقدير الاجتماعي والذي ينعكس على سلوكه (حمد، ٢٠٢٠، ٨١).

وهو يشير إلى الحكم الإدراكي الذاتي الذي يعبر به الناس عن حياتهم ويعتبر أحد التشخيصات والنتائج المهمة(Di Maggio, et al., 2021,443).

ويمثل الرضا عن الحياة حكماً على حياة الفرد ككل، ويعتبر كذلك المكون المعرفي للبناء الأوسع للرفاهية الذاتية (Joevanovic, & Joshanloo, 2021).

كما يعبر الرضا عن الحياة عن تقييم الشخص لحياته على أساس العوامل التي يراه الشخص أهم(Nakamura, et al., 2021).

وهو مؤشر رئيسي على الرفاهية الذاتية، والتي تشير إلى منظور الشخص أو التقييم المعرفي لحياته ككل بشكل عام، وهو أمر شخصي يركز على تصور الشخص

للموقف(Mabille, et al., 2022,267). وهو تقييم معرفي فردي يصنعه الناس عن حياتهم(Caqueo-Urízar, et al., 2022, 618).

ب– أبعاد الرضا عن الحياة:-

١– الرضا الشخصي/ الذاتي: وهو الرضا الذي يجده المراهق فيما يتعلق بشخصه وذاته وقدراته وطريقته وأهدافه في الحياة.

٢– الرضا الدراسي: وهو الرضا الذي يجده المراهق فيما يتعلق بدراسته سواء داخل المدرسة أو الجامعة كل حسب المرحلة الدراسية التي فيها، وتشمل الرضا عن المقررات الدراسية والأساتذة وإمكانيات المؤسسة التعليمية.

٣– الرضا الأسري: وهو الرضا الذي يجده المراهق فيما يتعلق بأسرته كطريقة تعاملها معه وقدرته على الوفاء بمسؤولياته نحوها

٤– الرضا المجتمعي: وهو الرضا الذي يجده المراهق فيما يتعلق بمجتمعه الذي يعيش فيه وظروف ذلك المجتمع والآخرين حوله وقيمه وعاداته ونظرة الآخرين لذلك المجتمع (زكي وعقيله، ٢٠٢٠، ٥٣٥).

ويحددها عسران (٢٠١٧، ٣٧٩) كما يلي:-

١. **الشعور بالطمأنينة: ويعني شعور الفرد بالسكينة والهدوء والراحة النفسية، وخلو حياة الفرد من الصراعات النفسية مع الشعور بالامن النفسي**
٢. **الشعور بالتفاؤل: ويعني شعور الفرد بالسعادة، وتوقع أحداث سارة، مع وجود طموحات وإنجازات في المستقبل يسعي الفرد إلى تحقيقها لإشباع حاجته للرضا عن نفسه**
٣. **الرضا عن الحالة الصحية: ويعني قناعة الفرد بحالته الجسمية والصحية وعن شكله، وخلوه من الأمراض والعاهات الجسمية، وشعور الفرد بأنه متكامل جسدياً.**

وتحددها بخاري (٢٠١٩، ٢٤٥) كما يلي :

١. **الرضا عن الأسرة**
٢. **الرضا عن الأصدقاء**
٣. **الرضا عن الجامعة**
٤. **الرضا عن بيئة المسكن**

٥. الرضا عن الذات

وتحددها همام (٢٠٢٠، ٤١١) كما يلي:–

١. السعادة: وهي مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعوره بالرضا والإرتياح لظروف حياته

٢. التقدير الاجتماعي: وتتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته وشعوره بالتقبل، والمشاركة في صنع القرارات، وحرية التعبير عن الرأي والثناء على ما قدمه وما يفعله.

٣. الطمأنينة: وتعني استقرار الفرد الإنفعالي والنوم الهادئ المسترخي والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل الآخرين.

٤. الاستقرار النفسي: ويتمثل في الرضا عن النفس والشعور بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل.

٥. العلاقات الاجتماعية: قدرة الفرد على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين، وأن يؤثر فيهم ويتأثر بهم ويشع بالانتماء لهم.

٦. الصحة: تتمثل في الحالة الجسمية الصحية للفرد.

٧. الحالة الاقتصادية: تتمثل في النواحي المادية والمالية.

وحددها الدسوقي (٢٠١٣، ٢١) كما يلي:–

١. السعادة: وتعكس تمتع الفرد بالسعادة وشعوره بالرضا والارتياح عن ظروفه الحياتية إلى جانب شعوره بالأمن والطمأنينة.

٢. الاجتماعية: وتعكس اتصاف سلوك الفرد بالتسامح والمرح، وميله إلى الضحك وتبادل الدعابة، وتقبل الآخرين والتعايش معهم كما هم.

٣. الطمأنينة: وتعكس استقرار الحالة الانفعالية والصحية للفرد متمثلة في النوم الهادئ المسترخي، وعدم المعاناة من المشاعر السلبية، والرضا عن الظروف الحياتية، وارتفاع الروح المعنوية، وتقبل نقد الآخرين.

٤. الاستقرار النفسي: ويعكس الرضا عن النفس، والشعور بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل.

٥. التقدير الاجتماعي: ويعكس ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته، والإعجاب بأفكاره وآرائه، وقدرته على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها، والشعور بالثقة تجاه سلوكه الاجتماعي.

٦. القناعة: وتعكس رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه وبمستوي الحياة أو المعيشة الذي يعيش فيه.

وهي الأبعاد التي يتبناها الباحثان في الدراسة الحالية

ج- النظريات المفسرة للرضا عن الحياة :-

ويمكن عرض النظريات المفسرة للرضا عن الحياة كما يلي:

١. نظرية التقييم:-

وتري أن الشعور بالرضا عن الحياة يمكن تقديره من خلال مجموعة من المعايير مثل حالة الفرد المزاجية، والظروف المحيطة به، والقيم السائدة.

٢. نظرية القيم والأهداف والمعاني:-

وتري هذه النظرية أن الشعور بالرضا عن الحياة يرجع إلى تحقيق الأفراد لأهدافهم، أي كلما تمكن الفرد من تحقيق أهدافه والتي تتناسب مع قدراته وإمكاناته؛ أدي ذلك إلى شعوره بالرضا عن الحياة، والعكس صحيح؛ أي أن الفرد يشعر بعدم الرضا عن الحياة عندما تكون أهدافه أعلى من إمكاناته وقدراته وبالتالي لا يستطيع تحقيقها، وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية.

٣. نظرية الخبرات:-

وتسمي أيضاً بنظرية الخبرات السارة، والتي تري أن ما يدركه الفرد من خبرات هي أساس الشعور بالرضا عن حياته؛ أي أن إدراك الفرد للخبرات سواء كانت خبرات سارة أو غير سارة هو ما يؤدي إلى شعوره بالرضا عن حياته من عدمه، مع التأكيد على أن عملية الإدراك عملية نسبية بمعني أنها تختلف من شخص لآخر.

٤. نظرية المواقف:-

ويري أصحاب هذه النظرية أن الفرد يشعر بالرضا عن الحياة عندما يجد الزوجة الصالحة، والأسرة المتماسكة، والعمل الجيد، والصحبة الجيدة، مع التمتع بالصحة الجيدة.

٥. نظرية التكيف:–

وتري هذه النظرية أن التكيف أو التأقلم مع الأوضاع الجديدة هي أساس الشعور بالرضا عن الحياة؛ بمعني إذا تمكن الفرد من التكيف مع هذه الأوضاع يشعر بالرضا عن الحياة.

٦. نظرية المقارنة الاجتماعية:–

ووفقاً لهذه النظرية يشعر الفرد بالرضا عن الحياة عندما يكون أفضل حالاً من الآخرين في نفس الثقافة الواحدة، وعند التفوق على الآخرين.

٧. النظرية المتكاملة:–

وهي التي تجمع بين النظريات السابقة مع بعضها البعض، ويتبنى الباحثان هذه النظرية في الدراسة الحالية.

ثانياً: الحيوية الذاتية Subjective Vitality

أ– مفهوم الحيوية الذاتية:–

الحيوية هي خبرة المرء الواعية في إمتلاك الطاقة والحيوية، وينظر إلى الحيوية الذاتية كتعبير عن العافية العضوية والنفسية (Ryan, & Frederick, 1997, 530).

الحيوية هي الطاقة التي ينظر إليها على أنها تنبع من النفس، أنه شعور بالطاقة من مصدر داخلي وليس من تهديدات محددة في البيئة(Bostic, et al., 2000,313).

حالة من الشعور الإيجابي بالحياة والطاقة التي تعبر عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والإحساس بالقوة والشعور بالاقتدار، ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون المرء فعالاً ومنتجاً ونشيطاً (سليم، ٢٠١٦، ١٨٢).

وتعد كلاً من الحيوية الجسمية والذهنية والانفعالية أقرب للمفهوم الواحد المتكامل الذي يمثل مفهوم الحيوية الذاتية، وإذا حدث خلل في أحدهم انعكس ذلك على المفهوم الأصلي، ولا يمكن كذلك الاهتمام بالمفهوم الأصلي– الحيوية الذاتية – دون الانتباه لمكوناته، فالحيوية الذاتية بأبعادها الثلاثة تعني إمتلاء الفرد بالطاقة والقوة التي تدفعه للاستمرار في حياة ذات معني وهدف تصل به لما يسمى بالرفاهية النفسية (مصطفي، ٢٠١٨، ٤٥).

وتوصف الحيوية الذاتية باعتبارها التجربة الواعية لإمتلاك الطاقة والحيوية والتي تصور بأنها متاحة لتنظيم العمل الهادف. وهناك ثلاث حاجات نفسية تحدد شروط الحيوية الذاتية وهي:–

الحاجة إلى الكفاءة: والتي تفهم على أنها الشعور بالفعالية في التفاعل مع بيئته الخاصة.
الحاجة إلى الإستقلالية: والتي تفهم على أنها شعور إرادي بدلاً من أن تتحكم فيه العوامل الخارجية.
الحاجة إلى الترابط كشعور مهم ومتواصل مع الآخرين(Goldbeck, et al., 2019,18).

وهي شعور عام بالطاقة والحيوية والنشاط والحماس مع التمتع بالقدرة على أداء الفرد لمهامه وأنشطته بتركيز عال وقدرة على انجاز وتحقيق أهدافه، والتطلع لما هو جديد كل يوم في حياته (عبدالفتاح، ٢٠٢٠، ٢٦٩).

وهي الامتلاء بالسعادة والفرح والسرور والتفاؤل والحماس ومواجهة كل من الضغط والتوتر والقلق المعوق بهدف الوصول إلى الأداء الأفضل والتطلع بحماس للمستقبل وتنشيط الدافعية الإيجابية فضلاً عن التمتع بالسلامة البدنية لتحقيق الأهداف المرجوة (العبيدي، ٢٠٢٠، ٢٩).

كما تعرف بأنها مجموعة من الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تنم عن امتلاك الشخص الطاقة والحماسة والهمة والشعور بالاقتدار والدافعية لأداء مهامه بفاعلية وكفاءة، وتظهر من خلال توافر مستوي مرتفع من الشعور باللياقة البدنية والقدرة على القيام بمهامه دون الشعور بالتعب أو الإجهاد، وامتلاكه طاقة عقلية تمكنه من التفكير الهادئ المتزن، وتمتعه بالحيوية الانفعالية المتمثلة في الشعور بالتفاؤل والحماس والدافعية وعدم الاستسلام للضغوط، علاوة على الحيوية الاجتماعية المتمثلة في قدرته على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، مع التمتع بالقيم الروحية التي تساعده على الشعور بالطمأنينه والهدوء النفسي، مما يحفز الشخص للاندفاع الإيجابي نحو الإثمار الحياتي ليصبح وجوده الشخصي ذا معني وقيمة (المصري، ٢٠٢٠، ٢٤٣).

وهي بناء ديناميكي يعكس التجربة الذاتية للفرد في الحياة والطاقة الجسدية والعقلية، والأشخاص ذوو الحيوية الذاتية العالية هم أكثر نشاطاً وإنتاجية، مما يدعم المواجهة الأفضل للتحديات، ويعزز الرفاهية النفسية، ويزيد من التكيف النفسي(Arslan, 2021,25).

كما تعرف بأنها الإدراك الإيجابي للذات من توفر الطاقة والشعور بالحياة وليس بالضرورة أن يكون متعلقاً بعلم وظائف الأعضاء (Bertrams, 2021, 2).

وتعني أن يكون الشخص منتعشاً، ملئ بالطاقة والرغبة في الحياة، وعندما تكون الحيوية منخفضة تؤدي إلى الإحباط والتعب وعدم القدرة على أداء المهام والأنشطة المناسبة، وعلى العكس من ذلك فإن الحيوية العالية تزيد من الطاقة والقدرة على أداء الأنشطة ويكون لدي الشخص مزاج جيد(Abolghaseminejad, et al., 2022, 2–3).

ويمكن تعريفها بأنها حالة الإمتلاء من الطاقة والشعور بالحياة وعدم التعب والإرهاق وتعتبر مكوناً مهماً للرفاهية النفسية (Arslan, et al., 2022,1043).

وهي شكل من أشكال الرفاهية النفسية وتدل على توافر الطاقة التي يمكن للفرد استخدامها مع بيئته بشكل تكيفي، وهي تعتبر مؤشراً إيجابياً على نتائج الصحة البدنية والرفاهية العامة (Dodge, et al., 2022,1).

كما تشير إلى حالة إيجابية ممتلئة من الطاقة والحيوية وتشمل الحيوية الذاتية الطاقة الجسدية والعقلية، والأفراد ذوي الحيوية الذاتية لديهم شعور بالحماس والحيوية والطاقة ينبع من الفرد أو بيئته (Mirakabad, et al., 2022, 8). **وهي الاحساس بأنك علي قيد الحياة، ملئ بالحيوية، وفي الحالة الديناميكية الدائمة**(Lesmez–Peralta, et al., 2022, 283).

ب– أبعاد الحيوية الذاتية:–

١. الحيوية البدنية:–

وهي تجسيد لحالة الصحة والعافية البدنية الممدة للشخص بالطاقة الحيوية لإنجاز المهام والأنشطة بهمة ونشاط، وهي حالة ليست مطلوبة في الأنشطة الرياضية فقط، بل هي أكثر أهمية في واقع الأمر لتمكين الشخص من العمل المثمر وأداء مهام الحياة اليومية، وتجدر الإشارة إلى أن إصابة الشخص بإعاقة ما لا تعني فقدانه للحيوية البدنية، إذ أن المحدد العام للحيوية بالمعني السابق شعور الشخص بحسن الحال من الناحية الصحية، وعدم معاناته من الإصابات والأمراض المعيقة للنشاط والفاعلية، والحيوية البدنية دالة في جزء منها لأسلوب حياة الشخص اليومي من حيث نظام تغذيته ونظام نومه ونظام الرعاية الصحية وظروف السكن وطبيعة البيئة المكانية التي يتحرك في إطارها من حيث التنظيم والنظافة والخدمات المتاحة (سليم، ٢٠١٦، ١٨٩). وهي الشعور بحسن الحال من الناحية

الصحية، وإمتلاك العافية البدنية التي تظهر في القدرة على إنجاز المهام والأنشطة المختلفة، والنوم بصورة جيدة، وإمتلاك نظام غذائي متوازن.

٢. الحيوية الذهنية:–

تعني إمتلاك الفرد الطاقة الذهنية واليقظة والفعالية والدافعية العقلية التي تمكنه من التفكير الهادئ الواضح، والقدرة على التعامل مع المشكلات، واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة (المصري، ٢٠٢٠، ٢٤٧).

وتعني إمتلاك الشخص للقدرة واللياقة والطاقة الذهنية التي تمكنه من التفكير المتزن الهادئ مع اليقظة العقلية والحساسية للثغرات والمشكلات والتوجه المعرفي المرتكز على حل المشكلات، وبالتالي فهي حالة من اليقظة والتنبه والفاعلية العقلية، والحيوية الذهنية دالة في جزء منها للحيوية البدنية إذ أن التدفق التلقائي لكمية مناسبة من الأكسجين والعناصر الغذائية بالدم الواصلة إلى الدماغ أمراً حتمياً لسلامة عمل الدماغ ولتنشيط العمليات المعرفية الأساسية والمتقدمة، فضلاً عن العمليات ما وراء المعرفية، وتقتضي الحيوية الذهنية تمتع الشخص بمستوي مناسب من الصحة النفسية؛ إذ أن الضيق والكدر الانفعالي غالباً ما يعيق الأداء الوظيفي للدماغ؛ مما قد يفضي بصورة عامة إلى القصور في العمليات المعرفية ووضوح التفكير(سليم، ٢٠١٦، ١٨٩).

وهي إمتلاك الفرد للطاقة الذهنية والدافعية العقلية، والقدرة على التعامل الإيجابي مع المشكلات وإتخاذ القرار، والقدرة على التحليل والنقد البناء، وسرعة ومنطقية عمليات التفكير.

٣. الحيوية الانفعالية:–

وتتمثل في شعور الفرد بالهمة والنشاط والحماس والمثابرة والدافعية العالية للانجاز، والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات، وتبنيه اتجاهات نفسية ايجابية نحو الحياة تجعله راضياً سعيداً مستمتعاً بحياته ومقبلاً عليها بغض النظر عن منغصات الحياة، مع القدرة على المواجهة الإيجابية للمشكلات (المصري، ٢٠٢٠، ٢٤٨).

وهي دالة لمدي نضج الشخص انفعالياً، كما تتضح في مستوي كفاءته الانفعالية وما يكمن وراءها من مهارات الحساسية الانفعالية، والضبط الانفعالي، والتعبير الانفعالي على المستويين اللفظي وغير اللفظي، فضلاً عن تبني الشخص لاتجاهات نفسية إيجابية نحو

الحياة تجعله مبتهجاً ومتحمساً وراضياً وشاعراً بالسكينة وراحة البال بغض النظر عن منغصات الحياة وظروفها العصيبة (سليم، ٢٠١٦، ١٩٠).

وتعني الشعور بالهمة والنشاط والقدرة على المثابرة والدافعية العالية للإنجاز والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات والنظرة الإيجابية للحياة والتمتع بالتفكير الإيجابي والإندماج الفعال في الحياة.

٤. الحيوية الاجتماعية:–

والحيوية الاجتماعية وفقاً لذلك دالة لحالة التيقظ والتنبه والتفهم والاستبصار العام التي تتواجد لدي بعض البشر أثناء التفاعل الاجتماعي وتزيد من معامل تأثيرهم في الآخرين، وترقي في نفس الوقت من مكانتهم الاجتماعية داخل الجماعة، وترتبط الحيوية الاجتماعية الإيجابية بالمعني السابق بما يسميه الطاقة الروحية؛ إذا أن الطاقة الروحية أحد أهم مصادر ما يصح تسميته بالمتغيرات النفس – اجتماعية الإيجابية مثل الحساسية الاجتماعية Social Sensitivity، البصيرة الاجتماعية Social Insighttulness، التعاطف Empathy، التجدد والانطلاق الاجتماعي Social Fitness، السلوك الإيثاري Altruistic Behavior، تشجيعاً وحثاً للآخرين على تفعيله في سلوكياتهم (سليم، ٢٠١٦، ١٩١).

وهي تعني إمتلاك الفرد للمكانة الاجتماعية والقدرة على التأثير في الآخرين، والشعور بالتقبل والتقدير من قبل الآخرين، ومشاركة الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، والشعور بالتفهم والاستبصار أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

٥. الحيوية الروحية:–

وتتمثل مؤشرات الحيوية الروحية في الاندفاع النشط الإيجابي التلقائي من قبل الفرد لتأصيل قيم الحق والجمال والتجويد السلوكي لحياة الآخرين في إطار القيم الروحية العليا المرتبطة بنسق الاعتقاد، مع الشعور بالطمأنينة والصفاء والسكينة العامة (سليم، ٢٠١٦، ١٩١).

وتعني إمتلاك الفرد قيم الحق والجمال، والشعور بالصفاء والطمأنينة، والتعاطف مع الآخرين، ومشاركة الآخرين وجدانياً.

ثالثاً: الكفاءة الاجتماعية: Social Competence

أ- مفهوم الكفاءة الاجتماعية:

تشير كلمة اجتماعية إلى التعايش مع أعضاء المجتمع والعلاقات الاجتماعية المتبادلة معهم؛ في حين تشير كلمة كفاءة إلى نوعية وطيبة وجودة العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين وما تتطلبه من مهارات ومعارف (أبو حلاوة، ٢٠٠٩، ٢٢).

وتعرف الكفاءة الاجتماعية بأنها نتاج العلاقات الديناميكية الصادرة عن تفاعل الفرد بمهاراته الاجتماعية واتجاهاته نحو العمل الاجتماعي مع بيئته الاجتماعية؛ مما ينعكس على الفرد والآخرين إيجابياً (محمود، ٢٠١٤، ١٤١).

وهي قدرة الفرد على التفاعل بشكل إيجابي وفعال مع الآخرين، والقدرة على القيام بالأدوار والمهام المتعلقة بوظيفة ما، وتشتمل على مجموعة من التصرفات الاجتماعية العاطفية، المهارات المعرفية، المهارات النفسية، والحسية الحركية النى تمكن من ممارسة وظيفة، نشاط، أو مهمة بدرجة من الإتقان، وهي أوسع وأشمل من مفهوم المهارات، القدرات، المعارف (على، ٢٠١٥، ١٧).

وهي إمتلاك المراهق لمجموعة من المهارات الاجتماعية والقيادية التي تساعده على التوافق والتواصل مع أقرانه ومعلميه وأسرته ومجتمعه، وأداءه للتدريبات المناسبة بشكل إيجابي وفعال في المواقف المختلفة (عليوة، ٢٠١٦، ٤٠٦).

كما تعرف بأنها القدرة على التواصل الاجتماعي الإيجابي، وتنظيم وضبط الانفعالات والاستجابة بمرونة مناسبة لمواقف الواقع الاجتماعي (الطلاع، ٢٠١٦، ٤٣٧).

وهي قدرة الطالبة على التواصل مع الآخرين والتفاعل معهم من خلال مهارات اتصال لفظية وغير لفظية جيدة وفعالة تتيح له إقامة علاقات اجتماعية ناجحة (زكري، ٢٠١٦، ٣٦٨-٣٦٩).

ويمكن أن تعرف على أنها المهارات والسلوكيات الاجتماعية التي تساعد الطالب على الاندماج، والانخراط في الحياة الاجتماعية، والتوافق مع الآخرين في البيئة المحيطة، من أجل تكوين علاقات اجتماعية سليمة، وناجحة (محسن، ٢٠١٩، ١٦).

وهي مظهر من مظاهر الذكاء الاجتماعي يتضمن قدرة الفرد على التفاعل والتعامل مع الآخرين بشكل كفوء في مختلف المواقف والأنشطة الاجتماعية المختلفة في بيئته الاجتماعية لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية (عبد الكريم & إسماعيل، ٢٠١٩، ٣٢٦).

وتعرف بأنها مدي قدرة الفرد على النجاح في علاقاته الاجتماعية، وفي تفاعله مع الآخرين، وعلى حسن التصرف في المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها، بشكل يحقق له توافقاً نفسياً اجتماعياً، وشعوراً بالرضا والثقة نحو سلوكه الاجتماعي (القحطاني، ٢٠٢٠، ١١٧).

وهي قدرة الفرد علي إمتلاك المهارات الاجتماعية، والتي تمكنه من تحقيق التواصل الإيجابي مع الآخرين في المواقف الاجتماعية، بشكل يحقق له التوافق النفسي الاجتماعي والرضا عن ذاته والثقة بنفسه (السعيدي، ٢٠٢١، ١٤٣).

كما تشير إلى القدرة على الانخراط بشكل فعال في التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين(Van der Wilt, et al., 2022, 2)**. وهي القدرة على بناء وإدارة والحفاظ على العلاقات الاجتماعية**(Devine, & Apperly, 2022)**.**

وهي بناء واسع يشير إلى التعامل المناسب مع مطالب الوضع الاجتماعي، ويمكن معالجة أربعة مكونات عند النظر إلى هذا البناء: العلاقات بين الأقران، والإدراك الاجتماعي، ومشاكل السلوك، والمهارات الاجتماعية الفعالة(Cregenzán–Royo, et al., 2022, 282).

كما تعرف على أنها فعالية التفاعلات الشخصية والتي تنبثق من ممارسة المهارات الاجتماعية والعاطفية، وتؤدي إلى القبول والإندماج الاجتماعي، تتطور تدريجياً أثناء الطفولة والمراهقة (Gómez–López, et al., 2022,1045)**.**

ب– أبعاد الكفاءة الاجتماعية:–

ويشير أبو حلاوة (٢٠٠٩، ٢٢) إلى هذه الأبعاد كما يلي:–

١. **المهارات الاجتماعية.**
٢. **السلوك التكيفي.**
٣. **تقبل الأقران (ناتج).**
٤. **المبادرة بالتفاعل وإقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين.**

٥. تفهم نتائج العلاقات الاجتماعية المتبادلة وتصحيح أخطاء السلوك الاجتماعي.

وتحددها باظه (٢٠١١، ١٥٩) كما يلي:–

١) الوعي الاجتماعي

٢) التفاعل الاجتماعي

٣) المهارات الاجتماعية والوجدانية والمعرفية

٤) الأداء الاجتماعي (السلوكيات الناجحة الفعالة)

٥) الأداء الأكاديمي

وتحددها محمود (٢٠١٤، ١٤١) كما يلي:–

١. التواصل الفعال: وهو قدرة الفرد على إرسال واستقبال رسائل لفظية وغير لفظية، بالإضافة إلى القدرة على معالجة وفهم مغزي تلك الرسائل والتعامل معها مما يؤدي إلى الوصول للمعني المقصود من الرسالة.

٢. المشاركة الوجدانية: وهو قدرة الفرد على إقامة علاقات وثيقة وودودة مع الآخرين بسولة ويسر، والقدرة على حسن إدارة التفاعل الاجتماعي مع وجود للتعاطف وإظهار الاهتمام والاحترام لمشاعر الآخرين ووجهة نظرهم.

٣. توكيد الذات: وهو قدرة الفرد على القيام بسلوكيات لفظية وغير لفظية تتضمن تعبير الفرد عن مشاعره الإيجابية والسلبية بصورة مناسبة، وكذلك القدرة على مقاومة الضغوط التي يمارسها الآخرون لإجباره على الإتيان بما لا يرغبه، أو الكف عن ما يرغبه من سلوك، وأيضا الدفاع عن حقوقه وبدء وإنهاء التفاعلات الاجتماعية بطريقة مقبولة.

٤. الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية: وهي قدرة الفرد على التحكم في سلوكه اللفظي وغير اللفظي أثناء مواقف التفاعل مع الآخرين، ومعرفة السلوك الاجتماعي الملائم للموقف، واختيار التوقيت المناسب لإصداره وتعديله وفقاً لما يطرأ من تغيرات على الموقف.

وتحددها على (٢٠١٥، ١٧–١٨) كما يلي:–

١. مهارات توكيد الذات:–

ويقصد بمهارات توكيد الذات "بأنها تشمل مجموعة من المهارات السلوكية اللفظية وغير اللفظية التي يعبر بها الفرد عن مشاعره الإيجابية والسلبية، ومن ثم يستطيع مواجهة الضغوط التي يمارسها الأخرين كمحاولة منهم لاتيانه بما لا يرغب أو أن يكف عن فعل ما يرغبه ومن أمثلة ذلك (الاستقلال بالرأي – الاعتراف بسوء الذات).

٢. مهارات وجدانية:–

وهي قدرة الفرد على التعامل الإيجابي مع نفسه (مشاعره و عواطفه) ومع الآخرين بحيث يحقق أكبر قدر من السعادة لنفسه ولمن حوله، وتساعده هذه المهارات على إقامة علاقات وثيقة وودية مع الأخرين، ويستطيع التفاعل معهم على نحو يساعده على الاقتراب منهم والتعرف عليهم ليصبح أكثر قبولا لديهم مثل: التعاطف والمشاركة الوجدانية.

٣. مهارات الاتصال:–

وهو تلك العملية التي يقوم الفرد بموجبها بإرسال رسالة لفظية أو غير لفظية بوسيلة ما لتحقيق هدف معين، وتعني قدرته على أن يتصل بالآخرين ويبادلهم أفكارهم ويشاركهم في المعلومات والمعاني والأفكار ومن تلك المهارات (الانصات – تقبل الأفكار – الانتباه للمتحدث والاهتمام به) وتتضمن:–

أ– مهارات الإرسال: وهي تعبر عن قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها للأخرين لفظية أو بشكل غير لفظي، من خلال عمليات نوعية، كالتحدث والحوار والإشارات الاجتماعية.

ب– مهارات الاستقبال: وتعني مهارة الفرد في الانتباه وتلقى الرسائل والمهارات اللفظية وغير اللفظية من الأخرين، وإدراكها وفهم مغزاها والتعامل معهم في ضوئها.

٤. مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية:–

وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه اللفظي وغير اللفظي الانفعالي، خاصة في مواقف التفاعل مع الآخرين، وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهدافه. ويتم ذلك من خلال خبرته ومعرفته بالسلوك الاجتماعي الملائم للموقف، واختيار التوقيت المناسب لإصداره فيه.

وتحددها عليوة (٢٠١٦، ٣٩٩) كما يلي:–

١. التعاون

٢. التواصل
٣. الضبط الذاتي
٤. حل المشكلات
٥. المهارات الوجدانية

ويحددها القحطاني (٢٠٢٠، ١٢١) كما يلي:–

١) توكيد الذات والثقة بالنفس تجاه العلاقات الاجتماعية:–

وتظهر على شكل القدرة على الاعتراض عند التعدي على الحقوق الخاصة، وعدم السماح للآخرين بالتعدي عليها، ورفض مطالبهم غير المناسبة في مختلف المواقف الاجتماعية، مع تحمل المسئولية، ومد يد التعاون مع الآخرين، دون الخضوع لضغوط الجماعة، والمصارحة بالرأي، وطلب التفسير والاعتذار حين ارتكاب الأخطاء، والقدرة عن التعبير عن المشاعر مثل الغضب عند الإهانة.

٢) التواصل والعلاقات الاجتماعية:–

وتظهر هذه المهارة في القدرة على التعبير اللفظي وغير اللفظي عن المشاعر، ومهارة الشخص في استقبال وتفسير التواصل غير اللفظي مع الآخرين، كما تظهر في القدرة على التحكم في الانفعالات، وضبط المشاعر التي تظهر للآخرين، والقدرة على الاشتراك مع الآخرين وإشراكهم في المحادثات والأنشطة الجماعية، واحترامهم.

وحددها السعيدي (٢٠٢١، ١٥١) في الأبعاد التالية:–

١. بعد توكيد الذات
٢. بعد المهارات الاجتماعية
٣. بعد المهارات الوجدانية

وتحدد في الدراسة الحالية بالأبعاد التالية:–

١) مهارة توكيد الذات: وتشير إلى قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية بصورة ملائمة تحافظ على مشاعر الآخرين، والمحافظة على حقوقه دون الإعتداء على حقوق الآخرين.

٢) المهارات الاجتماعية: وتشير إلى قدرة الفرد على التواصل مع الآخرين بصورة ملائمة، والقدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين وتنمية هذه العلاقات، والقدرة على التعاون ومساعدة الآخرين، والشعور بالسعادة مع الآخرين.

٣) حل المشكلات الاجتماعية: وتشير إلى قدرة الفرد على إيجاد حلول بديلة للمشكلات والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف الاجتماعية المختلفة، والمشاركة بفعالية في المناقشات والأنشطة الجماعية، والقدرة على تفهم مشكلات واحتياجات الآخرين.

٤) إدارة الذات:– وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي، والقدرة على إدارة الوقت بشكل مناسب، وتحديد نواحي الضعف والقوة، وإمتلاك مستوي مناسب من الثقة بالنفس مما ينعكس على تحقيق الأهداف المنشودة .

وهي الأبعاد التي أعتمد عليها الباحثان في الدراسة الحالية:

ج– شروط تحقيق الكفاءة الإجتماعية:–

١. توكيد الذات
٢. التكامل بين احتياجات الفرد والآخرين
٣. الانتماء الاجتماعي وإتباع معايير الجماعة
٤. الضبط الذاتي والمسئولية الاجتماعية
٥. التواصل وقراءة مشاعر الآخرين
٦. القدرة على التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية
٧. القدرة على المبادأة
٨. الأداء الناجح (أكاديمياً – اجتماعياً – وجدانياً)
٩. إمتلاك الفرد المهارات الاجتماعية والتواصلية والوجدانية (باظه، ٢٠١١، ١٦٠).

الدراسات السابقة:

تناولت بعض الدراسات السابقة الرضا عن الحياة وعلاقته بالحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية أو أبعادهما الفرعية والقدرة التنبؤية، مثل دراسة الطعاني، (٢٠٠٤) التي هدفت إلى التعرف على أثر برنامج ارشاد جمعي قائم على التدريب على أسلوب حل المشكلات

وتنمية المهارات الاجتماعية في خفض حدة مشكلات كبار السن وتحسين الرضا عن الحياة لديهم. تألفت عينة الدراسة من (٢٤) شخصاً من الذكور كبار السن والذين تزيد أعمارهم عن (٦٥) سنة من مدينة عمان. قسمت العينة إلي مجموعتين (ضابطة وتجريبية). كما أظهرت النتائج وجود أثر لبرنامج الارشاد الجمعي القائم على أسلوب التدريب على حل المشكلات وتنمية المهارات الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدي المسننين.

في حين جاءت دراسة Bogart, & Matsumoto. (2010) للتعرف علي تأثير متلازمة موبيوس (Moebius syndrome) على التكيف والكفاءة الاجتماعية والرضا عن الحياة. تألفت عينة الدراسة من مجموعتين: مجموعة تجريبية قوامها (٣٧) شخصاً ممن يعانون من متلازمة موبيوس، وأخري ضابطة قوامها (٣٧) شخصاً من العاديين. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين المجموعتين في الشعور بالرضا والكفاءة الاجتماعية لصالح المجموعة الضابطة، أي أن المعاناة من متلازمة موبيوس تأثر على انخفاض الشعور بالرضا عن الحياة والكفاءة الاجتماعية.

وتناولت دراسة Kusmaedi, et al., (2017) تأثير المشاركة الاجتماعية على الشعور بالرضا عن حياة للمسنين، وتكونت عينة الدراسة من (٦٩) شخصاً مسنًا يعيشون في إندونيسيا. أظهرت النتائج أن المشاركة الاجتماعية تؤثر على تحسن الشعور بالرضا عن حياة لدي المسنين. وكشفت دراسة Taniguchi, (2018) عن العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والتواصل الأسري والشعور بالرضا لدي طلاب الجامعة من الذكور، وتكونت عينة الدراسة من (٤٤٢) طالباً من جامعة هاواي. وأظهرت النتائج عدم وجود ارتباط دال احصائياً بين الكفاءة الاجتماعية وشعور الطلاب بالرضا.

بينما كشفت دراسة مصطفى (٢٠٢٠) القدرة التنبؤية لكل من التوكيدية والرضا عن الحياة في متغير التواضع لدي عينة من الراشدين، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٠٠) راشد تراوحت أعمارهم بين(٢٢– ٣٠) بمتوسط عمري (٢٥.٣٩) عام وانحراف معياري(٢.٠٢)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياسي التوكيدية والرضا عن الحياة.

وأظهرت دراسة العبيدي (٢٠٢٠) مستوي الحيوية الذاتية لدي الطلبة في ضوء متغير الجنس (ذكر– أنثى) والمرحلة الدراسية والتخصص الدراسي، وتألفت العينة من (١٢٠) طالبا

وطالبة من طلبة الجامعة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن إن طلبة الجامعة يتمتعون بدرجة عالية من الحيوية الذاتية. ووجود فروق في الحيوية الذاتية وفق متغير الجنس والفروق كانت لصالح الذكور. وعدم وجود فروق في الحيوية الذاتية وفق متغير التخصص الدراسي أو متغير المرحلة الدراسية. وكشفت دراسة Andersen et al, (2021) عن وجود علاقة بين جوانب الرفاهية – الرضا عن الحياة والحيوية، وتكونت عينة الدراسة من (٧٠٥٨) شخصاً من الراشدين والمسنين، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين الرضا عن الحياة والحيوية لدي الراشدين والمسننين.

وأشارت دراسة Gómez–López et al, (2022) إلي وجود علاقة بين الكفاءة الاجتماعية والرفاهية النفسية لدي المراهقين، وتكونت العينة من (٦٦٢) مراهقاً، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين الرفاهية النفسية والكفاءة الاجتماعية لدي المراهقين. بينما هدفت دراسة Caqueo–Urízar, et al., (2022) إلى تحليل الدور الوسيط لتقدير الذات والمرونة في العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى المراهقين من شمال تشيلي، وتكونت العينة من(٢٢٧٧) طالبًا تتراوح أعمارهم بين (١٢ – ١٨)عامًا، وأظهرت النتائج أن تقدير الذات والمرونة لهما تأثير مباشر على الرضا عن الحياة ، بينما تعمل المرونة كمتغير وسيط في العلاقة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة.

فروض الدراسة:

في ضوء مشكلة الدراسة ونتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة الفروض كما يلي:

١– يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية.

٢– يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والكفاءة الاجتماعية.

٣– يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية.

٤– يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية.

٥– يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية معاً لدى طلاب كلية التربية.

٦– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ تعزو إلي النوع (الطلاب– الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي–أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الرضا عن الحياة.

٧– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية تعزو إلي النوع (الطلاب– الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي–أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الحيوية الذاتية.

٨– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية تعزو إلي النوع (الطلاب– الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي–أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الكفاءة الاجتماعية.

▪ المنهج والإجراءات:

أ– منهج الدراسة:

استخدم الباحثان في الدراسة الحالية المنهج الوصفي(الارتباطي– التنبؤي– المقارن) بما يتناسب مع المشكلة والهدف من الدراسة، وذلك لقدرته على المساهمة في تزويدنا بالمعلومات اللازمة للتعرف علي طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وكلاً من الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية، وكذلك إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة (متغير تابع) من خلال الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية (متغيران مستقلان)، ودراسة الفروق بين طلاب كلية التربية وفقاً لمتغير النوع والتخصص الاكاديمي في متغيرات الدراسة.

ب– مجتمع وعينة الدراسة:

١– مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ (طلاب الفرقة الرابعة) وكان عددهم (١٥٨٠) طالباً وطالبة تقريباً، الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م.

٢– عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات: تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات من (٦٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة كفرالشيخ، تراوحت أعمارهم من (٢٠–٢٢) سنة، وذلك لاختبار الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة

من حيث الثبات والصدق والاتساق الداخلي لأدوات الدراسة (ليس ضمن عينة الدراسة الأساسية).

٣– عينة الدراسة الأساسية: تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٨٨٨) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة كفرالشيخ، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة، تراوحت أعمارهم من (٢٠ – ٢٢) سنة بمتوسط (٢١.١٥٤) سنة وانحراف معياري قدرة (٠.٥١٥)، والجدول (١) يوضح التركيب الوصفي للعينة الاساسية للدراسة الحالية.

جدول (١)
التركيب الوصفي للعينة الدراسة

النوع		العدد
الطلاب	العلمي	١٦
	الأدبي	٦٠
	الكلي	٧٦
الطالبات	العلمي	٣٢٨
	الأدبي	٤٨٤
	الكلي	٨١٢
الكلي	العلمي	٣٤٤
	الأدبي	٥٤٤
	الكلي	٨٨٨

ج– أدوات الدراسة: -

أ– مقياس الرضا عن الحياة إعداد/ الدسوقي (٢٠١٣)

١– وصف المقياس: ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة يجيب عليها المفحوص باستجابات خمسة هي (تنطبق تماماً– تنطبق– بين بين– لا تنطبق– لا تنطبق أبداً) وتعطي هذه الاستجابات الدرجات التالية (٥–٤–٣–٢–١) علي التوالي، ويتكون المقياس من ستة أبعاد كما يلي:– (السعادة – الاجتماعية – الطمأنينة – الاستقرار النفسي – التقدير الاجتماعي – القناعة) وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوي مرتفع من الرضا عن الحياة، وتشير الدرجة المنخفضة إلى مستوي منخفض من الرضا عن الحياة، وتم توزيع العبارات علي الأبعاد كما يلي:–

جدول (٢)
توزيع عبارات مقياس الرضا عن الحياة على أبعاده الستة

أبعاد مقياس الرضا عن الحياة	العبارات	عدد العبارات	الدرجة
السعادة	١ـ ٣ـ ٧ـ ٨ ـ ٩ـ١١ ـ ١٥	٧	٧ـ٣٥
الاجتماعية	١٤ـ ١٦ـ ١٨ـ ٢٢ـ ٢٨	٥	٥ـ٢٥
الطمأنينة	١٩ ــ ٢٠ ــ ٢٣ ــ ٢٥ ــ ٢٩ ــ ٣٠	٦	٦ـ٣٠
الاستقرار النفسي	٢ ــ ٥ ــ ١٢	٣	٣ـ١٥
التقدير الاجتماعي	٤ ــ ٦ ــ ٢١ ــ ٢٤ ــ ٢٦ ــ ٢٧	٦	٦ـ٣٠
القناعة	١٠ ــ ١٣ ــ ١٧	٣	٣ـ١٥

٢- ثبات المقياس: قام معد المقياس بحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق وبلغت قيمته (٠.٦٩) وبطريقة التجزئة النصفية (٠.٨٨) وبطريقة ألفاكرونباخ (٠.٨٥) وهي معاملات ثبات مقبولة، مما يدل على ثبات المقياس.

٣- صدق المقياس: قام معد المقياس بحساب صدق المقياس باستخدام صدق التحليل العاملي، والصدق البنائي والصدق التمييزي والصدق التجريبي.

وتم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية كما يلي:-

١. ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفاكرونباخ وذلك من خلال تطبيق المقياس عينة الكفاءة السيكومترية للأدوات، وإيجاد معامل ألفا لأبعاد(السعادة – الاجتماعية – الطمأنينة – الاستقرار النفسي- التقدير الاجتماعي – القناعة) والدرجة الكلية، ووجد معامل الثبات مساوي (٠.٨٦٩ – ٠.٨٨٨ – ٠.٨٣٥ – ٠.٨٩٧- ٠.٨٤٣- ٠.٨٧١ - ٠.٨٦٥) على التوالي، وهي معاملات ثبات مقبولة، مما يدل على ثبات المقياس.

٢. صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بطريقة صدق المحك الخارجي (الصدق التلازمي) باستخدام مقياس الرضا عن الحياة إعداد/ أماني عبد المقصود عبد الوهاب (٢٠١٤)، وإيجاد معامل الارتباط بين درجات المقياسين والتي جاءت (٠.٧٦١) وهو ارتباط موجب دال إحصائياً.

ب- مقياس الحيوية الذاتية إعداد/ الباحثان

١- وصف المقياس: قام الباحثان بإعداد هذا المقياس بعد الاطلاع على بعض المقاييس والدراسات الخاصة بالحيوية الذاتية مثل دراسة (سليم، ٢٠١٦)، (مصطفي، ٢٠١٨)،

(المصري، ٢٠٢٠)، (عبد البر،٢٠٢٠)، (العبيدي، ٢٠٢٠)، (عبد الفتاح، ٢٠٢٠)، (Arslan., Yıldırım., & ، ،(Miksza., Evans., & McPherson, 2021) Aytaç, 2022) ، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٥٦ عبارة) يجيب عليها المفحوص باستجابات خمسة هي (دائماً– غالباً– بدرجة متوسطة– نادراً– أبداً) وتعطي هذه الاستجابات الدرجات التالية (٥–٤–٣–٢–١) علي التوالي، ويتكون المقياس من خمس أبعاد كما يلي: (الحيوية البدنية – الحيوية الذهنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية). وتم توزيع العبارات علي الأبعاد كما يلي:

جدول (٣)

توزيع عبارات مقياس الحيوية الذاتية على أبعاده الخمسة

أبعاد مقياس الحيوية الذاتية	العبارات	عدد العبارات	الدرجة
الحيوية البدنية	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩	٩	٩-٤٥
الحيوية الذهنية	١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠	١١	١١-٥٥
الحيوية الانفعالية	٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦	١٦	١٦-٨٠
الحيوية الاجتماعية	٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٥-٤٦	١٠	١٠-٥٠
الحيوية الروحية	٤٧-٤٨-٤٩-٥٠-٥١-٥٢-٥٣-٥٤-٥٥-٥٦	١٠	١٠-٥٠

وتم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس كما يلي:–

١– الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لمعرفة مدي تماسك قوام المقياس من الداخل، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه، وكذلك بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس علي عينة الكفاءة السيكومترية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة العبارة والبعد التي تنتمي إليه في مقياس الحيوية الذاتية

أولاً: الحيوية البدنية		ثانياً: الحيوية الذهنية		ثالثاً: الحيوية الانفعالية		رابعاً: الحيوية الاجتماعية		خامساً: الحيوية الروحية	
عبارة١	٠.٧٤٦**	عبارة١٠	٠.٦٣٧**	عبارة٢١	٠.٧١٨**	عبارة٣٧	٠.٦٧٤**	عبارة٤٧	٠.٦٧٤**
عبارة٢	٠.٧٤٥**	عبارة١١	٠.٧٧٤**	عبارة٢٢	٠.٧١٦**	عبارة٣٨	٠.٦٤٥**	عبارة٤٨	٠.٦٤٥**
عبارة٣	٠.٨٠٣**	عبارة١٢	٠.٧٤٥**	عبارة٢٣	٠.٧٧٦**	عبارة٣٩	٠.٧٧٤**	عبارة٤٩	٠.٧٧٤**
عبارة٤	٠.٦٨٨**	عبارة١٣	٠.٧٥٢**	عبارة٢٤	٠.٥١٩**	عبارة٤٠	٠.٨٣٠**	عبارة٥٠	٠.٨٣٠**
عبارة٥	٠.٧١٤**	عبارة١٤	٠.٦٤٠**	عبارة٢٥	٠.٧٨٨**	عبارة٤١	٠.٧٦٢**	عبارة٥١	٠.٧٦٢**
عبارة٦	٠.٦٤٠**	عبارة١٥	٠.٥٨٤**	عبارة٢٦	٠.٨٢٧**	عبارة٤٢	٠.٦٩٣**	عبارة٥٢	٠.٦٩٣**
عبارة٧	٠.٦٠٣**	عبارة١٦	٠.٧١٣**	عبارة٢٧	٠.٨٥٠**	عبارة٤٣	٠.٤٥٩**	عبارة٥٣	٠.٧٥٩**
عبارة٨	٠.٧٦٨**	عبارة١٧	٠.٦٧٩**	عبارة٢٨	٠.٦٨٦**	عبارة٤٤	٠.٥٥٣**	عبارة٥٤	٠.٧٥٣**
عبارة٩	٠.٦٠٥**	عبارة١٨	٠.٦٩١**	عبارة٢٩	٠.٨٦٤**	عبارة٤٥	٠.٥٥٥**	عبارة٥٥	٠.٨٥٥**
		عبارة١٩	٠.٧١٤**	عبارة٣٠	٠.٨٢٣**	عبارة٤٦	٠.٥٨٤**	عبارة٥٦	٠.٦٨٤**
		عبارة٢٠	٠.٧١٣**	عبارة٣١	٠.٨٦٦**				
				عبارة٣٢	٠.٩١٢**				
				عبارة٣٣	٠.٦٩١**				
				عبارة٣٤	٠.٨٣٧**				
				عبارة٣٥	٠.٧٦٧**				
				عبارة٣٦	٠.٧٢٣**				

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية للمقياس

الحيوية الذاتية	الحيوية البدنية	الحيوية الذهنية	الحيوية الانفعالية	الحيوية الاجتماعية	الحيوية الروحية
الحيوية الذهنية	٠.٧١٧**				
الحيوية الانفعالية	٠.٨١٧**	٠.٧١٥**			
الحيوية الاجتماعية	٠.٧١٧**	٠.٧٤٢**	٠.٧٣٦**		
الحيوية الروحية	٠.٧٩٧**	٠.٨٤٧**	٠.٧٧٠**	٠.٧٨٧**	
الدرجة الكلية	٠.٧٦٦**	٠.٧٠٩**	٠.٧٧٩*	٠.٨٥٩**	٠.٨٥٩**

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

من الجدول (٤، ٥) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً، مما يؤكد علي اتساق المقياس وتماسكه الداخلي.

٢- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفاكرونباخ وذلك من خلال تطبيق المقياس عينة الكفاءة السيكومترية للأدوات، وإيجاد معامل ألفا لأبعاد(الحيوية البدنية –الحيوية الذهنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية، ووجد معامل الثبات مساوي (٠.٨٢٩ – ٠.٨٩٢ – ٠.٩٤٤ – ٠.٨٥٦– ٠.٨٢١– ٠.٨٨٨) علي التوالي، وهي معاملات ثبات مقبولة، مما يدل على ثبات المقياس.

٣- صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بطريقتين هما: الأولي: صدق المحكمين بالعرض على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس تخصص علم النفس والصحة النفسية وتم عمل جميع الملاحظات التي تم الاتفاق عليها، الثانية: صدق المحك الخارجي (الصدق التلازمي) باستخدام مقياس الحيوية الذاتية إعداد/ Ryan, & Frederick, 1997 ترجمة سليم(٢٠١٦)، وإيجاد معامل الارتباط بين درجات المقياسين والتي جاءت (٠.٧٥٢) وهو ارتباط موجب دال إحصائياً.

ج– مقياس الكفاءة الاجتماعية إعداد/ الباحثان

٤- وصف المقياس: قام الباحثان بإعداد هذا المقياس بعد الاطلاع على بعض المقاييس والدراسات الخاصة بالكفاءة الاجتماعية مثل دراسة (أبو حلاوة، ٢٠٠٩)، (أبو عميرة، البوريني، المجالي & المجالي ٢٠١٥)، (أمين، ٢٠١٦)، (النملة، ٢٠١٦)، (الفريحات& مقابلة، ٢٠١٨)، (الراشدي، ٢٠١٩)، (عبد الكريم& إسماعيل، ٢٠١٩)، (الكثيري، ٢٠١٩)، (الزهراني& آل شويل، ٢٠٢٠)، (الكبيسي& العمران، ٢٠٢١)، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٥١ عبارة) يجيب عليها المفحوص باستجابات خمسة هي (دائماً– غالباً– بدرجة متوسطة– نادراً– أبداً) وتعطي هذه الاستجابات الدرجات التالية (٥–٤–٣–٢–١) علي التوالي، ويتكون المقياس من أربعة أبعاد كما يلي:– (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات) وتم توزيع العبارات علي الأبعاد كما يلي:–

جدول (٦)
توزيع عبارات مقياس الكفاءة الاجتماعية على أبعاده الأربعة

أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية	العبارات	عدد العبارات	الدرجة
مهارة توكيد الذات	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠	١٠	١٠-٥٠
المهارات الاجتماعية	١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣	١٣	١٣-٦٥
حل المشكلات الاجتماعية	٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧	١٤	١٤-٧٠
إدارة الذات	٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٥-٤٦-٤٧-٤٨-٤٩-٥٠-٥١	١٤	١٤-٧٠

وتم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس كما يلي:-

١. الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لمعرفة مدي تماسك قوام المقياس من الداخل، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه، وكذلك بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس علي عينة الكفاءة السيكومترية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة العبارة والبعد التي تنتمي إليه في مقياس الكفاءة الاجتماعية

مهارة توكيد الذات		المهارات الاجتماعية		حل المشكلات الاجتماعية		إدارة الذات	
عبارة١	٠.٦٧٢**	عبارة١١	٠.٨٦٤**	عبارة٢٤	٠.٦٦٢**	عبارة٣٨	٠.٦٧٥**
عبارة٢	٠.٧٠٩**	عبارة١٢	٠.٧٥٠**	عبارة٢٥	٠.٦٧٧**	عبارة٣٩	٠.٦٩٦**
عبارة٣	٠.٦٩٨**	عبارة١٣	٠.٦٩٣**	عبارة٢٦	٠.٦٤١**	عبارة٤٠	٠.٧٩٨**
عبارة٤	٠.٨١١**	عبارة١٤	٠.٥٦١**	عبارة٢٧	٠.٧٠٤**	عبارة٤١	٠.٧٣٢**
عبارة٥	٠.٧٣٠**	عبارة١٥	٠.٧٧١**	عبارة٢٨	٠.٧٥٤**	عبارة٤٢	٠.٧٤٠**
عبارة٦	٠.٦٨٧**	عبارة١٦	٠.٨٦٩**	عبارة٢٩	٠.٧١٨**	عبارة٤٣	٠.٧٨٣**
عبارة٧	٠.٧٩٣**	عبارة١٧	٠.٧٧٠**	عبارة٣٠	٠.٦٣٩**	عبارة٤٤	٠.٧٦٤**
عبارة٨	٠.٧٠٦**	عبارة١٨	٠.٦٣٤**	عبارة٣١	٠.٦٧٦**	عبارة٤٥	٠.٦٨٣**
عبارة٩	٠.٦٢٩**	عبارة١٩	٠.٧٩٩**	عبارة٣٢	٠.٦٧٧**	عبارة٤٦	٠.٦٥٨**
عبارة١٠	٠.٦١٦**	عبارة٢٠	٠.٦٠٥**	عبارة٣٣	٠.٦٩٩**	عبارة٤٧	٠.٧٦٣**
		عبارة٢١	٠.٦٣٧**	عبارة٣٤	٠.٧٢٦**	عبارة٤٨	٠.٦٩٤**
		عبارة٢٢	٠.٦٨٨**	عبارة٣٥	٠.٨٢٣**	عبارة٤٩	٠.٦٨٩**
		عبارة٢٣	٠.٦٩٤**	عبارة٣٦	٠.٧٨٦**	عبارة٥٠	٠.٦٨٠**
				عبارة٣٧	٠.٧٨٨**	عبارة٥١	٠.٦٩٨**

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠١

جدول (٨)
معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس

الكفاءة الاجتماعية	مهارة توكيد الذات	المهارات الاجتماعية	حل المشكلات الاجتماعية	إدارة الذات
المهارات الاجتماعية	٠.٧٣٤**			
حل المشكلات الاجتماعية	٠.٨١٨**	٠.٧٨٨**		
إدارة الذات	٠.٧٩٩**	٠.٧٠٨**	٠.٨٤٣**	
الدرجة الكلية	٠.٩٠٣**	٠.٨٨٣**	٠.٩٤٧**	٠.٩٢٣**

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

من الجدول (٧، ٨) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوي دلالة ٠.٠٠١ مما يؤكد علي اتساق المقياس وتماسكه الداخلي.

٥- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفاكرونباخ وذلك من خلال تطبيق المقياس عينة الكفاءة السيكومترية للأدوات، وإيجاد معامل ألفا للأبعاد الأربعة (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات) والدرجة الكلية، ووجد معامل الثبات مساوي (٠.٨٧٠ – ٠.٩٢٠ – ٠.٩١٥ – ٠.٩٢٦ – ٠.٩٢٨) علي التوالي، وهي معاملات ثبات مقبولة، مما يدل على ثبات المقياس.

٦- صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بطريقتين هما: الأولي: صدق المحكمين بالعرض على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس تخصص علم النفس والصحة النفسية وتم عمل جميع الملاحظات التي تم الاتفاق عليها، الثانية: صدق المحك الخارجي (الصدق التلازمي) باستخدام مقياس الكفاءة الاجتماعية إعداد/ الراشدي (٢٠١٩)، وإيجاد معامل الارتباط بين درجات المقياسين والتي جاءت (٠.٧١٣) وهو ارتباط موجب دال إحصائياً.

▪ نتائج الدراسة:

١- الفرض الأول:

ينص على أنه " يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية"

لاختبار صحة الفرض السابق استخدم "معامل ارتباط بيرسون "وكانت النتائج كما يلي :

جدول (٩)
معاملات الارتباط بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية (ن=٨٨٨)

	السعادة	الاجتماعية	الطمأنينة	الاستقرار النفسي	التقدير الاجتماعي	القناعة	الدرجة الكلية للرضا عن الحياة
الحيوية البدنية	**٠.٥٣٣	**٠.٣٠٢	**٠.٤٣٧	**٠.٥٢٨	**٠.٥٤١	**٠.٥٠٥	**٠.٥٧٧
الحيوية الذهنية	**٠.٤٤٨	**٠.٥٣٨	**٠.٦٧٥	**٠.٥٤٧	**٠.٦٠٩	**٠.٤٤٣	**٠.٦٤٨
الحيوية الانفعالية	**٠.٦٣٤	**٠.٥٣١	**٠.٧٧١	**٠.٧٢٩	**٠.٧٤٣	**٠.٥٩٧	**٠.٨٠٣
الحيوية الاجتماعية	**٠.٤٣٧	**٠.٦٥٨	**٠.٦٩٥	**٠.٤٩٨	**٠.٥٦٤	**٠.٤١٩	**٠.٦٤٦
الحيوية الروحية	**٠.٥٧٩	**٠.٥٦٤	**٠.٧٠٥	**٠.٦٤٠	**٠.٦٠٦	**٠.٥٤١	**٠.٧٢٥
الدرجة الكلية للحيوية الذاتية	**٠.٦١٥	**٠.٥٩٨	**٠.٧٧١	**٠.٦٩٣	**٠.٧٢١	**٠.٥٨٥	**٠.٧٩٦

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

يتضح من الجدول (٩) ما يلي:

وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة والدرجة الكلية والحيوية الذاتية بأبعاده المختلفة والدرجة الكلية حيث جاءت معاملات الارتباط دالة إحصائياً عن مستوي دلالة (٠,٠٠١)، مما يؤكد صحة الفرض الأول.

- **مناقشة نتائج الفرض الأول:**

تشير نتائج الفرض الأول إلى وجود ارتباط موجب بين الرضا عن الحياة والحيوية الذاتية؛ بمعني أنه كلما زاد مستوي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة (السعادة – الاجتماعية – الطمأنينة – الاستقرار النفسي – التقدير الاجتماعي – القناعة) زاد مستوي الحيوية الذاتية بأبعادها المختلفة (الحيوية البدنية – الحيوية الذهنية – الحيوية الانفعالية – الحيوية الاجتماعية – الحيوية الروحية)، والعكس صحيح كلما انخفض مستوي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة انخفض مستوي الحيوية الذاتية بأبعادها المختلفة.

أي أن الفرد الذي يقيم نوعية حياته بصورة إيجابية تتمثل في شعوره بالرضا عن حياته، يكون لديه حالة من الشعور الإيجابي بالحياة تنعكس على وصوله إلى الأداء الأفضل من خلال حالة التحمس والدافعية الإيجابية التي يشعر بها، والتي تعبر عن تمتعه بدرجة عالية من الحيوية الذاتية.

وكلما كان الفرد لديه حالة من التحمس والدافعية الإيجابية على المستوي البدني والذهني والانفعالي والاجتماعي والروحي، وهي تعبر عن أبعاد الحيوية الذاتية؛ كلما تمتع الفرد بمستوي مرتفع من السعادة والاجتماعية والطمأنينة والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والقناعة، وهي تعبر عن أبعاد الرضا عن الحياة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (Bostic, et al., 2000) التي أشارت إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الحيوية الذاتية وتحقيق الذات وتقدير الذات والرضا عن الحياة، ودراسة (Goldbeck, et al., 2019) والتي أشارت نتائجها إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة.

٣- الفرض الثاني:

ينص على أنه " يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والكفاءة الاجتماعية"

لاختبار صحة الفرض السابق استخدم "معامل ارتباط بيرسون "وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة والكفاءة الاجتماعية (ن=٨٨٨)

	السعادة	الاجتماعية	الطمأنينة	الاستقرار النفسي	التقدير الاجتماعي	القناعة	الدرجة الكلية للرضا عن الحياة
مهارة توكيد الذات	٠.٣٦٤**	٠.٥٤٦**	٠.٥٩٦**	٠.٤٦١**	٠.٥٠٢**	٠.٣٣٧*	٠.٥٥٤**
المهارات الاجتماعية	٠.٣٤٠**	٠.٥٩٠**	٠.٥٩٠**	٠.٣٥١**	٠.٤٤٤**	٠.٣١٤*	٠.٥٢٠**
حل المشكلات الاجتماعية	٠.٣٢٣**	٠.٥١٨**	٠.٦٠٧**	٠.٤٥١**	٠.٥٠٦**	٠.٣٣٦*	٠.٥٣٩**
إدارة الذات	٠.٣٨٦**	٠.٤٤٤**	٠.٦٣٢**	٠.٥١٨**	٠.٥٦٤**	٠.٣٩٥*	٠.٥٨٤**
الدرجة الكلية للكفاءة الاجتماعية	٠.٣٨٩**	٠.٥٧٤**	٠.٦٦٩**	٠.٤٩١**	٠.٥٥٧**	٠.٣٨٢*	٠.٦٠٥**

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

يتضح من الجدول (١٠) ما يلي :

وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات طلاب كلية التربية على مقياسي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة والدرجة الكلية والكفاءة الاجتماعية بأبعاده المختلفة والدرجة الكلية، حيث جاءت معاملات الارتباط دالة إحصائياً عن مستوي دلالة (٠,٠٠١)، مما يؤكد صحة الفرض الثاني.

- **مناقشة نتائج الفرض الثاني:**

تشير نتائج الفرض الثاني إلى وجود ارتباط موجب بين الرضا عن الحياة والكفاءة الاجتماعية؛ بمعني أنه كلما زاد مستوي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة (السعادة – الاجتماعية – الطمأنينة – الاستقرار النفسي – التقدير الاجتماعي – القناعة) زاد مستوي الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات)، والعكس صحيح كلما انخفض مستوي الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة انخفض مستوي الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة.

أي أن الفرد الذي يقيم نوعية حياته بصورة إيجابية تتمثل في شعوره بالرضا عن حياته، يكون لديه حالة من الشعور الإيجابي بالحياة تنعكس على قدرته على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية المختلفة.

وكلما كان الفرد يتمتع بمهارة توكيد الذات والمهارات الاجتماعية ومهارة حل المشكلات الاجتماعية ومهارة إدارة الذات، وهي تعبر عن أبعاد الكفاءة الاجتماعية؛ كلما تمتع الفرد بمستوي مرتفع من السعادة والاجتماعية والطمأنينة والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والقناعة، وهي تعبر عن أبعاد الرضا عن الحياة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Goldbeck, et al., 2019) والتي أشارت نتائجها إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الحيوية الذاتية ومشاعر الكفاءة والاستقلالية، ونتائج دراسة (Caqueo-Urízar, et al., 2022) والتي أشارت إلى أن تدخلات الكفاءة الاجتماعية تساهم في تقدير الذات والرضا عن الحياة،(Bogart, & Matsumoto. (2010 ودراسة Kusmaedi, et al., (2017) والتي أشارت نتائجهما إلى وجود إرتباطات إيجابية بين الكفاءة الاجتماعية والرضا عن الحياة، في حين جاءت نتائج دراسة Taniguchi, (2018) تؤكد علي عدم وجود علاقه بينهم.

ونتائج دراسة(Gómez–López, et al., 2022) والتي أشارت إلى أن المراهقين الذين يتمتعون بمستوي عال من الرضا عن الحياة كانوا أكثر قدرة لتكوين صداقات هادفة، وتقديم المساعدة، والتفاهم والتعاون مع الآخرين، وحل النزاعات بشكل أكثر كفاءة.

٣– الفرض الثالث:

ينص على أنه " يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية"

لاختبار صحة الفرض السابق باستخدام "معامل الانحدار "وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١١)

نتائج تحليل التباين لانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية

التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار	220743.481	5	44148.696	355.212	دالة عن ٠.٠٠١
البواقي	109622.303	882	124.288		
المجموع	330365.784	887			

يتضح من الجدول (١٠) ما يلي :

وجود تأثير دال إحصائيا لكل من أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية البدنية –الحيوية الذهنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية)على الرضا عن الحياة لدى طلاب كلية التربية، حيث جاءت قيمة (ف) مساوية (٣٥٥.٢١٢) وبالكشف عن دلالتها الاحصائية وجد أنها دالة احصائياً عند مستوي دلالة ٠.٠٠١.

جدول (١٢) نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية

المتغيرات المستقلة (أبعاد الحيوية الذاتية)	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	بيتا	قيمة "ت"	معامل التحديد R^2	مستوي الدلالة
الثابت (الرضا عن الحياة)	30.124	2.548		11.823		دالة عند ٠.٠٠١
الحيوية البدنية	0.410	0.076	0.136	5.411	0.645	دالة عند ٠.٠٠١
الحيوية الذهنية	0.232	0.090	0.093	2.577	0.010	دالة عند ٠.٠١
الحيوية الانفعالية	0.926	0.063	0.620	14.613	0.008	دالة عند ٠.٠٠١
الحيوية الاجتماعية	0.301	0.098	0.113	3.077	0.002	دالة عند ٠.٠٠٥
الحيوية الروحية	0.306	0.119	0.109	2.560	0.002	دالة عند ٠.٠٥

يتضح من الجدول (١٢) ما يلي :

١– أن أبعاد الحيوية الذاتية الخمسة (الحيوية البدنية – الحيوية الذهنية – الحيوية الانفعالية –الحيوية الاجتماعية – الحيوية الروحية) متغيرات لها قدرة تنبؤية بالرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث جاءت قيمة (ت) دالة في تحليل الانحدار عند مستوي دلالة (٠.٠١) لأبعاد (الحيوية البدنية– الحيوية الذهنية – الحيوية الانفعالية)، وعند مستوي دلالة (٠.٠٥)لأبعاد (الحيوية الاجتماعية – الحيوية الروحية) مما يشير إلي دلالة تأثير المتغيرات المستقلة الخمسة التي دخلت في نموذج الانحدار على المتغير التابع كما يشير إلي دلالة المعادلة التنبؤية.

٢– اسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٦٦.٧%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة، ويعتبر البعد الأول (الحيوية البدنية) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة، حيث جاء ترتيبه الأول في معادلة الانحدار، وقد أسهم بنسبة (٦٤.٥%)، يليه البعد الثاني (الحيوية الذهنية) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (١%)، يليه البعد الثالث (الحيوية الانفعالية) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (٠.٨%)، يليه البعد الرابع (الحيوية الاجتماعية)، والبعد الخامس (الحيوية الروحية) حيث ساهم كلاً منهما بنسبة (٠.٢%).

٣– يمكن صياغة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:–

الرضا عن الحياة = ٣٠.١٢٤ + (٠.٤١٠x الحيوية البدنية) + (٠.٢٣٢x الحيوية الذهنية) + (٠.٩٢٦ x الحيوية الانفعالية) + (٠.٣٠١ x الحيوية الاجتماعية) + (٠.٣٠٦ x الحيوية الروحية).

وبالتالي يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال كل من (الحيوية البدنية– الحيوية الذهنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية)، وبالتالي تم التحقق من صحة الفرض الثالث.

- **مناقشة نتائج الفرض الثالث:**

تشير هذه النتائج إلي أن أبعاد الحيوية الذاتية الخمسة (الحيوية البدنية– الحيوية الذهنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) هي متغيرات لها قدرة تأثيرية علي مستوي الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث أسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٦٦.٧%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية في نفس الاتجاه.

وأن بعد (الحيوية البدنية) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة؛ أي أن تمتع الفرد بالصحة والعافية البدنية التي تمده بالطاقة والحيوية لإنجاز المهام والأنشطة المختلفة بهمة ونشاط، والتي تعبر عن أسلوب حياته اليومية من خلال نظام غذائي متوازن، والنوم بصورة جيدة، والرعاية الصحية الجيدة، والظروف البيئية السليمة تساعد الفرد في الوصول إلي حالة الرضا عن الحياة.

ثم يأتي بعد ذلك بعد (الحيوية الذهنية)؛ والتي تشير إلى أن إمتلاك الفرد للطاقة الذهنية والدافعية العقلية، والقدرة على التعامل الإيجابي مع المشكلات، والقدرة على التحليل والنقد البناء وسرعة ومنطقية عمليات التفكير، والقدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة؛ تساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة، ثم بعد (الحيوية الانفعالية) والتي تشير إلى شعور الفرد بالهمة والنشاط والقدرة على المثابرة والدافعية العالية للإنجاز والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات والنظرة الإيجابية للحياة والتمتع بالتفكير الإيجابي والإندماج الفعال في الحياة تساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة، ثم بعدي (الحيوية الاجتماعية، والحيوية الروحية) حيث تعبر الحيوية الاجتماعية عن إمتلاك الفرد للمكانة الاجتماعية والقدرة على التأثير في الآخرين ومشاركة الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، بينما تعبر الحيوية الروحية عن إمتلاك الفرد قيم الجمال والحق والشعور بالطمأنينة والصفاء ومشاركة الآخرين وجدانياً والتعاطف مع الآخرين وكلاهما يساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة.

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلي طبيعة متغير الرضا عن الحياة الذي يعبر عن تقييم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها وإعتقاده بإنه المستوي الأمثل لحياته، والدور الفعال للحيوية الذاتية في الوصول إلى حالة الشعور بالرضا عن الحياة من خلال الشعور الإيجابي بالحياة التي تجعل الفرد في حالة من التحمس نحو المستقبل مع تنشيط الدافعية الإيجابية من أجل الوصول إلى أفضل أداء، وهو ما ينعكس على شعور الفرد بالرضا عن حياته.

٤- الفرض الرابع:

ينص على أنه " يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية"

لاختبار صحة الفرض السابق باستخدام "معامل الانحدار "وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١٣)
نتائج تحليل التباين لانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية

التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار	127348.32	4	31837.081	138.472	دالة عن ٠.٠٠١
البواقي	203017.46	883	229.918		
المجموع	330365.78	887			

يتضح من الجدول (١٣) ما يلي :

وجود تأثير دال إحصائيا لكل من أبعاد الكفاءة الاجتماعية (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات)على الرضا عن الحياة لدى طلاب كلية التربية، حيث جاءت قيمة (ف) مساوية (١٣٨.٤٧٢) وبالكشفة عن دلالتها الاحصائية وجد أنها دالة احصائياً عند مستوي دلالة ٠.٠٠٠١.

جدول (١٤)
نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية

المتغيرات المستقلة (أبعاد الكفاءة الاجتماعية)	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	بيتا	قيمة "ت"	معامل التحديد R^2	مستوي الدلالة
الثابت (الرضا عن الحياة)	43.001	3.067		14.021		دالة عند ٠.٠٠١
أولاً: مهارة توكيد الذات	0.486	0.137	0.173	3.536	0.340	دالة عند ٠.٠٠١
ثانياً: المهارات الاجتماعية	0.447	0.090	0.219	4.980	0.035	دالة عند ٠.٠٠١
ثالثاً: حل المشكلات الاجتماعية	0.251	0.125	0.126	2.008	0.006	دالة عند ٠.٠٥
رابعاً: إدارة الذات	0.796	0.101	٠.418	7.867	0.002	دالة عند ٠.٠٠١

يتضح من الجدول (١٤) ما يلي :

١– أن أبعاد الكفاءة الاجتماعية الأربعة (مهارة توكيد الذات– المهارات الاجتماعية– حل المشكلات الاجتماعية– إدارة الذات) متغيرات لها قدرة تنبؤية بالرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث جاءت قيمة (ت) دالة في تحليل الانحدار عند مستوي دلالة (٠.٠١) لأبعاد (مهارة توكيد الذات– المهارات الاجتماعية– إدارة الذات)، وعند مستوي

دلالة (٠.٠٥) لبعد (حل المشكلات الاجتماعية) مما يشير إلي دلالة تأثير المتغيرات المستقلة الأربعة التي دخلت في نموذج الانحدار على المتغير التابع كما يشير إلي دلالة المعادلة التنبؤية.

٢- اسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٣٨.٣%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة، ويعتبر البعد الأول (مهارة توكيد الذات) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة، حيث جاء ترتيبه الأول في معادلة الانحدار، وقد أسهم بنسبة (٣٤%)، يليه البعد الثاني (المهارات الاجتماعية) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (٣.٥%)، يليه البعد الثالث (حل المشكلات الاجتماعية) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (٠.٦%)، يليه البعد الرابع (إدارة الذات) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (٠.٢%).

٣- يمكن صياغة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:-

الرضا عن الحياة = ٤٣.٠٠١ + (٠.٤٨٦x مهارة توكيد الذات) + (٠.٤٤٧x المهارات الاجتماعية) + (٠.٢٥١ x حل المشكلات الاجتماعية) + (٠.٧٩٦ x إدارة الذات).

وبالتالي يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال كل من (مهارة توكيد الذات– المهارات الاجتماعية– حل المشكلات الاجتماعية– إدارة الذات)، وبالتالي تم التحقق من صحة الفرض الرابع.

- **مناقشة نتائج الفرض الرابع:**

تشير هذه النتائج إلي أن أبعاد الكفاءة الاجتماعية الأربعة (مهارة توكيد الذات– المهارات الاجتماعية– حل المشكلات الاجتماعية– إدارة الذات) هي متغيرات لها قدرة تأثيرية علي مستوي الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث أسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٣٨.٣%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية في نفس الاتجاه.

وأن بعد (مهارة توكيد الذات) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة؛ أي أن قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية بصورة ملائمة تحافظ على مشاعر الآخرين مع المحافظة على حقوقه دون الإعتداء على حقوق الآخرين؛ تساعد الفرد في الوصول إلي حالة الرضا عن الحياة.

ثم يأتي بعد ذلك بعد (المهارات الاجتماعية)؛ والتي تشير إلى قدرة الفرد على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين والقدرة على التواصل الإيجابي مع الآخرين والشعور بالسعادة مع

الآخرين؛ تساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة، ثم بعد (حل المشكلات الاجتماعية) والتي تشير إلى قدرة الفرد على إيجاد حلول بديلة للمشكلات والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف الاجتماعية المختلفة والقدرة على تفهم مشكلات واحتياجات الآخرين؛ تساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة، ثم بعد (إدارة الذات) والتي تشير الكفاءة الاجتماعية الأربعة (مهارة توكيد الذات– المهارات الاجتماعية– حل المشكلات الاجتماعية– إدارة الذات) إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي وتحديد نقاط الضعف والقوة وإمتلاك مستوي مناسب من الثقة بالنفس مع القدرة على تحقيق الأهداف المنشودة وإدارة الوقت بشكل مناسب يساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة.

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلي طبيعة متغير الرضا عن الحياة الذي يعبر عن تقييم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها وإعتقاده بإنه المستوي الأمثل لحياته، والدور الفعال للكفاءة الاجتماعية في الوصول إلى حالة الشعور بالرضا عن الحياة من خلال قدرة الفرد على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والشعور بالسعادة مع الآخرين وهو ما ينعكس على شعوره بالرضا عن حياته.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة(Caqueo–Urízar, et al., 2022) والتي أشارت إلى أن تدخلات الكفاءة الاجتماعية تساهم في تقدير الذات والرضا عن الحياة.

٥– الفرض الخامس:

ينص على أنه " يمكن التنبؤ الرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية معاً لدى طلاب كلية التربية"

لاختبار صحة الفرض السابق باستخدام "معامل الانحدار "وكانت النتائج كما يلي :

جدول (١٥)

نتائج تحليل التباين لانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية

التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار	295775.362	2	147887.681	٣٧٨٣.٧٢٤	دالة عن ٠.٠٠١
البواقي	34590.422	885	39.085		
المجموع	330365.784	887			

يتضح من الجدول (١٥) ما يلي :

وجود تأثير دال إحصائيا لكل من الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى طلاب كلية التربية، حيث جاءت قيمة (ف) مساوية (٣٧٨٣.٧٢٤) وبالكشفة عن دلالتها الاحصائية وجد أنها دالة احصائياً عند مستوي دلالة ٠.٠٠١.

جدول (١٦)

نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية

المتغيرات المستقلة (الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية)	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	بيتا	قيمة "ت"	معامل التحديد R^2	مستوي الدلالة
الثابت (الرضا عن الحياة)	12.063	1.330		9.066		دالة عند ٠.٠٠١
الحيوية الذاتية	0.500	0.007	1.214	66.859	0.634	دالة عند ٠.٠٠١
الكفاءة الاجتماعية	0.215	.011	0.366	20.174	0.030	دالة عند ٠.٠٠١

يتضح من الجدول (١٦) ما يلي :

١– أن الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية متغيرات لها قدرة تنبؤية بالرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث جاءت قيمة (ت) دالة في تحليل الانحدار عند مستوي دلالة (٠.٠١)؛ مما يشير إلي دلالة تأثير المتغيرات المستقلة التي دخلت في نموذج الانحدار على المتغير التابع كما يشير إلي دلالة المعادلة التنبؤية.

٢– اسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٦٦.٤%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة، ويعتبر المتغير الأول (الحيوية الذاتية) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة، حيث جاء ترتيبه الأول في معادلة الانحدار، وقد أسهم بنسبة (٦٣.٤%)، يليه المتغير الثاني (الكفاءة الاجتماعية) حيث ساهم هذا المتغير بنسبة (٣%).

٣– يمكن صياغة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:–

الرضا عن الحياة = ١٢.٠٦٣ + (٠.٥٠٠x الحيوية الذاتية) + (٠.٢١٥x الكفاءة الاجتماعية).

وبالتالي يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال كلاً من (الحيوية الذاتية – الكفاءة الاجتماعية)، وبالتالي تم التحقق من صحة الفرض الخامس.

- **مناقشة نتائج الفرض الخامس: -**

تشير هذه النتائج إلي أن (الحيوية الذاتية – الكفاءة الاجتماعية) هي متغيرات لها قدرة تأثيرية علي مستوي الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية حيث أسهمت المتغيرات المستقلة بنسبة (٦٦.٤%) في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة لدي طلاب كلية التربية في نفس الاتجاه.

وأن متغير (الحيوية الذاتية) هو المتغير الأكثر تأثيراً في الرضا عن الحياة؛ أي أن الشعور الإيجابي بالحياة والذي يظهر من خلال حالة التحمس نحو المستقبل مع تنشيط الدافعية الإيجابية من أجل الوصول إلى الأداء الأفضل ؛ تساعد الفرد في الوصول إلي حالة الرضا عن الحياة، ثم يأتي بعد ذلك متغير (الكفاءة الاجتماعية)؛ والتي تشير إلى قدرة الفرد على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين؛ تساهم في وصول الفرد إلى حالة الرضا عن الحياة.

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلي طبيعة متغير الرضا عن الحياة الذي يعبر عن تقييم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها وإعتقاده بإنه المستوي الأمثل لحياته، والدور الفعال للحيوية الذاتية في الوصول إلى حالة الشعور بالرضا عن الحياة من خلال الشعور الإيجابي بالحياة التي تجعل الفرد في حالة من التحمس نحو المستقبل، والدور الفعال للكفاءة الاجتماعية في الوصول إلى حالة الشعور بالرضا عن الحياة من خلال قدرة الفرد على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة(Caqueo-Urízar, et al., 2022) والتي أشارت إلى أن تدخلات الكفاءة الاجتماعية تساهم في تقدير الذات والرضا عن الحياة.

٦- الفرض السادس:

ينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ تعزو إلي النوع (الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الرضا عن الحياة"

لاختبار صحة الفرض الرابع استخدم اختبار "تحليل التباين الثاني" لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١٧)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة تبعا لمتغير النوع (الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي)

النوع		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
الذكور	العلمي	١١٢.٧٥٠٠	١٥.٦٥٢٤٨	١٦
	الأدبي	١١٣.١٣٣٣	٢٣.٥١١٦٠	٦٠
	الكلي	١١٣.٠٥٢٦	٢١.٩٩٧٥١	٧٦
الإناث	العلمي	١٠٨.٠٨٥٤	١٦.٣٦٣٧٦	٣٢٨
	الأدبي	١١٣.٣٢٢٣	٢٠.٣٩٥٣٥	٤٨٤
	الكلي	١١١.٢٠٦٩	١٩.٠٣٤٥٧	٨١٢
الكلي	العلمي	١٠٨.٣٠٢٣	١٦.٣٣٩٠٢	٣٤٤
	الأدبي	١١٣.٣٠١٥	٢٠.٧٣٨٢٤	٥٤٤
	الكلي	١١١.٣٦٤٩	١٩.٢٩٩٠٤	٨٨٨

جدول (١٨)
قيمة "ف" ودلالتها الإحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع(الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي) على مقياس الرضا عن الحياة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
النوع	237.673	1	237.673	٠.647	غير دالة
التخصص	374.786	1	374.786	1.020	غير دالة
النوع * التخصص	279.510	1	279.510	٠.761	غير دالة
الخطأ	324765.262	884	367.382		
الكلي	11343460	888			

يتضح من الجدول (١٨) ما يلي :-

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع (الطلاب– الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي– أدبي) والتفاعل بينهما على مقياس الرضا عن الحياة، حيث جاءت قيمة (ف) غير دالة احصائياً؛ مما يشير إلي عدم وجود فروق جوهرية بين الطلاب والطالبات وفقا للتخصص الأكاديمي (علمي وأدبي) في الرضا عن الحياة.

- **مناقشة نتائج الفرض السادس: -**

أشارت نتائج الفرض السادس إلى عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة، وكذلك عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة ترجع إلى التخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) وكذلك عدم وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب – الطالبات) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) في الرضا عن الحياة؛ وهو ما يشير إلى تقارب مستوي الرضا عن الحياة لدي طلاب وطالبات كلية التربية، وكذلك تقارب مستوي الرضا عن الحياة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي وطلاب وطالبات التخصص الأكاديمي الأدبي، وكذلك عدم وجود تأثير للتفاعل بينهما.

ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى تقارب المستويات بين الطلاب في المستوي التعليمي فجميع الطلاب والطالبات في نفس الكلية وينتظرهم نفس الفرص تقريبا ومعظم اهتماماتهم في هذه المرحلة تدور حول الدراسة والمواد الدراسية والانتهاء من المرحلة الجامعية، كما أنهم تقريبا يعيشون في مستوي اجتماعي واقتصادي متقارب نظراً لأن القبول في كلية التربية يكون إقليمي، وهو ما قد يساهم أيضا في تقارب مستوي الرضا عن الحياة فيما بينهما.

كما يرجع الباحثان تقارب مستويات الرضا عن الحياة بأبعاده المختلفة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي والأدبي؛ إلى وجود مواد مشتركة بينهما بالإضافة إلى أنهم في نفس الكلية وفي نفس المرحلة العمرية ونفس المتطلبات الدراسية وإن اختلفت بعض الشئ في مضمونها لكنها لا تخرج عن متطلبات الدراسة المتعلقة بالحضور ومتابعة المحاضرات والسعي للنجاح من أجل الانتهاء من المرحلة الجامعية بتقدير مناسب.

وهو ما انعكس على عدم وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب – الطالبات) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) في الرضا عن الحياة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (السيد، ٢٠١٨)، ونتائج دراسة (نجم، ٢٠١٩)، ونتائج دراسة (حجازي، ٢٠١٩)، ونتائج دراسة (دانيال، ٢٠١٩)، ونتائج دراسة (أبو الحسن، ٢٠٢٠)، ونتائج دراسة (البهنساوي & عبد المقصود، ٢٠٢٠)، ونتائج دراسة (مصطفي، ٢٠٢٠)، ونتائج دراسة (الوكيل، ٢٠٢٠)، ونتائج دراسة (القحطاني، ٢٠٢٠)، والتي أشارت جميعها إلى عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة بين الذكور والإناث.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (دانيال، ٢٠١٩)، ونتائج دراسة (أبو الحسن، ٢٠٢٠)، ونتائج دراسة (الوكيل، ٢٠٢٠)، والتي أشارت إلى عدم وجود فروق في الرضا عن الحياة ترجع إلى التخصص الأكاديمي.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية عن نتائج دراسة (قمر، عبد الرحيم & أحمد، ٢٠١٧)، ونتائج دراسة (النادي، ٢٠١٨)، ونتائج دراسة(محمود، ٢٠١٨)، ونتائج دراسة (Becchetti, & Conzo, 2021) والتي أسفرت عن وجود فروق في الرضا عن الحياة لصالح الإناث بالمقارنة بالذكور.

كما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة(Caqueo-Urízar, et al., 2022) والتي أشارت إلى وجود مستويات أعلى من الرضا عن الحياة لدي الذكور عن الإناث

٧- الفرض السابع:

ينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية تعزو إلي النوع (الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الحيوية الذاتية"

لاختبار صحة الفرض الخامس استخدم اختبار "تحليل التباين الثاني" لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١٩)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الحيوية الذاتية تبعا لمتغير النوع (الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي)

النوع			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
أولاً: الحيوية البدنية	الذكور	العلمي	34.5000	6.47045	16
		الأدبي	31.4667	7.29863	60
		الكلي	32.1053	7.19922	76
	الإناث	العلمي	31.8537	5.78117	328
		الأدبي	33.2975	6.63468	484
		الكلي	32.7143	6.33991	812
	الكلي	العلمي	31.9767	5.83141	344
		الأدبي	33.0956	6.72849	544
		الكلي	32.6622	6.41576	888
ثانياً: الحيوية الذهنية	الذكور	العلمي	45.7500	7.74166	16
		الأدبي	41.4667	10.07004	60

		الكلي	42.3684	9.73905	76
	الإناث	العلمي	39.8171	6.43980	328
		الأدبي	41.2645	8.13017	484
		الكلي	40.6798	7.52282	812
	الكلي	العلمي	40.0930	6.61234	344
		الأدبي	41.2868	8.35573	544
		الكلي	40.8243	7.74514	888
ثالثاً: الحيوية الانفعالية	الذكور	العلمي	58.7500	11.78417	16
		الأدبي	60.4667	13.64870	60
		الكلي	60.1053	13.22178	76
	الإناث	العلمي	56.2439	10.80781	328
		الأدبي	58.5950	14.04670	484
		الكلي	57.6453	12.88179	812
	الكلي	العلمي	56.3605	10.84953	344
		الأدبي	58.8015	14.00332	544
		الكلي	57.8559	12.92200	888
رابعاً: الحيوية الاجتماعية	الذكور	العلمي	38.5000	6.55235	16
		الأدبي	39.0667	9.00822	60
		الكلي	38.9474	8.51335	76
	الإناث	العلمي	37.8537	6.64913	328
		الأدبي	38.9174	7.37921	484
		الكلي	38.4877	7.10836	812
	الكلي	العلمي	37.8837	6.63662	344
		الأدبي	38.9338	7.56672	544
		الكلي	38.5270	7.23493	888
خامساً: الحيوية الروحية	الذكور	العلمي	41.0000	6.23966	16
		الأدبي	39.4000	7.97284	60
		الكلي	39.7368	7.63041	76
	الإناث	العلمي	38.9146	5.92140	328
		الأدبي	40.2645	7.26062	484
		الكلي	39.7192	6.78033	812
	الكلي	العلمي	39.0116	5.94336	344
		الأدبي	40.1691	7.33975	544
		الكلي	39.7207	6.85251	888
الدرجة الكلية	الذكور	العلمي	218.5000	34.93613	16
		الأدبي	211.8667	44.04600	60

		الكلي	213.2632	42.16266	76
	الإناث	العلمي	204.6829	29.42086	328
		الأدبي	212.3388	38.82915	484
		الكلي	209.2463	35.51153	812
	الكلي	العلمي	205.3256	29.78384	344
		الأدبي	212.2868	39.39448	544
		الكلي	209.5901	36.11916	888

جدول (٢٠)

قيمة "ف" ودلالتها الإحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع(الذكور- الإناث) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي) على مقياس الحيوية الذاتية

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
النوع	الحيوية البدنية	7.890	1	7.890	0.194	غير دالة
	الحيوية الذهنية	446.596	1	446.596	7.539	دالة عند ٠.٠١
	الحيوية الانفعالية	227.386	1	227.386	1.371	غير دالة
	الحيوية الاجتماعية	7.511	1	7.511	0.144	غير دالة
	الحيوية الروحية	17.686	1	17.686	0.379	غير دالة
	الدرجة الكلية	2112.992	1	2112.992	1.633	غير دالة
التخصص	الحيوية البدنية	29.976	1	29.976	0.737	غير دالة
	الحيوية الذهنية	95.425	1	95.425	1.611	غير دالة
	الحيوية الانفعالية	196.331	1	196.331	1.184	غير دالة
	الحيوية الاجتماعية	31.538	1	31.538	0.604	غير دالة
	الحيوية الروحية	0.743	1	0.743	0.016	غير دالة
	الدرجة الكلية	12.407	1	12.407	0.010	غير دالة
النوع * التخصص	الحيوية البدنية	237.837	1	237.837	5.847	دالة عند ٠.٠٥
	الحيوية الذهنية	389.660	1	389.660	6.578	دالة عند ٠.٠٥
	الحيوية	4.776	1	4.776	0.029	غير دالة

	الانفعالية					
	الحيوية الاجتماعية	2.931	1	2.931	0.056	غير دالة
	الحيوية الروحية	103.243	1	103.243	2.212	غير دالة
	الدرجة الكلية	2422.625	1	2422.625	1.872	غير دالة
الخطأ	الحيوية البدنية	35961.066	884	40.680		
	الحيوية الذهنية	52369.106	884	59.241		
	الحيوية الانفعالية	146571.049	884	165.804		
	الحيوية الاجتماعية	46189.403	884	52.250		
	الحيوية الروحية	41262.159	884	46.677		
	الدرجة الكلية	1144038.387	884	1294.161		
الكلي	الحيوية البدنية	983844.000	888			
	الحيوية الذهنية	1533172.000	888			
	الحيوية الانفعالية	3120512.000	888			
	الحيوية الاجتماعية	1364516.000	888			
	الحيوية الروحية	1442680.000	888			
	الدرجة الكلية	40165244.000	888			

يتضح من الجدول (٢٠) ما يلي :

١– وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع (الطلاب– الطالبات) على مقياس الحيوية الذاتية في بعد الحيوية الذهنية لصالح الطلاب، وعدم وجود فروق بينهم في الأبعاد (الحيوية البدنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية.

٢– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية التربية وفقا لتخصص الاكاديمي (الأدبي–العلمي) على مقياس الحيوية الذاتية.

٣– وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب–الطالبات) والتخصص (الأدبي–العلمي) لطلاب الجامعة علي بعدي (الحيوية البدنية – الحيوية الذهنية) لمقياس الحيوية الذاتية؛ وجاءت الفروق لصالح طلاب التخصص العلمي، وعدم وجود تأثير في أبعاد (الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية.

- **مناقشة نتائج الفرض السابع:**

أشارت نتائج الفرض السابع إلى وجود فروق بين الطلاب والطالبات في الحيوية الذاتية في بعد الحيوية الذهنية لصالح الطلاب، وعدم وجود فروق بينهما في أبعاد (الحيوية البدنية– الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية، وكذلك عدم وجود فروق في الحيوية الذاتية ترجع إلى التخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب – الطالبات) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) في بعدي (الحيوية البدنية– الحيوية الذهنية) لصالح طلاب التخصص العلمي، وعدم وجود تأثير في أبعاد (الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية؛ وهو ما يشير إلى ارتفاع مستوي الحيوية الذهنية لدي طلاب كلية التربية بالمقارنة بالطالبات، ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى إمتلاك الطلاب دافعية عقلية وطاقة ذهنية تمكنه من التفكير الهادئ وقدرة على التعامل الإيجابي مع المشكلات واتخاذ القرار وسرعة ومنطقية عمليات التفكير بدرجة أعلى من الطالبات في هذه المرحلة العمرية حيث ما زالت الخبرات الحياتية أقل لدي الطالبات بالمقارنة بالطلاب.

بينما تتقارب مستويات الحيوية البدنية بين الطلاب والطالبات؛ من حيث إمتلاك العافية البدنية والقدرة على إنجاز المهام والأنشطة المختلفة وإمتلاك نظام غذائي متوازن والنوم بصورة جيدة كما تتقارب مستويات الحيوية الانفعالية بين الطلاب والطالبات؛ من حيث الشعور بالهمة والنشاط والدافعية العالية للإنجاز والقدرة على المثابرة والتمتع بالتفكير الإيجابي والنظرة الإيجابية للحياة، كما تتقارب مستويات الحيوية الاجتماعية بين الطلاب والطالبات؛ من حيث إمتلاك المكانة الاجتماعية والقدرة على التأثير في الآخرين والشعور بالتقبل والتقدير من قبل الآخرين بالإضافة إلى الشعور بالتفهم والاستبصار أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، كما تتقارب مستويات الحيوية

الروحية بين الطلاب والطالبات؛ من حيث إمتلاك قيم الحق والجمال والشعور بالطمأنينة والصفاء والتعاطف مع الآخرين ومشاركة الآخرين وجدانياً.

كما أظهرت نتائج الدراسة تقارب مستوي الحيوية الذاتية بأبعادها المختلفة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي وطلاب وطالبات التخصص الأكاديمي الأدبي، ويرجع الباحثان تقارب مستويات الحيوية الذاتية بأبعادها المختلفة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي والأدبي؛ إلى وجود مواد مشتركة بينهما بالإضافة إلى أنهم في نفس الكلية وفي نفس المرحلة العمرية ونفس المتطلبات الدراسية وإن اختلفت بعض الشئ في مضمونها لكنها لا تخرج متطلبات الدراسة المتعلقة بالحضور ومتابعة المحاضرات والسعي للنجاح من أجل الانتهاء من المرحلة الجامعية بتقدير مناسب، وهو ما يؤدي إلى وجود حالة متقاربة من الشعور الإيجابي بالحياة تظهر في حالة التحمس نحو المستقبل مع تنشيط الدافعية الإيجابية لديهم من أجل الوصول إلى الأداء الأفضل.

كما أظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب – الطالبات) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) في بعدي (الحيوية البدنية– الحيوية الذهنية) لصالح طلاب التخصص العلمي، وهو ما يعني ارتفاع مستوي الحيوية البدنية والحيوية الذهنية لصالح طلاب التخصص العلمي في حالة التفاعل بين النوع والتخصص؛ ويرجع الباحثان هذه النتيجة إمتلاك طلاب التخصص العلمي مستوي مرتفع من العافية البدنية والقدرة على القيام بالمهام والأنشطة المختلفة وكذلك إمتلاك مستوي مرتفع من الطاقة الذهنية والدافعية العقلية وسرعة ومنطقية عمليات التفكير.

بينما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود تأثير للتفاعل بين النوع والتخصص في أبعاد (الحيوية الانفعالية– الحيوية الاجتماعية– الحيوية الروحية) والدرجة الكلية؛ وهو ما يعني تقارب مستويات هذه الأبعاد في حالة تفاعل النوع (الطلاب– الطالبات) مع التخصص (العلمي – الأدبي) أي عدم وجود فروق في هذه الأبعاد ترجع للتفاعل بينهما.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية بصورة جزئية مع نتائج دراسة (جاسم & سعيد، ٢٠١٩) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق تبعاً لمتغير الجنس في الحيوية الذاتية، ونتائج دراسة (العبيدي، ٢٠٢٠) والتي أشارت إلى وجود فروق في الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير الجنس والفروق كانت لصالح الذكور، كما أشارت أيضاً إلى عدم وجود فروق في الحيوية الذاتية

وفقاً لمتغير التخصص الدراسي، ونتائج دراسة (عبد الفتاح، ٢٠٢٠) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الحيوية الذاتية، ونتائج دراسة (سليم، ٢٠١٦) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية ترجع إلى اختلاف الجنس (ذكور/ إناث).

٨– الفرض الثامن:

ينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية تعزو إلي النوع (الطلاب– الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي–أدبي) والتفاعل بينهم على مقياس الكفاءة الاجتماعية" لاختبار صحة الفرض السادس استخدم اختبار "تحليل التباين الثاني" لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٢١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الكفاءة الاجتماعية تبعا لمتغير النوع (الطلاب- الطالبات) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي)

النوع			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
مهارة توكيد الذات	الذكور	العلمي	41.0000	6.23966	16
		الأدبي	39.8667	9.01123	60
		الكلي	40.1053	8.47833	76
	الإناث	العلمي	36.4268	5.57853	328
		الأدبي	39.0413	7.18106	484
		الكلي	37.9852	6.70129	812
	الكلي	العلمي	36.6395	5.68341	344
		الأدبي	39.1324	7.39997	544
		الكلي	38.1667	6.89127	888
المهارات الاجتماعية	الذكور	العلمي	54.5000	6.55235	16
		الأدبي	52.2000	11.67469	60
		الكلي	52.6842	10.80273	76
	الإناث	العلمي	49.7317	8.89359	328
		الأدبي	51.6116	9.50395	484
		الكلي	50.8522	9.30258	812
	الكلي	العلمي	49.9535	8.84846	344
		الأدبي	51.6765	9.75643	544
		الكلي	51.0090	9.44741	888
حل	الذكور	العلمي	57.7500	7.94565	16

المشكلات الاجتماعية		الأدبي	55.0000	13.15359	60
		الكلي	55.5789	12.24774	76
	الإناث	العلمي	50.6707	7.70885	328
		الأدبي	53.5537	10.23771	484
		الكلي	52.3892	9.40138	812
	الكلي	العلمي	51.0000	7.85139	344
		الأدبي	53.7132	10.59407	544
		الكلي	52.6622	9.71050	888
إدارة الذات	الذكور	العلمي	55.7500	6.29815	16
		الأدبي	52.6000	14.75587	60
		الكلي	53.2632	13.44953	76
	الإناث	العلمي	48.9878	7.77433	328
		الأدبي	51.1653	10.77406	484
		الكلي	50.2857	9.72861	812
	الكلي	العلمي	49.3023	7.83514	344
		الأدبي	51.3235	11.27450	544
		الكلي	50.5405	10.12551	888
الدرجة الكلية	الذكور	العلمي	209.0000	25.05461	16
		الأدبي	199.6667	46.60496	60
		الكلي	201.6316	42.99856	76
	الإناث	العلمي	185.8171	24.68945	328
		الأدبي	195.3719	35.03424	484
		الكلي	191.5123	31.60349	812
	الكلي	العلمي	186.8953	25.14936	344
		الأدبي	195.8456	36.46353	544
		الكلي	192.3784	32.82616	888

جدول (٢٢)
قيمة "ف" ودلالتها الإحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع(الذكور- الإناث) والتخصص الاكاديمي (علمي-أدبي) على مقياس الكفاءة الاجتماعية

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
النوع	مهارة توكيد الذات	345.793	1	345.793	7.555	دالة عند ٠.٠١
	المهارات الاجتماعية	340.460	1	340.460	3.850	دالة عند ٠.٠٥
	حل المشكلات الاجتماعية	862.407	1	862.407	9.387	دالة عند ٠.٠٠٥
	إدارة الذات	797.200	1	797.200	7.894	دالة عند ٠.٠٠٥
	الدرجة الكلية	8958.348	1	8958.348	8.518	دالة عند ٠.٠٠٥
التخصص	مهارة توكيد الذات	26.030	1	26.030	.569	غير دالة
	المهارات الاجتماعية	2.094	1	2.094	.024	غير دالة
	حل المشكلات الاجتماعية	.210	1	.210	.002	غير دالة
	إدارة الذات	11.222	1	11.222	.111	غير دالة
	الدرجة الكلية	.582	1	.582	.001	غير دالة
النوع * التخصص	مهارة توكيد الذات	166.658	1	166.658	3.641	غير دالة
	المهارات الاجتماعية	207.296	1	207.296	2.344	غير دالة
	حل المشكلات الاجتماعية	376.483	1	376.483	4.098	دالة عند ٠.٠٥
	إدارة الذات	336.753	1	336.753	3.335	غير دالة
	الدرجة الكلية	4232.985	1	4232.985	4.025	دالة عند ٠.٠٥
الخطأ	مهارة توكيد الذات	40458.351	884	45.767		

	المهارات الاجتماعية	78176.965	884	88.435		
	حل المشكلات الاجتماعية	81211.042	884	91.868		
	إدارة الذات	89272.128	884	100.987		
	الدرجة الكلية	929727.416	884	1051.728		
الكلي	مهارة توكيد الذات	1335668.000	888			
	المهارات الاجتماعية	2389672.000	888			
	حل المشكلات الاجتماعية	2546332.000	888			
	إدارة الذات	2359200.000	888			
	الدرجة الكلية	33820176.000	888			

يتضح من الجدول (٢٢) ما يلي :

١– وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية التربية وفقاً للنوع (الطلاب–الطالبات) على مقياس الكفاءة الاجتماعية لأبعاد الكفاءة الاجتماعية (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات) والدرجة الكلية لصالح طلاب الجامعة.

٢– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية التربية وفقا لتخصص الاكاديمي (الأدبي–العلمي) على مقياس الكفاءة الاجتماعية.

٣– وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب–الطالبات) والتخصص (الأدبي–العلمي) لطلاب الجامعة علي بعد (حل المشكلات الاجتماعية – الدرجة الكلية) لمقياس الكفاءة الاجتماعية؛ وجاءت الفروق لصالح طلاب التخصص العلمي، وعدم وجود تأثير للتفاعل بينهم في الأبعاد (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – إدارة الذات).

- **مناقشة نتائج الفرض الثامن:**

أشارت نتائج الفرض الثامن إلى وجود فروق بين طلاب وطالبات كلية التربية في الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – حل المشكلات الاجتماعية – إدارة الذات) لصالح الطلاب؛ وهو ما يشير إلى ارتفاع مستوي الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة لدي طلاب كلية التربية بالمقارنة بالطالبات، ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى قدرة الطلاب على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين متمثلة في القدرة على التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية بصورة ملائمة تحافظ على حقوقه وحقوق الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين والشعور بالسعادة مع الآخرين، وكذلك القدرة على إيجاد حلول بديلة للمشكلات والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة في المواقف الاجتماعية المختلفة، وكذلك القدرة على التحكم بصورة مرنة في الانفعالات في مواقف التفاعل الاجتماعي وتحديد نواحي الضعف والقوة بالمقارنة بالطالبات في هذه المرحلة العمرية حيث ما زالت الخبرات الحياتية وفرص المشاركة في المناسبات الاجتماعية أقل لدي الطالبات بالمقارنة بالطلاب.

كما أظهرت نتائج الدراسة تقارب مستوي الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي وطلاب وطالبات التخصص الأكاديمي الأدبي، ويرجع الباحثان تقارب مستويات الكفاءة الاجتماعية بأبعادها المختلفة بين طلاب وطالبات التخصص الأكاديمي العلمي والأدبي؛ إلى وجود مواد مشتركة بينهما بالإضافة إلى أنهم في نفس الكلية وفي نفس المرحلة العمرية ونفس المتطلبات الدراسية وإن اختلفت بعض الشئ في مضمونها لكنها لا تخرج متطلبات الدراسة المتعلقة بالحضور ومتابعة المحاضرات والسعي للنجاح من أجل الانتهاء من المرحلة الجامعية بتقدير مناسب، وهو ما يؤدي إلى وجود مستوي متقارب من القدرة على القيام بالسلوكيات الاجتماعية الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي.

كما أظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير للتفاعل بين النوع (الطلاب – الطالبات) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي) في بعد حل المشكلات الاجتماعية والدرجة الكلية للكفاءة الاجتماعية لصالح طلاب التخصص العلمي، وهو ما يعني ارتفاع مستوي حل المشكلات الاجتماعية والكفاءة الاجتماعية كدرجة كلية لصالح طلاب التخصص العلمي في

حالة التفاعل بين النوع والتخصص؛ ويرجع الباحثان هذه النتيجة إمتلاك طلاب التخصص العلمي مستوي مرتفع من القدرة على إيجاد حلول بديلة للمشكلات واتخاذ القرارات المناسبة في المواقف الاجتماعية المختلفة والقدرة على تفهم مشكلات واحتياجات الآخرين وكذلك إمتلاك مستوي مرتفع من القدرة على القيام بالسلوكيات الملائمة للمواقف الاجتماعية أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

بينما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود تأثير للتفاعل بين النوع والتخصص في أبعاد (مهارة توكيد الذات – المهارات الاجتماعية – إدارة الذات) ؛ وهو ما يعني تقارب مستويات هذه الأبعاد في حالة تفاعل النوع (الطلاب– الطالبات) مع التخصص (العلمي – الأدبي) أي عدم وجود فروق في هذه الأبعاد ترجع للتفاعل بينهما.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (العلي، ٢٠١٦) والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والإناث في الكفاءة الاجتماعية لصالح الذكور.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (أبو عميرة، البوريني، المجالي & المجالي، ٢٠١٥)، ونتائج دراسة (محسن،٢٠١٩)، ونتائج دراسة (عبد الكريم & إسماعيل، ٢٠١٩)، ونتائج دراسة (العازمي & السهو، ٢٠٢٠)، والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الكفاءة الاجتماعية.

كما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (المغازي، ٢٠٠٤) والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الكفاءة الاجتماعية لصالح الإناث.

- **التوصيات التربوية:**

من خلال ما أظهرت الدراسة من نتائج يمكن أقتراح مجموعة من التوصيات التربوي في ضوء هذه النتائج كما يلي:

١– تفعيل دورات تدريبية لطلاب الجامعة لتنمية الرضا عن الحياة لديهم من خلال تحسين الحيوية الذاتية.

٢– الاهتمام بالأنشطة الرياضية والفنية والتروحية لطلاب الجامعة لتحسين الكفاءة الاجتماعية لديهم.

٣– توفير مركز إرشاد نفسي للطلاب داخل الجامعة لتنمية الشعور بالرضا والكفاءة الاجتماعية والحيوية الذاتية لديهم.

٤– الاهتمام بورش العمل الجماعي بالجامعات لتحسين الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية وبالتالي تحسين الرضا عن الحياة.

- **بحوث ودراسات مقترحة:**

من خلال نتائج البحث يمكن صياغة مجموعة من البحوث والدراسات المقترحة كما يلي:–

١– فعالية برنامج إرشادي إنتقائي لزيادة الشعور بالرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة.

٢– فعالية برنامج تدريبي لتحسين الكفاءة الاجتماعية لدي طلاب الجامعة.

٣– فعالية برنامج إرشادي إنتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدي طلاب الجامعة.

٤– فعالية برنامج تدريبي لتحسين الكفاءة الاجتماعية لزيادة الشعور بالرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة

٥– فعالية برنامج إرشادي إنتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لزيادة الشعور بالرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

أبو الحسن، أحمد سمير (٢٠٢٠). النمذجة البنائية للعلاقات بين المعتقدات المكيافيلية والرضا عن الحياة وتوجه المقارنة الاجتماعية لدي طلاب الجامعة، *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٧٧)، ١١٣–١٦٦.

أبو حلاوة، محمد السعيد (٢٠٠٩). *تعريف وقياس الكفاءة الاجتماعية: مراجعة لأدبيات المجال*، المكتبة الالكترونية، أطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة، ١–٢٤.

أبو عميرة، عريب على ؛ البوريني، إيمان سعيد ؛ المجالي، عرين عبد القادر & المجالي، حسين خازر (٢٠١٥). مستوي الشعور بالسعادة وعلاقته بمستوي الكفاءة الاجتماعية لدي الطلبة المتفوقين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الأردن، *مجلة التربية*، كلية التربية، جامعة الأزهر، ٦٥(٥)، ١٦٨–٢٠٣.

أبوالمعاطي، وليد محمد & أحمد، منار منصور (٢٠١٨). مستوي الانتماء للوطن والرضا عن الحياة لدي طلبة الجامعة: دراسة عبر ثقافية مقارنة، *مجلة البحث العلمي في التربية*، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٨(١٩)، ٥٦٥–٥٩٤.

أمين، صبري محمود (٢٠١٦). ثبات تقييمات الكفاءة الاجتماعية لدي الأطفال باستخدام النسخة العربية لمقياس الكفاءة الاجتماعية المعدل في ضوء نظرية إمكانية التعميم، *مجلة العلوم التربوية*، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٤(٢)، ١٢٩–١٨١.

باظه، آمال عبد السميع (٢٠١١). *مهارات التواصل*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

بخاري، نبيلة أكرم (٢٠١٩). التوافق الدراسي في علاقته بالتدفق النفسي والرضا عن الحياة لدي طالبات الدبلوم التربوي بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة جدة، *مجلة جامعة الملك عبدالعزيز*، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبدالعزيز،٢٧(٣)، ٢٤١–٢٧٢.

البهنساوي، أحمد كمال & عبد المقصود أسماء عثمان (٢٠٢٠). عدم استقرار تقدير الذات والمرونة كمتغيرين وسيطين بين الانتماء والرضا عن الحياة لدي المراهقين، *مجلة البحث العلمي في الآداب*، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٦(٢١)، ٣٧١–٤١٧.

جاسم، تحرير أمين & سعيد، حسن على (٢٠١٩). الحيوية الذاتية لدي المعلمين في مدارس محافظة بغداد، *مجلة الآداب*، كلية الآداب، جامعة بغداد، ملحق، ٢٣١–٢٥٤.

جرادات، عبدالكريم محمد (٢٠١٥). إسهام الفاعلية الذاتية الاجتماعية والحاجة إلى المعرفة في التنبؤ بالرضا عن الحياة: هل يختلف باختلاف مستوي دخل الأسرة، *مجلة العلوم الاجتماعية*، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٤٣(٣)، ٤٣–١١٥.

حجازي، عائشة بنت علي (٢٠١٩). تأثير زيادة الوزن على الرضا عن الذات والحياة لدي عينة من سكان مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩(١٠٢)، ٢٨٩–٣١٤.

حمد، منيرة محمد (٢٠٢٠). التفكير الإيجابي وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة لدي طالبات المرحلة الجامعية بالمملكة العربية السعودية، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (١١٩)، ٧١–٩٤.

الحويلة، أمثال هادي(٢٠١٨). الرضا عن الحياة وعلاقته بكل من الاعتقاد في الكفاءة الذاتية والاكتئاب والوحدة النفسية لدى عينة من ذوي الإعاقة البصرية بدولة الكويت، *مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، ١٥(٢)، ٣٢٩–٣٦٤.

دانيال، عفاف عبدالفادي (٢٠١٩). النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين الكمالية ودافعية الإنجاز والرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة، *مجلة دراسات عربية*، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ١٨(٤)، ٦٥٩–٧٤٠.

الدسوقي، مجدي محمد (٢٠١٣). *مقياس الرضا عن الحياة*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

الراشدي، نوال محمد (٢٠١٩). الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدي عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القنفذة، *مجلة كلية التربية*، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٥(٨)، ٣١٣–٣٥٧.

زكري، نوال محمد (٢٠١٦). فاعلية التدريب على بعض إستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في تحسين الدافعية للتعلم والكفاءة الاجتماعية لدي عينة من طالبات المرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية*، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ١٦(١)، ٣٤٥–٤٠٤.

زكي، حسام محمود & عقيله، عبدالمحسن حامد (٢٠٢٠). تناقض إدراك الذات والرضا عن الحياة للمراهقين مشاهدي الدراما الصعيدية، *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٧٠)، ٥٢٥–٥٩٠.

الزهراني، عبد الله مسعود & آل شويل، سعيد أحمد (٢٠٢٠). أنماط التواصل الأسري وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدي عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة المخواة، *مجلة بحوث التربية النوعية*، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، (٥٨)، ٦٠٩–٦٤٢.

الزواهرة، ناجح محمد(٢٠٢١). الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة نجران وعلاقته بتقدير الذات، *مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث بغزة*، ٥(٢٠)، ١٥٥–١٦٨.

السعيدي، سعود محمد (٢٠٢١). برنامج تدريبي لتحسين فعالية الذات المهنية للأخصائيين النفسيين وأثره في تنمية الكفاءة الاجتماعية لدي طلابهم في المرحلة المتوسطة في دولة الكويت، *مجلة القراءة والمعرفة*، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، (٢٣٧)، ١٢١–١٧٠.

سلام، منى(٢٠١٩). الرضا عن الحياة لدى المراهق المتمدرس وعلاقته بالفعالية الذاتية: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية، *دراسات نفسية، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعلمية*، (١٦)، ١٢٩–١٤٤.

سليم، عبدالعزيز إبراهيم (٢٠١٦). الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لي معلمي التربية الخاصة، *مجلة الإرشاد النفسي*، (٤٧)، ١٧١–٢٦٢.

السيد، هدي جمال (٢٠١٨). اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين من الجنسين، *مجلة دراسات نفسية*، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ٢٨(٤)، ٨٨٣–٩٤٥.

الشريدة، أمل بنت صالح (٢٠١٦). الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدي طالبات كلية التربية جامعة القصيم، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، (٧٦)، ٢٨١–٣٠٢.

صالح، الهنوف بنت خالد بن (٢٠١٩). الأمن النفسي كمنبئ بالرضا عن الحياة لدي طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض، *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، كلية التربية، جامعة الفيوم، ٤(١١)، ٣٣٧–٣٨٤.

الصبحيين، على موسي & الضيدان، الحميدي محمد (٢٠٢٠). الرضا عن الحياة وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدي الطلاب الوافدين في الجامعات السعودية، *مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية*، الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود، (٣)، ٤٣–٧٢.

الطعاني، نايف حسن السعد (٢٠٠٤). *أثر برنامج إرشاد جمعي في خفض حدة المشكلات وزيادة درجة الرضا عن الحياة لدى المسنين في دور الرعاية*، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات التربوية العليا– جامعة عمان العربية، الأدرن.

الطلاع، عبد الرؤوف أحمد (٢٠١٦). اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (PTSD) وعلاقته بالكفاة الاجتماعية بعد العدوان الإسرائيلي (2014) لدي سكان قطلع غزة، *مجلة مستقبل التربية العربية*، المركز العربي للتعليم والتنمية، ٢٣(١٠٤)، ٤٣١–٤٨٤.

العازمي، أحمد سعيدان & السهو، ناصر نزال (٢٠٢٠). التنبؤ بالتسامح من خلال الكفاءة الاجتماعية وتوكيد الذات لدي طلاب كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، *مجلة العلوم التربوية*، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٨(١)، ١٥٩–١٨٩.

عبد الكريم، إيمان صادق & إسماعيل ريا إبراهيم (٢٠١٩). الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدي طلبة كلية الإعلام في جامعة بغداد، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، (١٣٩)، ٢٤٢–٣٣٢.

عبد الوهاب، أماني عبد المقصود (٢٠١٤). *مقياس الرضا عن الحياة للكبار*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

عبدالبر، أزهار محمد (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الخبرات التعليمية والمرونة المعرفية والحيوية الذاتية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية، *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، ٣١(١٢١)، ٢٢٨–٢٧٩.

عبدالخالق، أحمد محمد (٢٠٠٨). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، *مجلة دراسات نفسية*، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ١٨(١)، ١٢١–١٣٥.

عبدالعزيز، رشا عادل (٢٠١٩). الإسهام النسبي لكل من الامتنان والتسامح في التنبؤ بالرضاعن الحياة لدي طالبات الجامعة، *مجلة البحث العلمي في التربية*، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ١٣(٢٠)، ٣٦٧–٣٩٨.

عبدالفتاح، أسماء فتحي (٢٠٢٠). الامتنان وجودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتية لدي طلاب كلية التربية جامعة المنيا دراسة سيكومترية – كلينيكية، *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، تصدرها كلية التربية جامعة المنيا، ٣٥(١)، ٢٥٧–٣١٦.

عبدالقادر، فتحي عبدالحميد والحريصي، سارة موثل محمد (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي لتحسين الكفاءة الذاتية وأثره في الرضا عن الحياة لدى طالبات الصف الثاني الثانوي، *دراسات تربوية ونفسية،كلية التربية، جامعة الزقازيق*، (١٠٩)، ٢٣٣ – ٢٧٠.

العبيدي، عفراء إبراهيم خليل إسماعيل(٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء المتغيرات، *المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية*، ٢(١)، ٢٠ – ٤٤.

العتيبي، أمل بنت محمد عوض(٢٠٢١). الذكاء الروحي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطلاب الموهوبين، *مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ*، (١٠٣)، ٤٢٠–٤٥٢.

عسران، كريم منصور (٢٠١٧). القيم وسمات الشخصية وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدي المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، *مجلة كلية التربية*، جامعة طنطا، ٦٦(٢)، ٣٧٢–٤٤٤.

على، نجلاء محمد (٢٠١٥). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدي عينة من طالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية، *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٤١)، ١–٣٧.

علي، أفنان محمد ، والسيد، فاطمة خليفة (٢٠٢١). الكفاءة الذاتية المدركة والتمكين النفسي وعلاقتهما بالرضا الوظيفي لدى عينة من معلمي الطلاب الموهوبين بمحافظة جدة، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس – رابطة التربويين العرب*، (١٣٥)، ٣٣١–٣٨٠.

علي، حسام محمود زكي(٢٠٢٠). تناقض إدراك الذات والرضا عن الحياة للمراهقين مشاهدي الدراما الصعيدية، *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*، (٧٠)، ٥٢٥–٥٩٠.

العلي، ماجد مصطفي (٢٠١٦). الإسهام النسبي لبعض سمات الشخصية في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية لدي عينة من أعضاء الأندية المسائية بدولة الكويت، *مجلة العلوم الاجتماعية*، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٤٤(٤)،٥٩–٩١.

عليوة، سهام على (٢٠١٦). فعالية برنامج إرشاد بالمعني في تعديل إتجاهات معلمي الدمج وأثره في تحسين الكفاءة الاجتماعية لدي المراهقين بمدارس الدمج، *مجلة كلية التربية*، كلية التربية، جامعة طنطا، ٦٤(٤)، ٣٩٣–٤٦٢.

العمري، نادية محمد (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدي طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عدالرحمن، *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٥٠)، ١–٤٩.

غنيم، زهراء محمد فريد حسن(٢٠٢٠). موضع الأمل وعلاقته بالرضا عن الحياة: دراسة تنبؤية، *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس – مركز الإرشاد النفسي*، (٦٤)، ١١١–١٥٧.

الفريحات، عفاف متعب & مقابلة، نصر يوسف (٢٠١٨). القدرة التنبؤية لبيئة التواصل الأسري والكفاءة الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية بالمرونة المعرفية لدي طلبة الصف العاشر في محافظة عجلون، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، جامعة القدس المفتوحة، ٨(٢٤)، ١٦٣–١٨٠.

القحطاني، ظافر بن محمد (٢٠٢٠). أزمة الهوية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدي مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، *مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية*، الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود، (٣)، ١–٤١.

القحطاني، محمد بن فهد (٢٠٢١). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء المراهقين بمدينة الرياض، *المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية*، المؤسسة العلمية للعلوم التربوية والتكنولوجية والتربية الخاصة، ٢(٢)، ١١١–١٥٣.

قمر، مجذوب أحمد؛ عبد الرحيم، عثمان عبد الله & أحمد، محجوب الصديق (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة (دراسة تطبيقية على عينة من طلبة كلية مروي التقنية)، *مجلة الدراسات الإنسانية*، كلية الآداب والدراسات الإنسانية، جامعة دنقلا، (١٨)، ٧–٣٢.

الكبيسي، شيماء محمد & العمران، جهان عيسي (٢٠٢١). استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدي الطالبات البحرينيات في مرحلة المراهقة، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، مركز النشر العلمي، جامعة البحرين، ٢٢(٢)، ١٥٥–١٨٨.

الكثيري، وفاء سعد (٢٠١٩). مهارات الكفاءة الاجتماعية واتجاهات التنشئة الوالدية لدي طلاب وطالبات جامعة الملك سعود كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الملك سعود، *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، كلية التربية، جامعة الفيوم،١١(١)، ١٦٥–٢١٤.

محسن، أنوار بنت حماد بن (٢٠١٩). العوامل الخمس الشخصية الكبري للشخصية وتحسين الكفاءة الاجتماعية لدي طلاب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المرشدين الطلابيين، *المجلة العلمية لكلية الآداب*، كلية الآداب، جامعة أسيوط، (٧٢)، ٨–٦٣.

محمود، جيهان عثمان (٢٠١٤). الأمن النفسي وعلاقته بكل من الكفاءة الاجتماعية والثقة بالنفس لدي طلبة كلية التربية، *مجلة دراسات عربية في علم النفس*، ١٣(٢)، ١٣٣–١٦٧.

محمود، حنان حسين (٢٠١٨). فعالية برنامج تدريبي لتنمية بعض أبعاد التفكير الإيجابي في تحسين الرضا عن الحياة لدي عينة من طالبات الجامعة، *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٢(١)، ٢٣٠–٢٩٨.

محمود، نهاد عبدالوهاب (٢٠١٨).الفروق الجندرية في العلاقة بين المخططات المعرفية الإيجابية والرضا عن الحياة، *مجلة دراسات نفسية*، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ٢٨(١)، ١٦٥–٢٢٧.

المصري، فاطمة الزهراء محمد (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (دراسة سيكومترية كلينيكية)، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٠(١٠٦)، ٢٣٧–٢٨٦.

مصطفي، سارة حسام الدين (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدي عينة من الشباب الجامعي، *مجلة الإرشاد النفسي التي تصدر عن مركز الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، (٥٦)، ٣٣–١١٢.

مصطفى، سارة حسام الدين(٢٠٢٠). التوكيدية والرضا عن الحياة كمنبئات للتواضع لدى عينة من الراشدين، *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٤(٣)، ٣٧٥ – ٤٩١.

مطر، محمد السيد (٢٠١٧). استثمار وقت الفراغ وعلاقته بالرضا عن الحياة لدي أولياء أمور الأطفال المعاقين ذهنياً، *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة*، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، (٢٨)، ٢٤١–٢٦٨.

المغازي، إبراهيم محمد (٢٠٠٤). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدي طلاب كلية التربية، *مجلة دراسات نفسية*، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ١٤(٤)، ٤٦٩–١٩٣.

النادي، هبة فتحي (٢٠١٨).السلوك الصحي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدي عينة من مرضي السكر من النوع الثاني في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: دراسة إرتباطية مقارنة، *مجلة كلية الآداب*، جامعة بنها، ٤٩(٣)، ٢٥١–٣٠٤.

نجم، أمل عدنان (٢٠١٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة لدي الشباب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، *المجلة التربوية*، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٣٣(١٣٢)، ٢٦٥–٣٠٠.

النملة، عبد الرحمن بن سليمان (٢٠١٦). العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز لدي طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً في منطقة الرياض، *دراسات العلوم التربوية*، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، ٤٣، ١٧٥٩–١٧٧٢.

النوافعة، دينا نصري(٢٠١٣). *العلاقة بين موضع ضبط الذات والكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة لدى الأردنيين المصابين بمرض السكرى من النوع الثانى*، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.

همام، داليا محمد (٢٠٢٠). التنظيم الانفعالي والأزدهار النفسي كمتغيرات وسطية بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة لدي معلمات رياض الأطفال، *مجلة دراسات في الطفولة والتربية*، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة أسيوط، (١٣)، ٣٩٤–٥٠٤.

الوكيل، سيدأحمد محمد (٢٠٢٠). الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية كمنبئين بالرضا عن الحياة لدي طلاب جامعة الفيوم، *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين (جمعن)، ٨(٣)، ٣٦٧–٤٢١.

ياسين، حمدي محمد(٢٠٢١). الصحة النفسية والمرونة كمنبئان بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، *مجلة البحث العلمي في الآداب*، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٦(٢٢)، ٦٧–١٠٧.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Abolghaseminejad, P., Khanjani, N., Saber, M., & Alizadeh, S. (2022). Investigation of the relationship between a healthy lifestyle, self-esteem and subjective vitality of the elderly in Sirjan in 2020, *Reseach Square*, 1-13.

Andersen, N. K., Wimmelmann, C. L., Mortensen, E. L., & Flensborg-Madsen, T. (2021). Longitudinal associations of self-reported satisfaction with life and vitality with risk of mortality. *Journal of Psychosomatic Research*, *147*, 110529.

Arslan, G. (2021). Loneliness, college belongingness, subjective vitality, and psychological adjustment during coronavirus pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. *Journal of Positive School Psychology*, *5*(1), 17-31.

Arslan, G., Yıldırım, M., & Aytaç, M. (2022). Subjective vitality and loneliness explain how coronavirus anxiety increases rumination among college students. *Death studies*, *46*(5), 1042-1051.

Becchetti, L., & Conzo, G. (2021). The Gender Life Satisfaction/Depression Paradox. *Social Indicators Research*, 1-79.

Bertrams, A. (2021). Perceived self-control effort, subjective vitality, and general affect in an associative structure. *Frontiers in psychology*, *12*,1-6.

Bogart, K. R., & Matsumoto, D. (2010). Living with Moebius syndrome: Adjustment, social competence, and satisfaction with life. *The Cleft Palate-Craniofacial Journal*, 47(2), 134-142.

Bostic, T. J., McGartland Rubio, D., & Hood, M. (2000). A validation of the subjective vitality scale using structural equation modeling. *Social indicators research*, *52*(3), 313-324.

Caqueo-Urízar, A., Atencio, D., Urzúa, A., & Flores, J. (2022). Integration, Social Competence and Life Satisfaction: the Mediating Effect of Resilience and Self-Esteem in Adolescents. *Child Indicators Research*, 15, 617-629.

Cregenzán-Royo, O., Brun-Gasca, C., & Fornieles-Deu, A. (2022). Behavior Problems and Social Competence in Fragile X Syndrome: A Systematic Review. *Genes*, 13(2), 280-311.

Devine, R. T., & Apperly, I. A. (2022). Willing and able? Theory of mind, social motivation, and social competence in middle childhood and early adolescence. *Developmental science*, *25*(1), 1-14.

Di Maggio, I., Montenegro, E., Little, T. D., Nota, L., & Ginevra, M. C. (2021). Career adaptability, hope, and life satisfaction: An analysis of adults with and without substance use disorder. *Journal of Happiness Studies*, 23, 439-454.

Dodge, T., Vaylay, S., & Kracke-Bock, J. (2022). Subjective Vitality: A Benefit of Self-Directed, Leisure Time Physical Activity. *Journal of Happiness Studies*, 1-20.

Fang, M., Tapalova, O., Zhiyenbayeva, N., & Kozlovskaya, S. (2022). Impact of digital game-based learning on the social competence and behavior of preschoolers. *Education and Information Technologies*, 27, 3065-3078.

Goldbeck, F., Hautzinger, M., & Wolkenstein, L. (2019). Validation of the German version of the subjective vitality scale-a cross-sectional study and a randomized controlled trial. *Journal of Well-Being Assessment*, *3*(1), 17-37.

Gómez-López, M., Viejo, C., Romera, E. M., & Ortega-Ruiz, R. (2022). Psychological Well-Being and Social Competence During Adolescence: Longitudinal Association Between the Two Phenomena. *Child Indicators Research*, 1043-1061.

Jovanović, V., & Joshanloo, M. (2021). The contribution of positive and negative affect to life satisfaction across age. *Applied Research in Quality of Life*, 17, 511-524.

Kawabata, M., Yamazaki, F., Guo, D. W., & Chatzisarantis, N. L. (2017). Advancement of the Subjective Vitality Scale: Examination of alternative measurement models for Japanese and Singaporeans. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *27*(12), 1793-1800.

Kusmaedi, N., Sultoni, K., & Subarjah, H. (2017). The effect of social participation on elderly live satisfaction. In *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering* (Vol. 180, No. 1, p. 012221). IOP Publishing.

Lesmez-Peralta, J. C., Contreras-Pacheco, O. E., & Reyes-Rodríguez, J. F. (2022). Subjective vitality of night workers: Association with physical

and mental health, *Problems and Perspectives in Management,* 20(1), 277-287.

Mabille, G., Skoglund, J., Thørnblad, R., & Holtan, A. (2022). Placement stability and satisfaction with foster home as predictors of life satisfaction for young adults raised in foster care. *Child & Family Social Work*, *27*(2), 267-277.

Miksza, P., Evans, P., & McPherson, G. E. (2021). Wellness among university-level music students: a study of the predictors of subjective vitality. *Musicae Scientiae, 25*(2), 143-160.

Mirakabad, A. Z., Jahromi, R. G., Ashkzari, M. K., & Cholicheh, K. S. (2022). The effectiveness of Islamic based on happiness training on increasing subjective vitality and positive affect and reducing negative affect in women with marital conflict, *Biannual Journal of Applied Counseling*, 12(1), 1- 22.

Nakamura, J. S., Delaney, S. W., Diener, E., VanderWeele, T. J., & Kim, E. S. (2021). Are all domains of life satisfaction equal? Differential associations with health and well-being in older adults. *Quality of Life Research*,31, 1043-1056.

Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well- being. *Journal of personality, 65*(3), 529-565.

Taniguchi, E. (2018). Mediating role of social competence: Family communication and body satisfaction among male college students. *Health Communication*, *33*(10), 1199-1210.

van der Wilt, F., Bouwer, R., & van der Veen, C. (2022). Dialogic classroom talk in early childhood education: The effect on language skills and social competence. *Learning and Instruction, 77*, 1-10.