مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية

اسم المقال: معنى الحياة وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت
اسم الكاتب: سعاد عبدالله البشر، حسن عبدالله الحميدي
رابط ثابت: https://political-encyclopedia.org/index.php/library/9035
تاريخ الاسترداد: 2026/11/01 20:48 +03

الموسوعة السياسيّة هي مبادرة أكاديمية غير هادفة للربح، تساعد الباحثين والطلاب على الوصول واستخدام وبناء مجموعات أوسع من المحتوى العلمي العربي في مجال علم السياسة واستخدامها في الأرشيف الرقمي الموثوق به لإغناء المحتوى العربي على الإنترنت.
لمزيد من المعلومات حول الموسوعة السياسيّة - Encyclopedia Political، يرجى التواصل على info@political-encyclopedia.org

استخدامكم لأرشيف مكتبة الموسوعة السياسيّة - Encyclopedia Political يعني موافقتك على شروط وأحكام الاستخدام المتاحة على الموقع https://political-encyclopedia.org/terms-of-use

تم الحصول على هذا المقال من موقع مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية ورفده في مكتبة الموسوعة السياسيّة مستوفياً شروط حقوق الملكية الفكريّة ومتطلبات رخصة المشاع الإبداعي التي ينضوي المقال تحتها.

جامعة الشارقة
UNIVERSITY OF SHARJAH

مجلة جامعة الشارقة

دورية علمية محكمة

للعلوم الإنسانية والاجتماعية



عدد B

المجلد 16، العدد 2
ربيع الثاني 1441 هـ / ديسمبر 2019 م

الترقيم الدولي المعياري للدوريات 1996-2339

ديسمبر 2019م **مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية** المجلد 16 العدد 2 (B)
https//:doi.org/10.36394/jhss/16/2B/14

معنى الحياة وعلاقته ببعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت

سعاد عبدالله البشر

حسن عبدالله الحميدي

كلية التربية الأساسية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

العديلية - الكويت

تاريخ الاستلام: 19-12-2018 **تاريخ القبول: 06-05-2019**

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الحالية التعرف على طبيعة العلاقة بين معنى الحياة وبعض أبعاد التفكير الإيجابي (التوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة وطالبات الجامعة بدولة الكويت، ومعرفة دلالة تأثير أبعاد التفكير الإيجابي في معنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط، تكونت العينة من (115) طالبا وطالبة، واستخدمت الدراسة كل من مقياس معنى الحياة إعداد الباحثين، ومقاييس التوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة من قائمة التفكير الإيجابي، ومقياس الرضا عن الحياة.

وقد أشارت النتائج إلى: وجود ارتباط موجب ودال إحصائيا بين درجات معنى الحياة، وكل من التوقعات الإيجابية والتفتح المعرفي والتقبل الإيجابي والسماحة والرضا عن الحياة، كما تبين وجود فروق بين الذكور والإناث فقط في الرضا عن الحياة، وبعد السماحة لصالح الطلاب الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بقية المتغيرات، وتبين أن الرضا عن الحياة يتوسط بصورة دالة احصائيا العلاقة بين التوقعات الإيجابية ومعنى الحياة.

الكلمات الدالة: معنى الحياة، التفكير الإيجابي، التوقعات الإيجابية، التفتح المعرفي، التقبل الإيجابي، السماحة، الرضا عن الحياة.

مقدمة:

منذ مطلع التسعينيات بالقرن الماضي زاد اهتمام علماء النفس بما يجعل حياة الفرد أكثر إنتاجا وإشباعا ورضا، وهو ما أدى إلى نشأة علم نفس الصحة الذي أثبت من خلال العديد من الدراسات أن مكونات التفكير والمزاج الإيجابي أمران أساسيان لصحة الفرد الجسدية والنفسية، كما أدى تراكم نتائج أبحاث علمية وتجارب ميدانية عن السمات الإيجابية مثل التفاؤل والأمل والرضا عن الحياة والرفاهية النفسية، إلى نشأة علم النفس الإيجابي في مطلع القرن الحالي، والذى يركز في بحوثه على الخبرات والسمات النفسية والشخصية التي تجعل الحياة ممكنة وتستحق العيش إلى أقصى حد (تروادك، 2009)، وحظى مفهوم معنى الحياة على وجه التحديد على اهتمام الباحثين وذلك لارتباطه بالسمات الإيجابية والشخصية السوية حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أن إدراك الفرد لمعنى الحياة يرتبط إيجابيا بالصحة النفسية (King, Hicks, Krull & Delgaiso, 2006) ،كما وجد بأن معنى الحياة كان أفضل منبئ بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعات من بين متغيرات عديدة كوجهة الضبط والتوكيدية، كما يرتبط بالمراحل العمرية المختلفة للفرد وهو عنصر جوهري في مفاهيم الناس عن الحياة الطيبة ومؤشر على التفكير المتوافق والرضا عن الحياة وعلامة على النمو الشخصي (Skrabski, Kopp, Rozsa, Janos & Richard, 2005; Ryff & Singer, 1998).

ويعتبر معنى الحياة من المفاهيم الحديثة والتي ظهرت في الآونة الأخيرة على يد فيكتور فرانكل Victor Frankil والذي أشار إلى أن مفهوم معنى الحياة موجود له معنى وهدف وغاية ويرسخ من خلال إرادة حرة وشعور بالمسؤولية (Mauser, King & Young, 2004).

ويرى كوروف (2006) Korff أنه حينما يكون للفرد معنى لحياته ويستطيع إشباع حاجاته الأساسية بالتزامن مع إدراكه لنوعية الحياة خلال مروره بالخبرات فذلك هو الرضا عن الحياة، وتأتي درجة الرضا حسب تقييم الأفراد لأنفسهم لأنها تختلف من ثقافة لأخرى ومن مرحلة عمرية لأخرى ويزداد رضا الفرد عن ذاته كلما فكر بالمواقف الحياتية بصورة إيجابية وهو يرتبط بلا شك بالعديد من المتغيرات النفسية الهامة كالسعادة والأمل والشعور بالمسؤولية وإدراك معنى الحياة (Gilman, Ashby, Svrco, Florell & Varjas, 2005).

كما يؤثر الرضا عن الحياة في سلوك الفرد ومفهومه عن ذاته وحياته، فالأشخاص الذين يتميزون بالرضا عن الحياة يفكرون تفكيراً إيجابياً، وهم أكثر قدرة وكفاءة على مواجهة صعوبات الحياة (عثمان، 2001) ودلت العديد من الدراسات على أن التفكير

الإيجابي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنجاح في كل مجالات الحياة، والفرد يبقى سعيدا راضيا طالما استمر بالتفكير بطريقة إيجابية (علي، عبود، الدليمي، 2013) ، وحين يفكر الفرد بإيجابية فإنه في الواقع يبرمج عقله ليفكر بأسلوب صحيح مما يؤثر في مشاعره وسلوكه ورضاه عن الحياة (السلطاني، 2010).

وسوف نسلط الضوء في دراستنا الراهنة على تلك المتغيرات الإيجابية (الرضا عن الحياة والتفكير الإيجابي) ومدى ارتباطهما بمعنى الحياة.

الإطار النظري:

أولاً: معنى الحياة: Meaning of Life يعتبر مفهوم معنى الحياة تفسيرا لأهمية حياة الفرد من جهة، وأهدافه وغاياته في الحياة من جهة أخرى، وأن معنى الحياة هو الغرض من وجود الانسان والسعي نحو تحقيق الأهداف (Duffy & Sedlacek, 2010) ويتفق العلماء على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان، فبالمعنى يشعر الإنسان بقيمته وبإنسانيته، ويقبل على الحياة، يتفاعل معها ويتجاوب معها، ويحقق التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافه، وبافتقاد المعنى صار الإنسان مضطربا يعاني من المشكلات والاضطرابات النفسية، ويختلف العلماء في طريقة تحقيق الإنسان للمعنى في حياته باختلاف انتماءاتهم الفكرية، ومذاهبهم الفلسفية (الأبيض، 2010). ويذكر سعفان (2004) أن لكل فرد معنى خاصاً به يتحدد من خلال اتجاهاته نحو حياته ورسالته الخاصة في الحياة والتي تعرض عليه مهام محددة لا بد من تحقيقها وهذا المعنى لا يتحقق من خلال تحقيق الذات فقط وإنما لا بد للفرد من تجاوز ذلك للخارج عن طريق إقامة علاقة مع الآخر وتقديم شيء ذي قيمة له.

إن الفرد الذي يجد معنى لحياته هو ذلك الإنسان الذي يحقق حاجات مهمة كالإحساس بوجود هدف للحياة، والإحساس بالفاعلية والتحكم بالمواقف، وامتلاك مجموعة من القيم التي تمكنه من تبرير أفعاله، وامتلاك أساس قوي من الإحساس بقيمة الذات (يوسف، 2008). ويتكون مفهوم معنى الحياة من ثلاث مكونات رئيسة وهي المكون المعرفي والذي يرتبط بإدراك الفرد لمعنى الحياة والخبرات التي تثري المعنى، والمكون السلوكي: وهو سلوك الفرد الذي يترجم هدف حياته بشكل واقعي، أما المكون الثالث فهو الوجداني والذي يرتبط بأحاسيس الفرد بأن حياته لها قيمة ورضاه عنها من خلال ما حققه من أهداف. وذكرت أبو غزالة (2007) أبعاد معنى الحياة كالتالي:

1. أهداف الحياة: Purpose in life ويقصد به إدراك الفرد للهدف من حياته، ورسالته التي يعيش من أجلها، ويضحي في سبيل تحقيقها، وإحساسه بأهميته وقيمته من خلال تحقيقه لمعنى حياته.

2. الدافعية في الحياة: Life motivation وتعني مدى سعي الفرد في الحياة بإيجابية، وكفاحه لتحقيق أهداف ومعاني حياته، ورغبته في التمسك بالحياة والاستمرار فيها، والاستمتاع بها مما يؤدي إلى تفاؤله في الحياة.

3. تحمل المسئولية: Responsibility ويقصد بها مدى تحمل الفرد للمسئولية تجاه نفسه، واهتمامه بالجماعة التي ينتمي إليها، والتسامي بذاته نحو الآخرين، كي يكون له دور مؤثر في الحياة الاجتماعية.

4. الرضا والتقبل: Satisfaction accptence & ويقصد بها مدى رضا الفرد عن وجوده في الحياة، وتقبله لذاته، واقتناعه بقدراته، وتفاؤله تجاه المستقبل، وتوافقه مع أسرته ومجتمعه، وشعوره بأنه فرد له قيمة تجاه الآخرين، والرضا عن علاقاته الاجتماعية بشكل عام.

النظريات التي فسرت معنى الحياة:

نظرية فيكتور فرانكل Victor Frankil: تتلخص نظريته في ثلاث ركائز أساسية هي:

أ. حرية الإرادة وتعني أن الإنسان على الرغم من الحدود التي تحكمه مثل الوراثة والبيئة إلا أنه يمتلك حرية اتخاذ قراراته التي يواجه بها المواقف المختلفة التي يتعرض لها، ومن ثم فإن الحرية هنا تعني القدرة على الاختيار، وهي متغيرة من فرد لآخر ومن موقف لآخر.

ب. إرادة المعنى وتعني سعي الفرد للتوصل إلى معنى محسوس وملموس في الوجود الشخصي ولذا فإن على الإنسان أن يسعى ويجتهد في سبيل هدف يستحق أن يعيش من أجله؛ لأن هذا يساعده على البقاء بفاعلية حتى في أسوء الظروف.

ج. معنى الحياة: وتنص على أن الحياة ذات معنى تام وغير مشروط في كافة الأحوال والشروط، ويتحقق معنى الحياة لدى الأفراد من خلال ابتكاراتهم، أو ما يكتسبونه من خبرات من العالم المحيط، أو من خلال مرورهم بمواقف مصيرية تمت مواجهتها (Mauser et al., 2004; Eagleton, 2007).

نظرية ماسلو Maslow: اختلف ماسلو عن فرانكل في نظرته لمعنى الحياة، حيث يرى أن معنى الحياة أساسي أو جوهري، ويعتبر سمة أو خاصية إنسانية، فهو ليس وليد الظروف أو المحددات الاجتماعية، فهو يتشكل ضمن الحاجات الأولية التي يسعى الإنسان لإشباعها، كما أن معنى الحياة يحتل جزءا ضئيلا كدافع إنساني، بل إنه يعد بنية أولية تقوم عليها الدوافع عموما، ولقد رفض ماسلو الفكر والمبادئ الفرويدوية التي آمن بها

فـي بدايـة حياتـه فـي سـبيل إقـرار مبـدأ التسـامي فـي التحقـق الحياتـي (Hamidi, Yetkin & Yatkin, 2010).

ومما سبق اتضح بأن معنى الحياة عبارة عن هدف سامي يسعى الفرد للوصول إليه من خلال إضفاء معنى هام ومميز على حياته، كما أن معنى الحياة من المعاني الدالة على تقدير الذات والشعور بالرضا وبالقيمة الإنسانية، والأفراد الذين يفكرون بالطريقة التي تجعل لحياتهم معنى هم بلا شك من يفكرون بإيجابيه.

ثانياً: أبعاد التفكير الإيجابي: Positive Thinking dimensions

تعرف -إبراهيم (2005)- التفكير الإيجابي بأنه قدرة الفرد الارادية على تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها تجاه تحقيق ما توقعه من النتائج وتدعيم حل المشكلات، ومن خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول لحل المشكلة، أو إن التفكير الإيجابي يمثل الأنشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام قناعات عقلية بناءة تدعم ثقة الفرد بالنجاح من خلال تكوين أنظمة منطقية ذات طابع تفاؤلي.

يعتبر التفكير الإيجابي كأحد فروع علم النفس الإيجابي مجموعة من المهارات المكتسبة التي تمكن الفرد من التغلب على مشاكله، وهو أيضا التفاؤل وبداية الطريق للنجاح، فحين يفكر الفرد بإيجابية فإنه يبرمج عقله ليفكر بطريقة إيجابية، وأيضا فإن التفكير الإيجابي يؤدي إلى أعمال إيجابية، وهو كل نمط تفكير يساهم في تحديد نمط معرفة المشاكل التي يواجهها الفرد أو نمط الفكر اللازم لحلها أو أسلوب العمل اللازم لتنفيذ هذه الحلول في الواقع (خليل، 2013) وأبعاد التفكير الإيجابي التي تم استخدامها في هذه الدراسة كما وضعها إبراهيم (2011):

1. التوقعات الإيجابية Positive Expectations
2. التفتح المعرفي open minded
3. التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين positive acceptance of the difference from others
4. السماحة Tolerance

ثالثا: الرضا عن الحياة: Life Satisfaction

يعرف بافوت ودنير (Pavot & Diener 1993) الرضا عن الحياة على أنه الكيفية

التـي يقيـم بهـا الأفـراد حياتهـم مـن وجهـة نظرهـم الخاصـة، وهـذا التقييـم يكـون فـي جانبيـن، الأول: معرفـي ويتمثـل فـي إدراك الأفـراد وتقييمهـم للحيـاة بشـكل عـام أو تقييـم جوانـب محـددة مـن الحيـاة مثـل الرضـا عـن الحيـاة والرضـا الزواجـي أو الرضـا عـن العمـل، والجانـب الثانـي: تقييمـي ويتمثـل فـي كيفيـة تقييـم الأفـراد لحياتهـم بنـاءً علـى تكـرار الأحـداث السـارة أو غيـر السـارة التـي تسـبب إمـا السـعادة والفـرح أو التوتـر والقلـق والاكتئـاب وبالتالـي الشـعور بالرضـا أو عـدم الرضـا بدرجـات مختلفـة.

فـي حيـن يعـرف الديـب (1988) الرضـا عـن الحيـاة بأنـه تقبـل الفـرد لذاتـه، وأسـلوب الحيـاة التـي يحياهـا فـي المجـال الحيـوي الـذي يحيـط بـه، فهـو متوافـق مـع ربـه وذاتـه وأسـرته وسـعيداً فـي عملـه، متقبـلاً لأصدقائـه وزملائـه، راضيـاً عـن إنجازاتـه الماضيـة، متفائـلاً بمـا ينتظـره مـن مسـتقبل، مسـيطرا علـى بيئتـه، فهـو صاحـب القـرار، وقـادرا علـى تحقيـق أهدافـه.

ولقـد اهتـم الباحثـون فـي مجـالات علـم النفـس والصحـة النفسـية بمفهـوم الرضـا عـن الحيـاة وعلاقتـه بالتفكيـر الإيجابـي والـذي يتضمـن بداخلـه شـعور الفـرد بالسـعادة وتمتعـه بالحيـاة التـي يعيشـها، وبالتالـي تمتعـه بدرجـة عاليـة مـن الصحـة النفسـية والسـواء، وتصـف منظمـة الصحـة العالميـة الرضـا عـن الحيـاة بأنـه "معتقـدات الفـرد عـن موقعـه فـي الحيـاة وأهدافـه وتوقعاتـه ومعاييـره واهتماماتـه فـي ضـوء السـياق الثقافـي ومنظومـة القيـم فـي المجتمـع الـذي يعيـش فيـه" وهـو مفهـوم واسـع يتأثـر بطريقـة مركبـة بالصحـة الجسـدية للفـرد وبحالتـه النفسـية وباسـتقلاليته وعلاقاتـه الاجتماعيـة وعلاقتـه بـكل مكونـات البيئـة التـي يعيـش فيهـا (منظمـة الصحـة العالميـة، 2005).

يعتبـر الرضـا هـو أحـد علامـات التوافـق النفسـي للفـرد، ولظاهـرة الرضـا أهميـة فـي معرفـة توافـق الإنسـان فـي جوانـب حياتـه المختلفـة، وبـه يكـون الفـرد أكثـر إنتاجيـة وأكثـر إيجابيـة فـي التفاعـل، وأكثـر اسـتقرارا وسـعادة، ويرتبـط الرضـا ببعـض النواحـي النفسـية منهـا:

- الرضا ذو علاقة بالتوتر، فكلما زادت درجة الرضا انخفض التوتر.
- علاقتـه بالتقبـل، فكلمـا زاد تقبـل الفـرد بوضعـه الاجتماعـي أو الدراسـي أو المهنـي كلمـا زادت درجـة الرضـا.
- علاقتـه بالتوقـع، فالرضـا مرتبـط بمـدى مـا يتوقعـه الفـرد مـن عائـد أو إثابـة نتيجـة مـا يقـوم بـه، وكلمـا كان توقـع الفـرد إيجابيـاً كان رضـاه أعلـى، وكلمـا كان راضيـا كان تفكيـره إيجابيـا (سـليمان، 2009).

ويفيـد ضحيـك (2004: 48) «بـأن الاتـزان الانفعالـي هـو حالـة شـعور بالرضـا عـن الحيـاة والسـعادة؛ نتيجـة تكامـل الفـرد النفسـي وتوافقـه مـع بيئتـه ممـا ينعكـس علـى قدراتـه للتعامـل مـع

المواقف الطارئة بالعقلانية والثبات والواقعية». ويبين أوزي (1998) في شهوان (2007: 28) إلى أن «الشخصية السوية هي التي تنظر بعين الرضا للواقع المعاش، وهي التي تعمل على التوافق مع البيئة المحيطة بها، فالتوافق حالة التواؤم والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته، تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية «.

وهناك بعض المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة وهي كالتالي: السعادة: وتعرفها جودة (2007) بأنها حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية يخبرها الإنسان ذاتياً، وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل، والإحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي. كما يرتبط الرضا بتقبل الحياة: وهو قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الآخرين المحيطين به (عبد المنعم،2010).

النظريات المفسرة للرضا عن الحياة من خلال مراجعة الدراسات النفسية خاصة في مجالات علم النفس الإيجابي يمكن تلخيص بعض نظريات الرضا عن الحياة:

نظرية القيم والأهداف والمعاني: يشعر الأفراد بالرضا عندما يحققون أهدافهم، ويختلف الشعور بالرضا باختلاف أهداف الأفراد ودرجة أهمية تلك الأهداف بالنسبة لهم حسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون بها، وتبين دراسة أوشي ودينر وسه ولوكوس (Oishi, diener, Suh & Lucus, (1999 أن الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم وينجحون في تحقيقها يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم أو الذين تتعارض أهدافهم، مما يؤدي إلى الفشل في تحقيقها والشعور بعدم الرضا. ويعتمد تحقيق الأهداف على الاستراتيجيات المتبعة في تحقيقها والتي تتلاءم مع شخصية الأفراد، وتختلف هذه الأهداف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولوية هذه الأهداف (سليمان، 2003).

نظرية المواقف: يرى أصحاب هذه النظرية أن الإنسان يرضى عن الحياة عندما يعيش في ظروف معيشية جيدة، يشعر فيها بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فيجد فيها الأصدقاء، ويستطيع الزواج، وتكوين أسرة، ويحصل على عمل جيد مع الصحة الجسدية. ففي هذه الظروف يكون الإنسان راضياً وسعيداً ومتمتعاً بصحة نفسية (مرسي، 2000).

ومما سبق رأينا بأن الرضا عن الحياة هو وصول الفرد إلى درجة من الرضا والشعور بالاستقرار النفسي والهدوء والسعادة وتقدير الحياة التي يعيشها وقدرته على جعل حياته ذات معنى يرضيه وتحقيق أهدافه وترتيب أموره بالأسلوب الذي يرضيه.

ومن خلال الاطلاع على الأدبيات النفسية دلت الكثير من الدراسات على وجود علاقة بين معنى الحياة والرضا عنها كدراسة قام بها هاريس (2004) Harries للكشف عن معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها وكانت العينة مفتوحة من خلال الانترنت وصلت لأكثر من (10000) فرد، وتوصلت النتائج إلى أن الصحة النفسية تتحقق عندما يحقق الفرد الغرض والهدف من وجوده في الحياة وهذا يعمل على احتفاظ الفرد بعلاقات حميمة مع الاخرين، كما دلت النتائج على وجود ارتباط موجب دال بين الرضا عن الحياة ومعنى الحياة وبين الحب والرضا عن العلاقات.

ووضح بيترسون، ورش، بيرمان وسليجمان (2007) Peterson, Ruch, Beermann & Seligman العلاقة بين قوة الشخصية والتفكير الإيجابي والرضا عن الحياة والتوجه نحو السعادة والمشاركة والبهجة ومعنى الحياة،من خلال دراسة طبقها على عينة قوامها (12439) فردا من الولايات المتحدة الامريكية وعينة من سويسرا بلغ عددهم (445) ودلت النتائج على وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين قوة الشخصية واستراتيجيات التفكير الإيجابي مثل الحب والأمل وحب الاستطلاع لدى العينة الأولى وارتباط بين التفكير الإيجابي مع المثابرة والتدفق لدى عينة سويسرا كما لوحظ وجود كل من السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل ومعنى الحياة لدى العينتين.

أما جون وآخرون (2007) John et al. فقاموا بدراسة طولية لجوانب التفكير الإيجابي في الشخصية وذلك لدى عينة قوامها (17056) فردا منهم (6332) ذكر و (10724) أنثى من المملكة المتحدة خلال فترة ثلاث سنوات طبق عليهم قائمة استراتيجيات الإيجابية في الشخصية حيث أشارت النتائج إلى زيادة بعض الجوانب الإيجابية في الشخصية مع التقدم في العمر مثل حب الاستطلاع وحب التعلم والانصاف وتقدير الجمال والانفتاح العقلي والتواضع، كما أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الإناث في العطف والقدرة على الحب والذكاء الاجتماعي كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي والانصاف وحب الاستطلاع والتعلم.

وفي دراسة بان وونغ ووان جان (2010) Pan, Wong & Wan Chan هدفت لمقارنة التأثيرات التنبؤية لضغوط اختلاف الثقافات ومعنى الحياة والرضا عنها بين مجموعة من الطلاب الصينين في استراليا وهونغ كونغ، شملت العينة على (606) طالب وطالبة في (6) جامعات مختلفة ودلت النتائج إلى أن العينة الاسترالية حصلت على مستوى أعلى في ضغوط اختلاف الثقافات بدرجة دالة عن عينة طلبة هونغ كونغ، ولم توجد فروق ذات دلالة في الرضا عن الحياة وساهم متغير معنى الحياة بشكل إيجابي بالتنبؤ بالرضا عن الحياة في حين جاءت ضغوط اختلاف الثقافات كمنبئ سلبي للرضا عن الحياة.

أما دراسة خوج (2011) ففحصت العلاقة بين معنى الحياة ومستوى الرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالسعودية وشملت العينة على (247) طالبة وكشفت النتائج عن وجود علاقة دالة وموجبة بين أبعاد معنى الحياة والرضا عن الحياة، وأمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد معنى الحياة.

جاءت دراسة إبراهيم، مروة (2011) بهدف التعرف على الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة (الرضا عن الحياة و المساندة الاجتماعية المدركة وقلق المستقبل)، وتكونت عينة الدراسة من (2035) من طلاب الجامعة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة بين درجات الطلاب على مقياس الرضا عن الحياة ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية المدركة، كما بينت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية بين درجات الطلاب على مقياس الرضا عن الحياة ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل، وبينت أيضاً عدم وجود فروق بين الطلاب تعزى للنوع على مقياس الرضا عن الحياة.

أما دراسة كتلو (2011) فهدفت إلى تحديد طبيعة العلاقة بين السعادة والتدين والرضا عن الحياة والحب وتكونت عينة الدراسة من (239) من الطلبة المتزوجين من كلا الجنسين تم اختيارهم بشكل عشوائي وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين مجموعتي الدراسة مرتفعي السعادة ومنخفضي السعادة في التدين والرضا عن الحياة والحب لصالح مرتفعي السعادة، كما بينت عدم وجود فروق في السعادة والرضا عن الحياة والتدين تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق في درجة الشعور بالحب لصالح الإناث وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين السعادة والتدين والرضا عن الحياة وعدم وجودها بين التدين والحب.

وتناولت دراسة وانج (2012) Wong العلاقة بين التفكير الإيجابي في مقابل التفكير السلبي وعلاقتهما بكل من الرفاهية النفسية وعدم التوافق النفسي، حيث دلت النتائج التي طبقت على (393) طالبا من جامعة سنغافورة إلى أن هناك ارتباط إيجابي بين التفكير الإيجابي وكل من الرفاهية النفسية والسعادة والرضا عن الحياة، في حين كان هناك ارتباط إيجابي بين التفكير السلبي وكل من القلق والتوتر والاكتئاب وعدم التوافق النفسي.

أما العبيدي (2013) فأشارت إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بنمط تفكير إيجابي يتمتعون أيضا بمستوى مرتفع من التوافق الدراسي، وذلك في دراستها التي أجرتها على (200) طالب وطالبة من جامعة بغداد لدراسة طبيعة التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقتها بالتوافق الدراسي لديهم، كما توصلت إلى عدم وجود فروق في نمط التفكير الإيجابي والسلبي تعزى لمتغير الجنس والتخصص الدراسي والمرحلة الدراسية. في حين كشفت دراسة ماسون (2013) Mason عن معنى الحياة لدى طلبة الجامعة في جنوب افريقيا وتكونت

عينة البحث من (53) طالبة و(46) طالب بمتوسط عمري (21) ودلت النتائج على أن هناك ثلاث مصادر لمعنى الحياة وهي العلاقات والتعليم والدين وأن الأفراد الذين كانت لديهم مساهمات مجتمعية هم الأكثر فهما للحياة ولديهم معنى واضح وايجابي، ولم تجد الدراسة أية فروق بين الجنسين في معنى الحياة.

أما دراسة لايتسي وآخرون Lightsey et al (2014). فهدفت إلى فحص فرضية العلاقة بين الضمير ومعنى الحياة ويتوسطهم بعض معتقدات الكفاءة الذاتية المعممة، والإدراك التلقائي السلبي والإيجابي، تم تطبيق هذه الدراسة على (273) متطوعا من طلاب الكلية. وأشارت النتائج إلى أن الكفاءة الذاتية المعممة والأفكار الإيجابية والسلبية توسطت العلاقة بين الضمير بمعنى الحياة وكان (45%) من العينة لديهم معنى الحياة و(34%) الأفكار الإيجابية و(27%) أفكار السلبية و(35%) في الكفاءة الذاتية المعممة وهذا يشير إلى أن الضمير يقوم بتشكيل معنى الحياة من خلال رفع الكفاءة الذاتية وزيادة وتيرة التفكير الإيجابي وتقليل الأفكار السلبية.

في حين كشفت دراسة خضير (2016) عن معنى الحياة لدى طلبة كلية التربية ومعرفة الفروق وفق متغير الجنس ومكان الإقامة حيث شملت العينة على (200) طالب وطالبة وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى معين لمعنى الحياة عند عينة البحث كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة وفق متغيري الجنس ومكان الإقامة.

ومما سبق نرى بأن وجود معنى لحياة الفرد هو أن تكون لديه أهداف واضحة ويعمل جاهدا ليحققها ليجعل لحياته قيمة مما يساعد على شعوره بالرضا عن الحياة.

وفي دراسة قام بها كل من بجاج وباندي Bajaj & Pande (2016) تم التحقق من دور المرونة النفسية كوسيط للعلاقة بين التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة وهو من مؤشرات الرفاهية النفسية وذلك على عينة قوامها (327) طالب وطالبة في المرحلة الجامعية في الهند وأكدت النتائج أن المرونة هي عامل وسيط للعلاقة بين التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة، وتلعب دور هام في التأثير على الوفرة الذهنية.

وفي ضوء ما سبق من دراسات وجدنا بأن أبعاد التفكير الإيجابي لها علاقة بمعنى الحياة والذي ينمي لدى الأفراد الشعور بالمسؤولية تجاه أنفسهم وتجاه غيرهم، ووضع الأهداف والسعي لتحقيقها وكل ذلك يساهم بالتوافق النفسي والشعور بالرفاهية النفسية والشعور بالرضا.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الراهنة إلى: التعرف على العلاقة بين معنى الحياة، وبعض أبعاد التفكير الإيجابي (التوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) والرضا عن الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت. كما تهدف للكشف عن الفروق بين الجنسين (الطلبة والطالبات) في المتغيرات سابقة الذكر، والتعرف على دلالة تأثير أبعاد التفكير الإيجابي في معنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت.

مشكلة الدراسة ومبرراتها:

تشكل فئة الشباب الشريحة الأكبر من بين أفراد المجتمع الكويتي وهذا ما دعا الباحثين إلى دراسة العديد من المتغيرات النفسية الإيجابية على تلك الفئة وبالتحديد المرحلة الجامعية كدراسة كل من المشعان والحويلة (2012) ؛ الكريباني(2007)؛ ورتيب (2014)؛ وخوج (2011)؛ وبجاج وباندي(2016) Bajaj & Pande وترتبط تلك الدراسات بالكثير من العوامل النفسية ذات العلاقة بالصحة النفسية والنجاح في الحياة سواء كان على المستوى الدراسي أو الأسري أو الاجتماعي لفئة الطلبة بالتحديد، ونظرا لندرة الدراسات التي اهتمت بدراسة معنى الحياة وأبعاد التفكير الإيجابي على طلبة الجامعة في دولة الكويت في ضوء الرضا عن الحياة ،واختلاف الدراسات في معرفة الفروق بين الجنسين في تلك المتغيرات كدراسة أماني (2011)، ودراسة كتلو (2011)، فلقد سعت الدراسة الحالية إلى معرفة تلك الفروق والكشف عن مدى اسهام أبعاد التفكير الايجابي بوجود معنى للحياة، ودور الرضا عن الحياة في تعزيز المعنى. أن تحقيق واشباع الرغبات والشعور بالصحة النفسية لطلبة الجامعة من شأنه أن يؤدي إلى تنمية وتطوير شخصياتهم بشكل إيجابي ويزيد كذلك من رضاهم عن الحياة، كما تسهم طريقة التفكير الإيجابي بتنمية الدافعية لديهم ليكونوا أكثر انتاجية وفعالية في مجتمعهم، وإن خبرات النجاح في الجامعة من شأنها أن تسهم في تكوين معنى إيجابي للحياة والرضا عنها والعكس إن كانت هناك خبرات سلبية والتي بلا شك تؤثر في طريقة التفكير ومدى شعور الفرد بعدم الرضا (Roberts et al., 2000) ، ومن هذا المنطلق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية:

1. هل يوجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين معنى الحياة وأبعاد التفكير الإيجابي (كالتوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) والرضا عن الحياة لدى طلبة وطالبات الجامعة في دولة الكويت؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات الطلبة والطالبات في معنى الحياة،

وأبعاد التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة؟

3. ما دلالة تأثير أبعاد التفكير الإيجابي في معنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت؟

أهمية الدراسة:

تأتي أهمية البحث الحالي من أهمية موضوع علم النفس الإيجابي والذي يساهم بشكل كبير في تعزيز الصحة النفسية التي تجعل الفرد قادرا على إدارة حياته ومعرفة الهدف منها، كما تنبع أهمية البحث في إثراء مجال المعرفة على المستوى النظري بالمكتبات العربية المهتمة بالمجال النفسي، كذلك من خلال توعية الأفراد بالمسؤولية الاجتماعية ووضع الأهداف وتعزيز روح الدافعية لديهم ، وهي مؤشر على الصحة النفسية وإن غياب تلك المتغيرات تربك الفرد وتجعله عرضة للكثير من المشاكل النفسية والاجتماعية، وإن الاهتمام بتلك المتغيرات من قبل الطلبة الجامعيين - وهي فئة تمثل الشريحة الشبابية الهامة في المجتمع - وكيف لها أن تعدل من حياتهم للأفضل، وتزيد لديهم الدافعية للنجاح، والوصول إلى تحقيق الهدف والتغلب على الصعوبات والقدرة على حل المشكلات ومواجهة الضغوط، وتساهم تلك المتغيرات بتحسين مستوى الكفاءة لدى الشباب والوصول إلى مستوى الصحة النفسية المطلوب. كما إن هذا البحث يسهم في تزويد القائمين على الرعاية النفسية والمرشدين في إعداد البرامج التربوية النفسية التي من شأنها أن تساعد على زيادة الوعي النفسي والصحة النفسية، كما يسهم في توعية طلبة الجامعات في إدراك معنى الحياة، وتأثير التفكير الإيجابي على حياتهم العلمية والعملية وكيف إن غياب المعنى له آثار سلبية على حياتهم.

حدود الدراسة:

الحدود الزمنية: تم تطبيق هذا البحث في العام الدراسي 2017/2018.

الحدود المكانية: جامعة الكويت، كلية العلوم الاجتماعية بأقسامها المختلفة.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة وطالبات جامعة الكويت، ويمكن تعميم النتائج على مجتمع الدراسة والمتماثلة معها.

الحدود الموضوعية: معنى الحياة، وبعض أبعاد التفكير الإيجابي كالتوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة، والرضا عن الحياة.

مصطلحات الدراسة:

معنى الحياة: هو تفسير أحداث الحياة التي تتعلق بشيء ما، أو حدث ما، أو خبرة ما ، أي إنه يشير إلى كل ذي دلالة وأهمية، وهو تفسير لحياة الفرد ودوافعه وأهدافه (أبو غزالة، 2007)، أما الأبيض (2010) فيعرفه بأنه: مجموع استجابات الفرد التي تعكس اتجاهاته الإيجابية أو السلبية نحو الحياة بأبعادها المختلفة، والأهداف التي يلتزم بها في حياته من دراسة، أو عمل، ومدى إحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها، وقدرته على تحمل المسئولية، والتسامي بذاته نحو الآخرين، وتقبله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام.

ويعرف اجرائيا بأن يكون للفرد معنى لحياته من خلال وجود أهداف واضحة والسعي نحو تحقيقها، والشعور بالمسؤولية، وهي الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المعد لذلك.

التفكير الإيجابي: هو مجموعة من الأفكار العقلانية، وامتداد نشاطات وأهداف الفرد نحو اكتساب مهارات تمكنه من الممارسة الإيجابية الموجهة نحو العيش بفاعلية وسعادة ورضا وهو الأسلوب والطريقة التي يتخذها الفرد في التفكير ذات الطابع الإيجابي (إبراهيم، 2011).

وأبعاد التفكير الإيجابي التي تم استخدامها في هذه الدراسة كما وضعها إبراهيم (2011):

1. التوقعات الإيجابية: أي التوقعات الإيجابية بتحقيق المكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص، فضلا عن زيادة مستوى التفاؤل وما يتوقعه من نتائج إيجابية في الحياة الصحية والشخصية والاجتماعية والمهنية.
2. التفتح المعرفي: اتجاهات إيجابية نحو إمكانات التغير بما في ذلك الاهتمام بالمعرفة وحب التعلم لما هو جديد وملائم لتحقيق الصحة النفسية.
3. التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين: تبني أفكار وسلوكيات اجتماعية تدل على تفهم الاختلاف بين الناس، وأنه حقيقة وواقع وإن الفرد مطالب بتشجيع الاختلاف والنظر له بمنظور إيجابي.
4. السماحة: تبني معتقدات متسامحة عما مر بالفرد من خبرات ماضية أو آلام نفسية ارتبطت بأحداث ماضية، بعبارة أخرى تبني أفكار وسلوكيات تنظر للماضي بصفته أمرا مضى وانقضى، ومن المؤسف أن تظل مقيدا به، والقبول بما لا يمكن تغييره بمعنى قلة الشكوى أو التذمر من الحياة.

واجرائيا يعرف بأنه ارتفاع درجات الفرد على مقياس التفكير الإيجابي المعد لذلك.

الرضا عن الحياة: يعرف الدسوقي (1998) الرضا عن الحياة بأنه شعور الفرد بالسعادة والقدرة على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة والشعور الدائم بالطمأنينة والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي كما يتميز بسمة القناعة.

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

المنهج والإجراءات:

المنهج: المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طلبة وطالبات كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت وعددهم (1200) طالب وطالبة في المراحل والأقسام المختلفة.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة الكلية من (115) طالبا جامعيا كويتيا منهم (36) طالبا و (79) طالبة، بلغ المتوسط العمري لهم (21,24) سنة، وانحراف معياري (3,65) سنة، وكان معظمهم بالفرقة الدراسية الثانية والثالثة، والمستوى الدراسي الجيد والجيد جدا، ومعظمهم ما زال أعزبا، وتم اختيارهم عشوائيا بالطريقة المتيسرة.

أدوات الدراسة:

ورقة البيانات الشخصية للتعرف على بعض البيانات الديموغرافية.

1. **مقياس معنى الحياة:** تم إعداد مقياس معنى الحياة يتناسب مع الفئة العمرية لطلبة الجامعة ويشتمل على أبعاد خاصة لمعنى الحياة، يتميز بعدد قليل من الأسئلة والتي تستغرق بضع دقائق في الإجابة، وتكون ضمن ثقافة المجتمع الذي تنتمي إليه عينة البحث، وبعد الاطلاع على بعض المقاييس لمعنى الحياة عند الرشيدي (1996)، الأبيض (2010)، ستيجر وفريزر (Sterger & Frazier 2006)، تم القيام بتقديم سؤال مفتوح للطلبة والطالبات في جامعة الكويت عددهم (80) وهو (أذكر الأشياء التي تجعل لحياتك معنى؟)، وتم تكوين (15) فقرة تقيس الأبعاد التالية: أهداف الحياة، والدافعية في الحياة، وتحمل المسؤولية، ويجيب عنها المفحوص باختيارات أربع (أبدا، قليلا، متوسط، كثيرا)، وتم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين الذي أجازوا البنود مع بعض التعديلات اللغوية. تم التأكد من صدق المقياس من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية المكونة من (50) طالبا جامعيا بدولة الكويت.

صدق الأداة: تم التحقق من صدق التكوين الفرضي لمقياس معنى الحياة باستخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي وتم التحقق من ملاءمة نموذج أحادي من الدرجة الثانية يتشبع على أبعاد المقياس الثلاث، ويعرض الجدول التالي مؤشرات جودة المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي المستخرج من العينة الحالية:

جدول (1): مؤشر المطابقة للنموذج البنائي لمقياس معنى الحياة بالتحليل العاملي التوكيدي

المؤشر	مربع كاي X2	جودة المطابقة GFI	جودة المطابقة المصحح AGFI	جذر متوسط الخطأ التقاربي RMSEA	المطابقة لمقارن CFI
القيمة المستخرجة	2.35	0.92	0.91	0.039	0.95
المدى المقبول	غير دالة احصائيا	0.90<	0.90<	0.08>	0.90<

تدل نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمطابقة النموذج الفرضي للبناء العاملي من الدرجة الثانية بالعينة الحالية، إلى صدق النموذج، الخاص بأبعاد المقياس، حيث كانت المؤشرات الدالة على حسن المطابقة جميعها في الحدود المقبولة والدالة على حسن المطابقة.

حساب صدق المحك التلازمي: تم حساب الصدق التلازمي لمقياس معنى الحياة من خلال حساب ارتباط المقياس بمقياس هارون الرشيدي لمعنى الحياة، وبلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (0.617) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (0.01).

حساب الثبات: استخدم معامل ألفا كرونباخ في حساب ثبات مقياس معنى الحياة وأبعاده الفرعية حيث بلغت قيمة الثبات الكلية للمقياس (0.911) وهي قيمة مرتفعة ودالة على الثبات، وتراوحت قيم معاملات الثبات للأبعاد بين (0.877– 0.601) وهي قيم دالة على ثبات الأبعاد الفرعية.

2. **أبعاد مقياس التفكير الإيجابي** (التوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) من إعداد إبراهيم، عبدالستار (2011) يتكون المقياس الكلي من (110) بندا، ويحتوي كل منها على عبارتين أحدها إيجابية والأخرى سلبية وتم اختيار بعض أبعاده، وبما يتناسب مع متغيرات الدراسة، وهي التوقعات الإيجابية وتتكون من (9) بنود، والتفتح المعرفي (11) بندا، والتقبل الإيجابي (12)

بنـدا، والسـماحة (11) بنـدا، وبذلـك يكـون مجمـوع البنـود المختـارة (43) بنـدا مـن أصـل (110).

وتـم حسـاب صـدق الأبعـاد مـن خـلال العلاقـات الارتباطيـة بيـن الدرجـة الكليـة لمقيـاس التفكيـر الإيجابـي وبيـن هـذه المقاييـس الفرعيـة، باسـتخدام معامـل ارتبـاط بيرسـون علـى عينـة اسـتطلاعية مـن (50) طالبـا وطالبـة مـن جامعـة الكويـت.

ودلـت النتائـج علـى وجـود معامـلات ارتباطيـة موجبـة دالـة إحصائيـا بيـن درجـات مقيـاس التفكيـر الإيجابـي الكلـي وبيـن درجـات مقاييـس التوقعـات الإيجابيـة والتفتـح المعرفـي والتقبـل الإيجابـي والسـماحة، وتراوحـت قيـم معامـل الارتبـاط بيـن 0.731– 0.650)) وهـي قيـم دالـة عنـد مسـتوى (0.01).

وتـم حسـاب ثبـات المقاييـس الفرعيـة لمقيـاس التفكيـر الإيجابـي باسـتخدام كل مـن معامـل ألفا كرونبـاخ والتجزئـة النصفيـة، وتشـير النتائـج إلـى أن قيـم معامـلات الثبـات للمقاييـس تراوحـت بيـن (0.741–0.525) لإلفـا كرونبـاخ وهـي قيـم دالـة علـى الثبـات كمـا وبلغـت بمعامـل التجزئـة النصفيـة بيـن (0.752–0.529) وهـي قيـم دالـة كذلـك علـى الثبـات.

3. **مقيـاس الرضـا عـن الحيـاة:** تـم اسـتخدام مقيـاس الدسـوقي (1998) للرضـا عـن الحيـاة، والـذي يتكـون مـن (30) فقـرة موزعـة علـى سـتة أبعـاد، هـي: السـعادة، والاجتماعيـة، والطمأنينـة، والاسـتقرار النفسـي، والتقديـر الاجتماعـي، والقناعـة. وتتـم الاجابـة عـن المقيـاس بطريقـة ليكـرت الخماسـي، حيـث تشـير الدرجـة المرتفعـة إلـى ارتفـاع تقديـر الرضـا عـن الحيـاة. وقـام الدسـوقي (1998) بالتحقـق مـن صـدق وثبـات المقيـاس علـى عينـة مـن طلبـة المرحلـة الثانويـة والجامعـة وحصـل علـى معامـلات ثبـات وصـدق مرتفعـة.

حسـاب الصـدق: تـم قيـاس العلاقـات الارتباطيـة فـي الدراسـة الحاليـة بيـن المجمـوع الكلـي لمقيـاس الرضـا عـن الحيـاة، والأبعـاد الفرعيـة لـه للتعـرف علـى صـدق الاتسـاق الداخلـي، باسـتخدام معامـل ارتبـاط بيرسـون علـى عينـة اسـتطلاعية مكونـة مـن (50) طالبـا وطالبـة، ودلـت النتائـج علـى وجـود معامـلات ارتباطيـة موجبـة دالـة إحصائيـا بيـن درجـة المقيـاس الكلـي للرضـا عـن الحيـاة وأبعـاده الفرعيـة، وتراوحـت قيـم معامـل الارتبـاط بيـن (0.878–0.720)، كمـا كانـت جميـع معامـلات الارتبـاط بيـن الأبعـاد الفرعيـة للمقيـاس موجبـة ودالـة إحصائيـا وتراوحـت بيـن (0.761–0.528) وجميعهـا دالـة عنـد مسـتوى (0.01)، وهـو مـا يشـير إلـى توفـر صـدق الاتسـاق الداخلـي للمقيـاس.

حسـاب الثبـات: اسـتخدم معامـل ألفـا كرونبـاخ والتجزئـة النصفيـة فـي حسـاب ثبـات مقيـاس

الرضا عن الحياة وتشير النتائج إلى أن قيمة الثبات الكلية للمقياس بمعامل ألفا كرونباخ قد بلغت (0.929) وبمعامل التجزئة النصفية (0.928) وهي قيم دالة على الثبات.

نتائج الدراسة:

السؤال الأول: هل يوجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين معنى الحياة وأبعاد التفكير الإيجابي (كالتوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) والرضا عن الحياة لدى طلبة وطالبات الجامعة في دولة الكويت؟

للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات معنى الحياة وبين درجات الرضا عن الحياة وأبعاد التفكير الإيجابي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، ويعرض الجدول (2) للعلاقة الارتباطية.

جدول (2): معاملات الارتباط بين درجات مقياس معنى الحياة وأبعاد التفكير الإيجابي ودرجات مقياس الرضا عن الحياة

المقياس	مقياس الرضا عن الحياة	أبعاد التفكير الإيجابي			
		التوقعات الإيجابية	التفتح المعرفي	التقبل الإيجابي	السماحة
مقياس معنى الحياة	0.352**	0.203*	0.213*	0.213*	0.250**

***دالة عند مستوى (0.05) **دالة عند مستوى (0.01)**

تدل نتائج الجدول (2) إلى:

- ارتباط درجات مقياس معنى الحياة بصورة دالة وموجبة إحصائيا بدرجات مقياس الرضا عن الحياة، عند (0.01).
- ارتباط درجات مقياس معنى الحياة بصورة موجبة ودالة إحصائيا بدرجات أبعاد التوقعات الإيجابية والتفتح المعرفي والتقبل الإيجابي عند (0.05) والسماحة عند (0.01).

السؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات الطلبة والطالبات في مقاييس معنى الحياة، وأبعاد التفكير الإيجابي (كالتوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة) والرضا عن الحياة؟

تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لحساب الفروق بين طلاب الجامعة من الجنسين على المقاييس، كما يعرض لها الجدول (3)

جدول (3): اختبار (ت) للفروق بين طلبة وطالبات الجامعة على مقاييس الدراسة (ن:115)

المقياس	الذكور		الاناث		قيمة ت	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
معنى الحياة	50.19	9.86	48.87	8.76	0.720	0.473
الرضا عن الحياة	120.92	18.648	113.05	16.071	2.333	*0.021
التوقعات الإيجابية	16.81	1.838	16.33	1.838	1.316	0.191
التفتح المعرفي	20.62	1.552	20.09	1.916	1.479	0.142
التقبل الإيجابي	21.08	2.203	21.13	2.232	103-.	0.918
السماحة	20.59	2.114	19.63	2.095	2.298	*0.023

*دالة عند مستوى (0.05) **دالة عند مستوى (0.01)

تشير نتائج الجدول (3) إلى ما يأتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) أو أقل بين الذكور والإناث على متوسطات مقاييس معنى الحياة، وأبعاد التفكير الايجابي كالتوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) أو أقل بين الذكور والإناث في متوسطات مقاييس الرضا عن الحياة، وبعد السماحة لصالح الطلاب الذكور.

السؤال الثالث: ما دلالة تأثير أبعاد التفكير الإيجابي في معنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت؟

استخدم برنامج أموس الإصدار (22) لتحليل المسار للتعرف على دلالة النموذج المقترح لدور التوقعات الإيجابية والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي والسماحة في التنبؤ بمعنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط، ويعرض الجدول (4) والشكل (1) نتائج تحليل المسار.

جدول (4): مؤشر تحليل المسار ودلالتها

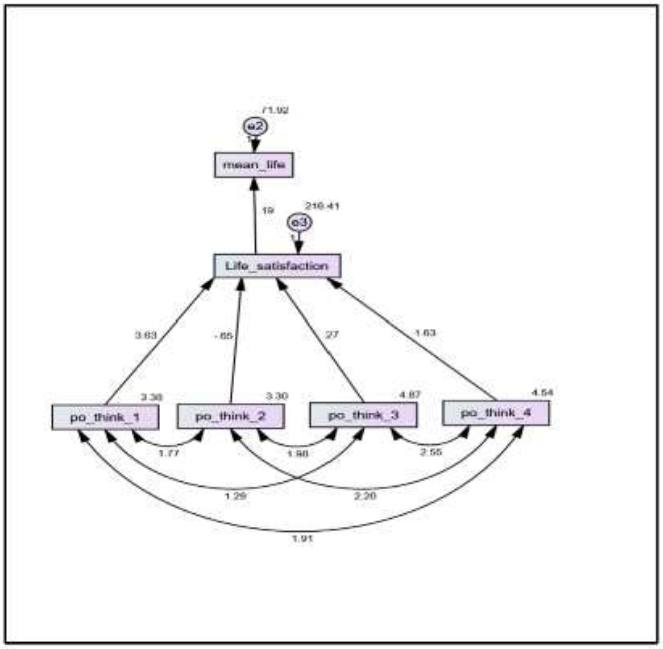
المؤشر	مربع كاي X2	المطابقة المقارن CFI	مؤشر تكر- لويس TLI	جذر متوسط الخطأ التقاربي RMSEA
القيمة المستخرجة	3.35	0.99	0.99	0.01
المدى المقبول	غير دالة احصائيا	0.90<	0.90<	0.08>

تشير نتائج الجدول (4) إلى دلالة النموذج المقترح للدور الوسيط للرضا عن الحياة بين أبعاد التفكير الإيجابي ومعنى الحياة، وكانت قيم مربع كاي، ومؤشرات المطابقة لنموذج تحليل المسار في المدى المقبول.

جدول (5): قيم معاملات تحليل المسار المباشرة وغير المباشرة ودلالتها

	قيمة معامل المسار	قيمة ت	الدلالة
التأثيرات المباشرة			
الرضا عن الحياة إلى معنى الحياة	.1880	دالة	
التوقعات الإيجابية إلى الرضا عن الحياة	3.633	دالة	
التفتح المعرفي إلى الرضا عن الحياة	0.646-	غير دالة	
التقبل الإيجابي إلى الرضا الحياة	.2650	غير دالة	
السماحة إلى الرضا الحياة	1.625	غير دالة	
التأثيرات غير المباشرة			
التوقعات الإيجابية إلى معنى الحياة	3.66)X (0.188 0.683 =	دالة	

شكل (1) النموذج الإحصائي المستخرج من تحليل المسار



ودلت نتائج الجدول (5) والشكل (1) عدم دلالة تأثير أبعاد التقبل الإيجابي والتفتح المعرفي والسماحة في معنى الحياة من خلال الرضا عن الحياة كمتغير وسيط، أما التوقعات الإيجابية فكانت هناك دلالة للتأثير في معنى الحياة عبر الرضا عن الحياة كمتغير تابع. ويستنتج من نتائج السؤال الثالث: أن الرضا عن الحياة يتوسط بصورة كاملة العلاقة بين التوقعات الإيجابية ومعنى الحياة.

مناقشة وتفسير النتائج:

بينت نتائج السؤال الأول دور وعلاقة معنى الحياة باعتباره أحد متغيرات علم النفس الإيجابي بالعديد من المتغيرات الإيجابية الأخرى التي تقع تحت مظلة علم النفس الإيجابي، فقد تبين علاقة معنى الحياة بصورة موجبة ودالة بدرجات الرضا عن الحياة، وكذلك تبين ارتباط درجات معنى الحياة بأبعاد التفكير الإيجابي كالتوقعات الإيجابية، والتقبل الإيجابي، والتفتح المعرفي، والسماحة، وهذا يؤكد بأن متغيرات الدراسة تندرج تحت مظلة السمات الإيجابية والتي تتفاعل فيما بينها، وتتلاقى في تأثيرها وتأثرها. ويتفق ذلك مع ما خلص إليه كل من كينج وآخرون King et al., (2006) من كون معنى الحياة مفهوم يرتبط بالسمات الإيجابية والشخصية السوية، وأشارت العديد من الدراسات إلى أن إدراك الفرد

لمعنى الحياة يرتبط إيجابيا بالصحة النفسية، وهو ما أكده كل من رايف وسنجر (Ryff & Singer, 1998) من كون معنى الحياة عنصر جوهري في مفاهيم الناس عن الحياة الطيبة ومؤشر على التفكير المتوافق والرضا عن الحياة وعلامة على النمو الشخصي.

ويمكن تفسير علاقة معنى الحياة بالرضا عن الحياة، باعتبار أن إدراك الفرد وشعوره بمعنى الحياة يؤدى إلى شعوره بقيمته وبإنسانيته، ويقبل على الحياة، ويتفاعل معها ويتجاوب معها، ويحقق التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافه، ويزيد من تقديره للحياة وإحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها، وقدرته على تحمل المسئولية، والتسامي بذاته نحو الآخرين، وتقبله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام، وهذه المحصلة هي ما تجعله راضيا عن حياته، فوضوح أهداف الفرد من الحياة، وشعوره بتحمل مسئولية، ووجود حافز ودافعيه للتحرك نحو تحقيق أهدافه يؤدي به إلى الشعور بالرضا عن حياته وتزداد قيمتها وتقديره لها.

وهو ما أكده كروف (Korff (2006 أنه حينما يكون للفرد معنى لحياته ويستطيع اشباع حاجاته الأساسية بالتزامن مع إدراكه لنوعية الحياة خلال مروره بالخبرات فذلك هو الرضا عن الحياة.

وهو ما يوضح أن العلاقة تبادلية فكلما وجد الفرد معنى لحياته وتحديدا لأهدافه ودافعية ومسئولية نحو تحقيقها كلما رضا عن هذه الحياة، والعكس صحيح كلما ارتفع رضا الفرد عن حياته وشعوره بالسعادة والاستقرار بها كلما عمل ذلك على زيادة تحقيقه لأهدافه وزيادة الدافعية والمسئولية تجاهها وبالتالي يرتفع لديه معنى الحياة.

وقد أكد على ذلك جيلمان وآخرون (Gilman et al. (2005 من أنه كلما ازداد رضا الفرد عن ذاته كلما فكر بالمواقف الحياتية بصورة إيجابية وهو يرتبط بلا شك بالعديد من المتغيرات النفسية الهامة كالسعادة والأمل والشعور بالمسؤولية وإدراك معنى الحياة.

وتتفق نتائج السؤال الأول مع ما انتهت إليه العديد من الدراسات مثل نتائج دراسة هاريس (Harries (2004 التي توصلت إلى أن الصحة النفسية تتحقق عندما يحقق الفرد الغرض والهدف من وجوده في الحياة وهذا يعمل على احتفاظ الفرد بعلاقات حميمة مع الآخرين كما دلت النتائج على وجود ارتباط موجب دال بين الرضا عن الحياة ومعنى الحياة، وفي دراسة بان ، ونغ ووان جان (Pan, Wong & Wan Chan, (2010 حيث ساهم متغير معنى الحياة بشكل إيجابي بالتنبؤ بالرضا عن الحياة في حين جاءت ضغوط اختلاف الثقافات كمنبئ سلبي للرضا عن الحياة، ودراسة خوج (2011) التي كشفت عن وجود علاقة بين أبعاد معنى الحياة والرضا عن الحياة، وأمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد معنى الحياة.

وقد أكدت النتائج العلاقة الإيجابية بين معنى الحياة وبين أبعاد التفكير الإيجابي: التوقعات الإيجابية، والتفتح المعرفي، والتقبل الإيجابي، والسماحة، من قائمة التفكير الإيجابي (إبراهيم، 2011) ، وتم اختيارها تحديدا باعتبارها تغطى العديد من السمات والمتغيرات الإيجابية وتتناول أكثر من مجال بالشخصية، حيث يرتبط بعد التوقعات الإيجابية بالنظرة التفاؤلية والاستبشار في علاقة الفرد بالمستقبل وهو ما ينعكس على تحديد الفرد لأهدافه ودافعيته لتحقيقها ولذا كان له علاقة بمعنى الحياة، ويشير بعد التفتح المعرفي إلى درجة المرونة الذهنية للفرد وقدرته على تعديل نمط تفكيره في ضوء تغيير المعلومات وهو من المتغيرات الإيجابية الهامة التي ترتبط بشعور الفرد بتحمل المسئولية الشخصية ووضوح الأهداف بصورة تناسب الواقع والمعطيات البيئية، وهو ما يسهم بالتالي في زيادة الدافعية وبالتالي يعمل على زيادة ادراك الفرد لمعنى الحياة، ويعكس بعد التقبل الإيجابي لتقبل الفرد لعلاقاته وبيئته الاجتماعية والتي تعد جزءا من سياقه الحياتي، كما أن شعوره بالقبول الاجتماعي سيزيد من قبوله لذاته وبمعنى حياته، والبعد الرابع للتفكير الإيجابي يتناول السماحة التي تعنى القبول لخبرات الماضي وعدم التأثير السلبى لها في الفرد، والذى يسهم بدرجة كبيره في الإدراك المتقبل للواقع وتفاؤله بالمستقبل وبالتالي رضاه عن مجرى حياته واستبشاره بالقادم منها، ولذا فالأبعاد الأربعة المختارة شملت مساحة كبيرة من إدراك الفرد الإيجابي لخبرات الماضي وتوقعات المستقل والانفتاح على معلومات الحاضر والتقبل الإيجابي للبيئة الاجتماعية وهو ما يعطي مؤشرا على إيجابية الحياة لدى الفرد وتأكد بذلك من علاقتها الإيجابية بمعنى الحياة.

ويتفق ذلك مع رؤية منظمة الصحة العالمية من أن معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه وهو مفهوم واسع يتأثر بطريقة مركبة بالصحة الجسدية للفرد وبحالته النفسية وباستقلاليته وعلاقاته الاجتماعية وعلاقته بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة بيترسون وآخرون (Peterson et al. 2007) والتي دلت على وجود ارتباط موجب دال بين قوة الشخصية واستراتيجيات التفكير الإيجابي مثل الأمل وحب الاستطلاع، وارتباط بين التفكير الإيجابي مع المثابرة والتدفق ووجود معنى للحياة، ودراسة ونج (2012) Wong التي بينت وجود ارتباط موجب بين التفكير الإيجابي وكل من الرفاهية النفسية والسعادة والرضا عن الحياة.

واشارت نتائج السؤال الثاني إلى تقارب تقييم كل من الطلبة والطالبات لمعنى الحياة ، وهو ما يشير إلى أن العوامل المرتبطة بتكوين معنى الحياة لا تختلف باختلاف النوع لدى الطلبة والطالبات الكويتيين، وربما يرجع ذلك للسياق الاجتماعي والثقافي الذي يعطى

للجنسين نفس الحقوق والفرص والتطلعات وهو ما يسهم في وجود أهداف حياتيه ذات قيمة وتقدير للذات متقارب لدى الجنسين، ودافعية وحافز لتحقيق هذه الأهداف، وتعد هذه النتيجة من النتائج الإيجابية، التي يعكسها العديد من المؤشرات الواقعية فعدد الإناث المشاركات في الأنشطة والحملات التطوعية في مختلف المجالات يتقارب أو يزيد عن عدد الذكور، والتمكين المجتمعي والوظيفي للإناث مقارب لما للذكور، وهي مؤشرات اجتماعية واقعية تعكس بصورة غير مباشرة وجود معنى عن الحياة لدى الجنسين بالصورة التي بحثتها الدراسة والذي يتمثل في وجود أهداف حياتيه ذات قيمة ودافعية ومسئولية عن الحياة وتحقيق هذه الأهداف. وتتفق تلك النتائج فيما يتعلق بمعنى الحياة مع نتائج دراسة ماسون (2013) Mason التي لم تجد فروقا بين الجنسين في معنى الحياة، ودراسة خضير (2016) التي أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة وفق متغيري الجنس ومكان الإقامة.

وجاء متغير الرضا عن الحياة مرتفعا لدى الذكور عنه لدى الإناث، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الإناث غالبا ما يهتمون بالتفاصيل الحياتية وينشدون الجمال والكمالية في حياتهم في حين أن أغلب الذكور ينظرون للأمور نظرة شمولية عامة وهذا ما جعلهم يرضون عن حياتهم وفقا للمقياس المطروح، وقد تكون تلك الدرجات بالنسبة للطالبات منخفضة عنه لدى الذكور لأنهن يبحثن عن الاستقرار النفسي بالزواج أو الوظيفة وهي من الأمور التي لم تتحقق لديهن بعد، ورغم التمكين المجتمعي والمساواة في الفرص والامكانات، إلا أن تلك النتيجة تحتاج لمزيد من البحث والدراسة على مراحل عمرية مختلفة. وتختلف نتائج البحث الراهن مع نتائج دراسة إبراهيم (2011) التي بينت عدم وجود فروق بين الطلاب تعزى للنوع على مقياس الرضا عن الحياة، ودراسة كتلو (2011) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في السعادة والرضا عن الحياة والتدين تعزى لمتغير الجنس.

ولقد تقارب مستوى التقييم لأبعاد التفكير الإيجابي: التوقعات الإيجابية والتفتح المعرفي والتقبل الاجتماعي بين الجنسين وهو ما يرتبط بتقارب مستويات معنى الحياة، في حين جاء مستوى السماحة مرتفع لدى الذكور عنه لدى الإناث، ولعل ذلك يرتبط بطبيعة التكوين النفسي للإناث وقدرتهن على تذكر الذكريات الماضية السلبية مقارنة بالذكور، وهو ما يحتاج إلى بحث لدور العوامل المعرفية والسماحة والأريحية. وتتفق النتائج مع نتائج دراسة العبيدي (2013) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في نمط التفكير الإيجابي والسلبي تعزى لمتغير الجنس، ودراسة جون وآخرون (2007) John et al. التي أظهرت عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي والانصاف وحب الاستطلاع والتعلم.

وأظهرت نتائج السؤال الثالث أن متغير الرضا عن الحياة توسط بصورة كاملة العلاقة بين التوقعات الإيجابية ومعنى الحياة والنتيجة قد تعتبر من النتائج المثيرة والمؤيدة للعلاقة

بين المتغيرات، والمساحة المشتركة بين الرضا عن الحياة ومعنى الحياة، وتدل هذه النتيجة أنه على الرغم من كون متغيرات البحث جميعها تقع تحت مظلة المتغيرات الإيجابية لعلم النفس الإيجابي، وأن بينها ارتباطا ايجابيا دالا والتي اتضحت من خلال نتائج السؤال الأول للدراسة، إلا أن مستويات العلاقة بينها تتفاوت في قوتها ومسار تأثيرها.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أحد النظريات التي تفسر الرضا عن الحياة وهى نظرية القيم والأهداف والمعاني التي ترى أن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم، وأن الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وأهميتها بالنسبة لهم وينجحون في تحقيقها يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم أو الذين تتعارض أهدافهم (سليمان، 2003) ،وقد تكون تلك النتيجة متوائمة مع عينة الدراسة من الطلبة والطالبات في جامعة الكويت الذين حصلوا على مستويات دراسية بين الجيد والجيد جدا ومشاركتهم الفعالة في نشاطات الكلية ورضاهم عن الحياة ووجود معنى لحياتهم، كما أن الإنسان الذي يشعر بالرضا عن الحياة ويتقبل ذاته فأن ذلك يسهم بصورة مباشرة بتوقعاته الإيجابية نحو المستقبل ويكون لحياته معنى واضح، ومن هنا نستنتج بأنه عندما يكون للفرد توقعات إيجابية نحو أهدافه وقدرته على تحمل المسؤولية (معنى الحياة) فإن هذه العلاقة سوف تزداد كلما كان هناك رضا عن الحياة، فالرضا عن الحياة يسهم بشكل مباشر بتوقعات الفرد الإيجابية التي تجعل لحياته معنى.

توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة وما انتهت إليه فإنها توصى بالآتي:

- تدريب الطلبة على تنمية مفاهيم ايجابية لمعنى الحياة وتنمية المسئولية الشخصية وزيادة الدافعية.
- وضع مقرر لمهارات الحياة الإيجابية في المقررات التعليمية بالمراحل المختلفة.
- تعزيز مفهوم السماحة كأحد أبعاد التفكير الإيجابي بين الطلبة والطالبات.
- دراسة علاقة معنى الحياة بالفعالية الذاتية والتكيف الأكاديمي.
- التمييز بين معنى الحياة والرضا عن الحياة في ضوء بعض المتغيرات الشخصية.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع العربية:

1. إبراهيم، أماني سعيدة سيد (2005). فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية، **مجلة كلية التربية بالإسماعيلية**، جامعة قناة السويس، 6: 169-105.
2. إبراهيم، عبد الستار (2011). **عين العقل – دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي الإيجابي**. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
3. إبراهيم، مروة محمد (2011). **الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة**، (رسالة دكتوراه(، كلية التربية، قسم الصحة النفسية، جامعة حلوان، جمهورية مصر العربية.
4. أبو غزالة، سميرة علي (2007). **فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية وتحسين المعنى الإيجابي للحياة لدى طلاب الجامعة**. المؤتمر السنوي الرابع عشر لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (8/9) ديسمبر، 202-157.
5. الأبيض، محمد حسن (2010). مقياس معنى الحياة لدى الشباب. **مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس، القاهرة، 3 (34): 820-799.
6. تروادك، برتران (2009). **علم النفس الثقافي**. ترجمة: حكمت خوري، وجوزف بورزق. (2007) دبي: مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم، دار الفارابي.
7. جودة، آمال (2007). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، كلية العلوم الإنسانية، جامعة الأقصى،11 (2): 738-697.
8. خضير، عبدالمحسن (2016). المعنى في الحياة عند طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية. **مجلة أبحاث البصرة**، العراق، 41 (2): 392 –410.
9. خليل، صبري محمد (2013). **التفكير الإيجابي تعريفه ومهاراته وأنماطه**. مقال منشور عبر www.sudaress.com.
10. خوج، حنان (2011). معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، جامعة أم القرى، 3 (2): 44-12.
11. الدسوقي، مجدي محمد (1998). دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن، **دراسات في الصحة النفسية**، القاهرة، 1 (1): 161-117.
12. الديب، علي محمد (1988). العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدى المسنين وبين استمرارهم في العمل، **مجلة علم النفس**، (6): 59-45.
13. رتيب، ناديا (2014). معنى الحياة وعلاقته بالصلابة النفسية، **مجلة جامعة البعث**، دمشق، سوريا، 36 (8): 38-9.
14. الرشيدي، هارون (1996). **مقياس معنى الحياة**. ورقة مقدمة إلى المؤتمر الدولي الثالث لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
15. سعفان، محمد (2004). **العملية الارشادية**، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
16. السلطاني، عظيمة (2010). تأثير منهج ارشادي لتنمية التفكير الإيجابي على التصور الذهني للاعبين الشباب بكرة السلة، **مجلة علوم التربية الرياضية**، جامعة بابل: العراق، 3 (3): 138-93.

17. سليمان، سوسن محمد (2009). **السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية**. جمهورية مصر العربية: عالم الكتب.

18. سليمان، عادل محمود (2003). **الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية** (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

19. شهوان، إسلام محمود (2007). **البناء النفسي لشخصية الأسير الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة.، فلسطين

20. ضحيك، محمد سلمان (2004). **القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غز، فلسطين.

21. عبدالمنعم، نجوى إبراهيم (2010). **الرضا عن الحياة**. المؤتمر السنوي الخامس عشر لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

22. العبيدي، عفراء إبراهيم (2013). التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد. **المجلة العربية لتطوير التفوق**، جامعة بغداد، العراق، (4) 7: 152-123.

23. عثمان، أحمد (2001). المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، **مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق، مصر، 2 (37) 159-143.

24. علي، ماجدة وعبود، حيدر والدليمي، ناهدة (2013). مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بكرة الطائرة، **مجلة العلوم الإنسانية**، جامعة بابل، العراق، 1 (18): 244-231.

25. كتلو، كامل (2011). **العلاقة بين السعادة والتدين والحب والرضا عن الحياة لدى الطلبة المتزوجين**، مؤتمر علم النفس في الجامعة العالمية الإسلامية، كلية التربية، ماليزيا.

26. الكريباني، أحمد (2007). **مستوى التكيف النفسي والقدرة على حل المشكلات لدى عينة من طالبات كلية التربية في جامعة الكويت وكلية التربية الأساسية** (رسالة ماجستير)، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.

27. مرسي، كمال إبراهيم (2000). **السعادة وتنمية الصحة النفسية**، الجزء الأول، القاهرة: دار النشر للجامعات.

28. المشعان، عويد والحويلة، أمثال. (2012). الفرق بين نوعية الحياة لدى طلبة جامعة الكويت وفق الجنس والحالة الصحية، **المجلة التربوية**، جامعة الكويت، 26 (104): 57-15.

29. منظمة الصحة العالمية (2005). **تعزيز الصحة النفسية: المفاهيم، البيانات المستجدات، الممارسات**، المكتب الإقليمي لشرق المتوسط، جنيف.

30. يوسف، داليا (2008). **معنى الحياة وعلاقته بدافع الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الدراسة لدى طلاب الجامعة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الزقازيق، جمهورية مصر العربية.

Translated Arabic References: **ترجمة مصادر ومراجع اللغة العربية:**

1. brahim, Amani Said Sayyed, (2005.), Fa'iliyat Barnamaj Litanimiat Attafkir Al-Ijabi lada Attalibat Al-Mu'arradhat Lidhdhoughout Annafsiyya, *Majallat Kulliat Attarbia Bil-Isma'iliya*. Jami'at Qanat Asswes, 6 :105 - 169.
2. Ibrahim, Abdul-Sattar. (2011.), Ain Al-Aqel – Dalil Al-Mu'alij Annafsi Lil'ilej Al-Ma'rifi Al-Ijabi, Al-Qahira: Maktabat Al-Anglo Al-Misriyya.
3. Ibrahim, Marwa Muhammad. (2011), Arridha An Al-Hayet Wa 'Alaqatuhu Biba'dh Attaghaiyurat Annafsiya Lada Tullab Al-Jami'a, risalat doctorat, qism assahha annafsiya, Jami'at Hulwan, Jumhuriat Misr Al-Arabiya.
4. Abu Ghazaleh, Samira Ali. (2007.), Fa'iliyat Al-Irshad Bilma'naa fi Takhfif Azmat Al-Huwiyya Watahsin Al-Ma'na Al-Ijabi Lihayat lada Tullab Aljami'a, Al-Mo'tamar Assanawi Arrabi' Ashar Limarkaz Al-irshad Annafsi, Jami'at Ain Shams, 9/8 , 202 - 157 December.
5. Al-Abyadh, Muhammad Hassan (2010), Miqyas Ma'na Al-Hayat lada Ashshabab. *Majallat Kulliyat Attarbiya*, Jami'at Ain Shams, 820 - 799 : 34 (3), Al-Qahira.
6. Troyadak, Bertrand. (2009.) 'Ilm Annafs Aththaqafi. Tarjamat: Hikmat Khoury wa Joseph Bourizq, Dubai (2007): Muassasat Mohammed bin Rashid Al Maktoum Foundation, Dar Al-Farabi.
7. Jawda, Amel. (2007) Aththaka Al-Infi'ali Wa 'Alaqatuhu Bissa'ada Waththiqa Binnafs lada Talabat Jami'at Al-Aqsa, *Majallat Jami'at Annajah Lilabhath*, Kulliat Al-Ouloum Al-Insaniya, Jami'at Al-Aqsa, 11(2 :)697 - 738.
8. Khadir, Abdul Mohsen. (2016), Al-Ma'na Fil Hayat t'Inda Talabat Kulliyat Attarbiya Walouloum Al-Insaniyya, *Majallat Abhath*, 410- 392 : 2(41), Al-Iraq Al-Bisra.
9. Khalil, Sabri Muhammad. (2013), Attafkir Al-ilyjabi: Ta'rifuhu Wamaharatuhu wa Anmatuhu maqal manshur 'abra.www.sudaress.com
10. Khoj, Hanan. (2011), Ma'na Alhayat wa 'Alaqatuhu Birridha 'Anha lada Talabat Al-Jami'a Bilmamlaka Al-Arabiya Assaoudiya, *Majallat Al-Ouloum Attarbawiya Wannafsiya*, Jami'at Umm Al-Qura, 3(2)12 - 44.
11. El-Dessouky, Majdi Mohammed. (1998). Dirasat Ab'ad Arridha 'An Al-Hayat Wa'alaqatuha Bi'adad min Al-Mutaghayirat Annafsia lada Ayyina min Araashidin Assighar Assinn, Dirasa Fissahha Annafsiya, Al-Qahira, 1(1)117 - 161.
12. Al-Deeb, Ali Muhammad. (1988.) Al-Alaqa Baina Attawafuq Warridha 'ani Al-Hayat lada Al-Musnnin Wa Baina Istimrarihim Fil'amal, *Majallat 'Ilm Annafs*, 6 : 45 - 59.
13. Rateeb, Nadya. (2014), Ma'na Al-Hayat Wa Alaqatuhu Bissahha Annafsiya, Majallat Jami'at Al-Ba'th, Dimashq, Souria, 36 .38 - 9 : 8
14. Al-Rashidi, Haroun. (1996), Miqyas Ma'na Al-Hayat, waraq muqaddama ila al-

mu'tamar adduwali aththalith li Markaz Al-Irshad Annafsi, Jami'at Ain Shams, Al-Qahira, Jumhuriyat Misr Al-Arabiya.

15. Sa`fan, Muhammad (2004), *Al-'Amaliyya Al-Irshadiyya*, Al-Qahira: Dar Al-Kitab Al-hadith.
16. Assultani, 'Adheema. (2010), Ta'theer Manhaj Irshadi Litanmiyat Attafkir Al-Ijabi Ala Attasawwir Aththihni Lila'bee Ashshabab Bikorat Assalla, *Majallat Uloum Attarbiya Arriyadhiya*, Jami'at Babel Al-Iraq, 3(3 :)93 - 138.
17. Sulaiman, Sawsan Muhammad. (2009), *Assa'ada Waaridha: Oumina Ghalia Wa Sina'a Raqiya*, Jumhouriyat Misr Al-Arabiya, Alam Al-Kutob.
18. Soliman, Adil Mahmoud. (2003), Arridha An Al-Hayat Wa Alaqatuha Bitqdeer Aththat Lada Mudiree Al-Madaris Al-Hukumiya Wa Mudeeratiha fi Mudeeriyat Muhafadhat Filastin Ashshamaliya, risalat majistir ghair manshura, Kulliyat Addirasat Al-'ulya, Jami'at Annajah Al-Wataniya, Filisatin.
19. Shahwan, Islam Mahmoud. (2007.), Al-bina' Annafsi Lishakhsiat Al-Aseer Al-Filastini wa Alaqatuhu Biba'dh Al-Mutaghairat, risalat majistir ghair manshura, Al-Jami'a Al-Islamiya, Ghazza, Filastin.
20. Duhek, Muhammad Salman. (2004), Al-Qiyam Al-Mutadhammina fi Sulukiat Qadat Annashat Al-Kashfi fi Madaris Muhafadhat Ghazza Wa 'Aliqatuha Bil Ittizan Annafsi, risalat majistir ghair manshura, Al-Jami'a Al-Insaniya, a'ilisilamiat, Ghazza, Falastin.
21. Abdel Moneim, Najwa Ibrahim. (2010), Arridha 'An Al-Hayat, Al-Mo'tamr Assanawi Al-Khamis Ashar Lil-Irshad Annafsi, Jami'at Ain Shams, Al-Qahira, Jumhouriat Misr Al-Arabiya.
22. Al-Obaidi, Afraa Ibrahim. (2013.), Attafkir Al-Ijabi Wassalbi Wa Alaqatuha Bittawafuq Addirasi lada Talabt Jami'at Baghadad, Al-Majalla Al-Arabiya Litatwir Attawafuq, Jami'at Baghdad, Al-Iraq, (4)7 :123 - 152.
23. Othman, Ahmed. (2001), Al-Musanada Al-Ijtima'iya Mina Al-Azawaj Wa Alaqatuha Bissa'ada Wattawafuq Ma'a Al-hayat Al-Jami'iya ladaa Talibat Al-Jami'a Al-Mutazawijat, *Majallat Kulliyat Attarbiya*, Jami'at Azzaqaziq, Misr, 2(37)143 - 159.
24. Ali, Majda and Aboud, Haidar and Al-Dulaimi, Nahida. (2013.), Ustawaa Attafkir Al-Ijabi Wa "Alaqatuhu Bilhasila Al-Ma'rifia waealaqath balhsylt almaerafia, Bikarat Atta'ira, *Majallat Al-Ouloum Al-Insania*, Jami'at Babel, Al-Iraq, 1(18 :)231 - 244.
25. Katlou, Kamil, (2011), Al-Alaqua Baina Assa'ada Wattadayyun Walhobb Warridha 'An Al-Hayet Lada Attalibat Al-Mutazawwijet, Kulliat Attarbia, Mo'tamar 'Ilm Annafas Filjami'a Al-Alamiya Al-Islamiya, Malaysia.
26. Al-Kribani, Ahmed. (2007), Mustawa Attakayyif Annafsi Wal-Qodra Ala Hall Al-Moshkilat lada Ayyina Talabat Kulliyat Attarbia fi Jami'at Al-Kuwait Wakolliat Attarbia Al-Asasiyya, risalat majistir, Jami'at Eman Al-Arabiya Liddirasat Al-'Oliya,

Amman, Al-Urdun.

27. Morsi, Kamal Ibrahim. (2000.), *Assa'ada Watanmiat Assahha Annafsia*, Aljuz' Al-Awwal, Al-Qahira: Dar Annashr Liljami'at.
28. Al-Mashaan, Uwid and Al-Huwaila, Amthal. (2012), Al-Farq Baina Naw'iyyat Al-Hayet Lada Talabat Jami'at Al-Kuwait Wifqa Al-Jins Walhala Assihhiya, *Al-Majalla Attarbawiya*, Jami'at Al-Kuwait, 26(104 :)15 - 57.
29. Munadhdhamat Assahha Al-Alamiya (2005), *Ta'ziz Assahha Annafsiya: Almfahim, Al-Bayanat Al-Mustajiddat, Al-Mumarasat*, Almaktab Al'Iqlimi Lisharq Almutawssit, Geneve.
30. Yusif, Dalia (2008), Ma'na Al-Hayet Wa 'Alaqatuhu Bidafi' Alilnjaz Al-Akadimi Warridha 'An Addirasa Lada Tullab Al-Jami'a, risalat majistir ghair manshura (Kolliyat Attarbia, Jami'at Azzaqaziq, Joumhuriyat Misr Al-Arabiya.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Bajaj, B.& Pande, N. (2016). Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective well-being, ***Personality and Individual Differences***, 93 (2): 63-67.

Duffy, D. & Sedlacek, W. (2010). The salience of career calling among college students: exploring group differences and links to religiousness K life meaning K and life satisfaction, ***Career Development Quarterly***, 59 (1): 27-41.

Eagleton, T. (2007). ***The Meaning of Life.*** Oxford University Press: Britain.

Gilman, R., Ashby, J., Svrco, D., Florell, D. & Varjas, k. (2005). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American Youth, ***Personality and Individual differences***, 39:155-166.

Hamidi, S., Yetkin, A., & Yatkin, Y. (2010). The Meaning of Life: Health, Disease, and the Naturopathy, ***Journal of Psychology and Counselling***, 2, (1): 9-16.

Harries, SH. (2004). Relationships among life meaning, relationship satisfaction and satisfaction with life, ***published dissertation***, Trinity Western University, Canada.

John, M., Seligman, M., Peterson, C., Alex, M., Joseph, S. & Park, N. (2007). Character strengths in United Kingdom: The VIA inventory of strengths, ***Personality and Individual Differences***, 43, 341-351.

King, L., Hicks, J., Krull, J. & Delgaiso, A. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life, ***Journal of personality and social psychology***, 90 (1): 179-196**.**

Korff, S. (2006). ***Religious orientation as a predictor of life satisfaction within the elderly population,*** (PHD thesis), Walden university, school of psychology. USA.

Lightsey J., Owen R., Boyraz, G., Ervin, A., Rarey, Eli B., Gharibian G., Maxwell, D. (2014). Generalized self-efficacy, positive cognitions, and negative cognitions as

mediators of the relationship between conscientiousness and meaning in life, ***Canadian Journal of Behavioral Science***, 46 (3): 436-445.

Mason, H. (2013). Meaning in life within an African context: A mixed method study, ***Journal of Psychology in Africa***, 23 (4): 635-638.

Mauser, M., King, R. & Young, M. (2004). ***The Meaning of Life***: ***Long Prison Sentences in Context***. The Sentencing Project, Washington.

Oishi, SH., diener, E., Suh, E.& Lucus, R. (1999). Value as a moderate in subjective wellbeing, ***Journal of personality Blackwell publisher***, 67 (1): 157-184.

Pan, J., Wong D., & Wan Chan, C. (2010). The Protective Function of Meaning of Life on Life Satisfaction Among Chinese Students in Australia and Hong Kong: A Cross-Cultural Comparative Study, ***Journal of American College Health***, 57 (2): 221- 232.

Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of satisfaction with life scale, ***Psychological Assessment***, 5 (2): 164-172.

Peterson, C., Ruch, W., Beermann, N. & Seligman, M. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction, ***The Journal of Positive Psychology***, 2 (3): 149-156.

Roberts, A., Seidman, E., Pedersen, S. Chesir-Teran, D. Aber, L. Duran, V. Hsueh, J. (2000). Perceived family and peer transaction and self-esteem among urban early Adolescents, ***The Journal of Early Adolescence***, 20 (1): 68-92.

Ryff, C. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health, ***Psychological Inquiry***, 9 (1): 1-28**.**

Skrabski, A., Kopp, M., Rozsa, S., Janos, R. & Richard, H. (2005). Life meaning correlate of health in the Hungarian population, ***International Journal of behavioral Medicine***, 12 (2): 78-85.

Sterger, M. & Frazier, F. (2006). The meaning in life questionnaire Assessing the presence of and search for meaning in life, ***Journal of counseling psychology***, 53 (1): 80-93.

Wong, S. (2012). Negative thinking versus positive thinking in a Singaporean student sample: Relationships with psychological well-being and psychological maladjustment**,** ***Learning and Individual Differences***, 22 (1): 76-82.

Meaning of Life and its Relation to some Dimensions of Positive thinking through Life Satisfaction Among Students of Kuwait University

Suad Abdullah Albesher

Hasan Abdullah Alhumaidi

Faculty of Basic Education - General Authority for Applied Education and Training

Adailiyah - Kuwait

Abstract:

This study identifies the relationship between meaning of life and some dimensions of positive thinking such as (positive expectations, open minded, positive acceptation and tolerance) through life satisfaction among students of Kuwait University. The sample consisted of (115) students. We used "meaning of life measurement, and Positive Expectations, Open minded, positive acceptations and tolerance, from Positive Thinking List and life satisfaction measurements.

The results indicated that: There is positive statistically significant correlation between the degrees of meaning of life, and the degrees of all positive thinking dimentions, and life satisfaction.

There are statistically significant differences between males and females in degrees of life satisfaction and tolerance on the side of male students, and There are no statistically significant differences in the other variable. It was found that life satisfaction was mediated statistically significant relationship between the positive expectations and meaning of life.

Keywords: Meaning of Life, Positive Thinking, Positive Expectations, Open Minded, Positive Acceptance, Tolerance, Life Satisfaction.