International Journal of Humanities & Social Sciences
Volume (10) – JUNE - 2019
SJIF Impact Factor 3.38
المجلة الدولية للعلوم الانسانية والاجتماعية
العدد العاشر-يونيو- 2019
ISSN:1858-838

التفاؤل وعلاقته بالثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات قسم رياض الأطفال بجامعة حائل

Optimism and its Relationship to Self-Confidence and Happiness among Female Kindergarten Students at Hail University.

د. فاطمة محمد الخير الصديق – أستاذ مساعد- قسم علم النفس -جامعة حائل- المملكة العربية السعودية

البريد الالكتروني: Psyz67@hotmail.com

المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة الارتباطية للتفاؤل مع الثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل، كما عملت على معرفة الفروق في هذه المتغيرات بين الطالبات بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن. تم اتباع المنهج الوصفي. بلغ حجم العينة 207 طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة.

توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج ذات الدلالة الإحصائية من أهمها ما يلي: وجود علاقة ارتباطية طردية للتفاؤل مع كل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة، ووجود فروق في التفاؤل والثقة بالنفس بين الطالبات بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لإسرهن لصالح الراضيات بشدة، في حين لا توجد فروق بين الطالبات في الشعور بالسعادة بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لإسرهن.

الكلمات المفتاحية:

التفاؤل- الثقة بالنفس – الشعور بالسعادة- طالبات رياض الأطفال.

Abstract:

This study designed to uncover the correlation between optimism and both, self-confidence, and happiness among the female kindergarten students at Hail University, Saudi Arabia. The study also identified the differences in the three previous variables among the students according to their level of contentment with the economic and social status of their families. The descriptive methodology was adopted. The sample size was 207 students chosen in the simple random way.

The study resulted in statistically significant results; most important are: there is a perpetual correlation between optimism and both, happiness, and self-confidence, there were also differences in optimism and self-confidence among the students according to their contentment with the economic and social status of their families in favor of the very contented, while the study did not result in differences between the students in happiness according to their contentment with the economic and social status of their families.

Key words:

optimism – self-confidence- happiness- female kindergarten students.

المقدمة:

اتجه علم النفس منذ أن أطلق مارتن سليغمان في العام 1998م شرارة علم النفس الإيجابي إلى الاهتمام بدراسة النواحي الإيجابية في السلوك البشري بعد أن ظلت البحوث والدراسات النفسية زمنا طويلا تركز على الجانب المرضي والعلاجي لمشاكل السلوك البشري، فأصبح الاهتمام بدراسة نواحي الانفعالات الإيجابية والسلوك السوي مجالا واعدا بفهمٍ متكامل للطبيعة البشرية، وذاخرا بالمتغيرات التي يمكن لاختصاصي علم النفس اخضاعها للبحث والدراسة.

إن علم النفس الإيجابي يعمل على عدة مستويات منها دراسة الخبرات الذاتية الإيجابية مثل التفاؤل والسعادة والقناعة، حيث يهتم هذا المستوى من مستويات علم النفس الإيجابي بدراسة كيفية شعور الفرد بمشاعر إيجابية طيبة [1]. تقع هذه الدراسة تحت هذا المستوى حيث عمدت إلى دراسة التفاؤل وعلاقته بالثقة بالنفس والشعور بالسعادة.

ترى الباحثة أن دراسة النواحي الإيجابية للطبيعة البشرية من حيث السلوك والمشاعر والانفعالات والقيم، يؤدي إلى فهم أفضل لكيفية جعل حياة الفرد أكثر انجاز وأفضل اثمارا، إن ذلك التركيز الذي امتد إلى عقود طويلة من تاريخ علم النفس على النواحي المرضية وغير السوية للسلوك البشري وكيفية معالجتها، نتج عنه اغفال للنواحي السوية في هذا السلوك، والتي هي السمة الأعم لدى غالبية البشر، كما أن لها أهميتها، ذلك أن الارتقاء بها يمكن أن يجعل حياة الناس أفضل سواء أحياتهم المهنية أو الاجتماعية أو الشخصية. لذا تتجه هذه الدراسة إلى فحص بعض من هذه النواحي (التفاؤل – الثقة بالنفس –الشعور بالسعادة) بمنهجية علمية.

مشكلة الدراسة:

ترى الباحثة أن المكونات الانفعالية للفرد تحدد الكثير من طريقة سلوكه، فقد تنعكس هذه المكونات على أدائه سواء أكاديميا أو مهنيا او اجتماعيا. وتبحث هذه الدراسة في ثلاثة مكونات تراها الباحثة ذات أثر كبير في حياة طالبة رياض الأطفال، فمدى إحساس الطالبة بالتفاؤل ومن ثَم شعورها بالسعادة واكتسابها لثقتها بنفسها، عوامل مؤثرة في مسيرتها الأكاديمية والمهنية المستقبلية، وفي هذا المضمار تسعى الباحثة لمعرفة الإجابة عن الأسئلة التالية فيما يتعلق بطالبات رياض الأطفال بجامعة حائل:

1. ما هي السمات العامة لكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى الطالبات؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية بين التفاؤل وكل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى الطالبات؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية بين تحصيلهن الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لديهن؟
4. هل توجد فروق بين الطالبات فيما يتعلق بمدى تفاؤلهن وثقتهن بأنفسهن وشعورهن بالسعادة بحسب رضاهن عن مستوى أسرهن الاقتصادي والاجتماعي؟

أهمية الدراسة:

ترى الباحثة أن طالبة رياض الأطفال هي المؤسس المجتمعي الأهم في حياة الطفل بعد والديه وأفراد أسرته، إذ أن الطالبة بعد تخرجها وانخراطها في المجال المهني تتلقى هذا الطفل غضا قابلا للتشكيل، وإذا لم تكن هي نفسها تتمتع بسمات إيجابية فيما يخص انفعالاتها ومشاعرها من حيث نظرتها للحياة المستقبلية وثقتها

بنفسها واحساسها بالسعادة، فإنها لن تتمكن من تشكيل هذه اللبنات بصورة سليمة. فالإنسان الذي يتصدى للتربية لا يكفي فقط أن يكون مسلحا بالنواحي العلمية والمهنية، بل يجب أن يكون ذا شخصية سوية، وليس فقط سوية بل تتمتع بصفات إيجابية من حيث السلوك والمشاعر.

إن اللائي يعملن في رياض الأطفال يعملن ليس فقط مع الحاضر، إنهن يعملن من أجل المستقبل حيث يؤسسن الأطفال الذين هم مستقبل المجتمع، فلو لم يكن لهن نظرة تفاؤلية نحو المستقبل فكيف يستطعن بناء بناة المستقبل؟

كما ترى الباحثة أن الإنسان السعيد يستطيع أن يسعد الآخرين، فمن تعمل مع الأطفال لابد أن تشيع في أنفسهم الفرح والسرور، وهذا لن يتأتى لها إن لم تكن هي في الأساس سعيدة، كما أن تمتع المتصديات لتربية الأطفال بالثقة بالنفس –والتي هي في رأي الباحثة أساس مهم للإنجاز المهني – يؤهلهن لأداء مهامهن المهنية التي يمارسنها في رياض الأطفال باقتدار، كما يدفعهن للبحث دوما عن الأفضل والمبتكر في تعليم الأطفال، بل يجعلهن قادرات على تعليم الطفل كيف يكون هو نفسه واثقا بنفسه. إن المجتمع يودع لبنته الأولى لدى رياض الأطفال، والامهات والآباء يودعون أثمن ما عندهم في رياض الأطفال، فحري بالدراسات العلمية أن تبحث في المكونات الانفعالية والسلوكية لمن يتم إيداع بناة مستقبل المجتمع بين أيديهن.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة للتعرف بطرق علمية على النواحي التالية لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل:

1. السمات العامة لكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة.

2. العلاقات الارتباطية بين التفاؤل وكل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة

3. العلاقات الارتباطية بين التحصيل الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة.

4. الفروق في التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة بين الطالبات بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن.

فروض الدراسة:

1. يتسم كل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بالارتفاع.

2. توجد علاقة ارتباطية طردية بين التفاؤل وكل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل.

3. توجد علاقة ارتباطية طردية بين التحصيل الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل.

4. توجد فروق في التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة بين طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن.

مصطلحات الدراسة:

التفاؤل:

تعرفه الباحثة بأنه اعتقاد الفرد وايمانه بأن أحداث حياته المقبلة ستكون كما يود هو، ويعرف اجرائيا بالدرجة التي تتحصل عليها الطالبة في مقياس التفاؤل المستخدم في هذه الدراسة.

الثقة بالنفس:

تعرفها الباحثة بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على اكتساب واتمام ما يود القيام به، وأنه قادر على فعل ما يريد أو ما يطلب منه بنجاح، وتعرف اجرائيا بالدرجة التي تتحصل عليها الطالبة في مقياس الثقة بالنفس المستخدم في هذه الدراسة.

الشعور بالسعادة:

تعرفه الباحثة بأنه إحساس إيجابي يتسم بالسرور والفرح بشأن الأحداث والخبرات التي يمر بها الفرد في حياته الحالية، ويعرف اجرائيا بالدرجة التي تتحصل عليها الطالبة في مقياس الشعور بالسعادة المستخدم في هذه الدراسة.

حدود الدراسة:

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2017م –2018م، أما الحدود المكانية فهي كلية التربية بجامعة حائل – شطر الطالبات بأجا.

الإطار النظري:

تستعرض الباحثة هنا كيف تناول عدد من الباحثين التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة، وذلك كما يلي:

أولا: التفاؤل:

وردت تعريفات عدة للتفاؤل تذكر الباحثة هنا بعضا منها، فمثلا عُرف التفاؤل على أنه "توقعات الفرد بأن الأحداث والمواقف المستقبلية تتجه نحو الأفضل والجانب الإيجابي"[2]. كما عرفه ديمبر وآخرون (Dember et.al. 1989) بأنه "استعداد شخصي أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك الأشياء من حوله بطريقة إيجابية، ومن ثَم يكون توجهه إيجابيا نحو ذاته وحاضره ومستقبله"[3]. وعرفه مارشال ولانك (Marshall & Lang,1990) بأنه "الاعتقاد بأن المستقبل عبارة عن مخزن الرغبات أو الطموحات المطلوبة أو المرغوبة بغض النظر عن قدرة الفرد على السيطرة عليها أو على تحقيق تلك الرغبات"[4]، كذلك عرف شاير وكارفر (Scheier & Carver, 1985) التفاؤل على أنه "مجموعة من السلوك أو الأفعال التي تجعل أفراد المجتمع يتمكنون من التغلب على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في معيشتهم"[5].

إن من أفيد التعاريف التي قُدمت عن التفاؤل هو تعريف تايقر (Tiger,1979) الذي عرف التفاؤل بأنه "اتجاه أو خُلق متعلق بالتوقعات المستقبلية عن النواحي الاجتماعية والمادية التي يرغبها الشخص والتي يقيمها على أنها تفيده في مصلحته وسعادته"، وعليه فإنه لا يوجد نوع واحد أو موضوعي من التفاؤل، ذلك أن التفاؤل يتعلق بما يعتبره الشخص امرا مرغوبا فيه[6] .

أنواع التفاؤل: هناك عدة أنواع من التفاؤل قدمها العلماء، ومنها الآتي [7]:

1. التفاؤل النزعوي :(dispositional optimism) والذي عرفه كارفر وشاير (Carver & Scheier, 1985) بأنه "توقع عام وشامل من قبل الشخص بأن الأشياء الطيبة التي يرغبها، هي التي ستحدث في المستقبل أكثر من الأشياء غير الطيبة".
2. التفاؤل غير الواقعي (unrealistic optimism): والذي عرفة فاينشتاين (Weinstein,1989) بأنه "عدم الاتفاق بين ما تدل عليه الشواهد على أرض الواقع من حدوث شيء ما مع توقعات الشخص الناجمة عن التفاؤل النزعوي، كذلك يدل على عدم التناسق بين ما يضعه الفرد من احتمالات حدوث أمر طيب مع حتمية وقوع المكروه".
3. التفاؤل المقارن (comparative optimism): وعرفه رادكليف وكلاين (Radcliff & Klein,2002) بأنه "توقع الشخص أن الأمور الطيبة تحدث له هو، أكثر من غيره من الأشخاص الذين يماثلونه".
4. التفاؤل الموضعي (situational optimism): يعود لتوقع عام أن نتائج طيبة ستحدث في محيط محدد.
5. التفاؤل الاستراتيجي (strategic optimism): عرفه راثينج وزملاؤه (Ruthing et.al.,2007) بأنه "إنكار محدد لخطر ما، ولكن مبني على الايمان بأن هذا الخطر تحت السيطرة".
6. التفاؤل الواقعي (Realistic optimism): عرفه سنايدر (Sneider,2001) بالرجوع إلى دقراندبر (Degrandpre,2000) بأنه "النزعة للحفاظ على رؤية إيجابية في ظل وجود أمور مربكة ومقيدة مشاهدة للعيان في العالم الاجتماعي والمادي". وتشير الواقعية هنا إلى العلاقة بين المعرفة والفهم المتاحان في لحظة ما، مع الخيارات الممكنة والإجراءات المختارة.

7. التفاؤل المتحيز(optimism bias) : تقييم المعلومات المتوفرة بحيث ينحرف هذا التقييم إلى الميل بالتنبؤ بالأشياء الإيجابية التي تخدم غرض الشخص، بغض النظر عن موضوعية هذا التوقع. ووضح فلايفبجرق (Flyvbjerg,2006) ذلك بأن الشخص يضع قيما أعلى للمعلومات المقدمة له، فقط إذا كانت تؤيد نتيجة يرغب هو في حدوثها.

فوائد التفاؤل:

إن الأبحاث في علم النفس الإيجابي توصلت إلى فوائد عدة جراء تبني الإنسان لوجهات النظر المتفائلة، وبعضا من هذه الفوائد ما يلي [(1)]:

1. المتفائلون أقل قلقا واكتئابا عندما يواجهون مصاعب الحياة.
2. يتكيف المتفائلون بطريقة أفضل مع الأحداث السلبية، ومن ذلك الخضوع لعمليات جراحية في الشرايين التاجية وسرطان الثدي والاجهاض وعمليات زرع النخاع والايدز.
3. يفضي التفاؤل إلى التركيز على حل المشكلات، وحس الدعابة والفكاهة، والتخطيط، ووضع الأمور في ضوء أحسن الافتراضات. وعندما تصبح الأمور غير قابلة للتحكم يقبل المتفائلون بالأمر الواقع. وهم أيضا قادرون على التعلم من الخبرات السيئة التي مروا بها، لذا فهم أقدر على التكيف من المتشائمين.
4. قد يكون من المدهش أن المتفائلين لا يلجئون إلى الإنكار، ببساطة المتفائلون لا يدفنون رؤوسهم في الرمال متجاهلين الاخطار التي تهدد سعادتهم، فهم على سبيل المثال ينتبهون باكرا لأي منبه ينذر بتعرض صحتهم للخطر، ولذا فهم يكتشفون المشاكل الصحية الخطيرة أسرع من غيرهم. كما يمارس

المتفائلون المزيد من السلوك المساعد على الارتقاء بالصحة مثل: تناول الطعام الصحي وممارسة الرياضة والكشف الطبي الدوري.

5. يواصل المتفائلون المزيد من الجهد ولا يستسلمون، ربما لأنهم يفترضون أن الوضع يمكن التعامل معه بنجاح بصورة أو بأخرى.

كذلك فإن للتفاؤل أثرا إيجابيا في العلاقات الشخصية، فقد وجدت الأبحاث أن الأشخاص الذين يتمتعون برؤية متفائلة هم الأكثر محبة بين الناس وقلما يتم رفضهم، كما أنهم قليلا جدا ما يدخلون في تفاعل اجتماعي سلبي، ولديهم صداقات تدوم لفترة أطول، كما يمرون بخبرات قليلة من العزلة الاجتماعية أو القلق الاجتماعي، كذلك هم أكثر انبساطية وأكثر تقديرا للذات. وفي العلاقات الرومانسية يتمتع المتفائلون بقدر أكبر من الرضا عن هذه العلاقات، أما خطر الانفصال فقليل جدا[8].

النظريات المفسرة للتفاؤل:

إن إحدى الطرق التي يمكن أن ننظر بها للتفاؤل في مقابل التشاؤم هو الأسلوب التفسيري أو أسلوب العزو (explanatory or attributional style)والذي يعني الطريقة التي نفسر بها الاحداث والخبرات التي نمر بها. فقد وجدت الدراسات أن المتفائلين والمتشائمين يختلفون في طريقة أو أسلوب تفسيرهم للوقائع الحياتية، حيث يقوم المتفائلون بعزو الوقائع السلبية في حياتهم إلى عوامل خارجية لا تتعلق بهم وإلى أسباب محددة، ويعتبرون أن هذه العوامل والأسباب هي أمور عارضة ووقتية، في حين يعزو المتشائمون أسباب الوقائع السلبية في حياتهم إلى عوامل داخلية تتعلق بهم، ويرونها عوامل دائمة تشمل نواح عدة في حياتهم. من

المثير أن هذين الوضعين ينعكسان عند تفسير الوقائع الطيبة، فالمتفائلون يعزونها لعوامل داخلية متعلقة بهم، ويرونها عوامل دائمة وشاملة، في حين يظن المتشائمون العكس[9] .

إن تشالز كارفر وميشيل شاير (Charles Carver & Michael Scheier) اللذان بحثا وكتبا بكثافة عن التفاؤل، فسرا كيف يرتبط التفاؤل مع الحصول على النتائج المرجوة والمرغوبة، وذلك باستخدام نموذج التوقع–القيمة [8].

يبدأ النموذج بافتراض أساسي وهو أن كل السلوك يكون مدفوعا ظاهريا أو باطنيا بهدف ما يسعى الفرد لتحقيقه. وفقا لنموذج التوقع – القيمة فإن السلوك المدفوع بهدف ما يتزود بالطاقة من مصدرين، فالمصدر الأول هو قيمة الهدف لدى الشخص والتي تتحدد بمدى رغبته في تحقيقه، أما المصدر الثاني فهو التوقع والذي يعني مدى اعتقاد الشخص بقابلية هذا الهدف للتحقق، وبالتالي فإن سعي الشخص للحصول على هذا الهدف هو دالة مشتركة للقيمة والتوقع، وعليه كلما كان الهدف ذا قيمة عالية وكانت إمكانية الحصول علية مرتفعة، سيكون الفرد مثابرا ومواصلا التحرك نحو الحصول عليه. إن الدور المفترض للتفاؤل هنا هو أن المتفائل لديه المزيد من التوقعات الإيجابية، لذا يمكننا أن نتوقع أن المتفائلين أكثر مثابرة في سعيهم للحصول على أهدافهم وبالتالي تحقيقها [8].

أما من الناحية البيولوجية فالدراسات في هذا المجال قد ذكرت أن لفصي الدماغ دورا في التفاؤل والتشاؤم، حيث أشارت إلى أن الفص الأيسر مرتبط بعدد من النواحي النفسية الإيجابية منها: التقدير المرتفع للذات، والنظرة المرحة المبتهجة التي تميل إلى النظر إلى النواحي الإيجابية لأي وضع ما، بالإضافة لارتباطه بالتفاؤل. في حين ارتبط الفص الأيمن بالتشاؤم والنظرة القاتمة للوقائع الحياتية [10].

ثانيا: الثقة بالنفس:

تعددت التعريفات التي قُدمت عن الثقة بالنفس وتذكر الباحثة هنا بعضا منها، فعُرفت مثلا على أنها "سمة شخصية تشعر الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة الصعاب والظروف المختلفة، مستعملا أقصى ما لديه من إمكانيات وقدرات لتحقيق أهدافه"[12]، كما عُرفت بأنها " كل ما يدل على الشعور الذاتي للفرد بأنه قادر على مجابهة ما يعترضه في الحياة"[13]، وأنها "إيمان الإنسان واطمئنانه المدروس إلى قدراته وإمكاناته على تحقيق أهدافه، واتخاذ قراراته، والتحكم في أقواله وأفعاله وقناعاته، ومواجهة المواقف الحياتية الصعبة"[14]. كما تم تعريفها على أنها "قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات توافقية تجاه المثيرات التي تواجهه، وإدراكه لتقبل الآخرين له، وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة"[15]. تلاحظ الباحثة أن هذه التعاريف التقت في تعلق الثقة بالنفس بالاعتقاد بقدرة الفرد على تحقيق أهدافه والتحرك بنجاح نحوها، متخطيا ما قد يحول بينه وبين تلك الأهداف بإيمان قوي بقدرته على فعل ذلك.

فوائد الثقة بالنفس:

إن للثقة بالنفس فوائد عدة تذكر الباحثة منها ما يلي: تفيد الثقة بالنفس عند الإنجاز تحت الضغط، فالشخص الواثق بنفسه يعمل بأقصى امكانياته تحت الظروف الضاغطة، كما أن للأشخاص الواثقين بأنفسهم حضورا قياديا، ولهم القدرة على التأثير في الآخرين وذلك في حالات مثل: عرض فكرة أو منتج، أو عند التفاوض حول موضوع ما في مجال العمل، هذا وتساعد الثقة بالنفس الفرد في الترقي في مجال مهنته. تجعل الثقة بالنفس الإنسان أكثر سعادة، وتحرره من الشكوك حول نفسه، كما أنها تمده بالإحساس بأن له في هذا العالم أهمية ومكانا ذا معنى مما يجعل له اتجاهات إيجابية في هذه الحياة[16] .

وضح العمر (2000م) أن من خصائص الثقة بالنفس: أنها تثير الانفعالات الإيجابية وتبعث على الشعور بالحماس والبهجة، وتساعد على تركيز الانتباه وزيادة المثابرة لتحقيق الأهداف والنجاح، مما يسهم في بناء مفهوم ذاتٍ إيجابي، فتجعل الفرد مرتاحا خاليا من المخاوف، قادرا على تنظيم أفكاره بسرعة وثقة وبأقل معونة من الآخرين، الأمر الذي يمكنه من تخطي الصعاب والوصول إلى مستوى عال من الإنجاز واحترام الذات [17].

سمات الشخص الواثق بنفسه:

إن الشخص الواثق بنفسه حقيقة يتميز بعدد من السمات تذكر الباحثة منها ما يلي [14]:

- يتقبل نفسه كما هي بإيجابياتها وسلبياتها: فلا ينزعج من سلبياتها لدرجة تجعله يكره نفسه، ولا يعجب بإيجابياتها لدرجة تجعله يغتر بنفسه ويعطيها فوق حجمها.
- يتجنب التسويف ولا يهرب من المسؤولية: فهو يقوم بواجباته ويتحمل مسؤولية قراراته وأفعاله، يجتهد في عمله، ويثابر عليه، ويتقنه لتحقيق الإنجاز الذي يرضيه.
- مستقر نفسيا وناجح في علاقته مع الآخرين: فهو مطمئن النفس، يتصرف باتزان ويتجنب الغضب والتعصب، يتفاهم مع الآخرين من حوله، ويقدر ظروفهم وينصح لهم، ويحب لهم ما يحب لنفسه، ولا يضيق من نقد الآخرين، بل يستخدمه لتطوير ذاته.

مصادر الثقة بالنفس:

ترى الباحثة أن هناك ثلاث مصادر أساسية للثقة بالنفس تعرضها كما يلي:

1. **الأسرة:**

إن الثقة بالنفس تنمو مع الفرد ويتواكب نموها مع نموه العقلي والجسدي ويرتبط ذلك بالبيئة التي ينشأ فيها الطفل. والثقة بالنفس يتم إضعافها وتقويتها عن طريق نوعية التنشئة الاجتماعية، فعندما ينشأ الطفل في بيئة مملؤة بالثقة يكون واثقا من نفسه معتمدا عليها، لا يتخوف من مجابهة المواقف الاجتماعية أيا كان نوعها، ويحاول أن يخلق مواقف جديدة، ويتعامل مع مختلف الأعمار والأجناس. إن إتاحة الفرصة للأبناء للتعبير عن مشاعرهم وآرائهم ومنحهم التشجيع والتحفيز في ممارسة نشاطهم الحركي والفكري المستقل، كثيرا ما يؤدي إلى تكوين الثقة بالنفس وتقويتها، بينما تضعف بسبب النواهي المتعددة والانتقادات المختلفة التي يتلقاها الطفل من أبويه أو من يكبره سنا دون الالتفات إلى المرحلة السنية التي يمر بها، أو ما يتمتع به الطفل من قدرات وإمكانيات، مما يؤدي إلى فقدانه احترامه لذاته وضعف ثقته بنفسه. [18].

2. **المدرسة:**

وللمدرسة دور في اكساب الثقة بالنفس وذلك ابتداء من إعداد المناهج الدراسية، والتي يجب أن تتضمن التمارين التي تشجع على الثقة بالنفس، وأن يتم التركيز على الأهداف التعليمية الوجدانية التي تدور حول الثقة بالنفس، مع التركيز على المواضيع التي تدعو للاعتزاز والفخر، كسيرة المصطفى صلى الله عليه وسلم،

ووضع مهارات عملية تعلم الطلاب مهارات أساسية في الحياة مثل: فن التفاوض ومهارة التحدث أمام الجمهور، مما يساعد على اكسابهم ثقة بأنفسهم [19].

3. وترى الباحثة ان الخبرات السارة التي يمر بها الفرد ونجاحه في أداء شيء ما، يعزز من ثقته بنفسه، ويدفعه للمزيد من النجاحات.

ثالثا: الشعور بالسعادة:

اهتم البشر بالبحث عن السعادة باختلاف مشاربهم وعقائدهم على مر الزمن، وتنوعت النظرات للسعادة بتنوع الفلسفات والرؤى، وظل البحث عن السعادة سمة غالبة للبشر. دخلت السعادة حيز البحث العلمي بعد تركيز البحوث العلمية في علم النفس الإيجابي على دراسة السعادة والعوامل المتعلقة بها، فقد جمع بروفيسور اد داينر (Ed Diener) من جامعة مينيسوتا جمع بيانات من 916 دراسة مسحية عن السعادة والرضا عن الحياة شملت أكثر من مليون مفحوصا من 45 شعبا [20]. وترى الباحثة أن هذا يدل على أهمية السعادة لدى البشر وسعيهم المتواصل للحصول على ضالتهم منها، سواء أعلميا أم فلسفيا أم عقديا.

وردت تعريفات كثيرة للسعادة في عدد من الدراسات العلمية تذكر الباحثة أمثلة لها، من ذلك أنها " حالة من التوازن الداخلي يسودها عدد من المشاعر الإيجابية كالرضا والابتهاج والسرور، والتي ترتبط بالجوانب الأساسية للحياة مثل الأسرة والعمل والعلاقات الاجتماعية"[21] ، ومنها أيضا أنها " حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية، يخبرها الإنسان ذاتيا، وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والاحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي" [22]. عرفها أبو هاشم (2010م) على أنها "مجموعة من المؤشرات تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام وتتحدد بستة عوامل هي: الاستقلالية والتمكن البيئي

والتطور الشخصي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والحياة الهادفة وتقبل الذات"[23]. تلاحظ الباحثة تعدد العوامل المرتبطة بالسعادة لدى الباحثين، مما قد يدل على أنه لا يوجد مصدر محدد تُستمد منه السعادة، فما يسعد شخصا ما قد لا يكون مصدر سعادة للآخر، كما تلاحظ ان التفاؤل ورد كأحد محددات السعادة.

إن من ضمن ما بحثت عنه الدراسات العلمية في علم النفس الإيجابي والمتعلقة بالسعادة، الإجابة عن السؤال: ما هي مصادر السعادة لدى الإنسان؟ فتوصلت الدراسات العلمية إلى مصادر عدة للسعادة ومنها [11]:

1. السعادة والجينات: تقترح البحوث أن المستوى العام لشعور الفرد بالسعادة تحدده جيناته. أدت النتائج التي أجريت على التوائم إلى مفهوم وجود نقطة انطلاق فطرية للسعادة، وعلى الرغم من تقلب الفرد في مستوى السعادة التي يشعر بها بتقلب الأحوال التي يعيشها، إلا أن أغلب الناس يرجعون إلى المستوى القانع المألوف لديهم، حيث تشكل الوراثة نسبة 50% من مسببات مستوى الشعور بالسعادة لدى الفرد.

2. أيضا توصلت سونجا ليبومرسكاي (Sonja Lyubomirsky) وزملاؤها –وهي اختصاصية في علم النفس الإيجابي بجامعة كاليفورنيا، ريفرسايد–، إلى أن النسب الباقية التالية المتعلقة بالسعادة هي كما يلي: 10% الأحوال التي يعيشها الفرد، 40% تكون تحت سيطرة وتحكم الفرد.

3. فحص مارتن سليغمان (مؤسس علم النفس الإيجابي) وكرستوفر بترسون في جامعة ميتشغان عددا من الطرق التي يتبعها الناس رغبة في الوصول إلى السعادة، من هذه الطرق: تكرار الخبرات السعيدة والتمتع بها، الانغماس في السعي وراء هدف ما، تقديم العون للآخرين. فبعد أن قاما بفحص مئات المتطوعين

توصلا إلى أن كل واحد من هذه الطرق الثلاث منفردة يمكن أن تؤدي إلى الرضا عن الحياة، ولكل فرد أن يختار الطريق التي تناسب طبيعته.

4. ممارسة اليقظة الذهنية وهي التركيز على النشاط الذي يقوم به الفرد في اللحظة الحالية بدلا من قضاء الوقت في اجترار أحداث الماضي او القلق بشأن أحداث المستقبل.

وتجد الباحثة أن مما قد يؤكد هذا الأمر الأخير ما توصلت إليه دراسة الوليدي [23]، فقد خلصت نتائج تلك الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين السعادة النفسية والاستقلال الذاتي (أحد أبعاد اليقظة العقلية)، كما خلصت إلى إمكانية التنبؤ بالسعادة النفسية لدى الطالبات اللائي شملتهن الدراسة من خلال اليقظة العقلية.

ترى الباحثة أن هذه المصادر ليست الوحيدة لجلب السعادة لدى الإنسان، فالسعادة بحد ذاتها امرا فرديا، فالذي يجلب لشخص ما السعادة قد لا يكون ذا بال بالنسبة لآخر، كما أن الجانب العقدي يدخل بدرجة كبيرة في تحديد السعادة، فمثلا توصلت دراسة محمد [24] إلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين الشعور بالسعادة ومستوى التدين لدى المسنين بدور الإيواء، كذلك توصلت دراسة البجيدي وعلي [25] إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الذكاء الروحي والسعادة لدى طالبات قسم رياض الأطفال بجامعة الجوف، كما توصلت دراسة عبد الخالق وآخرون [26] إلى أن من يعدون أنفسهم سعداء من بين طلبة الجامعة في الجزائر كانوا هم الأكثر تدينا. ولعلماء المسلمين وفلاسفتهم عبر التاريخ كتبهم التي كتبوها عن السعادة، فمثلا أكد الكندي أول فلاسفة الإسلام أن تحصيل السعادة يعد بمثابة غاية الحياة البشرية كلها، كما أن ثمة عنوانين كثيرة لأعمالهم المختلفة تحمل لفظة السعادة أو إحدى مشتقاتها، من بينها: " السعادة" و

"تحصيل السعادة" لكل من الفارابي وابن سينا، و" السعادة والإسعاد" لأبي حسن العامري تلميذ الفارابي، و" كيمياء السعادة" لحجة الإسلام أبو حامد الغزالي [27].

آثار السعادة: هناك عدد من الدراسات العلمية التي فحصت الآثار المرتبطة بالسعادة، حيث أشارت الكثير من هذه الدراسات إلى أن السعادة مرتبطة بالصحة والرفاهية الذاتية، على سبيل المثال دراسة قراهام وآخرون (Graham, et.al.,2004) التي وجدت أن الأشخاص الأكثر سعادة وضحوا في تقارير ذاتية أنهم الأفضل صحة ومن القليل أن يأخذوا إجازات مرضية، كذلك هم أقل تنويما في المستشفيات. وأيضا وجدت عدد من الدراسات عند فحص العلاقات السببية بين السعادة والصحة أن المزاج الإيجابي يحسن من المؤشرات الفيزيولوجية مثل: الكوليسترول وضغط الدم والجهاز المناعي، كما أن هناك دراسات وجدت أن السعادة مرتبطة بعلاقات اجتماعية أفضل، فقد وجدت أن الأشخاص الأكثر سعادة يمضون وقتا أطول في النشاطات الاجتماعية أكثر من أولئك غير السعداء، كما أنهم الأكثر محبة وشعبية بين الناس، وأنهم الأكثر إنتاجية ومساعدة للآخرين [28].

الدراسات السابقة:

تستعرض الباحثة عددا من الدراسات السابقة ذات الصلة بدراستها الحالية، مرتبةً ترتيبا زمنيا تنازليا كما يلي:

دراسة ناصر باي وآخرون [29] والتي هدفت إلى معرفة مستوى الثقة بالنفس ودرجة التفاؤل لدى الطلبة المقبلين على التخرج في معهد علوم تقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، ومعرفة العلاقة بين الثقة بالنفس والتفاؤل لديهم. قام الباحثون باختيار عينة عشوائية بسيطة متكونة من 60 طالبا، واستخدموا كلا

من مقياس الثقة بالنفس ومقياس التفاؤل كأدوات للدراسة .وضحت النتائج أن مستوى الثقة بالنفس ودرجة التفاؤل كانا متوسطين، وأن هناك علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة احصائية بين الثقة بالنفس والتفاؤل.

استقصت دراسة الجبوري وكاظم [30] العلاقة بين السعادة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات. تم استخدام مقياس السعادة النفسية من إعداد أبو هاشم (2010م) ومقياسا للتوافق النفسي والاجتماعي من إعداد العصيمي (2010م). بلغ حجم العينة 200 طالبة من طالبات كلية التربية للبنات. تم التوصل إلى النتائج الأتية: لدى أفراد عينة البحث مستوى عال من السعادة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي، كما أن هناك علاقة إيجابية بين السعادة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي.

وبحثت دراسة الدقوشي [31] عن التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة عمر المختار بالبيضاء، حيث بلغ حجم العينة 300 طالبا وطالبة، طُبقت عليهم القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبد الخالق (1996م) ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد الدسوقي (1996م). توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج من ضمنها: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل والرضا عن الحياة، ووجود فروق دالة احصائيا في التفاؤل بين الذكور والإناث، وذلك لصالح الإناث.

أما دراسة شاهين [32] فقد درست التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، حيث أُجريت على عينة حجمها 341 طالبا وطالبة، جُمعت منهم البيانات باستخدام القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم إعداد عبد الخالق (1996م)، فأظهرت النتائج أن متوسطات التفاؤل تزداد بارتفاع المستوى الاقتصادي للأسرة، في حين أن متوسطات التشاؤم ترتفع بانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة. كما أظهرت النتائج فروق في متوسطات التفاؤل لصالح الطلبة مرتفعي درجة التدين.

قامت دراسة الكفيري [33] بالكشف عن مستوى الثقة بالنفس لدى طالبات جامعة حائل، فشملت الدراسة عينة حجمها 802 طالبة من التخصصات التالية: الطب والهندسة وعلم النفس والثقافة الإسلامية، طُبق عليهن مقياس الثقة بالنفس للفرح والقواسمة (1996م). توصلت الدراسة إلى أن الطالبات لديهن مستوى منخفض من الثقة بالنفس، كما لم تجد الدراسة فروقا في الثقة بالنفس بين الطالبات بحسب تخصصاتهن.

وقامت دراسة قمر [34] بالتعرف على الثقة بالنفس لدى الطلبة المتفوقين والطلبة العاديين بكلية التربية في جامعة دنقلا. بلغ حجم العينة 166 طالبا وطالبة. استخدم الباحث مقياس الثقة بالنفس من إعداده، وتوصل إلى أن درجة الثقة بالنفس لدى الطلبة بصفة عامة أعلى من المتوسط، مع وجود فروق بين الطلاب والطالبات في مستوى الثقة بالنفس وذلك لصالح الطلاب. كما وجد الباحث علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي، وأن الثقة بالنفس تعد منبئة بالتحصيل الدراسي الجيد.

هدفت دراسة الشريدة [35] إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة مع كل من: الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات كلية التربية بجامعة القصيم. بلغ حجم العينة 40 طالبة في المستوى الخامس بقسم علم النفس في كلية التربية بجامعة القصيم. تم استخدام مقياس الرضا عن الحياة من إعداد الدسوقي (2013م) ومقياس الثقة بالنفس تعريب عبد الله (1997م) ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية تعريب عبد السلام (2008م). أسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الرضا عن الحياة مع كل من: الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية، كما أشارت النتائج إلى أن الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية لديهم قدرة تنبؤية بالرضا عن الحياة.

أما دراسة حميد [36] فقد هدفت إلى معرفة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالتسامح والرضا عن الحياة لدى طلاب كلية الآداب بجامعة الملك سعود. بلغ حجم العينة 205 طالبا وطالبة. تم استخدام القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم إعداد عبد الخالق (1998م) ومقياس التسامح إعداد ثومبسون (Thompson,2005) وذلك بعد ترجمته وتعريبه، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد داينر وآخرون (Diener,et.al.,1985) وترجمة وتعريب فهمي (2008م). توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل وكل من: التسامح والرضا عن الحياة، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة احصائيا بين التشاؤم وكل من: التسامح والرضا عن الحياة.

استقصت دراسة الجمال [37] طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. تكونت العينة من 258 طالبا وطالبة من كلية التربية والآداب والعلوم بجامعة تبوك، طبقت الباحثة عليهم مقياس السعادة النفسية من إعداد أبوت (Abbot, 2006) وتعريبها، ومقياس الاتجاه نحو الدراسة الجامعية إعداد أبو جلالة وجمل (2007م). توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين درجات الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها المختلفة والاتجاه نحو الدراسة الجامعية، كما أمكن التنبؤ بالتحصيل الدراسي من السعادة النفسية ومكوناتها الفرعية ومن الاتجاه نحو الدراسة الجامعية، مع اختلاف نسب إسهام هذه العوامل.

أُجريت دراسة الرايفي [38] بهدف تحديد البنية العاملية لمفهوم الشعور بالسعادة والتعرف على العلاقة بين الشعور بالسعادة وبعض سمات الشخصية لدى طالبات كلية التربية بمحافظة جدة. بلغ حجم العينة 600 طالبة طُبق عليهن مقياس الشعور بالسعادة للإناث من إعداد الباحثة، والبروفيل الشخصي لجوردن

(Gordon,1973) الذي قام بتعريبه جابر عبد الحميد وفؤاد أبو حطب. أظهرت النتائج أن الخصائص المكونة لمفهوم السعادة تنتظم تحت عامل عام يستوعب مكونات الشعور بالسعادة وهي: علاقة الفرد بربه – التفاؤل – الرضا – الوجدان الإيجابي المرتفع – علاقة الفرد بالآخرين – علاقة الفرد بنفسه– الصحة الجسمية – أنشطة وقت الفراغ. وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الشعور بالسعادة وعدد من سمات الشخصية.

هدفت دراسة بسيوني [5] إلى فحص التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. شملت الدراسة عينة قوامها 343 طالبة من كلية التربية للبنات. تم استخدام مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعدادا الباحثة، ومقياس الرضا عن الحياة من تعريب شاهين وشند (2007م). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل والرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي، والعكس بين التشاؤم مع بقية المتغيرات.

وفحصت دراسة العنزي والعنزي [39] العلاقة بين الثقة بالنفس والقدرات الإبداعية والتحصيل الدراسي لدى طلاب وطالبات كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وكان حجم العينة 289 طالبا وطالبة. استخدم الباحثان مقياس الثقة بالنفس من إعداد العنزي (1999م) ومقياس الأصالة والطلاقة من إعداد تورانس واختبار الأشكال نموذج (أ). أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي، وعلاقة موجبة بين الطلاقة وكل من: الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي. بينما لم تظهر ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين الأصالة وكل من: الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي.

عملت دراسة طبيل [40] على بناء مقياس للتفاؤل الدراسي وتقييم مستوى التفاؤل الدراسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل. شملت عينة الدراسة 300 طالبا وطالبة، وتوصلت إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى جيد من التفاؤل، كما وجدت علاقة ارتباطية معنوية إيجابية بين مستوى التفاؤل الدراسي والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل.

في حين عملت دراسة عبد الكريم والدوري [4] على استقصاء العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى طالبات المرحلتين الأولى والرابعة في كلية التربية للبنات، طُبق عليهن مقياسا للسعادة من تصميم الباحثتين وآخرا لقياس التوجه نحو الحياة من إعداد شاير وكارفر (Scheier & Carver, 1985) وترجمة وتعديل الأنصاري (1998م). توصلت الدراسة إلى أن الطالبات يتمتعن بمستوى من التفاؤل أعلى من متوسط المجتمع، وكذلك في مستوى التوجه نحو الحياة. وفي حين لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طالبات المرحلتين الأولى والرابعة في متغير التفاؤل فقد كانت هناك فروق دالة احصائيا في متغير التوجه نحو الحياة لصالح طالبات المرحلة الرابعة.

وأخيرا تورد الباحثة دراسة العنزي [15] التي كشفت عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والثقة بالنفس والتوازن الوجداني لدى طلبة كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت. طُبق مقياس الرضا عن الحياة من إعداد داينر وزملاؤه (Diener et.al.,1985) ومقياس التوازن الوجداني من إعداد بريدبورن (Bradburn) ومقياس الثقة بالنفس من إعداد العنزي (1999م) والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبد الخالق (1996م) على عينة قوامها 410 طالبا وطالبة. اسفرت الدراسة عن عدة

نتائج منها: وجود ارتباط إيجابي دال احصائيا بين الرضا عن الحياة وكل من: الثقة بالنفس والتفاؤل والوجدان الإيجابي، وبينت الدراسة أن التفاؤل والوجدان الإيجابي والسلبي متغيرات منبئة بالرضا عن الحياة.

تعقيب على الدراسات السابقة:

تلاحظ الباحثة أن كل الدراسات التي اطلعت عليها لم تجمع متغيرات الدراسة الحالية في دراسة واحدة سابقة، بل جاءت متغيرات الدراسة الحالية متناثرة بين دراسة وأخرى، كذلك تعددت المتغيرات التي رُبطت مع كل واحد من متغيرات دراستها هذه، وكان للتحصيل الدراسي الحظ الأوفر في ربطه بالثقة بالنفس والشعور بالسعادة والتفاؤل، ربما لأن الدراسات كلها تمت في إطار المجتمع الجامعي، ثم تلاه متغير الرضا عن الحياة من حيث ربطة بأي متغير من المتغيرات التي شملتها الدراسة الحالية. كذلك لم تجد الباحثة دراسة استخدمت نفس المقاييس المستخدمة في دراستها هذه، وكان أكثر المقاييس استخداما لقياس التفاؤل هو القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم التي أعدها عبد الخالق (1996). على العموم تنضم هذه الدراسة الى مجموعة الدراسات التي بحثت في الجانب الإيجابي للسلوك الإنساني.

منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية:

منهج الدراسة: اتبعت الباحثة المنهج الوصفي: المسحي والارتباطي والمقارن.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من طالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية بجامعة حائل المسجلات للفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2017م – 2018م والبالغ عددهن 769طالبة.

عينة الدراسة: بلغ حجم العينة 207 طالبة، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة الأدوات التالية لجمع البيانات:

استمارة المعلومات الأولية: حيث أعدت الباحثة هذه الاستمارة لمعرفة البيانات الأولية للطالبة والتي تدخل ضمن متغيرات الدراسة الحالية وهي: المعدل التراكمي (للدلالة على التحصيل الدراسي للطالبة) ودرجة الرضا عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة. كذلك طبقت الباحثة المقاييس التالية لجمع البيانات: مقياس التفاؤل إعداد بدر محمد الأنصاري [41] ومقياس الشعور بالسعادة إعداد عايدة شعبان صالح [42] ومقياس الثقة بالنفس إعداد محمد عبده شوعي إبراهيم حمدي [43].

الدراسة الأولية للمقاييس:

إن الغرض من الدراسة الأولية لأدوات البحث هو التحقق من صدق وثبات الأدوات قبل استخدامها في جمع البيانات، كما أن هناك فرقاً بين الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأولية لأدوات البحث، فالغرض من الدراسة الاستطلاعية القيام ببحث مصغر لاختبار مختلف عناصر خطة البحث، أما الدراسة الأولية فغرضها التحقق من صدق وثبات أدوات البحث قبل استخدامها في جمع البيانات [44].

تم تجريب المقاييس على عينة قوامها 40 طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة الحالية، وبعد تصحيح الاستجابات تم رصد الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثَم تم التوصل إلى الخصائص السايكومترية التالية للمقاييس المستخدمة في هذه الدراسة، تعرضها الباحثة لكل مقياس كما يلي:

الاتساق الداخلي لمقياس التفاؤل: لمعرفة اتساق البنود بمقياس التفاؤل، تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين درجات كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس المكون من 30 بندا، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الاجراء:

جدول رقم (1) يوضح معاملات ارتباط البنود في مقياس التفاؤل مع الدرجة الكلية للمقياس بمجتمع الدراسة الحالية

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل ارتباطه مع الدرجة الكلية
1	0.411	11	0.622	21	0.447
2	0.326	12	0.503	22	0.396
3	0.501	13	0.474	23	0.596
4	0.424	14	0.482	24	0.508
5	0.315	15	0.457	25	0.640
6	0.527	16	0.499	26	0.514
7	0.597	17	0.259	27	0.471
8	0.483	18	0.648	28	0.373
9	0.376	19	0.502	29	0.616
10	0.341	20	0.605	30	0.231

يلا حظ من الجدول السابق أن معاملات الارتباط لجميع البنود دالة احصائيا عند مستوى (0.05) وأن جميع البنود تتمتع بالاتساق الداخلي.

الاتساق الداخلي لمقياس الثقة بالنفس:

لمعرفة اتساق البنود بمقياس الثقة بالنفس، تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين درجات كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس المكون من 20 بندا، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الاجراء:

جدول رقم (2) يوضح معاملات ارتباط البنود في مقياس الثقة بالنفس مع الدرجة الكلية للمقياس بمجتمع الدراسة الحالية

البند	معامل ارتباطه	البند	معامل ارتباطه مع الدرجة الكلية
1	0.395	11	*0.042
2	0.421	12	0.267
3	0.499	13	0.424
4	0.299	14	0.594
5	0.330	15	0.213
6	0.654	16	*0.097
7	0.578	17	0.454
8	0.450	18	0.515

9	0.420	19	0.444
10	0.213	20	0.608

يلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ارتباط جميع البنود دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وأن جميع البنود تتمتع بالاتساق الداخلي عدا البندين 11و 16 فتم حذفهما من المقياس حتى لا يؤثرا على الثبات، وعليه أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من 18بندا بدلا عن 20 بند.

الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالسعادة:

لمعرفة اتساق البنود بمقياس الشعور بالسعادة تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين درجات كل بند من بنود المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، المكون من 31 بندا، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الاجراء:

جدول رقم (3) يوضح معاملات ارتباط البنود في مقياس الشعور بالسعادة مع الدرجة الكلية للمقياس بمجتمع الدراسة الحالية

البند	معامل ارتباطه مع الدرجة الكلية	البند	معامل ارتباطه مع الدرجة الكلية	البند	معامل ارتباطه مع الدرجة الكلية
1	0.618	12	0.512	22	0.689
2	0.616	13	0.747	23	0.800
3	0.541	14	0.482	24	0.201
4	0.692	15	0.714	25	0.589

5	0.534	16	0.819	26	0.662
6	0.707	17	0.403	27	0.600
7	0.676	18	0.694	28	0.556
8	0.513	19	0.608	29	0.867
9	0.645	20	0.826	30	0.741
10	0.783	21	0.568	31	0.793
11	0.781				

يلا حظ من الجدول السابق أن معاملات الارتباط لجميع البنود دالة احصائيا عند مستوى (0.05) وأن جميع البنود تتمتع بالاتساق الداخلي.

معاملات الثبات والصدق الذاتي للمقاييس المستخدمة في هذه الدراسة (التفاؤل- الثقة بالنفس- الشعور بالسعادة):

لمعرفة الثبات للدرجات الكلية للمقاييس في صورتها النهائية في مجتمع الدراسة الحالية، تم تطبيق معادلة التجزئة النصفية على بيانات العينة الأولية، وكذلك معادلة الفاكرونباخ، كما تم حساب الجذور التربيعية لمعاملات الثبات الناتجة عن هذه المعادلات للحصول على الصدق الذاتي لهذه المقاييس، فبيّنت هذه الإجراءات النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول رقم (4) يوضح معاملات الثبات والصدق الذاتي لمقياس التفاؤل، ومقياس الثقة بالنفس ومقياس الشعور بالسعادة

المقياس	عدد الفقرات	معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية	معامل الثبات عن طريق معادلة الفا كرونباخ	الصدق الذاتي عن طريق التجزئة النصفية	الصدق الذاتي عن طريق معادلة الفا كرونباخ
التفاؤل	30	0.908	0.831	0.952	0.911
الثقة بالنفس	18	0.750	0.601	0.866	0.775
الشعور بالسعادة	31	0.947	0.899	0.973	0.948

يتضح مما سبق أن جميع المقاييس تتمتع بمعاملات عالية من الصدق والثبات.

عرض ومناقشة وتفسير النتائج

أولا: عرض ومناقشة وتفسير نتيجة الفرض الأول: ينص الفرض الأول على أنه "يتسم كل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بالارتفاع". وللتحقق من صدق هذا الفرض تم تطبيق اختبار "ت" لمتوسط مجتمع واحد، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (5) يوضح نتيجة اختبار "ت" لمتوسط مجتمع واحد للحكم على السمة العامة لكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط المحكي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
التفاؤل	207	90	109.712	15.90362	17.831	206	0.000
الثقة بالنفس	207	54	66.3671	8.97788	19.819	206	0.000
الشعور بالسعادة	207	93	135.802	16.29037	37.798	206	0.000

بالنظر إلى الجدول رقم (5) تجد الباحثة أن التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى الطالبات اتسمت جميعها بالارتفاع بدرجة دالة احصائيا، وتفسر الباحثة هذه السمات المرتفعة بأنها قد تعود لعدة عوامل: فدراسة الطالبات وتخصصهن في مجال الطفولة يجعلهن أكثر تعاملا مع عالم الأطفال والذي هو في الأساس عالم مبهج، يُحاط العامل فيه ببراءة الأطفال وشغبهم كما يُحاط بسمات الطفولة الغضة، خاصة أنهن يتعاملن مع الأطفال الأسوياء. كما أن الطالبات بحكم تكوينهن الأنثوي وفطرة الأمومة لديهن، يستمتعن بهذا العالم الطفولي الذي تتعلق به كل نواحي دراستهن الأكاديمية، مما يجعلهن أكثر سعادة وتفاؤلا وثقة بأنفسهن أنهن سينجحن في هذا المضمار. ومما قد يؤكد دور الطبيعة الأنثوية في التفاؤل ما توصلت إليه دراسة الدقوشي [31] التي أُجريت على طلبة جامعة عمر المختار، حيث وجدت أن الإناث أكثر تفاؤلا من الذكور.

كذلك طبيعة المرحلة السنية للطالبات قد تكون أسهمت في هذه النتيجة فهن في ريعان شبابهن مما يجعلهن مقبلات على الحياة في تفاؤل وثقة بالنفس وسعادة. كما قد تكون الظروف البيئية الجامعية المتهيئة لهاته الطالبات قد أسهمت في تمتعهن بمستوى مرتفع من التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة، حيث تتوفر للطالبة كل المعينات الدراسية، بالإضافة إلى أن طبيعة الحياة في مدينة حائل من حيث النواحي البيئية والاجتماعية قد تكون أسهمت بشكل أو بآخر في هذه النتيجة، فهي مدينة تتسم بالهدوء والنظافة والنظام واللطف، والترابط الودي بين الناس.

تشابهت هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات، فمن ناحية التفاؤل تشابهت مع دراسة عبد الكريم والدوري[4] التي وجدت أن الطالبات يتمتعن بمستوى من التفاؤل أعلى من متوسط المجتمع، ودراسة طبيل [40] التي وجدت أن الطلبة يتمتعون بمستوى جيد من التفاؤل الدراسي. ومن جانب الثقة بالنفس تشابهت مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة قمر[34] من أن الطلبة يتمتعون بصفة عامة بثقة أعلى من المتوسط، إلا أنها اختلفت مع دراسة الكفيري[33] التي وجدت أن الطالبات لديهن مستوى منخفض من الثقة بالنفس. أما من ناحية السعادة فتشابهت النتيجة مع ما توصلت إلية دراسة الجبوري وكاظم [30] التي وجدت أن الطالبات لديهن مستوى عال من السعادة النفسية.

ولكن لماذا اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الكفيري [33] رغم أن الدراستين فحصتا الثقة بالنفس في جامعة حائل؟ ترى الباحثة أن هذا ربما قد يكون عائدا لاختلاف التخصصات التي شملتها الدراستان، ففي حين بحثت الدراسة الحالية الثقة بالنفس لدى طالبات رياض الأطفال، شملت دراسة الكفيري [33] بالبحث طالبات التخصصات التالية: الطب والهندسة وعلم النفس والثقافة الإسلامية، الأمر الذي قد يلمح للدور الذي قد تؤديه طبيعة التخصص الأكاديمي في الثقة بالنفس. ويبدو أن التعامل مع عالم الطفولة أكاديميا (نظريا

وتطبيقيا) يملأ الطالبة بعدد من النواحي الإيجابية ومن ضمنها هذه الثقة بالنفس المرتفعة التي تمتعت بها طالبات رياض الأطفال دون غيرهن من بعض الطالبات. أو ربما يعود الأمر لاستخدام مقياسيين مختلفين في الدراستيين، ففي حين استخدمت الدراسة الحالية مقياس حمدي [43] استخدمت دراسة الكفيري [33] مقياس فرح والقواسمة (1996م). إن الاختلاف في نتائج الاختبارات التي تحمل نفس الاسم يرجع إلى عدة أسباب منها اختلاف محتوى الاختبارات [45]. وترى الباحثة أن إجراء المزيد من الدراسات في هذا الأمر، خاصة الدراسات السببية ربما قد يقود للتأكد من دور التخصص الأكاديمي في التأثير على ثقة الطالبة بنفسها.

ثانيا: عرض ومناقشة وتفسير نتيجة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد علاقة ارتباطية طردية بين التفاؤل وكل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل " وللتحقق من صدق هذا الفرض تم تطبيق معادلة معامل الارتباط العزمي لبيرسون، والجدول التالي يوضح نتيجة هذا الإجراء:

جدول رقم (6) يوضح معامل الارتباط العزمي لبيرسون لمعرفة دلالة العلاقة الارتباطية بين التفاؤل مع كل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل

المتغير	الثقة بالنفس			الشعور بالسعادة		
	القيمة الارتباطية	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	القيم الارتباطية	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
التفاؤل	0.563	206	0.000	0.674	206	0.000

من الجدول رقم (6) تجد الباحثة علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا بين التفاؤل وكل من: الثقة بالنفس والشعور بالسعادة. ترى الباحثة أن المتفائل الناظر للمستقبل نظرة إيجابية يجعله هذا التفاؤل مؤمنا بأنه

سيحصل على ما يود، الأمر الذي يجعله شاعرا بالسعادة، كما يكون واثقا بنفسه متأكدا من أنه قادر على تحقيق ما يصبو اليه، فقادم الأيام في نظرة مليئة بالمسرات.

وبرجوع الباحثة إلى التعريفات التي أوردتها في دراستها هذه عن الثقة بالنفس والتفاؤل وكذلك نموذج التوقع –القيمة الذي قدماه تشالز كارفر و ميشيل شاير (Charles Carver & Michael Scheier) لتفسير كيف يرتبط التفاؤل مع الحصول على النتائج المرجوة والمرغوبة[8]، مما أوردته الباحثة أيضا في هذه الدراسة، تجد الباحثة أن التفاؤل والثقة بالنفس قد التقيا فيما يخص تحقيق الأهداف المستقبلية، فالمتفائل يتوقع النجاح والفوز بأهدافه، وصاحب الثقة بالنفس يعتقد بقدرته على تحقيق أهدافه، لذا ترى الباحثة أنه لا غرو أن يرتبط التفاؤل والثقة بالنفس معا ارتباطا إيجابا، وأن تكون بينهما علاقة طردية ذات دلالة إحصائية. هذا وقد توصلت دراسة ناصر باي وآخرون [29] إلى أن هناك علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا بين الثقة بالنفس والتفاؤل.

أما بالنسبة للسعادة فترى الباحثة أن المتفائل يعيش الإحساس بالسعادة في أغلب أوقات حياته وكيف لا؟ فالمتفائل يستشعر منذ الآن أن مقبل الأيام سيكون طيبا، ونحن نعلم أن الإنسان كثيرا ما يقلق بشأن المستقبل، مما يجعله يعيش حاضرا متوترا بعض الشيء، ومتوجسا من مقبل الأحداث، فينقص هذا من سعادته الحالية، مثل هذا الوضع لا يمر به المتفائل فهو يتوقع دائما الأفضل مما يجعله مستشعرا للسعادة. هذا وقد توصلت دراسة الرايفي [38] إلى أن الخصائص المكونة لمفهوم السعادة تنتظم تحت عامل عام يستوعب مكونات عدة للشعور بالسعادة منها التفاؤل، مما قد يدعم النتيجة المتحصل عليها في هذه الدراسة.

ثالثا: عرض ومناقشة وتفسير نتيجة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "توجد علاقة ارتباطية طردية بين التحصيل الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل" وللتحقق من صدق هذا الفرض تم تطبيق معادلة معامل الارتباط العزمي لبيرسون، والجدول التالي يوضح نتيجة هذا الإجراء:

جدول رقم (7) يوضح معامل الارتباط العزمي لبيرسون لمعرفة دلالة العلاقة الارتباطية بين التحصيل الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل

المتغير	التحصيل الدراسي		
	القيم الارتباطية	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
التفاؤل	-0.081	206	0.243
الثقة بالنفس	0.100	206	0.151
الشعور بالسعادة	-0.096	206	0.171

بالنظر إلى الجدول رقم (7) لا تجد الباحثة علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا بين التحصيل الدراسي وكل من: التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة. اختلفت النتائج المتحصلة لهذا الفرض مع العديد من الدراسات: فمن ناحية التفاؤل وجدت دراسة بسيوني [5] علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل والانجاز الأكاديمي، ووجدت دراسة طبيل [40] علاقة ارتباطية معنوية ايجابية بين مستوى التفاؤل الدراسي والتحصيل الدراسي، كما اختلفت مع نتيجة دراسة العنزي والعنزي[39] التي اسفرت عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي، ودراسة قمر [34] التي وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية

بين الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي وأن الثقة بالنفس تعد منبئ بالتحصيل الدراسي الجيد. أما من ناحية السعادة فقد اختلفت مع ما توصلت إلية دراسة الجمال [37] من أنه يمكن التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال السعادة النفسية.

ربما تعود هذه النتيجة المختلفة عن نتائج الدراسات السابقة إلى أن التحصيل الدراسي لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل أكثر ارتباطا بعوامل أخرى ، فالطالبة قد يكون تحصيلها الدراسي مرتبطا لديها مثلا بدافع الإنجاز أكثر من ارتباطه بالعوامل الانفعالية الأخرى، فمحددات التحصيل الدراسي عدة منها: طبيعة المادة الدراسية، طبيعة العلاقة بين الطالب ومدرسيه، طبيعة الرعاية الأسرية التي يتلقاها الطالب، الدافع للإنجاز الأكاديمي، روح التنافس وغيرها من العوامل التي لم تشملها هذه الدراسة، والتي قد يكون لها الارتباط الأكبر بالتحصيل الدراسي لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل. إذاً ربما كانت هناك متغيرات لها العلاقة الأكبر مع التحصيل الدراسي دون المتغيرات التي شملتها هذه الدراسة لدى طالبات رياض الأطفال، مما قد يدعوا لمزيد من البحث في هذا المجال فيما يخص مجتمع الدراسة الحالية.

رابعا: عرض ومناقشة وتفسير نتيجة الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "توجد فروق في التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة بين طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن" وللتحقق من صدق هذا الفرض تم تطبيق اختبار كروسكال –والس، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (8) يوضح نتائج اختبار كروسكال –والس لمعرفة الفروق في التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة بين طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بحسب رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن

المتغير	درجة الرضا عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة	حجم العينة	متوسط الرتب	درجة الحرية	قيمة كاي^2	القيمة الاحتمالية
التفاؤل	راضية بشدة	75	123.69	3	18.136	0.000
	راضية	94	99.02			
	متوسطة الرضا	30	84.37			
	غير راضية	8	51.50			
	المجموع	207				
الثقة بالنفس	راضية بشدة	75	124.49	3	19.964	0.000
	راضية	94	91.62			
	متوسطة الرضا	30	106.60			
	غير راضية	8	47.62			
	المجموع	207				
الشعور	راضية بشدة	75	111.93	3	3.669	0.300

بالسعادة	راضية	94	103.70			
	متوسطة الرضا	30	89.02			
	غير راضية	8	89.44			
	المجموع	207				

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق رقم (8) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الطالبات في التفاؤل بحسب مستوى رضا الطالبات عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن وذلك لصالح شديدات الرضا. ترى الباحثة أن الطالبة التي تعيش مع أسرتها في وضع مادي واجتماعي هي راضية عنه قد يقودها للمزيد من التفاؤل، وحيث إن التفاؤل يتعلق بتوقعات الفرد الإيجابية عن المستقبل، فالطالبة التي تدرك أن أسرتها في وضع اقتصادي واجتماعي طيب يزداد لديها الاطمئنان بقدرة أسرتها على دعمها في تحقيق ما تصبو إليه في مقبل حياتها. ومما قد يدعم هذا التفسير لهذه النتيجة ما توصلت إليه دراسة شاهين [32] عن التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة والتي وجدت أن متوسطات التفاؤل تزداد بارتفاع المستوى الاقتصادي لإسرة الطالب، في حين أن متوسطات التشاؤم تزداد بانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة.

إن الشخص المتفائل هو في الأساس شخص راض، فهو دائما يضع الأمور في ضوء أحسن الافتراضات وعندما تصبح الأمور غير قابلة للتحكم يقبل المتفائلون بالأمر الواقع [1]. إن الرضا عن الحياة بشكل عام والذي أحد جوانبه الرضا عن الوضع الاقتصادي والاجتماعي له دور في جعل الفرد أكثر تفاؤلا، فقد وجدت دراسة الدقوشي [31] علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل والرضا عن الحياة، كما وجدت دراسة حميد [36] علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التفاؤل مع كل من التسامح والرضا عن الحياة، ووجدت

دراسة بسيوني [5] أيضا علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، بالإضافة إلى دراسة العنزي[21] التي أسفرت عن وجود ارتباط إيجابي ذي دلالة احصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة.

وفيما يتعلق بالثقة بالنفس فقد أسفرت النتائج أيضا عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس بين الطالبات بحسب مستوى رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن وذلك لصالح الراضيات بشدة. إن للأسرة دور كبير في اكساب الفرد ثقة بنفسه على مر مراحله السنية، فالثقة بالنفس يتم إضعافها وتقويتها عن طريق نوعية التنشئة الاجتماعية، فعندما ينشأ الطفل في بيئة مملؤة بالثقة يكون واثقا من نفسه معتمدا عليها، لا يتخوف من مجابهة المواقف الاجتماعية أيا كان نوعها[18] ، وترى الباحثة أن الأسر ذات الوضع الاقتصادي والاجتماعي الذي يتسم بالرضا عنه من قبل الطالبة، قد يجعل الآباء لديهم المقدرة على توفير فرص أكبر لأبنائهم في مختلف نواحي الحياة الحالية والمستقبلية، الأمر الذي تدركه الطالبة فيزيد من ثقتها في قدرتها على تحقيق ما تريد، كذلك ترى الباحثة أن الفرد الذي يحظى بفرص عدة عبر مراحل عمره وفرتها له الأسرة بسبب الوضع المادي والاجتماعي المريح، قد تكون ساهمت في اكسابه المزيد من الثقة بالنفس. هذا وقد وجدت دراسة الشريدة [35] علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس لدى طالبات قسم علم النفس بجامعة القصيم. كذلك توصلت دراسة العنزي [15] إلى علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيا بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس.

أما بالنسبة للسعادة فلم تسفر النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطالبات في السعادة بحسب مدى رضاهن عن المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأسرهن. ربما تعود هذه النتيجة إلى أن هناك عوامل

أخرى تطغى على النواحي الاقتصادية والاجتماعية لجعل الفرد سعيدا أم لا، وقد تدل هذه النتيجة على أن النواحي المالية هل الأقل أثرا في تحديد سعادة الانسان –وإن لم ينعدم أثرها–، فبالنظر إلى نتيجة الفرض الأول نجد أن السمة العامة للسعادة هي الارتفاع، إذاً على الرغم من اختلاف مستويات الرضا عن الوضع الاقتصادي والاجتماعي تمتعت كل الطالبات بدرجة مرتفعة من السعادة، قد يكون ذلك من الإيمان والرضا بالقضاء والقدر الذي يؤدي دورا مهما في حياة المسلم من حيث تقبله لأوضاع الحياة المختلفة، فقد توصلت دراسة البجيدي وعلي [25] إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الذكاء الروحي والسعادة لدى طالبات قسم رياض الأطفال بجامعة الجوف، كذلك توصلت دراسة عبد الخالق وآخرون [26] إلى أن من يعدون أنفسهم سعداء من بين طلبة الجامعة في الجزائر، هم الأكثر تدينا. كذلك فإن الطالبات في جامعة حائل على الرغم من اختلاف مستوى أسرهن الاقتصادي والاجتماعي فإنهن يعاملن بسواء داخل الجامعة من حيث التساوي في الفرص التعليمية والتدريبية، كما أن الطالبة تتلقى من قبل الدولة مكافأة مالية شهرية تعينها على متطلبات الدراسة والتي هي أصلا مجانية، حيث لا يتعين على الطلاب الجامعيين في المملكة العربية السعودية دفع رسوم دراسية، الأمر الذي قد يكون ساهم بدرجة ما في جعل المستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى الأسرة لا يؤثر سلبا على سعادة الطالبات.

التوصيات:

إن النتائج الإيجابية التي توصلت إليها الدراسة الحالية من تمتع طالبات رياض الأطفال بجامعة حائل بدرجات مرتفعة من التفاؤل والثقة بالنفس والشعور بالسعادة، تدفع بالباحثة للتوصية بالمحافظة على هذه السمات لدى طالبات رياض الأطفال، وبثها في بقية طالبات الجامعة عن طريق الدورات التدريبية والبرامج

الإرشادية التي من شأنها ملء الطالبات بروح التفاؤل بالمستقبل، والارتقاء بثقتهن بأنفسهن، ومساعدتهن لتحقيق ما يصبون إلية من السعادة.

اقتراحات لدراسات مستقبلية:

دراسة العلاقات السببية التي تجمع بين المتغيرات التي شملتها الدراسة الحالية في نموذج سببي متكامل، معتمدا على تحليل المسارات.

المراجع:

1. Boniwell, Ilona. (2012). Positive Psychology in a Nutshell. Mc Graw Hill. England.3rd edition. pp. 3/ 19-20.

2. المنشاوي، عادل محمود. (2006م). التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم في ضوء بعض المتغيرات النفسية والديموغرافية لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة التربية المعاصرة. ص 1-61.

3. الدسوقي، مجدي محمد محمد. (2001م). التفاؤل والتشاؤم من حيث علاقتهما بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين. مجلة كلية التربية. المجلد 2. العدد 25. ص -272 225.

4. عبد الكريم، إيمان صادق. والدوري، ريا. (2010م). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات. مجلة البحوث التربوية والنفسية. العددان السادس والعشرون والسابع والعشرون، ص 239-265.

5. بسيوني، سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز. (2011م). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي. العدد 28. ص 68-114.

6. Peterson, Christopher. (January 2000). The Future of Optimism. American Psychologist. 55(1), pp. 44-55. Rtrieved on 8th of Feb. 2019 from http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.44

7. Beazley, Claire. (2009). 8 Types of Optimism: What are the Dangers of Optimism?. Retrieved on 9th of Feb. 2019 from: positivepsychology.org.uk/the-many-sides-of-optimism/

8. Srivastava, S. & Angelo, K. M. (2009). Optimism, Effects on Relationships. In H.T. Reis and S.K. Sprecher (Eds.), Encyclopedia of Human Relationships. Thousand Oaks, CA: Sage. Retrieved on 8th of Feb. 2019 from: https://scholar.google.com/scholar?q=optimism+effects+on+relationships&hl=ar&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart

9. Grenville-Cleave, Bridget. (2012). Positive Psychology a Practical Guide. Icon Books Ltd, UK. p. 157.

10. Hecht, David. (2013).The Neural Basis of Optimism and Pessimism. Experimental Neurology. Sep. 22 (3) pp.173-199. Retreived on 9th of Feb.2019 from: http://dx.doi.org/10.5607/en.2013.22.3.173

11. Harvard Medical School Special Health Report (2016). Positive Psychology Harnessing the Power of Happiness, Mindfulness, and Inner Strength. Harvard Medical School. p. 8.

12. الأطرش، محمود حسني حسن. (2017م). مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية وعلاقته ببعض المتغيرات. المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة. السنة 7. العدد 12. ص 217-230.

13. أجاندو، سيسي. (2017م). إسهامات التربية الأسرية في تنمية الثقة بالنفس لدى الأبناء. مجلة دراسات وأبحاث. العدد 26. ص 39-54.

14.هارون، فرغلي. (2016م). الثقة بالنفس: أهميتها وطرق تنميتها. مجلة الوعي الإسلامي. السنة 53. العدد 610. ص 14-15.

15.العنزي، فريح عويد مبارك. (2001م). المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل: دراسة ارتباطية عاملية. مجلة العلوم الاجتماعية. المجلد 29. العدد 3. ص 47-77.

16. North, TC. (w.d). The 12 Benefits of Increasing your Self Confidence. Retrieved on 2nd of March 2019 from https://www.tcnorth.com/building-confidence/12-benefits-increasing-self-confidence/

17. الطائي، أنوار غانم يحي طه. (2007م). الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل. مجلة التربية والعلم. المجلد 14. العدد 1. ص ص 293-312.

18.صديق، عادل (2009م). تربية الأبناء والثقة بالنفس، مجلة الوعي الإسلامي، السنة 46. العدد 532، ص 78-79.

19. غنيم، سلامه. (2008م). الثقة بالنفس وآثارها على عمليتي التعليم والتعلم. مجلة التطوير التربوي. السنة 6. العدد 14. ص 16-18.

20. Carr, Alan. (2011). Positive Psychology the Science of Happiness and Human Strength. Routledge Taylor and Francis Group. New York and London. 2nd edition. p. 6.

21.العنزي، فريح عويد. (2001م). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث. مجلة دراسات نفسية. المجلد 11. العدد 3. ص 351-377.

22.جودة، آمال عبد القادر. (2010م). التفاؤل والأمل وعلاقتهما بالسعادة لدى عينة من المراهقين في محافظة غزة. الأعمال الكاملة للمؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس. ص 671-639.

23.الوليدي، علي بن محمد بن علي. (2017م). اليقظة الذهنية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية. ص 41-68.

24. محمد، سارة الطيب عبد الحليم. (2016م). مستوى الشعور بالسعادة لدى المسنين وعلاقته بمستوى التدين الإسلامي: دراسة تطبيقية على الدور الإيوائية بولاية الخرطوم. رسالة ماجستير. جامعة أم درمان الإسلامية- كلية الآداب.

25. البجيدي، حصة بنت غازي. وعلي، علاء عبد الرحمن. (2015م). الذكاء الروحي وعلاقته بكل من السعادة النفسية وبعض أنماط الشخصية لدى طالبات رياض الأطفال بجامعة الجوف. مجلة دراسات الطفولة. المجلد 18. العدد 69. ص 125-132.

26. عبد الخالق، أحمد محمد. وحمودة، سليمة. وزين العابدين، فارس. (2017م). السعادة وارتباطها بالحياة الطيبة والتدين لدى عينة من طلبة الجامعة في الجزائر. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد 31. ص233-244.

27. عبد الوهاب، محمد حلمي. (2012م). الجوانب الدينية والفلسفية لمفهوم السعادة، جريدة الشرق الأوسط. العدد 12187، استجلب بتاريخ 13 فبراير 2019 من الموقع التالي:

cms.aawsat.com/details.asp?section=17&article=671996&issueno=12187#.XH9EsPZuLIU

28. Heintzelman Samantha J.& Tay Louis. (2018). Positive Psychology Established and Emerging Issues. (edited by Dana S. Dunn). Routledge Taylor and Francis Group. New York and London. pp. 12-13.

29.ناصر باي، كريمة. وبو ملاح، أسامة. وعلوان، رفيق. (2018). الثقة بالنفس وعلاقتها بدرجة التفاؤل لدى الطلبة المقبلين على التخرج. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. المجلد 3. العدد 2. ص ص 97-120.استجلب من الموقع التالي بتاريخ 2019/2/26
https://www.asjp.cerist.dz/en/article/73907

30. الجبوري، راضي حسن عبيد. وكاظم، بيداء جواد. (2017م). السعادة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات. مجلة القادسية للعلوم الإنسانية. المجلد 20. العدد 4. ص323-344.

31.الدقوشي، حليمة سعد فرج محمد. (2017م). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة جامعة عمر المختار البيضاء. مجلة العلوم والدراسات الإنسانية. العدد36، ص0-61.

32.شاهين، محمد أحمد. (2017م). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين وعلاقتهما ببعض المتغيرات. مجلة جرش للبحوث والدراسات. المجلد 18، العدد 1. ص 75-101.

33. الكفيري، وداد محمد. (2017م). مستوى الثقة بالنفس لدى طالبات جامعة حائل في المملكة العربية السعودية وعلاقته ببعض المتغيرات. المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي. المجلد 10.العدد 32. ص 101-113.

34. قمر، مجذوب أحمد محمد أحمد. (2016م). قياس الثقة بالنفس لدى الطلبة المتفوقين دراسيا والعاديين وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة تطبيقية على طلبة كلية التربية – جامعة دنقلا– السودان). المجلة الدولية لتطوير التفوق. المجلد 7. العدد 12. ص31–54.

35.الشريدة، أمل بنت صالح سليمان. (2016م). الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدى طالبات كلية التربية بالقصيم. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. العدد 76. ص 281–302.

36. حميد، شعاع بنت هندي. (2014م). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالتسامح والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب كلية الآداب بجامعة الملك سعود. رسالة ماجستير. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، كلية العلوم الاجتماعية والإدارية. قسم علم النفس. تخصص الرعاية والصحة النفسية.

37.الجمال، سمية أحمد محمد. (2013م). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. مجلة دراسات تربوية ونفسية. العدد 78. ص 171–230.

38. الرايفي، إيناس بنت علي محمد. (2012م). الشعور بالسعادة في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات بمحافظة جدة. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. المجلد 2. العدد 22. ص 417–460.

39. العنزي، صالح هادي فرحان. والعنزي، فريح عويد مبارك. (2011م). الثقة بالنفس وعلاقتها بالقدرات الإبداعية والتحصيل الدراسي لدى طلاب وطالبات كلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب: دراسة ارتباطية مقارنة. مجلة دراسات عربية. المجلد 10. العدد 3. ص 485–521.

40. طبيل، علي حسين محمد. (2010م). بناء مقياس التفاؤل الدراسي لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل وعلاقته بالتحصيل الدراسي. مجلة الرافدين للعلوم الرياضية. المجلد 16. العدد 53. ص 168–186.

41.أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2011م). دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية. مركز ديبونو لتعليم التفكير. الجزء الأول. الأردن. ص92-94.

42. صالح، عايدة شعبان. (2013م). الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركيا المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة. مجلة جامعة الأقصى سلسلة العلوم الإنسانية. المجلد السابع عشر. العدد الأول. ص 189-227.

43. حمدي، محمد عبده شوعي إبراهيم. (2013م). فاعلية الذات الأكاديمية المدركة وعلاقتها بالثقة بالنفس في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب كلية التربية بجامعة جازان. رسالة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص التوجيه والإرشاد النفسي. جامعة الملك خالد. ص127-128.

44 .أبو علام، رجاء محمود. (1998م). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية. دار النشر للجامعات. الطبعة الأولى. ص95.

45. Anastazi, Anne. (1988). Psychological Testing. Macmillan Publishing Company. New York. & Collier Macmillan. London. 6th ed. p. 92.