IJHER International Journal of Humanities and Educational Research
ISSN: 2757-5403
Volume 6, Issue 2, April 2024

Received: 13/01/2024 **Accepted:** 02/03/2024 **Published:** 01/04/2024

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY STRESS AND LIFE SATISFACTION AMONG UNIVERSITY STUDENTS - A FIELD STUDY AT THE UNIVERSITY POLE TAMDA - UNIVERSITY OF TIZI OUZOU - ALGERIA –

Prof. Dr. Farida Redjah BOUROUBI [1]

University of Tizi Ouzou, Algeria

Abstract

The current study aims to explore the relationship between family stress and the ability to cope with them, and life satisfaction among university students. It also seeks to understanding the differences between students with low and high life satisfaction in terms of exposure to family stress and their ability to cope with it.

To test the hypotheses of this study, the researchers used the Family Stress Scale by Amani Abdel-Maksoud and Tahani Othman (2007), adapted to the Algerian context by the researcher (2012), as well as the "Life Satisfaction" scale by researcher Magdy Mohamed Desouki (2008). The study was conducted on 300 university students.

The results of the study revealed a inverse relationship between family stress and life satisfaction. Additionally, there was a positive relationship between the ability to cope with family stress and life satisfaction among university students. The study also found statistically significant differences between students with low and high levels of life satisfaction in terms of family stress, favoring those with low life satisfaction. Similarly, there were statistically significant differences between students with low and high levels of life satisfaction in terms of coping strategies, favoring those with high life satisfaction.

Key words: Family Stress, The Ability To Cope With Family Stress, Life Satisfaction, University Student.

http://dx.doi.org/10.47832/2757-5403.25.7

[1] f.bouroubi@yahoo.fr, https://orcid.org/0009-0006-6816-672X

الضغوط الأسرية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي

- دراسة ميدانية بالقطب الجامعي تامدة- جامعة مولود معمري تيزي وزو(الجزائر)-

البروفيسور فريدة رجاح بوروبي

جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر

الملخص

جاءت الدّراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين كل الضغوط الأسرية والقدرة على مواجهتها والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي تامدة- جامعة مولود معمري تيزي وزو(الجزائر)، وكذلك معرفة الفروق بين الطلبة ذوي الرضا المنخفض والرضا المرتفع عن الحياة فيما يتعلق بالتعرض للضغوط الأسرية وقدراتهم على مواجهتها. ولإختبار فرضيات هذه الدّراسة تم تطبيق مقياس الضغوط الأسرية للباحثتان أماني عبد المقصود وتهاني عثمان (2007)، والمكيف على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة (2012) ومقياس "الرضا عن الحياة" للباحث الدسوقي مجدي محمد (2008)، على (211) طالب جامعي.

وقد أسفرت نتائج الدّارسة عن وجود علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية والرضا على الحياة، وكذلك وجود علاقة طردية بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا على الحياة لدى الطالب الجامعي. كما توصلت أيضا إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلبة منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في الضغوط الأسرية لصالح الطلبة منخفضي الرضا عن الحياة. وكذلك جود فروق دالة إحصائيا بين الطلبة منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية لصالح الطلبة مرتفعي الرضا عن الحياة.

الكلمات المفتاحية: الضغوط الأسرية، القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية، الرضا عن الحياة، الطالب الجامعي.

مقدمة وإشكالية الدراسة:

يواجه معظم الناس في عصرنا الحالي شتى أنواع الضغوط، حتى أصبح يُعَدُّ هذا المفهوم مفهوما أساسيا في علم النفس لفهم السلوك الإنساني عامة، بل هو حسب الكثير من الباحثين السبب الرئيسي وراء الإصابة بالأمراض العضوية والنفسية. حيث أن التعرض المتكرر للمواقف الضاغطة يؤثر على الفرد ويترتب عن ذلك تأثيرات سلبية في حياته تجعله يعجز عن اتخاذ القرارات كما يعجز عن التفاعل مع الآخرين. وإن متطلبات وتحديات الحياة التي تواجهها الأسرة بصفة خاصة، كإرتفاع تكاليف المعيشية، الأوضاع المالية الصعبة، الإزدحام، الثلوث البيئي، إلخ تولد لدى أفرادها حالة عدم التوازن النفسي والجسمي، وزاد على ذلك التغيرات التي طرأت على نمط تركيب الأسرة ووظائفها في الآونة الأخيرة، كما أن ظروف الحياة الأسرية ذاتها تغيرت أيضا مع تغيرات عالمنا. كما زادت الخلافات الأسرية حول تدبير الميزانية أدى إلى عدم

تفرغ الآباء لتربية أبنائهم وأدت هذه الخلافات الأسرية، هجر وربما الطلاق وكثرة المنازعات إلى القطيعة التي لا ترق لها العلاقات الأسرية (كمال دسوقي، 1979، ص 329).

وكذلك مشكلات الحياة اليومية، والعوامل الإقتصادية والإجتماعية تترك بصماتها على نوعية وعمق التردي والتفسخ الذي قد يلحق بالأسرة فيقضي على دعائمها الرئيسية فالظروف الإقتصادية الصعبة كالعوز والحاجة من العوامل التي تؤدي إلى تفكك الأسرة وتصدعها، أما من الناحية الإجتماعية التي قد تسبب في ظهور المشكلات الأسرية فأهمها علاقة الأسرة بالجيران والأصدقاء فقد تكون قوية مع أحد الزوجين وضعيفة مع الطرف الأخر فتنشأ بينهم النزاعات، وبذلك فان الأسرة تتفكك وتفقد سويتها وأيضا إدمان الأب على الكحول والمخدرات فيصبح غير قادر عن تحمل المسؤولية، وبذلك الأبناء يعانون الآم نفسية تعيقهم عن التقدم والنمو المتكامل وتؤثر بالسلب على صحتهم النفسية فيصابون بأمراض نفسية حادة والإنحراف في السلوك ويكون جزاء الأم التعذيب، العجز المالي، الديون ومن ثم الإنفصال أو الطلاق وبالتالي إنهيار الأسرة (وفيق صفوت مختار، 2001، ص ص 104-105).

وقد يتعرض نظامها إلى إختلالٍ وضعفٍ جراء إصابتها بما بكل ما سبق والذي يُعرف بالضغوط الأسرية (Family Stress)، التي لم يهتم بها إلا في الآونة الأخيرة. وقد تظهر شدة الضغوط الأسرية بسبب العلاقات القائمة بين أفرادها، وهذه العلاقات تتمثل في التفاعل القائم بين أعضاء الأسرة من جهة، وفي الدور الذي يقوم به كل فرد من أفرادها من جهة أخرى، مثال ذلك تجنيب الأطفال نتائج الخلافات الزوجية الحادة قد يجعلهم في مأمن بعيد عن هذه الخلافات، إلا أن الإضطراب الذي قد أصاب النظام الأسري بأكمله من شأنه أن ينعكس على الأطفال (فايز قنطار، 1992، ص 188).

وللضغوط الأسرية آثار خطيرة، حيث يمكن أن يصبح لكل فرد من أفراد الأسرة ردود فعل شديدة للضغط، وإلى إنخفاض مستوى تقدير الذات وعدم الإستقرار والإحساس بالتوتر وعدم الثقة بالنفس (Baylis, 2002 , pp2-4).

لهذا فدراسة الضغوط بصفة عامة والضغوط الأسرية بصفة خاصة في المجتمع الجزائري، قد أصبح حاجة ملحة، خاصة في أوساط الشباب، هذه الشريحة الحساسة التي أصبحت ضحية لعدد من المشكلات التي أبرزها المشاكل الإجتماعية، كإرتفاع نسبة البطالة والهجرة غير الشرعية والعنف بمختلف أنواعه وإرتفاع عدد الجرائم، إلى جانب التدهور المعيشي والإقتصادي في الآونة الأخيرة، إلى جانب التغير الثقافي والإجتماعي.

إضافة إلى المشاكل النفسية، كالعدوان والإكتئاب وأزمة الهوية، والقلق من المستقبل واليأس من الحياة وإنتشار الحزن والشعور بالسلبية والتردد وعدم الإطمئنان، وخاصة عدم الرضا عن الحياة، الذي يعتبر من المؤشرات التي تدل على مستوى الصحة النفسية وقدرة عقلية عالية وعلى مدى تأقلم الفرد مع المجتمع الذي يعيش فيه.

لهذا جاءت الدّراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين الضغوط الأسرية ومواجهتها والرضا عن الحياة لدى الطالب بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)، حيث نتوقع أنه كلّما عانى الطالب من الضغوط الأسرية كلما شعر بعدم الرضا عن الحياة، والعكس صحيح، ولإختبار هذا التوقع جاءت الدراسة الحالية لتجيب عن مشكلة البحث المتمثلة في التساؤلات التالية:

1. التساؤل الأول:

هل هناك علاقة بين كل من الضغوط الأسرية والقدرة على مواجهتها والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)؟

ويتفرع هذا التساؤل إلى التساؤلات الجزئية التالية:

1.1. التساؤل الجزئي الأول: هل هناك علاقة بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)؟

2.1. التساؤل الجزئي الثاني: هل هناك علاقة بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)؟

2. التساؤل الثاني:

هل توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في كل من الضغوط الأسرية والقدرة على مواجهتها؟

ويتفرع هذا التساؤل إلى التساؤلات الجزئية التالية:

1.2. التساؤل الجزئي الأول: هل توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في الضغوط الأسرية؟

2.2. التساؤل الجزئي الثاني: هل توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية؟

2. الفرضيات:

1.2. الفرضية الأولى:

"هناك علاقة بين كل من الضغوط الأسرية والقدرة على مواجهتها والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

وتتفرع هذه الفرضية إلى الفرضيات الجزئية التالية:

1.1.2. الفرضية الجزئية الأولى: "هناك علاقة بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

2.1.2.الفرضية الجزئية الثانية: "هناك علاقة بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

2.2. الفرضية الثانية:

" توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في كل من الضغوط الأسرية والقدرة على مواجهتها".

وتتفرع هذه الفرضية إلى الفرضيات الجزئية التالية:

1.2.2.الفرضية الجزئية الأولى: " توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في الضغوط الأسرية".

2.2.2. الفرضية الجزئية الثانية:" توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية".

3. الإطار النظري والمفاهيم الأساسية للدراسة:

1.3. الضغوط الأسرية:

إستخدم الباحثون الأوائل Angel (أنجيل) (1936) وCavan (كافان) وRanck (رانك) (1938) مصطلح الأزمات الأسرية لما يعرف الآن بالضغوط الأسرية، حيث كتب Angel (أنجيل) عالم الإجتماع من جامعة (ميتشيغان) (1936)، واحدة من أولى الدراسات المنشورة حول ضغوط الأسرة. وبعد مرور سنتين من نشر (أنجيل) لدراسته، قاما بعد ذلك كل من Cavan (كافان) وRanck (رانك) (1938) من جامعة (شيكاغو) بنشر ما توصلا إليه من نتائج حول" آثار اكتئاب الأسر". ويعتقدان أنه من المهم دراسة أعضاء الأسرة (الأفراد)، وكذلك الأسرة ككل وهو مهم للفرد ليكون أكثر تنظيما. لكن يعتبر Reuben Hill (روبين هيل) أبو نظرية الضغوط الأسرية، حيث قام في (1949) بتطوير نظرية الضغوط الأسرية، حيث بدأ الإهتمام بها عندما درس الأسر الأمريكية المنفصلة أثناء الحرب العالمية الثانية، وعادت هذه الأسر إلى الإرتباط حينما عاد الرجال إلى وطنهم. إضافة إلى أنه وضع نموذج لنظرية الضغوط الأسرية في (1958) وهو نموذج ABCX (/A/الحدث الضاغط، /B/ المشاكل الأسرية – مواجهة الصادر، /C/ تعديل الأسرة الحدث، /X/ المشكلة (الأزمة)) (Olson, 1994, p 464).

وبعدها طور زملاء(هيل) وهما McCubbin (ماك كوبين) وPatterson (باترسون)(1983) هذا النموذج وأطلقوا عليه إسم نموذج (ABC-X) الثنائي للضغط والمواجهة. وفي هذا النموذج، تتحدد قدرة الوالدين على التعامل مع الضغوط ومواجهتها بمدى تفاعل الحدث الضاغط وضغوطات الحياة المختلفة، ومصادر الأسرة، والتصورات الوالدية وإستراتيجيات المواجهة (Bristol, 1987, p17).

وفي أواخر (1970) وأوائل (1980)، تم التركيز في البحث عن نقاط ضعف الأسرة إلى نقاط قوتها، وإستراتيجيات المواجهة أو التعامل، ومفاهيم نظام الأسرة. وفي (1987) تم تطوير نظرية الضغوط بالتركيز على المعاني المشتركة للأسرة من خلال تفاعلات أفراد الأسرة والتي تظهر في نموذج تعديل الأسرة وإستجابة التكيف في نموذج (FAAR) (Family (Adjustment and Adaptation Response للعالمان MarlyneMcCubbin وHamilton McCubbin، عالما إجتماع الأسرة، اللذان قاما بتوسيع نموذج (ABC-X) المزدوج لتطوير أنماط هذا النموذج، حيث أطلق عليه لاحقا تسمية نموذج الأنماط الخاص بتعديل وتكيّف الأسرة. وقد ظهر التغيير من التركيز على أسباب ضغوط الأسرة ونقاط ضعفها إلى التركيز على نقاط قوتها. وفي أواخر الثمانينات تم التركيز في نظرية الضغوط الأسرية على مفهوم المرونة، وإقترح Robert Burr (روبرت بور)(1989)، وهو عالم إجتماع الأسرة، إعتماد النظرية العامة للنظام الإيكولوجي في شرح الضغوط الأسرية. وقد قام بتعديل الموجز من المتاعب لتوضيح العمليات التي تعيشها الأسرة وقد ركز نموذج الإستغاثة الأسرية، كما ركز على العمليات وإهتم بالثقافة.

وقام ما بين عامي 1991-1993 كلا من MarlyneMcCubbin وHamilton McCubbin، بتطوير نمودج المرونة الخاص بالضغوط الأسرية والتكيف والتعديل، أخذين بعين الإعتبار الثقافة ونظرة أكثر حداثة.

ودعا Wesley Burr(ويسلي بور) وشركائه (1994) العلماء إلى وضع نظرة جانبية إيجابية تخدم نموذج أنظمة الأسرة. . . . وإقترحوا تحرير العلماء لأنفسهم من نموذج (ABC-X) وعلى الرغم من هذا الإقتراح، وسع Boss (بوس) في هذه الفترة، نموذج (ABC-X) لتطوير نموذج السياقية للضغوط الأسرية، الذي إهتم بالثقافة.

ولتباين نظرة الباحثين لمفهوم الضغوط الأسرية تعددت التعريفات المطروحة له والتي نذكر منها: تعريفReuben Hill (روبين هيل)(1958) الذي يرى أن "الضغوط الأسرية هي موقف تتعرض له الأسرة وليس لها إستعداد سابق له" (Olson, 1994, p 464).

ويضيف Neumen (نومان) (1989) إلى أن الضغوط الأسرية هي "تلك الضغوط التي تتضمن كل القوى (المشكلات، الظروف والمواقف) التي يمكن أن تؤدي إلى عدم ثبات وإستقرار نظام العائلة (بوروبي رجاح، 2012، ص 263).

في حين يعرفها كل من Berkey(بركي) وHanson (هانسون) (1991) بأنها "التوتر الناتج عن مثير أو قوى تحدث داخل أو خارج الحدود البيئية للنظام العائلي وتؤدي إلى عدم إستقرار هذا النظام"(بوروبي رجاح، 2012، ص 263).

ويستخلص من خلال هذه التعاريف أن الضغوط الأسرية تؤثر على الفرد سواء من الناحية النفسية أو البيئية أو الإجتماعية، وتشكل مصدر للتأثيرات السلبية على الأسرة والفرد وتعود بالفساد على المجتمع.

ويصنف Hill (هيل) أزمات الأسرة إلى ثلاث فئات هي: (أحمد محمد الكندري، 1992، ص 204).

-أولا: التمزق: ويعني فقدان أحد أعضاء الأسرة مثل موته، أو دخول احد الزوجين المستشفى أو موت أحد الوالدين.

- ثانيا: التكاثر أو الإضافة: ويعني ضم عضو جديد للأسرة دون إستعداد مسبق مثل تبني طفل أو زواج أم، أو حضور أحد الأجداد للإقامة مع الأسرة.

-ثالثا الانهيار الخلقي: ويعني فقدان الوحدة الأسرية والأخلاقية، ويقصد بها فقدان العائل أو الخيانة الزوجية، إدمان الخمور والمخدرات، وكل الإحداث التي تجلب الخزي والعار، ويمكن أن تؤدي إلى نتائج عديدة من التفكك الأسري مثل الطلاق، الانتحار، الهجر.

ويمكن التمييز بين نوعين من الضغوط الأسرية وهما: (معن خليل عمر، 2005، ص ص 220-221).

-أولا الضغوط الأسرية الخارجية: والمقصود بها المشكلات مع الجيران، والديون، تعرض الزوج للعجز عن العمل، مجيء احد أفراد الأسرة الأصلية للإقامة مع الزوجين، أو الانتقال من العمل أو الفصل منه مع الحاجة إليه أو الإحالة إلى التقاعد، العامل الإقتصادي، أو حدوث كوارث طارئة كفيضان أو حروب أو كساد اقتصادي يضر بأحدهما أو كليهما...

ثانيا الضغوط الأسرية الداخلية: المقصود منها: كثرة الأطفال، وحمل الزوجة حمل غير مرغوب فيه، الطلاق والانفصال، عدم التوافق بين الزوجين، الهجر، كثرة الخلافات، موت أحد أفراد الأسرة، أو سجن احد الزوجين، ميلاد طفل معاق، ميلاد طفل جديد، تعاطي الخمور وإدمان المخدرات.

أما فيما يخص مواجهة الضغوط الأسرية فتدل على أن الأسرة قادرة على الإستجابة بكفاية للأحداث الضاغطة وهي: (الإحتواء – التكامل – التكيف)، حيث يشير الشكل الأول إلى الإندماج مع أو المشاركة في الحياة الأسرية عن طريق أعضاء الجماعة، ويتعلق الثاني بالدور التساندي أو الدور العاطفي الإجتماعي لأفراد الجماعة، أما الثالث فإنه يشير إلى قابلية

الجماعة الأسرية، وكذلك قابلية كل عضو فيها على تغيير إستجاباتهم حسبما يقتضيه الموقف. وأن توافق الأفراد أو الأسر لما يواجهون به من أزمات لا يمكن فهمه بعيدا عن وسطهم الإجتماعي ويسهم المجتمع المحلي بما ينطوي عليه من مضمونات مجتمعية، أو الأنساق الإجتماعية أو البناءات الإجتماعية في خلق الأزمات أو تفاقمها. كما أنها تقدم في نفس الوقت الإرشادات أو المعونات التي تؤدي إلى خفض حدة هذه الأزمات (سناء الخولي، 1995، ص 254).

وتألفت القدرة على التكيف من فلسفة الحياة (المادية مقابل غير المادية)، أعراف الأسرة (التقليدية مقابل غير التقليدية)، والمسؤولية (المسؤولة مقابل الغير مسئولة). وسميت الأسر الأكثر قدرة على التكيف بالأسر "المرنة أو الطيعة"، والتي كانت أسرا غير مادية، غير تقليدية، ومسئولة. ووجد (أنجيل) أن الأسر كان إستيعابها بسهولة أكبر عندما يتوفر الحد الأقصى من التكامل والقدرة على التكيف، وأنه حتى درجة معتدلة من القدرة على التكيف من شأنها أن تؤدي إلى تكامل الأسر في جميع المجالات بإستثناء أسوأ الأزمات (سناء الخولي، 1995، ص 256).

ويقصد بالضغوط الأسرية في هذه الدراسة إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب الجامعي بالقطب الجامعي تامدة- جامعة مولود معمري تيزي وزو(الجزائر)(أفراد عينة الدراسة) على مقياس الضغوط الأسرية للباحثتان أماني عبد المقصود وتهاني عثمان (2007)، والمكيف على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة (2012).

2.3. الرضا عن الحياة:

لقد كان موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات التي لفتت أنظار الباحثين في النصف الثاني من القرن الحالي، وترجع أهميته إلى أن إنسان هذا العصر يعاني من الشعور بالإحباط، ولذلك أصبح معرض بحكم طبيعة الحياة التي يعيشها إلى لإضطرابات كثيرة ولذلك فقد شاع في مجال علم النفس في الآونة الأخيرة إستخدام العديد من المصطلحات التي تصف أو تصور حقيقة ما يعيشه الإنسان من مشاكل وإضطرابات نفسية، ومن ثم أصبح موضوع الرضا عن الحياة يتطلب مزيدا من جهد الباحثين وتفكيرهم حتى يتسنى الكشف عن طبيعته ومسبباته وآثاره.

ويعد موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات المهمة التي يتناولها كل من علم الصحة النفسية وعلم الأمراض العقلية على حدّ سواء، بإعتباره مؤشرا مهما من مؤشرات الصحة النفسية السليمة، إذ أن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والإقبال عليها والرغبة الحقيقية في أن يعيشها.

مع تباين نظرة الباحثين لمفهوم الرضا تعددت التعريفات المطروحة له ونذكر منها: تعريف هناء محمد شويخ التي ترى أن "الرضا عن الحياة تقدير أو حكم عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي إنتقاها لنفسه، ويعتمد هذا التقدير أو الحكم على مقارنة الفرد لظروفه بالمستوى المثالي الذي يفترضه لحياته ". وهذا يعني أن الحكم على مدى رضا الفرد عن شؤونه الحالية يعتمد على مقارنته بمستوى مثالي يضعه الفرد نصب عينيه، وهذا المستوى المثالي ليس إجباريا بل هو علامة مميزة للصحة النفسية، حيث أنه يرتبط بالحكم الشخصي للفرد (هناء محمد شويخ، 2009، ص ص 183-189).

كما يشير إليه بعض الباحثين بأنه:" حالة داخلية لدى الفرد حيث تظهر في سلوكه وإستجاباته، وتعكس درجة تقبله لذاته ولأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، ويفصح هذا التقبل عن نفسه في توافق الفرد مع ذاته والآخرين وجوانب الحياة المختلفة، ونظرته المتفائلة نحو المستقبل، وقدرته على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر في سعادته "(هناء محمد شويخ، 2009، ص 139).

كما يعرف RICE (ريس) وآخرون الرضا عن الحياة على أنه قدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر على سعادته (جاب الله يمينة، 2007، ص 115).

كما يرى الباحثان Shin (شان) وJonson (جانسون) أن الرضا عن الحياة هو "تقدير عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي إنتقاها لنفسه " (جاب الله يمينة، 2007، ص 115).

كما يعرف الرضا عن الحياة بأنه " تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل. ويمثل الشعور بالرضا عددا من المقاييس النوعية للرضا كالرضا عن العمل، أو الزواج أو الصحة... ويتباين الشعور بالرضا لدى الناس بإختلاف البيئات الإجتماعية أو بين بلد وآخر، مثلا: أن الشعور بالرضا في الزواج والحياة الأسرية أكثر إرتفاعا في أمريكا، بينما يحتل الرضا عن العمل مكانة أعلى في بريطانيا، ويعتبر الرضا عن العمل في عدد من المجتمعات دلالة عن الشعور العام بالرضا عن الحياة، في حين يرى البعض الآخر أن العمل أقل أهمية من الحياة الأسرية والأنشطة الترويحية أو المسكن أو جوانب الحياة الأخرى، كما أن الشعور بالرضا عن الحياة يختلف حسب الثقافات والمجتمعات والبلدان" (أديب الخالدي، 2002، ص 70).

ويتبين من خلال التعاريف السابق بأن الرضا عن الحياة هو تقدير لنوعية المعيشة التي يعيشها الفرد، وهذا الشعور بالرضا يتباين ويختلف من شخص لآخر، ويرجع هذا الإختلاف إلى إختلاف البيئات الاجتماعية.

وحسب الباحث صبره محمد علي الرضا عن الحياة يتمثل في : الشعور بالسعادة مع النفس، نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه، إشباع الفرد لدوافعه وحاجاته (صبره محمد علي، 2004، ص 61).

كما تضيف الباحثة هناء محمد شويخ إلى أن الملامح أو الجوانب الأساسية لمفهوم الرضا عن الحياة تتمثل في: تقبل الذات والرضا عن الإنجازات المحققة خلال حياة الفرد، تقبل الآخرين، الشعور بالرضا يمس مجالات الحياة المختلفة مثل: العمل، الأسرة، الأصدقاء والصحة وغيرها (هناء محمد شويخ، 2009، ص ص 139-140).

ويمكن تمييز ثلاث أنواع الرضا عن الحياة وهي:

- **الرضا عن النفس:** هو أن يدرك الفرد ما زود به من إمكانيات، وأن ينجح في تحقيق هذه الإمكانيات وأن يرضى عن نجاحه في تحقيق ما زود به من دلالات الصحة النفسية، وأن يدرك الفرد أن الناس يختلفون فيما بينهم من حيث ما يمتلكون من إمكانات عقلية أو إنفعالية أو دفاعية، وأن يدرك أيضا بأن هناك عوامل متعددة أدت إلى هذه الإختلافات، وأن هذه الإختلافات تعتبر خير للإنسانية، فنحن نختلف لنتكامل، وأن الإنسان لابد له من أن يمتلك القناعة عما زود به من إمكانات وقدرات، وعليه المثابرة لإستثمارها لصالحه ولصالح مجتمعه، وأن رضاه لما يحققه قائم على إدراك واقعي للحياة التي يعيشها (أديب الخالدي، 2002، ص 71).

- **الرضا عن الحالة الصحية:** منذ أن طرح هذا المفهوم، بدأ تركيز الباحثين يتجه نحو دراسة مفهوم الرضا عن خاصة لدى مرضى الأمراض المزمنة، وسعوا إلى وضع تعريفات محددة للمفهوم تدور حول أنه: " التقييم الذاتي للحالة الصحية، ورضا الفرد عن هذه الحالة، وبكل ما يرتبط بها من مكونات كالصحة النفسية. والقدرة على التفكير، التنفس، السمع، الرؤية، التذوق، الحياة الجنسية، النوم، اللمس، التغذية والحركة". وجدير بالذكر أن مفهوم الرضا عن الحالة الصحية مكون ضروري لتقييم جودة الرعاية الطبية المقدمة للمريض (هناء أحمد شويخ، 2009، ص 140).

- **الرضا عن العمل:** هناك عدد من المصطلحات التي شاع استخدامها للتعبير عن المشاعر النفسية التي يشعر بها الفرد إتجاه عمله، فهناك الروح المعنوية والإتجاه النفسي نحو العمل وهناك أيضا الرضا عن العمل، وهذه المصطلحات

وإن إختلفت تفصيلات مدلولها، إلا أنها تشير بصفة عامة إلى مجموعة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو العمل الذي يشغله حاليا، وهذه المشاعر قد تكون سلبية أو إيجابية، وهي تعبر عن مدى الإشباع الذي يتصور الفرد أنه يحققه من عمله، فكلما كان تصور الفرد أن عمله يحقق له إشباعا كبيرا لحاجاته، كلما كانت مشاعره نحو هذا العمل إيجابية أي كلما كان راضيا عن عمله، وكلما كان تصور الفرد أن عمله يحرمه من هذا الإشباع كلما كانت مشاعره نحو هذا العمل سلبية أي كلما كان غير راض عن عمله (أحمد صقر عاشور، 1983، ص ص 138-139).

ويقصد بالرضا عن الحياة في هذه الدراسة إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب الجامعي بالقطب الجامعي تامدة- جامعة مولود معمري تيزي وزو(الجزائر)(أفراد عينة الدراسة) على مقياس "الرضا عن الحياة" للباحث الدسوقي مجدي محمد (2008).

3.3. مفهوم الطالب الجامعي:

يقصد بالطالب الجامعي ذلك الفرد الذي سمحت له كفاءته العلمية بالإنتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة، تبعا للتخصص الفرعي له، وذلك عن طريق الشهادة التي تؤهله لذلك، ويعتبر الطالب الجامعي أحد العناصر الأساسية والفعالة في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي (كمال بلخير، 2001، ص 15).

وعليه الطالب الجامعي هو الذي يتلقى دروس ومحاضرات والتدريب على كيفية الحصول على المعلومات في مؤسسة التعليم العالي للحصول على شهادة جامعية.

ويشير الباحث علي راشد أن الطالب الجامعي : "هو إنسان يمر في مرحلة معينة، فهو على وشك إنهاء مرحلة المراهقة، إن لم يكن قد تجاوزها فعلا إلى مرحلة نضج أخرى، تسمى مرحلة الشباب"(علي راشد، 2007، ص 53).

ويقصد بالطالب الجامعي في هذه الدراسة إجرائيا بأنه كل طالب من الجنسين يدرس بالسنة أولى، جامعي، وبالتخصّصات التالية: علوم إجتماعية، علوم إنسانية، هندسة معمارية، علوم بيولوجية والطب بالقطب الجامعي"تامدة"(جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)، للسنة الجامعية (2022/2021).

4. الإطار الميداني للدراسة:

1.4. الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية من أهم الخطوات التي يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان الدراسة، ولمجمع معلومات أكبر عن ميدان دراسته.

وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية معرفة مدى صلاحية فروض الدراسة، وما هي التعديلات الواجب إدخالها في حال عدم ملاءمتها، وضبط العينة الملائمة لهذه، وكذا أسلوب إختيارها. وكذلك التأكد من صلاحية أدوات جمع البيانات، من حيث وضوح تعليمة المقياسين، ووضوح عباراتهما وعدم وجود غموض فيهما. وأيضا التأكد من ملائمة المقياسين (مقياس الضغوط الأسرية، ومقياس الرضا عن الحياة) لعينة الدراسة ومدى تغطيتهما لأهداف البحث وموضوعه.

وقد تم إجراء الدراسة الإستطلاعية على عينة أولية متكونة من (150) طالب وطالبة، بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)، وقد تم إختيارهم بطريقة عشوائية ضمن الكليات التالية: علوم إجتماعية،

علوم إنسانية، هندسة معمارية، علوم بيولوجية والطب، وطلب منهم الإجابة على البنود والإدلاء بملاحظتهم حول العبارات إن كانت مفهومة وواضحة.

مع العلم أن أفراد العينة الإستطلاعية إستبعدوا عن عينة الدراسة الأساسية.

وتمثلت نتائج الدراسة الإستطلاعية على العموم فيما يلي:

✓ بالنسبة لمقياس الضغوط الأسرية: بعد تطبيق مقياس الضغوط الأسرية (المكيف على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة في دراسة أخرى) على الطلبة، تبين أن البنود واضحة ومفهومة، ولم يكن فيها أي غموض، ولقد أجاب عنها الطلبة بكل سهولة.

✓ بالنسبة لمقياس الرضا عن الحياة: كذلك تم تسجيل وضوح العبارات وسهولة الإجابة عنها وتم التأكد من وضوح عباراته

✓ تم التأكد كذلك من وجود عينة الدراسة التي تخدم الموضوع.

2.4. منهج الدراسة:

وقد إعتمد في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي، وهو المنهج الأكثر إستخداما في الدراسات النفسية والإجتماعية والتربوية، وكون هذه الدراسة ذات طابع نفسي إجتماعي، تبين أنه من المناسب إستخدام هذا المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، والوصول إلى نتائج دقيقة والتمكن من تفسيرها وتأويلها.

3.4 . عينة الدراسة:

أخذت عينة الدراسة الحالية من مجموع طلّاب وطالبات السنة أولى جامعي بجامعة مولود معمري تيزي وزو – القطب الجامعي تامدة -، للسنة الجامعية (2022/2021) الذين يدرسون في التخصّصات التالية: علوم إجتماعية، علوم إنسانية، هندسة معمارية، علوم بيولوجية والطب، وهم يمثلون المجتمع الأصلي(مجتمع الدراسة) لهذه الدراسة، كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (01): توزيع حجم المجتمع الأصلي(مجتمع الدراسة) حسب الجنس والتخصص الدراسي.

حجم المجتمع الأصلي لطلبة سنة أولى بالقطب الجامعي – تامدة -				
التخصصات	الجنس		المجموع	النسب
	ذكر	أنثى		
العلوم الاجتماعية	605	1148	1753	%41,46
العلوم الإنسانية	314	337	651	%15,39
الهندسة المعمارية	51	138	189	%4,47
علوم البيولوجيا	400	800	1200	%28,38
الطب	17	418	435	%10,28
المجموع	1387	2841	4228	%100
النسبة المئوية	%32,80	%67,19	%100	

يتّضح من الجدول رقم(01) أن حجم المجتمع الأصلي(مجتمع البحث), بلغ (4228) طالب وطالبة, منهم (1387) طالب(ذكور) بنسبة مئوية قُدّرت ب (32,80%), و(2841) طالبة(إناث) بنسبة مئوية قدرها (67,19%).

ومراعاة لإمكانيات الدراسة والزمن المتاح لها، إضطررت الباحثة إلى أخذ عينة قوامها (5%) من المجتمع الأصلي (بعد حذف العينة الإستطلاعية)، وقد تم تحديد حجم عينة الدراسة الأساسية كما يلي:

(عينة المجتمع الأصلي أو مجتمع البحث) أي: ن = 4228 طالب(ذكور وإناث).

أخذنا 5% من المجتمع الأصلي (ن)، لأن حجم المجتمع الأصلي جد كبير

إذًا: 100% ← 4228

س= 5 × 4228 /100=211.4 ⇐

5% ← س

وعليه بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (211) طالباً وطالبةً.

ولقد تم الإعتماد على طريقة العيّنة العشوائية الطبقية، وهذه الأخيرة يستخدمها الباحث عندما يكون مجتمع البحث موزّعاً توزيعاً جغرافياً متنوعاً أو ينتمي أفراده إلى طبقات إجتماعية مختلفة أو إلى مستويات تعليمية متفاوتة، لا بد من أن نأخذ بعين الاعتبار هذه الخصائص لنضمن حضورها في العينة بنسب حقيقية حتى تكون مُمَثّلَة(بوعلاق، 2009، ص19).

وعليه تم إختيار عينّة الدراسة الحالية بالطريقة الطبقية حسب الجنس والتخصص الدراسي، كما يلي:

- **عينة الطلبة المتمدرسين في تخصص العلوم الإجتماعية:**

$$\frac{1753 \times 211}{4228} = 87{,}48 =$$ **87 طالبا**

- **عينة الطلبة المتمدرسين في تخصص العلوم الإنسانية:**

$$\frac{651 \times 211}{4228} = 32{,}48 =$$ **32 طالبا**

- **عينة الطلبة المتمدرسين في تخصص العلوم البيولوجية:**

$$\frac{1200 \times 211}{1200} = 59{,}88 =$$ **60 طالبا**

- **عينة الطلبة المتمدرسين في تخصص الهندسة المعمارية:**

$$\frac{189 \times 211}{4228} = 9{,}43 =$$ **10 طلاب**

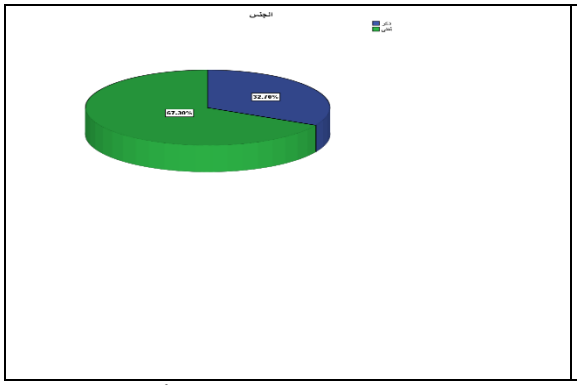
- **عينة الطلبة المتمدرسين في تخصص الطب:**

$$\frac{435 \times 211}{4228} = 21{,}70 =$$ **22 طالبا**

وتتميز عينة الدراسة الأساسية بعدة خصائص أهمها:

أ) متغير الجنس:

الجدول رقم (02) والشكل رقم(): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير الجنس.

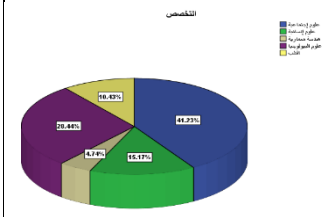


البيانات الإحصائية / المتغيرات	التكرار	النسب
ذكور	69	%32.70
إناث	142	% 67.29
المجموع	211	%100

يوضح الجدول رقم (02) والشكل رقم (01) توزيع عينة الدراسة الأساسية لطلبة السنة أولى جامعي الذين يدرسون بالقطب الجامعي –تامدة- في التخصصات: علوم إجتماعية، علوم إنسانية، علوم بيولوجية، هندسة معمارية والطب, وذلك وفق متغير الجنس, حيث بلغ عدد عينة الدراسة (211) منها (69) ذكور بنسبة 32.70% و(142) إناث بنسبة 67.29 %، وعليه تبيّن أن عدد الإناث أكبر من عدد الذكور

ب) متغير التخصص الدراسي:

الجدول رقم (03) وشكل رقم(02): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير التخصص الدراسي



المعطيات الإحصائية / المتغيرات	ذكور		إناث		مجموع التخصص	
	التكرار	النسب	التكرار	النسب	التكرار	النسب
العلوم الإجتماعية	30	%43,47	57	%40,14	87	%41,23
العلوم الإنسانية	15	%21,73	17	%11,97	32	%15,16
الهندسة المعمارية	3	%4,34	7	%4,92	10	%4,73
العلوم البيولوجيا	20	%28,98	40	%28,16	60	%28,43
الطب	1	%1,44	21	%14,78	22	%10,42
المجموع	69	%32.70	142	% 67.29	211	%100

تبيّن من خلال الجدول رقم(03) والشكل رقم(02) أن:

- بلغ عدد طلبة تخصص العلوم الإجتماعية**(87) بنسبة 41,23%** والإناث (57) طالبة بنسبة 40,14% والذكور (30) طالب بنسبة 43,47%).

- بلغ عدد طلبة تخصص العلوم الإنسانية **(32) بنسبة 15,16%** والإناث (17) بنسبة 11,97%، والذكور (15) بنسبة 21,73%).

- بلغ عدد طلبة تخصص الهندسة المعمارية **(10) بنسبة 4,73%** والإناث (7) طالبات بنسبة 4,92% والذكور (3) طلبة بنسبة 4,34%).

- بلغ عدد طلبة تخصص علوم البيولوجيا**(60) بنسبة 28,43%** والإناث (40) طالبة بنسبة 28,16% والذكور(20) طالب بنسبة 28,98%).

- بلغ عدد طلبة تخصص علوم الطب **(22) بنسبة 10,42%** والإناث (21) طالبة بنسبة 14,78%، والذكور (1) طالب بنسبة (1,44%).

. 4.4. الحدود الزمانية والمكانية للدراسة:

أجريت الدراسة ميدانياً بجامعة مولود معمري تيزي وزو(الجزائر) القطب الجامعي -تامدة- حيث شملت طلبة السنة أولى (ذكور وإناث) المُسجّلين في التخصصات التالية: علوم إجتماعية، علوم إنسانية، هندسة معمارية، علوم بيولوجيا والطبّ، في الفترة الممتدة من 2022/05/10 إلى غاية 2022/06/30.

.5.4. أدوات الدراسة:

يسعى كل باحث لجمع المعلومات من الميدان، ولن يتأتى له ذلك إلا بإستخدام مجموعة من الأدوات التي تمكنه من الحصول على البيانات والمعلومات عن موضوع ودراسته. أما الأدوات التي إستخدمت في هذه الدراسة فتتمثل فيما يلي:

.1.5.4. مقياس الضغوط الأسرية:

قام بإعداده في الأصل الباحثان الأمريكيانHanson (هانسون) وBerkey (بيركي) (1991) وقامت الباحثتان المصريتان أماني عبد المقصود وتهاني عثمان (2007) بترجمة المقياس وتكييفه على البيئة المصرية. وتم تكييفه على البيئة الجزائرية طرف الباحثة في (2012) في دراسة حول" السكن وعلاقته بتركيبة العائلة الجزائرية وظهور الضغوط فيها".

وأصبح هذا المقياس في صورته المكيفة على البيئة الجزائرية يتكون من: - المقياس الفرعي الأول الذي يسمى "بالضغوط الأسرية بصفة عامة" ويتكون من (40) بند تقيس الضغوط الأسرية، بالنسبة لهذا المقياس فإن درجة كل بند تتراوح ما بين (01-05)، حيث تأخذ الإستجابة على **"لا يوجد"** درجة واحدة، والإستجابة على **"قليلا"** درجتان والإستجابة على **"متوسط"** ثلاث درجات، والإستجابة على **"شديدة "** أربع درجات والإستجابة على **"شديدة جدا"** خمس درجات.

يستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية المقياس الفرعي الأول للضغوط الأسرية، بحيث يتراوح مدى الدرجات مابين (40-200)، وعليه كلما إرتفعت الدرجة كلما ارتفعت الضغوط الأسرية، في حين كلما إنخفضت الدرجة كلما إنخفضت الضغوط الأسرية.

أما فيما يخص المقياس الفرعي الثاني الذي يسمى"قوة النظم الأسرية" يقيس القدرة على مواجهة الضغوط التي تعاني منها الأسرة ويتكون من (20) بند، بالنسبة لهذا المقياس تأخذ الإستجابة على**"لايحدث"** درجة صفر، والإستجابة على **"يحدث نادرا"** درجة واحد والإستجابة على **"يحدث قليلا"** درجتان والإستجابة على **"يحدث بدرجة عالية"** ثلاث درجات، والإستجابة على **"يحدث كثيرا"** أربع درجات والإستجابة على **"يحدث دائما"** خمس درجات،

يستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الثاني للضغوط الأسرية (القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية) بحيث يتراوح مدى الدرجات لهذا البعد مابين(20-100)، وعليه كلما إرتفعت الدرجة كلما كانت هناك مواجهة للضغوط الأسرية، في حين كلما إنخفضت الدرجة كلما إنخفضت مواجهة الضغوط الأسرية.

وتم الإعتماد على صدق المحكمين والصدق التميزي والصدق الإتساق الداخلي لقياس صدقه. وكما إستخدمت طريقة التجزئة النصفية(معادلة سبرمان-بروان)، وكذلك معادلة ألفا كرونباخ لحساب ثباته، فكان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

.2.5.4. مقياس الرضا عن الحياة:

أعدّ هذا المقياس الباحث مجدي محمد الدسوقي(2008) ويتألف المقياس من (29) بند، لكل بند خمسة إستجابات (**تنطبق تماما، تنطبق، بين بين، لا تنطبق، لا تنطبق تماما**)، وتأخذ كل عبارة درجة تتراوح ما بين (0-4)، ويستخدم الجمع الجيري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على أبعاد المقياس، والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة، والدرجة المنخفضة تشير إلى مستوى منخفض في مقياس الرضا عن الحياة.

ويستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة التي يحصل عليها المفحوص، والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة والدرجة المنخفضة تشير إلى مستوى منخفض من الرضا عن الحياة.

قام الباحث مجدي محمد الدسوقي بالتحقق من صدق المقياس بطريقة الإتساق الداخلي ومن ثباته بإستخدام طريقة ألفا كرونباخ: على عينة قوامها (88) طالبا وطالبة، فكان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات.

.7.4. الأساليب الإحصائية المستعملة:

بعد جمع المعطيات تم فرزها وتفريغها في جداول قصد معالجتها إحصائيا باستعمال برنامج الرزنامة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS 20، ويتضمن هذا البرنامج العديد من الإجراءات الإحصائية الشائعة التي تتيح للباحث تحليل العلاقة بين متغيرين أو أكثر, وقد مكن من تحليل بيانات الدراسة بالتقنيات الإحصائية التالية: معامل إرتباط (بيرسون)، المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري وإختبار "ت" (T) للفروق بين المتوسطات.

ثالثا: عرض ومناقشة النتائج:

1. عرض النتائج:

1.1. عرض نتائج الفرضية الأولى:

سيتم عرض نتائج الفرضية الأولى من خلال عرض نتائج فرضياتها الجزئية، كما يلي:

1.1.1. الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية على ما يلي: تنص هذه الفرضية على: "هناك علاقة بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

الجدول رقم(04): قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

البيانات الإحصائية / المتغيرات	العينة	قيمة "ر"	قيمة الدّلالة الإحصائية المحسوبة لـ "ر" (Sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الضغوط الأسرية / الرضا عن الحياة	300	- 374.0	000.0	01.0	دالة

يُلاحظ من الجدول رقم (04) أنّ قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة قدر بـ (ر= 0.374-)، وجاءت هذه القيمة دالة إحصائيا وعكسية، لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (ر= 0.000) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (α=0.01)، وهذا يعني أنّ هناك علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-).

بمعنى أنه كلما عانى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) من الضغوط الأسرية كلما قل رضاه عن الحياة.

وعليه تحققت الفرضية الجزئية الأولى، بمعنى ترفض الفرضية الصفرية وتقبل فرضية البحث.

. 2.1.1. الفرضية الجزئية الثانية: تنص الفرضية على ما يلي:"هناك علاقة بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

الجدول رقم(05): قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-)".

البيانات الإحصائية / المتغيرات	العينة	قيمة "ر"	قيمة الدّلالة الإحصائية المحسوبة لـ "ر" (Sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية / الرضا عن الحياة	300	568.0	003.0	01.0	دالة

يُلاحظ من الجدول رقم (05) أنّ قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة قدر بـ (ر= 0.568)، وجاءت هذه القيمة دالة إحصائيا وطردية، لأنّ قيمة الدلالة الإحصائية المحسوبة**(Sig)** تساوي (ر= 0.003)، وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (α=0.01)، وهذا يعني أنّ هناك علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائيا بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-).

بمعنى أنه كلما كانت للطالب بالقطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية كلما زاد رضاه عن الحياة.

وعليه تحققت الفرضية الجزئية الأولى، بمعنى ترفض الفرضية الصفرية وتقبل فرضية البحث.

2.1. عرض نتائج الفرضية الثانية:

سيتم عرض نتائج الفرضية الأولى من خلال عرض نتائج فرضياتها الجزئية، كما يلي:

1.2.1.عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى: تنص الفرضية على: " توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في الضغوط الأسرية".

الجدول رقم (06) : نتائج إختبار "ت"(T) لعينتين مستقلتين (عينة الطلبة منخفضي الرضا عن الحياة وعينة الطلبة مرتفعي الرضا عن الحياة) فيما يخص الضغوط الأسرية.

البيانات الإحصائية المتغيرات		العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة " T"	قيمة الدلالة الإحصائية المحسوبة (Sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الضغوط الأسرية	منخفضي الرضا عن الحياة	167	179.13	23.97	5.137	0.000	0.05	دالّة
	مرتفعي الرضا عن الحياة	133	144.80	18.44				

يتبيّن من الجدول رقم (06) أنّ قيمة "T" (T =5.137) لمتغير الضغوط الأسرية جاءت دالة إحصائيا؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (**Sig** =0.000)، وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمدة لدينا (α=0.05)؛ وهذا يعني أنّ هناك فروق دالّة إحصائيا بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في الضغوط الأسرية، وجاءت هذه الفروق لصالح الطلبة منخفضي الرضا عن الحياة.

بمعنى أنّ طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي عن الحياة يعانون من الضغوط الأسرية.

وعليه تحققت الفرضية الجزئية الأولى، بمعنى ترفض الفرضية الصفرية وتقبل فرضية البحث.

2.2.1.عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية: تنص الفرضية على:" توجد فروق بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية".

الجدول رقم (07) : نتائج إختبار "ت" (T) لعينتين مستقلتين (عينة الطلبة منخفضي الرضا عن الحياة وعينة الطلبة مرتفعي الرضا عن الحياة) فيما يخص القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية.

البيانات الإحصائية / المتغيرات		العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة "T "	قيمة الدلالة الإحصائية المحسوبة(Sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية	منخفضي الرضا عن الحياة	167	148.72	17.17	-9.430	0.001	0.05	دالّة
	مرتفعي الرضا عن الحياة	133	166.54	10.02				

يتبيّن كذلك من الجدول رقم (07) أنّ قيمة "T" (T =-9.430) لمتغير القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية جاءت دالة إحصائيا؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (**Sig** =0.001)، وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمدة لدينا (α=0.05)؛ وهذا يعني أنّ هناك فروق دالّة إحصائيا بين طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية، وجاءت هذه الفروق لصالح الطلبة مرتفعي الرضا عن الحياة.

بمعنى أنّ طلبة القطب الجامعي "تامدة" (جامعة مولود معمري – تيزي وزو، الجزائر-) مرتفعي الرضا عن الحياة لديهم القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية.

وعليه تحققت الفرضية الجزئية الأولى، بمعنى ترفض الفرضية الصفرية وتقبل فرضية البحث.

2. مناقـــــشة النتائــج:

1.2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

سوف يتم مناقشة نتائج الفرضية الأولى من خلال مناقشة نتائج فرضياتها الجزئية، كما يلي:

1.1.2. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

يتبين من نتائج الفرضية الجزئية الأولى أنه توجد علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، لأن قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة(α=0.01)، وهي نتيجة منطقية حيث كلما زادت الضغوط الأسرية إنخفض الشعور بالرضا عن الحياة والعكس صحيح، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن الطالب الذي ينتمي إلى أسرة مستقرة إجتماعيا ونفسيا هو أكثر رضا عن الحياة، وبالتالي يتمتع فيها بالأمان والإطمئنان ويتفاعل بشكل سليم مع أفرادها، حيث تمثل الأسرة بالنسبة له في هذه الحالة سندا وقوة وتدفعه إلى الإنطلاق للحياة خارج الأسرة ويكون التفاعل معها بشكل إيجابي، فيتعارك مع الحياة وهو واثق بنفسه، متفائلا، طموحا، متوافقا، ويحفز من الأسرة التي يجد في كنفها كل الرعاية والحب والأمن والإستقرار، وتفرح لنجاحاته، وتقف خلفه عندما تعتريه عوامل الإضطراب والفشل، وتأخذ بيده وتحنو عليه وتدله على الطريق، متخطيا كل الصعاب وتدفعه نحو النجاح الذي يسعى

إليه وتحقيق طموحاته، وبالتالي يزداد رضاه عن الحياة، لأن الأسر السعيدة ليست أسرا مضغوطة، لكن الأسر غير السعيدة هي التي يمكن وصفها بأنها أسر تعيش تحت وطأة الضغوط (Barners,Mcculbien,Olsens,1983).

وعليه فالطالب الذي ينتمي الأسر المضغوطة يعيش ضغوطا وظروف أسرية مضطربة تفتقر إلى الأمان، تعتريه عوامل القلق والإضطراب النفسي ويعجز عن التفاعل مع أفراد أسرته بإيجابية، بل يتعارك معها بدلا من أن يتعارك مع الحياة وتتحول الأسرة من قوة تدفعه لمجابهة الحياة والإنتصار عليها، إلى قوة تعوق طموحه وتقدمه في الحياة ومقاومته للصعوبات والعقبات التي قد يتعرض لها في مساره الدراسي، وتصرف جهده الذي كان ينبغي أن يبذله في تحقيق أهداف حياته إلى محاولة التوافق مع الأسرة وحل مشكلاتها التي لا نهاية لها؛ وبالتالي قد يصبح غير راضي عن حياته ويدل هذا على سوء توافقه الذي هو مؤشرا هاما لإعتلال صحته النفسية.

ومن هنا يمكن أن القول أن الضغوط الأسرية المتمثلة في مشكلات الحياة اليومية، والعوامل الإقتصادية والإجتماعية وعدم الإستقرار الإقتصادي، كذلك صعوبات الحياتية الأخرى، تترك بصماتها على نوعية وعمق التردي والتفسخ الذي قد يلحق بالأسرة فيقضي على دعائمها الرئيسية فالظروف الإقتصادية الصعبة كالعوز والحاجة من العوامل التي تؤدي إلى تفكك الأسرة وتصدعها، أما من الناحية الإجتماعية التي قد تسبب في ظهور المشكلات الأسرية فأهمها علاقة الأسرة بالجيران والأصدقاء فقد تكون قوية مع أحد الزوجين وضعيفة مع الطرف الأخر فتنشأ بينهم النزاعات، وبذلك فإن الأسرة تتفكك وتفقد سويتها وأيضا إدمان الأب على الكحول والمخدرات فيصبح غير قادر عن تحمل المسؤولية، وبذلك الأبناء يعانون ألآم نفسية تعيقهم عن التقدم والنمو المتكامل وتؤثر بالسلب على صحتهم النفسية فيصابون بأمراض نفسية حادة والإنحراف في السلوك ويكون جزاء الأم التعذيب، العجز المالي، الديون ومن ثم الإنفصال أو الطلاق وبالتالي إنهيار الأسرة (وفيق صفوت مختار، 2001، ص ص 104-105).

ونستخلص أن حين لا تتغلب الأسرة على كل الضغوط التي قد تصادفها تستسلم لأولى العقبات التي تعترضها وتستسلم للأمر الواقع وتترك أبنائها في دوامة المشاكل والضغوط مما يؤدي إلى تدني شعورهم بعدم الرضا عن الحياة، وبالتالي عدم توافقهم وإختلال صحتهم الجسدية والنفسية.

2.1.2. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تبين من خلال نتائج الفرضية الجزئية الثانية أنه توجد علاقة إرتباطية طردية بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة لأن قيمة معامل الارتباط (بيرسون) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.01)، ويمكن أن تفسر النتيجة المتحصل عليها أن أسر الطلبة القادرة على مواجهة الضغوط والمشاكل تزيد رضا أبنائها عن الحياة، رغم الظروف الصعبة وترفع معنوياتهم وتدفعهم لبلوغ مستويات عالية من الطموح وتحقيق أهدافهم، بما توفره لأبنائها من ظروف حياتية أفضل وتشعرهم بالثقة بالذات، وتمنحهم القدرة على مواجهة مواقف الحياة برضا وإقتدار فيرسمون خطاهم بالتخطيط والمثابرة والكفاح، والاعتماد على الذات، والمرح والتفاؤل، كما تدعم ثقتهم بالله وبأنفسهم في تخطي المخاطر والصعاب والمشكلات التي تعترض تحقيق أهدافهم بوعي وإدراك يحقق التوازن بين قدراتهم وإمكانياتهم وطموحاتهم وأهدافهم، كما أن المساندة والدعم والتوجيه الدائم يساعد الأبناء على التفاعل مع الحياة البيئية التي ينتمون إليها، ويضمن لهم قدرا معقولا من النجاح في أمورهم المختلفة. وهذا ما تؤكده دراسة Coccfoman Dona(كوكفمان دونا) وآخرون، حول علاقة الرضا عن الحياة بالمساندة الإجتماعية والضغوط والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة، وتكونت

العينة من (94) على درجات مرتفعة في مقياس المساندة الإجتماعية، كانوا يتمتعون بقوة الشخصية والثقة بالنفس، وكانوا قادرين على مواجهة الضغوط وذوي مستوى عالٍ من الرضا عن الحياة.

كما بينت دراسة Deniz (دينيس) العلاقة بين مواجهة الضغوط والرضا عن الحياة والتي تهدف إلى تحديد العلاقة بين أساليب التعامل مع مواجهة الضغوط، الثقة بالنفس وأساليب صنع القرار والرضا عن الحياة، وتكونت العينة من (492) من طلاب الجامعة بأمريكا، وأسفرت النتائج على أن المساندة والدعم الإجتماعي يزيد من درجة الرضا عن الحياة للطلاب وأن القناعة هي الرضا عن الحياة وهذا يرتبط بالثقة بالنفس والقدرة صنع القرار. والعكس فالرضا عن الحياة يرتبط بالإحساس بالسعادة الداخلية والإتصال بالناس والرضا عن الدخل، إضافة إلى النظرة الإيجابية للحياة والنفس(هناء أحمد شويخ، 2009، ص ص143 -145).

وهذا أشارت إليه نظرية Olsens(أولسون) وآخرون (1983) ونظرية Mcculbie(ماكوبين) وآخرون (1988) للضغوط الأسرية إلى وجود مؤشرات للتوافق الأسري مع الأحداث الضاغطة بما فيهم الأبناء المراهقين، وهذه المؤاشرات هي المستويات المدركة للضغوط الفردية والأسرية، والتي تعتبر خطوة هامة في سبيل التوافق مع هذه الضغوط، ويشمل هذا التوافق عدة متغيرات منها: تصور المراهق لمستوى الضغط الخاص بأسرته، وإدراكه للضغوط التي تواجهها أسرته بشكل عام، حيث وجدت علاقة إيجابية بين إدراك المراهقين للضغوط الأسرية في العائلات الأمريكية ومؤشرات التوافق المدرك لهذه الضغوط التي تمثلت في: العنف الأسري، وإدمان المخدرات، والإنتحار. كما وجد أن تقبل المراهقين ورضاهم عن حياتهم العائلية يرتبط بالإقتراب العاطفي المتزايد مع الآباء والأمهات، والإذعان لتوقعات الوالدين، والرضا عن الحياة والشعور بالسعادة بوجه عام(أماني عبد المقصود وتهاني عثمان، 2007، ص 23).

.2.2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

سوف يتم مناقشة نتائج الفرضية الثانية من خلال مناقشة نتائج فرضياتها الجزئية، كما يلي:

.1.2.2. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

أوضحت نتائج الفرضية الثانية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة في متغير الضغوط الأسرية، وذلك عند مستوى الدلالة (α=0.05) وكانت الفروق لصالح منخفضي الرضا عن الحياة، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن الضغوط الأسرية التي قد تؤدي إلى خلق مشاعر الإستسلام والتي بدورها تؤدي إلى الهروب من المواقف التي قد تصادف الفرد في حياته، وهنا نتوقع مستوى منخفض في الرضا عن الحياة، وحينما يكون دور الأسرة مشجعا على الإستقلال والسيطرة على البيئة، وتدفعهم إلى التطلع إلى الافضل، فإن الطالب يشب على ذات قوية تمكنه من تحقيق النجاح والدخول في المنافسة المرغوبة، وبالتالي نتوقع إرتفاعا في الرضا عن الحياة.

وقد بين الكثير من الباحثين ذلك مثل الباحثة فوقية محمد زايد أن الرضا هو حالة داخلية في الفرد تظهر في سلوكه وإستجاباته وتشير إلى تقبله لإنجازاته ونتائج سلوكه وكذلك تقبله لذاته كجزء من البيئة وتقبله للآخرين أيضا، ويتفق هذا مع ما تراه (هيرلوك) (1979) في أن هناك أشياء رئيسية لتحقيق السعادة ولكي يتمتع الفرد بصحة نفسية وجسمية وهي التقبل (Acceplance) الحنو (Affection) وتكون سببا في التوافق مع الحياة والرضا عنها بصرف النظر عن المكانة الإجتماعية(هناء محمد شويخ، 2009، ص ص 139-140).

وهكذا يمكن القول بأن الرضا الفرد عن حياته يعتمد على مقارنة ظروفه وأحواله وبالمستوى الذي يعتقد أنه مناسب له، وهذا المستوى يقرره الفرد لنفسه أي أنه إحساس داخلي بالنسبة للفرد يظهر في سلوكه إستجاباته، ويقصد بالرضا عن الحياة تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته (جاب الله يمينة، 2007، ص 116).

.2.2.2. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تبين من نتائج هذه الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة في متغير القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية، وذلك عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وكانت لصالح مرتفعي الرضا عن الحياة، فنتيجة الدراسة الحالية منطقية، لأن الطلبة المنتمين لأسر قادرة على مواجهة الضغوط الأسرية أكثر رضا عن الحياة، لأن هذه الأسر تنشئ أبنائها لكي يكونوا الأقدر على ضبط أنفسهم والتحكم في المواقف، ومواجهة الصعاب والمشكلات دون خوف أو قلق، كما يعرفون نقاط القوة والضعف لديهم، ويمتلكون القدرة على التكيف مع الظروف الصعبة ويستطيعون إنجاز أعمالهم ومشاريعهم التي يخططون لها، إلى جانب إمتلاكهم الكفاءة للتعامل والتوافق مع الضغوط الأسرية وطرق مواجهتها بشكل إيجابي دون أن تؤثر في إتخاذ القرار لديهم للارتقاء بمستوى الصحة النفسية لديهم، ويعتبر الرضا عن الحياة من المؤشرات التي تدل على مستوى الصحة النفسية وقدرة عقلية عالية وعلى مدى تأقلم الفرد مع المجتمع الذي يعيش فيه وهي تسهم بشكل إيجابي في شخصية الفرد مع المجتمع الذي يعيش فيه وتساعد في إنشاء أفضل العلاقات بين أفراد المجتمع. والرضا عن الحياة هو حالة داخلية يشعر بها وتظهر في سلوكه واستجابته وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته والآخرين وتتمثل رضاه عن الحياة في السعادة والطمأنينة والإستقرار الإجتماعي والتقدير الإجتماعي، السعادة والقناعة (أديب الخالدي، 2002، ص 71).

ويعتبر الرضا عن الحياة أيضا أحد العوامل التي تساعد في تشكيل شخصية إنسانية سليمة وسوية وبالتالي القادرة على مواجهة الضغوط بأنواعها، في حين أن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة يمثل إحدى المشكلات المهمة في الحياة الإنسان، لأن هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة بداية لكثير من المشكلات التي تبدد طاقة الإنسان وتجعله عرضة للإضطرابات النفسية المختلفة كالقلق الإحباط والتوتر، أضف إلى ذلك الإفتقار للسعادة والمتعة في حياتهم المعاشة وكل هذا يؤدي إلى عدم الإتزان النفسي وإختلال الصحة النفسية(أديب الخالدي، 2002، ص 72).

ومن جهة أخرى فالطلبة الراضيين عن حياتهم أكثر قدرة على مواجهة الضغوط الأسرية بشكل مناسب، حيث يشعرون أن لديهم الفرصة للنجاح والتقدم في الحياة أمامهم، لاسيما وأنهم يشعرون بأن قدراتهم وإستعدادهم وطموحاتهم تؤهلهم للنجاح والتقدم في الحياة، مما يؤدي إلى إيمانهم بضرورة المثابرة من أجل الحصول على مكانة عالية والتي تجعله راضين عن أنفسهم، وهذا بطبيعة الحال يؤدي إلى إرتفاع رضاهم عن الحياة، ويكونون أقدر على مواجهة تلك الضغوط الأسرية. كذلك فإن الطلبة الراضيين هم الذين يدركون أن الحياة تحتاج إلى الجهد والمثابرة، وأن النجاح لا يأتي بالتمني؛ وهم أذكى في مواجهة المشكلات والضغوط خاصة تلك المتعلقة بالأسرة. هذا ما يدفعهم إلى التفكير بضرورة النجاح، والبناء، والإستمرار في مواصلة التعليم، والمثابرة على ذلك، وأن السبيل الوحيد لتحقيق ما يطمحون إليه لا يكون إلا بالدراسة، والجد والإجتهاد، وبالتالي لديهم القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والوصول إلى ما يرغبون فيه، لأن المتغيرات التالية تلعب دورا في الرضا على الحياة والمتمثلة في القدرة على مواجهة مطالب الحياة ويكون ذلك عن طريق

النظرة السليمة والموضوعية للحياة ومطالبها، الإستمتاع بالحياة، تحمل المسؤولية تجاه النفس وتجاه الغير(وفيق صفوت مختار، 2001، ص 21).

في حين أن الطلبة ذوي الرضا عن الحياة المنخفض يشعرون باللامبالاة، وعدم الإهتمام لا بالحاضر ولا بالمستقبل مما يؤدي بهم إلى عدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة، والعجز على حل المشكلات وبالتالي عادة ما يكونون أقل قدرة على مواجهة الضغوط الأسرية ويرضون بالقدر ولا يستطيعون تغييره.

- خاتمة:

خلصت الدراسة الحالية إلى مجموعة من النتائج التي جاءت حسب ما توقعته الباحثة من فرضياتها وتحققت على مستوى العينة المدروسة. حيث توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة بين كل من الضغوط الأسرية ومواجهتها الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي، وحيث هناك علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة، أي أنه كلما زادت الضغوط الأسرية إنخفض الشعور الرضا عن الحياة، والعكس صحيح.

وهناك علاقة موجبة بين القدرة على مواجهة الضغوط الأسرية والرضا عن الحياة، أي كلما كانت هناك مواجهة للضغوط الأسرية كلما كان هناك الشعور بالرضا عن الحياة.

كما تم التوصل إلى أنه توجد فروق بين طلبة جامعة تامدة –تيزي وزو- منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة في كل من الضغوط الأسرية ومواجهتها. لكن النتائج تبقى رهينة العينة وخصائصها.

وقد لاحظنا قصور الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة الحالية، حيث تعتبر الدراسات العربية قليلة وغير مهتمة بالقدر الكافي بالضغوط الأسرية وعلاقته بمتغيرات أخرى-حسب إطلاع الباحثة-، ولهذا نقترح إجراء بعض الدراسات حول هذا الموضوع بغرض الكشف عن نتائج جديدة تخدم البحث العلمي حيث نقترح: إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على عينة أخرى أكبر من عينة دراستنا تشمل جامعات أخرى على غرار جامعة تيزي وزو(الجزائر).

المراجع:

أحمد صقر عاشور.(1983). **إدارة القوى العاملة(الأسس السلوكية وأدوات البحث التطبيقي)**. لبنان(بيروت): دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

أحمد محمد الكندري.(1992).**علم النفس الأسري**. ط2، الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

أديب الخالدي .(2002).: **المرجع في الصحة النفسية**. الطبعة الأولى، الدار العربية للنشر والتوزيع.

أماني عبد المقصود وتهاني محمد عثمان .(2007). **الضغوط الأسرية والنفسية-الأساليب والعلاج**. مصر(القاهرة): مكتبة الانجلو المصرية.

بوروبي رجاح فريدة.(2012/2011). **السكن وعلاقته بتركيبة العائلة الجزائرية وظهور الضغوط فيها**. دراسة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس الإجتماعي، جامعة منتوري، قسنطينة(الجزائر).

بوعلاق، محمد .(2009). **المُوجّه في الإحصاء الوصفي والإستدلالي في العلوم النفسية والإجتماعية والتربوية**. الجزائر: دار الأمل للطباعة والنشر والتوزيع.

جاب الله يمينة .(2007/2006). **معنى الحياة وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة العانس**. رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس المرضي الإجتماعي، جامعة الجزائر.

سناء الخولي.(1995). **الزواج والعلاقات الأسرية**. القاهرة (مصر): مكتبة الانجلو مصرية.

صبري محمد علي .(2004). **الصحة النفسية والتوافق النفسي**. بدون طبعة، دار المعرفة الجامعية.

علي راشد .(2007). **الجامعة والتدريس الجامعي**. لبنان(بيروت): دار المكتبة الهلال.

فايز قنطار .(1992). **الأمومة نمو العلاقة بين الطفل والأم**. العدد 166 أكتوبر، الكويت: عالم المعرفة.

فوزي محمد الهادي .(2005). **الضغوط الأسرية من منظري الخدمة الاجتماعية**. مصر: دار القاهرة للنشر والتوزيع.

كمال محمد دسوقي.(1979). **النمو التربوي للطفل المراهق(دروس في علم النفس الإرتقائي)**. بيروت (لبنان): دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

معن خليل عمر.(2005). **التفكك الاجتماعي**. عمان(الأردن): دار الشروق الطبعة العربية الأولى.

هناء محمد شويخ .(2009). **برنامج تطبيقي لتحسين المتغيرات النفسية والفيزيولوجية لنوعية الحياة لدى مرضى الفشل الكلوي**. الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

وفيق صفوت مختار.(2001). **أبنائنا وصحتهم النفسية**. دار العلم والثقافة.

Baylis. P (2002)**: Promoting resilience, aberta mental health board.** Children mental healthmarch.

Bristol (1987) **: mothers of children with autism or communication disorders**, 17, 469-486.

Olson (1994)**: marriage and the family diversity and strengths, may field publishing company**, USA, California.