أَساليبُ الحياةِ الشَّخصيةِ المُنبئة بكلٍّ مِن الحاجةِ إلى الحبِ والتوجه نحو الحياةِ لدى طلبةِ جامعةِ الكويت[1]

د. سعاد عبد الله البشر[2]
أُستاذ مُشارك بقسم علم النفس
كلية التربية الأساسية الكويت

د. حسن عبد الله الحميدي[3]
أستاذ مشارك بقسم علم النفس
كلية التربية الأساسية الكويت

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أساليب الحياة الأكثر انتشاراً بين طلبة جامعة الكويت، ودرجة إسهامها في التنبؤ بالحاجةِ إلى الحب والتوجه نحو الحياة، والمقارنة بين الذكور والإناث على هذه المتغيرات، وتكونت العينة من (٣٣٢) طالبًا وطالبةً من جامعة الكويت، طُبِّقَ عليهم مقياسُ أساليب الحياة الشخصية، ومقياسُ الحاجة إلى الحب، ومقياسُ التوجه نحو الحياة. وأشارت النتائج إلى ترتيب أساليب الحياة لدى العينة كالتالي: المفيدُ اجتماعيًّا ثم أسلوب الحياة الاعتمادي، ثم أسلوب الحياة المتسلط، وأسلوب الحياة المتجنب. وأسهمت الأساليب التالية (المفيد اجتماعيا، والمتجنب، والمتسلط) في التنبؤ بدرجات الحاجة إلى الحب، كما أَسهم المفيد اجتماعيا والمتسلط، والاعتمادي في التنبؤ بصورةٍ دالة إحصائيًّا بدرجات التوجه نحو الحياة، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أساليب الحياة والحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة بين الذكور والإناث.

الكلمات المفتاحية: أساليب الحياة الشخصية، الحاجة إلى الحب، التوجه نحو الحياة.

---

[1] تم استلام البحث في ٢٠٢٠/٨/٢٠ وتقر صرحيته للنشر في ٢٥ / ٩ / ٢٠٢٠

[2] ت: 96560008889 Email: drsuad@thawabt.com

[3] ت: ٩٦٥٩٩٩٥٩٩٩٠ dralhumaidi@gmail.com

أَساليبُ الحياةِ الشَّخصيةِ المُنبئة بكلٍّ مِن الحاجةِ إلى الحبِ والتوجه نحو الحياةِ لدى طلبةِ جامعةِ الكويت[٤]

د. سعاد عبد الله البشر[٥]
أُستاذ مُشارك بقسم علم النفس
كلية التربية الأساسية الكويت

د. حسن عبد الله الحميدي[٦]
أستاذ مشارك بقسم علم النفس
كلية التربية الأساسية الكويت

المقدمة:

يُعد الاهتمام بأساليب الحياة أمراً حتمياً في الوقتِ الحاضر نتيجة معاصرتنا لحياة معقدة سريعة التطور في العلوم والتكنولوجيا، فاختيار الشخص لأسلوب حياته واكتسابه المهارات المناسبة لإدارتها بفاعلية؛ يساعده في المحافظة على صحته النفسية، وزيادة كفاءته الذاتية، فيتحقق التوازن لديه، وينعكس ذلك على المجتمع الذي يعيش فيه، وأساليب الحياة الشخصية Personal life styles هي الطرق التي تقود الفرد إلى أهدافه في الحياة، التي تُعدّ ذات معنى بالنسبة إليه، والتي تشكل سلوكياته وانفعالاته وتصرفاته وعملياته المعرفية ومشاعره، سواء كانت إيجابية فتنعكس بالفائدة عليه، وعلى من حوله، أو سلبية تنعكس عليه بالضرر وعدم السواء النفسي.

ويذكر أدلر Adler أن لكل فرد أسلوبه الحياتي الخاص به، يشتق تدريجيا أثناء الخمس سنوات الأولى من حياته مؤديا في النهاية إلى تحقيق ذاته، من خلال تجاوز عقدة النقص والتي تتكون نتيجة لقصوره البدني أو العقلي أو الاجتماعي، كما أشار إلى مفهوم التعويض، وهو ميكانزيم دفاعي فطري محدد، يكون للتغلب على مشاعر النقص المتخيلة أو الحقيقية، المدركة من قبل الفرد، فِي محاولة لتقوية قدرته في الاتجاه نفسه (Canel, 2015).

كما يشير أسلوب الحياة إلى التوجهات الأساسية لشخصية الفرد التي تشمل على صفات الشخصية الموجودة فعلا لديه، وهو خريطة الطريق التي تقود الفرد إلى أهدافه في الحياة، وأن أسلوب الحياة لا يعود إلى خبرات الفرد في الطفولة فقط، بل إلى تفسيرات الفرد الراهنة الموافقة

---

[٤] تم استلام البحث في ٢٠ / ٨/ ٢٠٢٠ وتقر صرحيته للنشر في ٢٥/ ٩ / ٢٠٢٠
[٥] ت: 96560008889 Email: drsuad@thawabt.com
[٦] ت: ٩٦٥٩٩٩٥٩٩٩٠ dralhumaidi@gmail.com

لحياته الحالية، وكيفية تعامله مع الأحداث والحاجات البارزة والمتغيرة في حياته أيضا، التي تعد ذات معنى بالنسبة إليه (Allen, 2005; Jones-Smith, 2014).

وعند اختيار الفرد لأسلوب حياته تتحدد أوليات الدوافع والاحتياجات لديه، ومن بين الحاجات النفسية الأساسية، التي اهتم بها علم النفس، هي الحاجة إلى الحب Need for love، ويعد مفهوم الحاجة إلى الحب من المفاهيم التي شغلت اهتمام الكثير من الباحثين في المجال النفسي، ولا سيما فيما يتعلق بدراسة الشخصية إذ يعد هذا المفهوم عاملًا له أثره البالغ في الصحة النفسية، وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث العلمية إلى ارتباط الحاجة إلى الحب بعددٍ من المُتغيرات الشخصية والديموغرافية، فقد وجدَ أنَّ إشباع هذه الحاجة يرتبط إيجابيًا بالعناصر الإيجابية في شخصية الفرد، فالثقة لدى الأفراد تزداد بازدياد إشباعهم لهذه الحاجة وعلاقاتهم مع الأفراد الآخرين (Cramer, 2013).

وتعد الحاجة إلى الحبِ حاجةً ثانوية، ولكن إشباعها ضروري للنمو السوي النفسي للفرد، فرغم أنَّها ليست ضرورية للبقاء المادي للإنسان، إلا أنها تأتي عن طريق التعلم لتكون ذات أهمية وفعالية في التوافق الأفضل له (الأشول، ٢٠١٠: ١٠٧).

ويؤثر الأسلوب الشخصي في الحياة، ويتأثر بمدى إدراك الفرد لحاجته إلى الحب، بصفته أحد الحاجات النفسية الأساسية، كذلك قد يرتبط ويؤثر في اتجاه الفرد نحو الحياة Orientation towards life، ومدى شعوره بذلك، والتفاؤل حول حاضره ومستقبله (Kalk& Wang, 2003).

ويدل التوجه الإيجابي نحو الحياة على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة، فالأزمات والظروف التي يعيشها الفرد أحيانا، تعد عاملًا أساسيًا في خلق بعض الاضطرابات لديه، إلَّا أن الأفراد يختلفون فِي تفسيرهم للواقع الذي يدركونه، كما يختلفون في طريقة رؤيتهم وتوجههم نحو الحياة، فبعضهم تكون نظرته إيجابية، ويعتقدون بإمكانية تحقيق رغباتهم في المستقبل، ولديهم تفاؤل بحدوث الخير؛ أمَّا البعض الآخر فيمتلك نظرة سلبية ويتوقع حدوث الشر (علي، ٢٠١٦).

مشكلة الدراسة:

يعد أسلوب الحياة الحالة الفريدة التي تتكون من المجموع الكلي للدوافع والاهتمامات والسمات والقيم، كما تظهر في سلوك الأفراد الكلي، ويكون أسلوب الحياة نتاجا لقوى ذاتية داخلية موجبة، وقوى بيئية خارجية تساعد أو تعوق تشكيل الاتجاه الذي ترغب الذات الداخلية في إتيانه، وأن أسلوب الحياة يحدد كيفية إشباع الفرد لحاجاته، ومنها حاجة الحب، كما يظهر من خلال

توجهه نحو الحياة، وهو وسيلة الفرد إلى التحقيق الذاتي وتنمية الشخصية، والتعبير عن الكفاح من أجل التفوق (ريحاني وطنوس، ٢٠١٢).

وتشكل فئة الشباب النسبة الأكبر في المجتمع الكويتي؛ إذ تشير الأرقام إلى أن (٤٧,١%) تقل أعمارهم عن (٢٠) سنة و(٧١,٧%) تقل أعمارهم عن ٣٥ سنة من المعدل الكلي للسكان، وأنَّه من المتوقع أن تصل أعداد الشباب من سن (١٥) إلى (٢٩) عاما إلى نصف مليون فرد حتى عام (٢٠٣٠) (CSB.gov.kw, 2020).

وسُلِّطَ الضوءُ في الدراسة الراهنة على هذه الفئة، لمعرفة أكثر أساليب الحياة انتشارا لديهم، ومدى حاجتهم إلى الحب، وتوجههم نحو الحياة، وذلك لأن الشباب يعتبرون ثروة كل أمة، ومستودع طاقاتها المنتجة القادرة على التغير المطلوب لتحقيق التنمية والتقدم والرفاه. وطلبة الجامعة من الشرائح المهمة، إن لم تكن الأهم في مسيرة المجتمع، فهم قوة الأمة ومصدر نهضتها، والإرادة الفعالة لعملية التغير الاجتماعي والثقافي والاقتصادي (أحمد، ٢٠١٢).

وقد أكدت نتائج العديد من الدراسات تباين مستويات أساليب الحياة الشخصية واختلافها لدى فئة الشباب، ودور تلك الأساليب وعلاقتها بالعديد من العوامل والمتغيرات، مثل علاقتها بأساليب الحب، والقلق والاكتئاب، وأنماط الأكل وإدراك الضغوط النفسية، وأساليب التعامل مع الضغوط، والتوافق النفسي والأكاديمي، والتوافق الأُسري (جبر، ٢٠٠٥؛ الشخانبة، ٢٠١٠؛ ريحاني وطنوس، ٢٠١٣؛ صالح وشيال، ٢٠١٤؛ Gaube, 2015; Herrington, Matheny& Penick, 2005).

كما اهتمت دراسات أخرى بالفروق بين الجنسين في أساليب الحياة والتوجه نحو الحب والحياة، وكانت النتائج متباينة أيضا (Cook, 2012; Taseer, Saima, Khan, Fayyaz, 2019)، ولعل هذا التباين في الدراسات السابقة هو ما دعانا إلى الكشف عن تلك الفروقات بين الجنسين في أساليب الحياة الشخصية (المتعاون، المتجنب، المسيطر، الاعتمادي). وعلى الرغم من اختلاف الأساليب السابقة في طبيعتها، مما يؤدي إلى اختلاف مدى الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة لكل نمط من الأنماط السابقة؛ فإنَّ بعض الدراسات بيّنت الارتباط الإيجابي مع النمط المتعاون فقط، والارتباط السلبي مع بقية الأنماط (السعايدة والخطيب، ٢٠١٧؛ Stoltz, Wolff, Monroe, Farris,& Mazahreh, 2013).

كما بينت دراسات أخرى أنَّ عدم قدرة الفرد، على إشباع حاجة الحب لديه، يؤدي إلى شعوره بالحرمان العاطفي، وذلك يجعله يشعر بالتهديد وقلة الأمن، وضعف احترام الذات؛ فيندفع بعدها إلى إشباع هذه الحاجة بشكل فوضوي، ويكون هدفه من الارتباط العاطفي فقط للتغلب على

مشاعر الوحدة والشعور بالنقص، مَا يؤثر على توجهه نحو الحياة ونظرته للمستقبل (Cook, 2012).

ورغم أهمية أساليب الحياة في التراث السيكولوجي عامة، وفي دراسات الشخصية خاصة، فإن الباحثين–في حدود ما اطلعا عليه– لم يجدا دراسات اهتمت بأساليب الحياة وفق نظرية أدلر في البيئة الكويتية، كما أن علاقة أساليب الحياة بكل من الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة، لم يُتَطرّق إليها بالدراسات العربية وغير العربية، وهو ما يُعطي هذه الدراسة مبررها باعتبارها من الدراسات التي تُعْنَى ببحث شخصيات الطلاب وفق علم النفس الفردي، في العلاقة بكل من الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة بالبيئة الكويتية.

أسئلة الدراسة:

١– مَا متوسط درجات أبعاد أساليب الحياة الشخصية لدى طلبة جامعة الكويت؟

٢– هل تسهم أساليب الحياة الشخصية في التنبؤ بصورة دالة إحصائيًّا بكل من الحاجة إلى الحب، والتوجه نحو الحياة لدى طلبة جامعة الكويت؟

٣– هل توجد فروق بين متوسطات درجات أساليب الحياة الشخصية والحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة تعود إلى النوع لدى طلبة جامعة الكويت؟

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على:

- أنواع أساليب الحياة الأكثر انتشارا بين طلبة جامعة الكويت.
- مدى إسهام أساليب الحياة في التنبؤ بكل الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة.
- الفروق في كل من أساليب الحياة والحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة تَبَعًا للنوع لدى طلبة الجامعة الكويت.

أهمية الدراسة:

- تأتي أهمية هذه الدراسة من تناولها للشخصية في ضوء علم النفس الفردي، ومحاولتها فهم دور أساليب الشخصية في كل من الحاجة إلى الحب بصفتها إحدى أهم الحاجات الاجتماعية والنفسية، والتي تعد إحدى المكونات الأساسية للحاجة إلى الانتماء، تلك الحاجة التي أكدتها كل نظريات علم النفس، بدءاً بفرويد مرورا بماسلو، وانتهاء جلاسر وسيلجمان، كذلك تأتي أهميتها من محاولة فهم دور أساليب الحياة في تكوين رؤية وتوجه إيجابي نحو الحياة، وهو التوجه الذي يحدد مدى تمتع الفرد بالإيجابية والتفاؤل

نحو ذاته وأهدافه ونحو الحياة.

- كما تظهر أهمية الدراسة من خلال التعرف على أسلوب الحياة الشخصي للفرد، والذي يُسْهم في اكتشاف دوره في الحياة، ومدى قدرته على المساهمة الفعالة في مجتمعه، إن كان الأسلوب صحيحا، وفي المقابل تسهم الأساليب الشخصية الخاطئة لدى الفرد في فهم أي مشكلات أو اضطرابات قد يقع فيها الفرد، مستقبلا في وقت مبكر، مَا يمكن المختصين في مجال الإصلاح النفسي من التخطيط والعمل نحو تخطي هذه المشكلات.
- كما تكتسب الدراسة أهميتها من محاول فهم التكوين الشخصي لدى طلبة الجامعة، وهي مرحلة الشباب والانطلاق لدى الفرد، ومحاول فهم ذلك التكوين بمنظور مختلف، وهو أساليب الحياة، ومعرفة علاقة الشخصية لدى الشباب من ذلك المنظور بحاجتهم إلى الحب، وبتوجههم نحو الحياة، ولا شك أن ما تخرج به الدراسة من نتائج، في ذلك الإطار، سيسهم في زيادة فهم شخصية طلبة الجامعة، بما يفيد في رفع توجههم نحو الحياة الإيجابية وإشباع حاجتهم للحب.

مصطلحات الدراسة:

أسلوب الحياة الشخصي Personal Lifestyle:

نمط الفرد أو أسلوبه الشخصي والفريد في التفكير والانفعال والسلوك، والَّذي يتمحور حول هدف الفرد في الحياة (Adler, 2012). وتعرفه منظمة الصحة العالمية بأنَّه مجموع العادات السلوكية التي جرى تشكيلها وتكوينها من خلال القيم والمعتقدات السائدة في حضارة معينة، ومن خلال الفرص والقيود التي تفرضها حالات أو أوضاع اجتماعية واقتصادية معينة (Ardic& Esin, 2015).

ويُعرَّف أسلوب الحياة الشخصي إجرائيا بأنَّه طريقة تفكير الفرد وشعوره وتصرفه، الَّتي تظهر بالأبعاد التالية: المتعاون والمتجنب والمسيطر والاعتمادي، ونستدل عليها من خلال الدرجات التي يحصل عليها الطلبة المشاركين بالدراسة على أساليب الحياة، كما يقيسها المقياس المستخدم بالدراسة الحالية.

الحاجة إلى الحب The Need for Love:

عرفها ماسلو (٢٠١٢) Maslow بأنها سعي الفرد للحصول على الحب، والعاطفة، والعناية، والرعاية، والسند العاطفي من الشخص الآخر أو من الآخرين.

وهي تلك الأبعاد العاطفية التي يمارسها الفرد في علاقاته مع الآخرين، فيشعر من خلالهم

أنه محبوبا وقادرا على أن يحب (Sorrell, 2005).

ويعرَّف إجرائيا بأنه درجة شعور الفرد عاطفيا تجاه مَنْ يُحب، وكيف يحقق هذا الإشباع العاطفي الشعور بالثقة والنشوة والسعادة والانتماء والأهمية، وهي الدرجة التي يحصل عليها الطلبة المشاركون بالدراسة على مقياس الحاجة إلى الحب.

التوجه نحو الحياة Orientation towards Life:

عرف شاير وكارفر Scheier& Carver (2018) التوجه نحو الحياة بأنه "النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، فضلا عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الجانب السيئ".

ويعرف علي (2016) التوجه نحو الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها والنظرة الإيجابية إلى الأشياء والأحداث والمواقف، والاعتقاد بأنَّها تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال والاستبشار بالحياة، وبإمكانية تحقيق رغباته في المستقبل، واحتمال حدوث الخير بدلا من الشر.

ويُعرَّف إجرائيًّا بأنه درجة الإيجابية لدى الفرد ونظرته التفاؤلية للمستقبل، وهي درجة الطلبة المشاركين بالدراسة على مقياس التوجه نحو الحياة المستخدم بالدراسة الحالية.

الإطار النظري:

أولاً: **أسلوب الحياة الشخصي**:

ظهر مصطلح أسلوب الحياة لأول مرة عام (١٩٢٧) ضمن أطروحات نظرية علم النفس الفردي لأدلر، وفيها: كأن يعكس صورة الذات والطريقة التي يرى فيها الأفراد أنفسهم، وما يعتقدونه، وما يمتلكون من أفكار عن الآخرين، فأسلوب الحياة مركب من الدوافع والحاجات، ويتأثر بعوامل عدة مثل الثقافة والأسرة والمجتمع، وهو المبدأ الذي يفسر تفرد الشخص بأسلوب معين، وإمكانيته في تبني أهداف جديدة (الفتلاوي وجبار، ٢٠١٢).

وذكر زهران (٢٠٠٥) أنَّ أدلر تناول مفهوم الذات والآخرين والذات المبتكرة، وهي العنصر الدينامي النشط في حياة الشخص وتبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد أسلوب حياة الشخص، واهتم كذلك بالمؤثرات الثقافية والبيئية والاجتماعية، وركز على أهميتها في تكوين أسلوب حياة الفرد، وشدد على أثر العلاقات الدينامية داخل الأسرة في هذا الصدد. كما اهتم بفكرة الغائية أو هدف الحياة الذي يحدد أسلوب حياة الفرد وسلوكه، ولذلك يجب أن يكون واقعيا ممكن

التحقيق، ويؤكد كذلك أنَّ المشاكل النفسية تنتج عن اتجاه الفرد نحو غاية أو هدف لا يستطيع تحقيقه.

واستخدم أدلر مصطلح علم النفس الفردي، ليؤكد الطبيعة الذاتية لكفاح الفرد، من أجل تحقيق أهدافه التي يسعى من خلالها للتطلع نحو التميز والكمال، ويمثل هذا المفهوم أسلوب الحياة بنظرته للشخصية الإنسانية من حيث تنظيمها واتساقها وتفردها، فيعتقد أنَّ كل الأهداف النهائية تدور أساسا نحو التفوق، وفسر أسلوب الحياة باعتباره مبدأ النظام الذي تمارس بمقتضاه شخصية الفرد وظائفها، وهو الكل الذي يأمر الأجزاء، والمبدأ الأساسي الذي يفسر تفرد الشخص (Adler, 2009).

ويرتكز مفهوم الشخصية عند أدلر على مبدأ فهم شخصية الفرد، داخل الإطار الاجتماعي الذي يعيش فيه، من حيث هو كائن اجتماعي، تتشكل حياته من خلال المعايير الأخلاقية والثقافية والاجتماعية؛ وفهم العلاقات الاجتماعية التي يُوجَدُ فيها الفرد. ويشير إلى أن للظروف الاجتماعية والاقتصادية أثرًا مُهمًّا على دوافع سلوك الإنسان وعلى تكوين تفكيره (Corey, 2009).

وقسم أدلر (2012) Adler أساليب الحياة إلى أربعة أساليب رئيسة، يرى أنَّ ثلاثة منها خاطئة وواحدة صحيحة، وهي كالتالي:

١- أسلوب المتعاون (المفيد اجتماعيًّا) The Social-Useful Style: هو أسلوب الشخص السوي النشط، الذي يسعى إلى تحقيق أهدافه في حدود المصلحة الاجتماعية، والفرد الناجح هو الذي تعلم فن التعاون، والشجاع والواثق من نفسه يواجه الحياة بهذا الأسلوب وجهًا لوجه، ويتميز بالود مع الآخرين فأسلوب الشخص المتعاون هو أسلوب الحياة السليم، وصاحب هذا الأسلوب يكون توجهه نحو تحقيق أهداف متفقة والمصلحة الاجتماعية، وهذا الأسلوب الذي رآه أدلر صحيحا.

٢- أسلوب المتجنب (الانسحابي) The Avoiding Style: يتسم أسلوب الشخص بالانسحابية وضعف النشاط وضعف القدرة على تحقيق أهدافه، فإن اهتماماته الاجتماعية ضعيفة. فالشخص المتجنب الذي يتجه نحو الهروب من حل المشكلات الحياتية تكون مشاعر الرفض والنقد متراكمة لديه؛ ما يجعله يعترض على إقامة أي علاقة اجتماعية دون وجود دليل أكيد على تقبله، ونتيجة لذلك فأن علاقته بالآخرين ضئيلة جدًّا وتنحصر في أفراد عائلته.

٣- أسلوب المسيطر (المتسلط) Dominating Style: يظهر الفرد أسلوب السيطرة من

خلال التحكم مع قليل من الاهتمام الاجتماعي، والشخص هنا نشط، ولكن بطريقة غير اجتماعية، فهو أكثر إيذاءً وعنفًا وأكثر هجوما على الآخرين، وقد يصبح جانحًا، والشخص المسيطر يميل إلى إعطاء الأوامر للآخرين والانتقاص من قيمهم، ويظهر العداء واللا حب لهم، ودائمًا يجد أخطاء في الطرف الآخر، ويتسم أسلوبه باللوم والسخرية، وتكون نتيجة هذا الأسلوب في التواصل (الغضب، الجفاء).

٤- أسلوب الاعتمادي (المتعلم للأخذ) Learned to Take Style: يتوقع إشباع حاجاته من خلال الآخرين، وينطبق هذا الأسلوب على الأشخاص الذين لديهم اتجاه لأسلوب حياة يرتبط بالعالم الخارجي بطريقة طفيلية، ويفتقر هؤلاء الأشخاص إلى الاهتمام الاجتماعي، ويعتمدون على الآخرين في تلبية معظم احتياجاتهم، واهتمامهم الرئيس في الحياة هو الحصول على كل ما يمكن الحصول عليه من الآخرين، فالاعتمادي يتوجه إلى الآخرين لما يريده عن طريق القوة أو الاحتيال. وهذه الأساليب الثلاثة السَّابقة اعتبرها أدلر أساليب خاطئة، تسبب التعب والضيق لصاحبها ولمن حوله؛ ما تؤثر بلا شك على علاقاته بالآخرين ونظرته وتوجهه نحو الحياة.

وعندما يكوّن الفرد أسلوب حياة خاص به فإنَّه يكون دليلهُ وإطاره الخاص للتصرفات اللاحقة، ووفقًا لعلم النفس الفردي فأنَّه يمكن القول إنَّ أساليب الحياة تُعد بمثابة عدسات نرى من خلالها أنفسنا، والعالم من حولنا، والمهمات الحياتية المفروضة علينا (Mosak, 2005: 68).

ثانيا: الحاجة إلى الحب:

رأى ماسلو (2012) Maslow أنَّ حاجة الحب والانتماء تظهر عندما يتم إشباع حاجات الفرد الفسيولوجية والأمن نسبيًا، هنا يكون الفرد بحاجة إلى العلاقات الحنونة الدافئة مع الناس عامةً، وتحديداً حاجته لكي يحصل على مكانة في مجموعته، ويكافح بشدة من أجل تحقيق هدفه، كما يتمثل برغبة الفرد في حب شخص آخر، وأن يكون محبوبا بالمقابل والحصول على الاهتمام والعناية، ويؤكد أنّ هناك نوعين من الحب، الأول يكون ناتجا عن النقص أو العجز فهو يتسم بالأنانية، ويتركز فيه اهتمام الفرد بأن يحبه الآخرون، والآخر يعني أن يكون قادراً على أن يحب الآخرين، وهذا النوع من الحب لا يمكن أن يتحقق دون أن تشبع الحاجات الأساسية التي تسبقه.

ويصور كل من مكلنسر وشيفر (2019) Mikulincer & Shaver الحب على أنَّه عملية توحيد ودمج لثلاثة أنظمة سلوكية حياتية، هِي: التعلق، والاهتمام، والجنس، ولكل واحد من هذه الأنظمة مجموعة من السلوكيات المتميزة والوظائف، ويُمكن لهذه الأنظمة السلوكية الثلاثة أَنْ

تشوه وتُحرف عن طريق تجارب التعلم الاجتماعي غير المثلى التي قد تحدث في المراحل العمرية المختلفة للفرد، ومنها تظهر الأنواع الفرعية المختلفة للحب والمراحل المتطورة منه.

كما تشير كل من فبيسي وهاتفلد Feybesse & Hatfield (2019) إلى نوعين أساسيين للحب، هما الحب العاطفي والحب الرفاقي، ولقد توصلتا إلى تعريف الحب العاطفي على أنَّه حالة من الرغبة الشديدة للاتحاد والارتباط بالشخص الآخر، وهو أيضا حالة من الآثار الفسيولوجية العميقة، أمَّا الحب الرفاقي فهو حالة من الحب الذي نشعر به تجاه أولئك الذين ترتبط حياتنا بهم بعمق.

وطبقا لنظرية التشابه فأنَّ الناس ينجذبون بعضهم إلى بعض، عندما يجدون الفرصة لتوسيع الذات، ويؤدي التشابه دورا كبيرا في الجاذبية بين الأفراد (Aron & Tomlinson, 2019).

أما نظرية ستيرنبيرغ Sternberg فقد بينت أنَّ الحب يتألف من ثلاث مكونات، هي:

- العلاقة الحميمة: تشير إلى الدوافع التي تقود إلى الرومانسية، والانجذاب الجسدي، والجماع الجنسي، والظاهرة المتعلقة بعلاقات الحب.
- المودة والشغف: تشير إلى مشاعر القرب والارتباط في علاقة الحب.
- القرار أو الالتزام: يشير إلى قرار الفرد بحب فرد آخر ولمدة قصيرة، أو لمدة طويلة يلتزم خلالها بالمحافظة على الحب (Masoumeh, 2020).

وتفسر النظريات السلوكية الحب بكونه من الأفعال والخيارات التي من الممكن ملاحظتها ورؤيتها من الشخص نفسه والآخرين، ولأنّ الحب ممكن ملاحظته فمن الممكن قياسه نظريًا أيضًا؛ فمثلًا يسلك (أ) سلوكًا معينًا تجاه (ب) أكثر مما يسلكه تجاه (ج)، فهنا يتبين أنه يحب (ب) أكثر (Michael & Eysenck, 2001).

والحاجة إلى الحب هي إحدى متضمنات الحاجة إلى الانتماء وفق نظرية الاختيار والعلاج الواقعي لوليم جلاسر William Glasser، الَّتي تتضمن الحاجة إلى الأهل والأصدقاء والحب، أي مجتمع يحبه الفرد ويعيش فيه، ويحس أنَّه ينجذب إليه دائما، أي يحب ويُحب؛ ما يستدعي إقامة علاقات مع الآخرين لتحقيق هذه الحاجة ولو بأقل شكل ممكن، والحب عند جلاسر هو ما نفعله وليس ما نشعر به، وهو الاهتمام أكثر والمركز في الشيء والذي لا ينقطع ويستحوذ على مجمل اهتمام الفرد (Wubbolding, 2018).

ثالثا: التوجه نحو الحياة:

يدل التوجه نحو الحياة على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة، فأنَّ الأزمات والظروف التي يعيشها الفرد تعد عاملًا مهمًا وأساسيًا في خلق بعض الاضطرابات لديه، فإنَّ الأفراد يختلفون في تفسيرهم للواقع الذي يدركونه، كما يختلفون في طريقة رؤيتهم وتوجههم نحو الحياة، فبعضهم تكون نظرته إيجابية ويعتقدون بإمكانهم تحقيق رغباتهم في المستقبل ولديهم تفاؤل بحدوث الخير، أمَّا البعض الآخر فيمتلك نظرة سلبية ويتوقع حدوث الشر، وعليه فأنَّ الشخصية الإيجابية تملك تقديراً بالذات، وتكون مفعمة بالحياة والعاطفة وتملك أسلوب حياة شخصي (علي، ٢٠١٦).

ويرى كارفر وشاير Carver & Sheier (٢٠٠٣) أن التوجه نحو الحياة سمة من سمات الشخصية التي تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والأوقات، وتحدد للأفراد الطرائق لتحقيق أهدافهم التفاؤلية تجاه الأحداث الحياتية التي تساعد الإنسان على تحقيق أهدافه، بدلا من فقدان الأمل في تحقيقها.

ويتفق فهمي (٢٠١٠: ٦٨٥) مع كارفر وشاير في أنَّ التوجه نحو الحياة سمة في الشخصية، تعبر عن رؤية ذاتية إيجابية، واستعداد كامن لدى الفرد وغير محدودة بشروط معينة، تمكنه من التوقع والإدراك لكل ما هو إيجابي في أمور الحياة الجيدة وغير الجيدة، في الوقت الحاضر والمستقبل القادم.

والتوجه نحو الحياة مفهوم أشمل من التفاؤل والرضا الحياتي، ولكنه يتشابه معهم في التركيز على الجانب الإيجابي (أبو أسعد، ٢٠١٠).

وفسرت نظرية التقييم الجوهري للذات التوجه الإيجابي للحياة، بأنَّ التقييم الجوهري للذات والذي ينتج من مجموعة الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الفرد عن ذاته، وقدراته هي التي تحدد توجهه في الحياة، ويحدد ذلك التقييم مجموعة محكات معيارية، منها: المرجعية الذاتية، ومركزية التقييم أو عزو التقييم، والسمات السطحية، والاتساع وشمولية المنظور، وهو ما يسهم في تكوين اتجاه إيجابي ينعكس في الشعور بالتفاؤل والسعادة والرضا عن الحياة (شقورة، ٢٠١٢).

وفُسر التوجه نحو الحياة في ضوء نظرية الأمل، بأنَّه عملية تفكير الفرد بأهدافه، مع وجود دافعية تحركه تجاه تحقيق هذه الأهداف والسبل المناسبة لتحقيقها. لذا فأنَّ الأمل ليس عاطفة

بل هو نظام دافعية معرفي ديناميكي، وبهذا المعني فأنَّ العواطف تأتي بعد المدركات أثناء السعي لتحقيق الهدف. ويمكن قياس الأمل من خلال معرفتنا بأنَّه مركب يرتبط إيجابيًا مع تقدير الذات وبقدرات الفرد المدركة على حل المشكلات بالتفاؤل والتأثير الإيجابي للفرد، والنتائج الإيجابية المتوقعة، ومكونات الأمل، وتقدم نظرية الأمل نظاماً للدافعية وتقترح أن الأهداف بحد ذاتها لا تولد سلوكا، بل إدراك الناس لأنفسهم على أنهم قادرون على إيجاد القوة والحلول الفعالة، للسعي لتحقيق أهداف شخصية ذات قيمة (Snyder, Rand, King, Feldman & Woodward, 2002).

دراسات سابقة

أولاً: الدراساتُ الَّتي عُنيت بأساليب الحياة الشخصية

هدفت دراسة هيرنجتون وآخرين (2005) .Herrington, et al إلى التعرف على مدى إسهام أساليب الحياة، وأساليب التعامل مع الضغوط، وأحداث الحياة السلبية في التنبؤ بالقلق والاكتئاب، والتي تمت على عينة من (٤٣٥) طالبا جامعيا بالولايات المتحدة، طبق عليهم مقياس أدلر الأساسي للنجاح الشخصي وأساليب الحياة، ومسح التجارب الحياتية، وقائمة التعامل مع الضغوط، ومقياس بيك للاكتئاب، ومقياس سبيلبرجر للقلق، وأشارت النتائج إلى أن كلًّا من أسلوب الحياة المذعن والثقة بالنفس والدعم الاجتماعي تفسر (٣٤%) من تباين درجات الاكتئاب، بينما كان أسلوب الحياة المذعن، وأسلوب الحياة المنتمي، وأسلوب الحياة الباحث عن الاستحسان تفسر (٣٩%) من درجات القلق.

وتوجهت دراسة ريحاني وطنوس (٢٠١٢) إلى التعرف على العلاقة بين أساليب الحياة، وكلٍّ من القلق والاكتئاب، لدى عينة مكونة من (٢٧٧) طالبا وطالبة من كلية العلوم التربوية بالجامعة الأردنية، وأظهرت النتائج أن أسلوب الحياة المنتمي كان الأعلى انتشارا لدى الطلبة، تلاه أسلوب الباحث عن الاستحسان، ثم المذعن، وتبين وجود علاقة بين أسلوب الحياة المدلل والباحث عن الاستحسان والقلق، وكانت العلاقة سلبية ودالة إحصائيا بين أسلوب المنتمي والاكتئاب، بينما ارتبط كل من أسلوب الضحية، والمنتقم بالاكتئاب، وفسرت أساليب الحياة الباحث عن الاستحسان والضحية والمنتمي (٦,٣%) من تباين درجات الاكتئاب.

وكشفت دراسة ستولز وآخرين (2013) .Stoltz, et al عن دور كل من الأسلوب الشخصي المذعن والباعث على الاستحسان في الإسهام في أساليب التأقلم، وتبينت دلالة الأسلوب المنتمي بالتنبؤ في التكيف الإيجابي مع الضغوط.

كما كان لأساليب الحياة دور في التوافق الأسري، كما أظهرت نتائج دراسة صالح وشيال (٢٠١٤)، الّتي تمت على عينة من (٣٨١) معلما ومعلمة، وانتهت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال بين أساليب الحياة وبين التوافق الأسري لدى عينة الدراسة.

كما هدفت دراسة السعايدة والخطيب (٢٠١٧) إلى التعرف على أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من (٢٠٣) طلاب وطالبات من طلبة جامعة جدارا، وأشارت النتائج إلى أنَّ أساليب الحياة الأكثر شيوعا لدى الطلبة هو الباحث عن الاستحسان، وأقلها هو المنتمي، وكان هناك ارتباط إيجابي دال إحصائيًا بين الوظائف الاجتماعية وأسلوب المنتمي، وارتبط بعد التحرر من القلق والصحة النفس جسدية بأسلوب المتحكم، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في أساليب الحياة، فيما عدا أسلوب المنتقم إذ كانت الفروق في اتجاه الإناث.

وكشفت دراسة صالح Sholeh (2017) عن وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيًا بين أسلوب الحياة الشخصي المستمتع بالحياة– الباحث عن اللذة والمتعة– وبين الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة إندونيسيا، تخصص علم النفس الإسلامي عددهم (٨٠) في المستوى الأول والثاني، في حين لم توجد دلالة إحصائية بين نفس الأسلوب والسعادة.

ثانيا: الدراساتُ الَّتي عُنِيتْ بالحاجة إلى الحب:

بينت دراسة بريل وكروتر وميشل Baril, Crouter & McHale (2007) دور الحاجة إلى الحب في التوافقِ النّفسي، إذ هدفت إلى بحث العلاقة بين الهناء الشخصي والحب من أجل الزواج والتربية الأسرية والسلوكيات الخطرة بمرحلة المراهقة لدى الأبناء-لدى عينة من (١٧٧) من الأسر، التي تشمل الوالدين والأبناء بمرحلة المراهقة، وبينت أنَّ الحب الزواجي يتوسط العلاقة بين أسلوب التربية، والسلوكيات الخطرة لدى الأبناء، إذ تَبين أن الحب الزواجي يقلل من السلوكيات الخطرة للأبناء ومن أسلوبهم الشخصي السلبي.

وبحثت دراسة العباسي (٢٠١١) الحاجة إلى الحب والشخصية المتكلفة على عينة من (٣٠٠) من طلبة معهد المعلمين، وأشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الشخصية المتكلفة والحاجة إلى الحب، وتبين عدم وجود فروق في الحاجة إلى الحب تبعا للجنس.

وانتهت دراسة المرشدي وناصر (٢٠١٢) التي تمت على عينة الدراسة من (١٠٠) طالبٍ وطالبة من جامعة بابل إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الحاجة إلى الحب والذكاء

الوجداني، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الحاجة إلى الحب تعود إلى النوع في اتجاه الإناث.

هدفت دراسة جبر (2015) إلى قياس العلاقة بين أساليب الحياة وأساليب الحب؛ إذ طُبِّق مقياس أساليب الحياة LSS، ومقياس اتجاهات الحب LAS، ومقياس الحب الثلاثي TLS، على عينة من (٩٤) طالباً وطالبة. وتوصلت النتائج إلى وجود (١٣) مُعاملا ارتباط دال بالاتجاه الإيجابي: ثلاثة للاكتفاء الذاتي (مع الحميمية والشغف والالتزام)، وواحد للاستمتاع (مع العابث)، وخمسة للاجتماعي (مع الشهواني والعابث والرفقوي والعملي والشغف)، وواحد لضبط الذات (مع العملي)، وثلاثة للتسويق (مع الشهواني والعابث والشغف)، كما حُدِّد جملة متنبئات دالة بأساليب الحب: الاجتماعي بالشهواني، والتسويق والاجتماعي بالعابث، والاجتماعي بالرفقوي، وضبط الذات والاكتفاء الذاتي بالعملي، والاكتفاء الذاتي والمسرات والمخاطرة بالحميمية، والاجتماعي بالشغف، والاكتفاء الذاتي بالالتزام.

وفي دراسة كتلو (٢٠١٥) التي بحثت العلاقة بين السعادة والتدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلبة الجامعيين المتزوجين، وتمت على (٢٣٩) من عينة الدراسة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين المرتفعين والمنخفضين في السعادة في كل من التدين، والرضا عن الحياة، والحب لصالح مرتفعي السعادة، وتبين وجود فروق في درجة الشعور بالحب لصالح الإناث، وعدم وجود علاقة بين التدين والحب.

في حين هدفت دراسة كل من ليبودا وسكزنتمهالي Lebuda & Csikszentmihalyi (2018) إلى الكشف عن العلاقة بين حياة الأسر المبدعة الذين أشبعوا حاجة الحب لديهم، وشعورهم بالنجاح، والتوجه الإيجابي في الحياة؛ إذ تمت المقارنة بين مجموعتين من المبدعين (٩١) فرداً من الولايات المتحدة، و(٣٤) فردا من بولندا، ودلت النتائج إلى وجود خمسة أنواع من العلاقات الشخصية الأسرية الإيجابية وأسلوب الحياة، وأن الأفراد الذين لديهم توجه إيجابي للحياة لديهم رضا عن الحياة، وشعور بالرفاهية في المجموعتين كليهما لدى الجنسين كليهما.

ثالثا: الدراسات التي عُنيت بالتوجه نحو الحياة

سَعتْ دراسة ديرر ووسون وأندرسون وبولد Derrer, Wesson, Anderson & Bould (2009) إلى التعرف على دور التوجه الحياتي في الالتزام بالأهداف لدى طلبة الجامعات البريطانية، وعددهم (١٢١)، وأكدت وجود ارتباط إيجابي بين التوجه إلى الحياة وتحقيق الأهداف، وكان المرتفعون على التوجه الإيجابي أعلى التزاما في السعي لتحقيق الهدف من المنخفضين.

وهدفت دراسة عبد الكريم والدوري (٢٠١١) إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات، جامعة بغداد للفرقتين الأولى والرابعة؛ إذ بلغ عدد أفراد العينة (٣١٩) طالبة منها (١٥٣) طالبة من المرحلة الأولى، و(١٦٦) طالبة من المرحلة الرابعة، وقد بنيت مقياس التفاؤل، وأيضا مقياس التوجه نحو الحياة، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة، وأن درجة التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى الطالبات أعلى من متوسط درجات الطلاب الذكور، وتبين أيضاً عدم وجود فروق في التفاؤل لدى الطالبات بين المرحلة الأولى والرابعة، ووجود فروق دالة في التوجه نحو الحياة في اتجاه طالبات المرحلة الرابعة.

كما هدفت دراسة تاسير وآخرين Taseer et al. (2019) إلى الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو الحياة والصحة النفسية، طُبِّقَتْ الاستبانات على مجموعة من (٩٠) فردا ذكراً وأنثى، (٤٥) فردا يعانون من مشاكل في المزاج والقلق و(٤٥) لا يعانون، ودلت النتائج على أنَّ الطريقة التي يواجه بها الفرد حياته إيجابيا ذات ارتباط دال إحصائيا بصحته النفسية.

في حين كشفت الدراسة التي أجراها اشمانوز وآخرون Uchmanowicz et al. (2019) العلاقة بين الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي، والتوجه نحو الحياة، ومستوى الإرهاق المهني، لدى مجموعة من الممرضات عددهم (٣٥٠)، ودلت النتائج على أن الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي والتوجه الإيجابي نحو الحياة لا يسمح بتطور الإرهاق الوظيفي، ويؤدي إلى أسلوب حياة مستقر.

تعقيب على الدراسات السابقة:

- بينت بعض الدراسات مدى إسهام أبعاد أساليب الحياة الشخصية في التنبؤ ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب (ريحاني وطنوس، ٢٠١٢؛ Herrington et al., 2005).
- تبين وجود علاقة بين أساليب الحياة، والتأقلم مع الضغوط، أو التوافق الأسري (صالح وشيال، ٢٠١٤؛ Stoltz, et al., 2013).
- دلت بعض الدراسات على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في أغلب أبعاد أساليب الحياة، فيما عدا أسلوب المنتقم إذ كانت الفروق في اتجاه الإناث (السعايدة والخطيب، ٢٠١٧).
- وتبين دور إشباع الحاجة إلى الحب في التوافق النفسي، وأثره على سلوكيات الأبناء في

المراهقة، وكيف أنه يقلل من السلوكيات غير المرغوبة، ويؤثر على أسلوب حياتهم الشخصي (Baril et al., 2007).

- وجود علاقة ارتباطية بين الحاجة إلى الحب، وبعض أساليب الحياة الشخصية، ومدى تأثير إشباع الحاجة إلى الحب على سلوكيات الأفراد بشكل إيجابي (جبر، ٢٠١٥؛ كتلو، ٢٠١٥؛ Lebuda& Csikszentmihalyi, 2018).
- دلت نتائج بعض الدراسات بأن الطريقة التي يوجه بها الفرد حياته إيجابيا أو سلبيا له علاقة وطيدة بصحته النفسية، وشعوره بالراحة النفسية، وبالتفاؤل، وتحقيق الأهداف (عبد الكريم والدوري، ٢٠١١؛ Taseer et al., 2019).

وبعد عرض الدراسات السابقة فإننا نخلص إلى فروض الدراسة التالية:

١- تسهم أساليب الحياة الشخصية في التنبؤ، بصورة دالةٍ إحصائيًا، بكل من الحاجة إلى الحب، والتوجه نحو الحياة لدى طلبة جامعة الكويت.

٢- توجد فروق بين متوسطات درجات أساليب الحياة الشخصية، والحاجة إلى الحب، والتوجه نحو الحياة؛ تعود إلى النوع لدى طلبة جامعة الكويت.

المنهج والإجراءات:

المنهج: اتّبعت الدراسةُ الحالية المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن في التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات.

عينة الدراسة: بلغ عدد المشاركين في الدراسة (٣٣٢) طالبًا وطالبة من طلبة جامعة الكويت بالعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩)، وسُحِبتْ العينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مختلف كليات جامعة الكويت، بمختلف السنوات الدراسية، وبلغ عدد الذكور بالعينة (106) طلاب بنسبة (32%)، وبمتوسط عمري (٢١,١٢) سنة، وانحراف معياري (٣,٠٦) سنة، مقابل (226) طالبة، بنسبة (68%)، وبمتوسط عمري (٢١,٠٩) سنة، وانحراف معياري (١٣,٣) سنة، ويقابل نسب تمثيل الذكور والإناث بالعينة من المجتمع الأصلي تقريبا، إذ إنَّ نسبة الطلبة بجامعة الكويت تعادل (٣٥%) مقابل (٦٥%) للطالبات.

أدوات الدراسة:

أولا: مقياس أساليب الحياة الشخصية: استخدمت الدراسة الحالية مقياس أساليب الحياة الشخصية الذي أعده كل من صالح وشيال (٢٠١٤)، اعتمادا على نظرية أدلر في علم النفس الفردي، ويتكون المقياس من (٣٢) عبارة، صيغت بعضها بصورة إيجابية، وأخرى بصورة سلبية، وتتم الاستجابة عليها على مدرج من (٥) بدائل من (١-٥).

ويقيس الاختبار (٤) أساليب للحياة، هي:

- الأسلوب المتجنب: ويعبر عن مجال أسلوب الحياة المرتبط بالنقص والقصور، ويقيسه (٧) فقرات.
- الأسلوب المفيد اجتماعيا: ويعبر عن مجال أسلوب الحياة المرتبط بالتشجيع والتعويض، ويقيسه (٩) فقرات.
- الأسلوب المتسلط: ويعبر عن مجال أسلوب الحياة المرتبط بالتغلب والسيطرة، ويقيسه (٨) فقرات.
- الأسلوب الاعتمادي: ويعبر عن أسلوب الحياة المرتبط بالغائية وتحقيق الأهداف والتملك، ويقيسه (٨) فقرات.

وقد تحقق معدا المقياس من صدقه بعدة طرق؛ إذ عَرَضَا المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين الخبراء في علم النفس، وتأكدا من صدق الفقرات، كما تأكد معدا المقياس من الصدق التمييزي لفقرات المقياس وأبعاده، باستخدام المقارنة الطرفية بين المرتفعين والمنخفضين على الاستجابة للمقياس، وحسابا الثبات بطريقتين الأولى هي إعادة الاختبار بعد (١٥) يوما، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٨٣)، وطريقة ألفا للثبات بلغت (٠,٧٤) (صالح وشيال، ٢٠١٤).

وتُحقِّقَ من صدق المقياس في دراستنا الراهنة من خلال عرضه على مجموعة محكمين من كلية التربية الأساسية وجامعة الكويت، واتُّفِقَ على قوة الفقرات وقياسها لأساليب الحياة بصفتها مؤشرا على الصدق.

كما تُحقّقَ مِن ثبات المقياس في هذه الدراسة على عينة استطلاعية قدرها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت بالاتساق الداخلي، بتحليل المفردات بحساب علاقة العبارة بدرجة البعد الخاص بها بمعامل ارتباط بيرسون، ويعرض جدول (1) تلك المعاملات.

جدول (1) معاملات الارتباط بين درجات العبارات ودرجات الأبعاد بمقياس أسلوب الحياة

أسلوب المتجنب		أسلوب المفيد اجتماعيا		أسلوب المتسلط		أسلوب الاعتمادي	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.495**	١	0.485**	١	0.473**	١	0.567**
٢	0.648**	٢	0.586**	٢	٠.496**	٢	0.592**
٣	0.620**	٣	0.497**	٣	0.420**	٣	0.583**
٤	0.576**	٤	0.586**	٤	0.528**	٤	0.534**
٥	0.700**	٥	0.648**	٥	0.439**	٥	0.700**
٦	0.444**	٦	0.628**	٦	0.620**	٦	0.608**
٧	0.587**	٧	0.696**	٧	0.275**	٧	0.277**
		٨	0.504**	٨	0.460**	٨	0.626**
		٩	0.583**				

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يظهر الجدول (1) أنَّ جميع قيم معاملات الارتباط كانت موجبة ودالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتراوحت بين (٠,٢٧٥ إلى ٠,٧٠٠). وتُحقِّقَ من الثبات كذلك بطريقة ألفا، وكانت (٠,٧٤٢) وبالتجزئة النصفية كانت (٠,٨١١).

ثانيا: مقياس الحاجة إلى الحب: استُخْدِمَ مقياس الحاجة إلى الحب الذي أعده مبارك (٢٠٠٨)، ويتكون من (٢٤) فقرة، تقيس الحاجة إلى الحب لدى الأفراد، يجاب عنها باختيار بديل من بين بدائل للاستجابة، تأخذ القيم بين (١ إلى ٥)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الحاجة إلى الحب لدى المستجيب، وعُرِضَ المقياس على مجموعة من المحكمين، ثم حللت الفقرات، وجاءت معاملات ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية دالة إحصائيا، وحسبت المعدة صدق المحك التلازمي بحساب العلاقة الارتباطية للمقياس مع مقياس قدوري (٢٠٠٥) وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين (٠,٨٥)، وحسبت ثباته بمعامل ألفا وحصلت على معامل قدره (٠,٩١) (مبارك، ٢٠٠٨).

وتُحقِّقَ من صدق وثبات مقياس الحاجة إلى الحب على عينة استطلاعية قدرها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت بالاتساق الداخلي، إذ حُلّلت المفردات بحساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل ارتباط بيرسون، ويعرض جدول (٢) قيم المعاملات.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للحاجة إلى الحب

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.604**	٩	0.765**	١٧	0.442**
٢	0.325**	١٠	0.521**	١٨	0.587**
٣	0.612**	١١	0.338**	١٩	0.666**
٤	0.523**	١٢	0.649**	٢٠	0.712**
٥	0.680**	١٣	0.583**	٢١	0.699**
٦	0.528**	١٤	0.635**	٢٢	0.620**
٧	0.637**	١٥	0.505**	٢٣	0.702**
٨	0.698**	١٦	0.511**	٢٤	0.647**

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يظهر الجدول (٢) أنَّ جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للحاجة إلى الحب كانت موجبة ودالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتراوحت بين (٠,٣٢٥ إلى ٠,٧٦٥). وتُحقِّقَ من ثبات المقياس بحساب كل من قيمة ألفا، والَّتي بلغت (٠,٩١٥)، والتجزئة النصفية، وبلغت قيمتها (٠,٩٣)، وهي قيم ثبات مرتفعة. وكذلك تُحقِّقَ من صدق المحتوى من خلال عرض المقياس على محكمين من كلية التربية الأساسية وجامعة الكويت، واتُفِقَ على قوة الفقرات بصفته مؤشرا على الصدق.

ثالثا: مقياس التوجه نحو الحياة: استُخْدِمَ مقياس كارفر وشاير (١٩٨٥)، وترجمة بدر الأنصاري (٢٠٠٢)، ويتكون المقياس في صورته المعربة من (١٠) فقرات تقيس النزعة للتفاؤل بالحياة، تحقق مُعرّب المقياس من ثباته وصدقه، بتطبيقه على ثلاث عينات مستقلة من طلاب جامعة الكويت من الجنسين، وحَسبَ معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية، وكانت جميع معاملات الارتباط بين البند والدرجة الكلية على المقياس دالة وتزيد على (٠,٣)، كما حسب صدق المحك التقاربي والاختلافي؛ إذ ارتبط المقياس ارتباطات جوهرية موجبة مع كل من التفاؤل والتفاؤل غير الواقعي على حين يرتبط ارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم والقلق واليأس والوسواس القهري والاكتئاب والخزي والذنب. وحصل معد المقياس على معاملات ثبات بطريقتي ألفا والتجزئة النصفية وحصل على معاملات ثبات ثلاث تزيد على (٠,٧).

وتُحقِّقَ من ثبات المقياس على عينة استطلاعية قدرها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت، تمثل مجتمع الدراسة الحالية، بحساب كلٍّ من قيمة ألفا، والتي بلغت (٠,٧٠٧)، والتجزئة النصفية وبلغت قيمتها (٠,٨٤٦)، وهي قيم ثبات مقبولة. كما تُحقِّقَ من صدق المحتوى من خلال عرض المقياس على محكمين من كلية التربية الأساسية، وجامعة الكويت، واتُفِقَ على قوة الفقرات بصفتها مؤشرا على الصدق.

نتائج الدراسة:

السؤال الأول: **ما مُتوسط درجات أبعاد أساليب الحياة الشخصية لدى طلبة جامعة الكويت؟**

حُسِبَتْ المُتوسطات الموزونة لأبعاد أساليب الحياة، نظراً لاختلافها في عدد الفقرات، وحُسِبَ الوزن المئوي المقابل لها وترتيبها، كما يعرض لها الجدول (٣).

جدول (٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان المئوية

لأساليب الحياة لدى عينة الدراسة

أبعاد أساليب الحياة	المتوسط الموزون	الانحراف المعياري	الوزن المئوي	الترتيب
أسلوب المتجنب	2.64	0.598	52.8%	٤
أسلوب المفيد اجتماعيا	4.02	0.521	80.4%	١
أسلوب المتسلط	3.79	0.439	75.8%	٣
أسلوب الاعتمادي	3.87	0.533	77.4%	٢

ومِن نتائج جدول المتوسطات يتبين ارتفاع أسلوب المفيد اجتماعيًّا، وهو أسلوب الحياة الأعلى لدى طلبة الجامعة بمتوسط (٤,٠٢)، ووزن مئوي (٨٠,٤%)، تلاه أسلوب الحياة الاعتمادي بمتوسط (٣,٨٧)، ووزن مئوي (٧٧,٤%)، ثم أسلوب الحياة المتسلط بمتوسط (٣,٧٩)، ووزن مئوي (٧٥,٨%)، وفي الترتيب الأخير جاء أسلوب الحياة المتجنب بمتوسط (٢,٦٤) ووزن مئوي (٥٢,٨%).

السؤال الثاني: هل تُسْهِم أساليب الحياة الشخصية في التنبؤ بصورةٍ دالةٍ إحصائيًّا بكلٍّ من الحاجة إلى الحب، والتوجه نحو الحياة لدى طلبة جامعة الكويت؟

اُسْتُخْدِمَ تحليل الانحدار المتعدد في التعرف على دلالة إسهام أساليب الحياة بكل من الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة.

جدول (٤) تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بكل من الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة من أساليب الحياة (ن=٣٣٢)

المتغيرات التابعة	المتغيرات المنبئة	معامل التأثير R^2	قيمة ف	المعامل البائي	الخطأ المعياري	معامل بيتا	قيمة ت	الدلالة
الحاجة إلى الحب	قيمة الثابت	0.01	8.69**	37.186	11.70		3.177	٠.002
	المتجنب			٠.427	٠.216	٠.122	1.977	٠.049
	المفيد اجتماعياً			٠.535	٠.191	٠.170	2.799	٠.005
	المتسلط			1.152	٠.285	٠.277	4.044	٠.001
	الاعتمادي			-0.217	٠.211	-٠.063	-1.02	٠.305
التوجه نحو الحياة	الثابت	0.32	37.9**	6.622	3.586		1.847	٠.066
	المتجنب			٠.006	٠.066	٠.005	٠.093	٠.926
	المفيد اجتماعياً			٠.274	٠.058	٠.247	4.752	٠.001
	المتسلط			٠.410	٠.087	٠.277	4.686	٠.001
	الاعتمادي			-٠.266	٠.064	−٠.218	4.166	٠.001

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

تظهر نتائج تحليل الانحدار بالجدول (٤) التالي:

- إسهام أساليب الحياة المفيد اجتماعيًّا والمتسلط والمتجنب عند (٠,٠٥) في التنبؤ بصورة دالة إحصائيًّا بدرجات الحاجة إلى الحب لدى طلبة الجامعة، إذْ كانت قيمة ف لتباين معادلة الانحدار دالة إحصائيًّا، وبلغ حجم الأثر للمتغيرات المنبئة (١٠%) من تباين درجات الحاجة إلى الحب، ويمكن التعبير عن ذلك بالمعادلة التالية: الحاجة إلى الحب= (٣٧,١٨) + (المتجنب X ٠,٤٢) + (المفيد اجتماعيًّا X ٠,٥٣) + (المتسلط X ١,١٥).
- إسهام أساليب الحياة المفيد اجتماعيًّا والمتسلط، والاعتمادي في التنبؤ بصورة دالة إحصائيًّا، بدرجات التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة، إذ كانت قيمة ف لتباين معادلة الانحدار دالة إحصائيًّا، وبلغ حجم الأثر للمتغيرات المنبئة (٣٢%) من تباين درجات التوجه نحو الحياة. ويمكن التعبير عن ذلك بالمعادلة التالية: التوجه نحو الحياة= ٦,٦+ (المفيد اجتماعيا X ٠,٢٧) + (المتسلط X ٠,٤١) − (الاعتمادي X ٠,٢٦).

السؤال الثالث: **هل توجد فروق بين متوسطات درجات أساليب الحياة الشخصية، والحاجة إلى** الحب، والتوجه نحو الحياة تعود إلى النوع لدى طلبة جامعة الكويت؟

استخدم اختبار (ت) للفروق بين المجموعات المستقلة لحساب الفروق في متغيرات الدراسة تبعا للنوع

جدول (٥) الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
المتجنب	ذكور	١٠٦	18.69	4.005	0.520	0.603
	إناث	٢٢٦	18.43	4.285		
المفيد اجتماعيًّا	ذكور	106	36.48	4.905	0.894	0.372
	إناث	226	35.99	4.534		
المتسلط	ذكور	106	30.61	3.431	0.915	0.361
	إناث	226	30.23	3.531		
الاعتمادي	ذكور	106	30.98	4.261	-0.090	0.928
	إناث	226	31.03	4.272		
الحاجة إلى الحب	ذكور	106	94.58	14.353	1.754	0.080
	إناث	226	91.53	14.834		
التوجه نحو الحياة	ذكور	106	37.49	5.521	0.307	0.759
	إناث	226	37.30	5.105		

تظهر نتائج الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات متغيرات الدراسة أساليب الحياة: المتجنب والمفيد اجتماعيا والمتسلط والاعتمادي، وفي الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة تعود إلى الفروق بين الذكور والإناث، إذ كانت قيم (ت) غير دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أو أقل.

مناقشة النتائج:

أظهرت **نتائج السؤال الأول** أن أسلوب المفيد اجتماعيًّا كان هو أسلوب الحياة الأعلى لدى طلبة الجامعة تلاه أسلوب الحياة الاعتمادي، ثم أسلوب الحياة المتسلط، وفي الترتيب الأخير أسلوب الحياة المتجنب. وهو ما يشير إلى أن طلبة الجامعة الكويتيين يغلب على أسلوبهم الشخصي في التفكير والانفعال والسلوك، أسلوب المفيد اجتماعيا، والذي يوصف كما يرى أدلر بأنَّه أسلوب الشخص السليم السوي النشط، ويسعى إلى تحقيق أهدافه في حدود المصلحة الاجتماعية، ويشير إلى الفرد القادر على تعلم فن التعاون، والواثق من نفسه يواجه الحياة بهذا الأسلوب وجهًا لوجه، ومن مميزاته التسامح والود مع الآخرين.

ويعكس ذلك سلامة البناء النفسي وأسلوب الحياة لدى الشباب الكويتي الجامعي، وهو ما يدل على سلامة وصحة العوامل المهيئة والمكونة لأسلوب حياة الفرد، والتي تتمثل، حسب نظرية علم النفس الفردي، في خبرة الحياة العائلية التي يعيشها الفرد، خاصة في طفولته؛ فتنشئته في بيئة تتسم بالاحترام والتعاون، يكسبه أسلوب حياة يشكل توجهه في تحقيق أهداف متفقة والمصلحة

الاجتماعية. ويعود ذلك إلى كون الأسرة الكويتية أسرة تهتم بطبيعتها وتراثها الاجتماعي بالتعاون والتسامح والتواصل بين أجيالها، كما أن حملات التطوع والإغاثة والعون الداخلية والخارجية هي من السمات المميزة للمجتمع الكويتي، فإلى جانب دور الوالدين الإيجابي، أسهم الدور الإيجابي للمجتمع في توجه الطلبة نحو استخدام أسلوب الحياة المفيد اجتماعيا؛ إذ يرى أدلر أن أسلوب الحياة لا يعود إلى خبرات الفرد في الطفولة فقط، بل إلى تفسيرات الفرد الراهنة المرافقة لحياته الحالية وكيفية تعامله مع الأحداث والحاجات البارزة والمتغيرة في حياته أيضا، التي تعد ذات معنى بالنسبة إليه. كما يشير أدلر إلى أن للظروف الاجتماعية والاقتصادية أثراً مهمًّا على دوافع سلوك الإنسان وعلى تكوين تفكيره، فالإنسان ليس كائنًا معزولًا عن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيهاً، بل هو كائن اجتماعي قادر على خلق شخصيته من خلال نشاطه الذاتي (Corey, 2009).

وتتفق نتائج السؤال الأول مع دراسة ريحاني وطنوس (٢٠١٢) التي بينت أن أسلوب الحياة المنتمي كان الأعلى انتشارا لدى الطلبة، تلاه أسلوب الباحث عن الاستحسان، ثم المذعن. بينما اختلفت مع دراسة السعايدة والخطيب (٢٠١٧) التي أشارت إلى أن أكثر أساليب الحياة شيوعا لدى الطلبة هو الباحث عن الاستحسان وأقلها المنتمي، ويرجع ذلك الاختلاف إلى اختلاف بيئة الدراستين السابقة والحالية.

وأشارت **نتائج السؤال الثاني** إلى إسهام أسلوب الحياة المفيد اجتماعيا والمتسلط والمتجنب في التنبؤ بصورة دالة إحصائيا بدرجات الحاجة إلى الحب لدى طلبة الجامعة، ويمكن تفسير ذلك في كون أسلوب الحياة يعمل بصفته دليلا وإطارا لتصرفات الفرد اللاحقة، ويمثل عدسات يرى من خلالها ذاته، والعالم من حوله، والمهمات الحياتية المفروضة عليه، فعندما يفهم الفرد أسلوب حياته يكون ذلك بمثابة دليل يساعده على فهم طريقة سيره في الحياة، وكيفية تفاعله مع البيئة، ويساعده أيضًا في فهم الدافعية والمحرك الأساسي لسلوكه كما حدد ذلك (Mosak, 2005).

ومن ثم فأساليب الحياة تحدد الحاجات والدوافع الأساسية للفرد، ووفق ما أشار إليه أدلر فأسلوب الحياة يتحدد من خلال الحاجات المركزية، الَّتي يمكن أن توصف في موضوعات الحياة الأساسية، وهي تتخلل كل شيء يقوم به الفرد، والتي من بينها الحاجة إلى الحب التي ترتبط برغبة الفرد في حب شخص آخر، وأن يكون محبوبًا بالمقابل والحصول على الاهتمام والعناية، وهو ما يقتضي أن يكون ذا حاجة ودافعية إلى الانتماء الاجتماعي والقدرة على العطاء، وهو ما يميز أسلوب الحياة المنتمي، الذي يعد أسلوبا صحيا لإدراك الحياة وتحقيق الأهداف بها، ووفق كريمر Cramer (2013) فأنَّ إشباع الحاجة إلى الحب يرتبط إيجابيًا بالعناصر الإيجابية في

شخصية الفرد، فالثقة لدى الأفراد تزداد بازدياد إشباعهم لهذه الحاجة وعلاقاتهم مع الأفراد الآخرين.

ويمكن تفسير دلالة أسلوب الحياة المتسلط في التنبؤ بالحاجة إلى الحب، وهو الأسلوب الذي يتميز بالسيطرة والرغبة في التحكم، وقلة الاهتمام الاجتماعي، ويمكن تفسير ذلك في ضوء النظرية التي تفسر الحب بوجود عدة أنواع منه، وأحد أشكال الحب يكون ناتجا عن النقص أو العجز، ويتسم بالأنانية، ويتركز فيه اهتمام الفرد بأن يحبه الآخرون (Maslow,2012)، وهو ما يتوافق وأسلوب الحياة المتسلط.

كما تبين إسهام أساليب الحياة المفيد اجتماعيا والمتسلط، والاعتمادي في التنبؤ بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة، وهو ما يؤكد دور أساليب الحياة على اختلافاتها في تكوين الفرد لرؤية إيجابية نحو المستقبل وتحقيق أهدافه به واستبشاره بالأحداث، التي يتوقع أن تحدث، ويفسر ذلك في ضوء دور أساليب الحياة التي تشكل مرجعية الأفراد وطريقتهم، وموجهة لأفكارهم وانفعالاتهم، نحو تعويض الشعور بالنقص وتحقيق الأهداف، فالهدف الأساسي لأساليب الحياة على تنوعها هو السعي نحو تحيق الأهداف، وتوقعات الفرد الإيجابية بإمكانية ذلك، وهو ما أسهم في كون أساليب الحياة محددات مؤثرة في التنبؤ بالتوجه إلى الحياة.

ويتفق ذلك مع رأى شاير وكارفر Scheier& Carver (2018) في كون التوجه إلى الحياة سمة في الشخصية تعبر عن رؤية ذاتية إيجابية، واستعداد كامن لدى الفرد، وغير محدودة بشروط معينة، تمكنه من التوقع والإدراك لكل ما هو إيجابي في أمور الحياة الجيدة وغير الجيدة، في الوقت الحاضر والمستقبل القادم (فهمي، ٢٠١٠). وتتفق النتائج مع ما توصلت إليه دراسة جبر (2015) بوجود ارتباط للحاجة إلى الحب مع أساليب الحياة بالاتجاه الإيجابي للحب.

وبينت **نتائج السؤال الثالث** عدم تباين جميع أساليب الحياة، والحاجة إلى الحب والتوجه إلى الحياة بين طلبة وطالبات جامعة الكويت، وهو ما يشير إلى أنَّ أساليب الحياة أو الحاجة إلى الحب أو التوجه نحو الحياة لا تتباين تبعا لتباين النوع، ويمكن أن يفسر ذلك في ضوء كون السياق الاجتماعي والمؤثر في التربية والتنشئة له دور في تكوين أسلوب الفرد في الحياة، وطالما أن سياق التنشئة والإطار الاجتماعي لا يميز في تعامله بين الجنسين، لذا أسهم ذلك في تقارب أساليب الحياة وتشابهها بينهم، وكذلك فإن للظروف الاجتماعية والاقتصادية أثراً مهما على دوافع سلوك الأفراد وعلى تكوين تفكيرهم (Corey, 2009)؛ فإن تشابه تلك الظروف التي يعيشها كلا الجنسين من طلبة الجامعة، أدى إلى تشابه أسلوبهم في الحياة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة

السعايدة والخطيب (٢٠١٧) التي بينت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في أساليب الحياة.

أما تشابه متوسطات كلا الجنسين في الحاجة إلى الحب، فوفقا لنظرية الاختيار والعلاج الواقعي لوليم جلاسر، الَّتي تتضمن الحاجة إلى الحب والانتماء، حتّى يشعر الفرد بالاستقامة والانضباط النفسي (Wubbolding, 2018)، فإن الأنشطة والتفاعلات داخل الحرم الجامعي تحتم على الطلبة من الجنسين إقامة العلاقات والاندماج والانتماء إلى المجاميع، وهذا يشبع حاجة الانتماء والشعور بالأهمية لديهم، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة مبارك (٢٠٠٨) والعباسي (٢٠١١) التي بينت عدم وجود فروق بين الجنسين في الحاجة إلى الحب، في حين اختلفت مع نتائج دراسة المرشدي وعقيل (٢٠١٢) وكتلو (٢٠١٥)، الَّتي بينت وجود فروق لصالح الإناث.

وكذلك لم تكن هناك فروق بين الجنسين في التوجه نحو الحياة، وقد يكون بسبب تشابه المعايير التي نشأ بها هؤلاء الشباب من الجنسين، الَّتي حددت توجههم نحو الحياة كالتنشئة الاجتماعية والقيم والسمات الأخلاقية المطلوبة كما جاء في تفسير نظرية التقييم الجوهري للذات والتوجه الإيجابي للحياة (شقورة، ٢٠١٢)، وهو ما يسهم في تكوين اتجاه إيجابي ينعكس في الشعور بالتفاؤل والسعادة والرضا عن الحياة.

المقترحات والتوصيات:

- تدريب الوالدين والقائمين على الرعاية على توفير بيئة إيجابية من الود والتسامح للأبناء يسمح بتبنيهم أساليب حياة إيجابية.
- قياس أساليب الحياة لدى الطلاب بالمراحل الدراسية المبكرة، وتقديم الإرشاد والتوجيه نحو تبنى أساليب حياة إيجابية.
- تدريب الطلاب على تنمية اتجاهات إيجابية نحو الحياة.
- إرشاد الطلاب نحو تنمية الحاجة الحب بأساليب إيجابية.

وتقترح الدراسة القيام بالدراسات التالية:

- العلاقة بين أساليب الحياة الشخصية والفعالية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.
- العلاقة بين الحاجة إلى الحب والتوجه نحو الحياة وبين أساليب التنشئة الوالدية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- أساليب التنشئة الوالدية المنبئة بأساليب الحياة الشخصية لدى طلبة الجامعة.

المراجع:

١- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠١٠). الفروق في الشعور بالوحدة النفسية والتوجه الحياتي بين المتزوجين والعازبين والأرامل. **مجلة جامعة دمشق للعلوم النفسية**، ٢٣ (٢): ٣٦٢-٤٢٢.

٢- أحمد، سافرة سعدون (٢٠١٢). التوجه نحو الحياة لدى طلبة جامعة بغداد. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، ٩٢، ٥٣٣- ٥٧٣.

٣- الإدارة العامة للإحصاء. دولة الكويت، https://csb.gov.kw/Pages/Statistics.

٤- الأشول، عادل (٢٠١٠). **علم نفس النمو من الطفولة إلى الشيخوخة**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٥- الأنصاري، بدر محمد (2002). **المرجع في مقاييس الشخصية**. الكويت: دار الكتاب الحديث.

٦- جبر، لؤي خزعل (٢٠١٥). أساليب الحياة وأساليب الحب: دراسة ارتباطية. **مجلة القادسية للعلوم الإنسانية**، ١٨ (٣): ٤٧٣- ٥١٧.

٧- ريحاني، سليمان؛ وطنوس، عادل (٢٠١٢). العلاقة بين أساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، ٨ (٣): ١٨٣-١٩٤.

٨- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). **التوجيه والإرشاد النفسي**. القاهرة: عالم الكتب.

٩- السعايدة، خولة عبد الكريم؛ والخطيب، محمد إبراهيم (٢٠١٧). أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. **مجلة جامعة القدس المفتوحة**، ٦ (١٩): ٦٤-٧٤.

١٠- الشخائبة، أحمد (٢٠١٠). أساليب الحياة وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى عينة من المضطربين نفسيا في الأردن. **(دراسة دكتوراه)**، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.

١١- شقورة، يحيى عمر (٢٠١٢). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

١٢- صالح، عياد إسماعيل؛ وشيال، حسن والي (٢٠١٤). أساليب الحياة وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى معلمي مرحلة الدراسة الابتدائية، **مجلة أبحاث البصرة (العلوم الإنسانية)**، ٢٩ (٤): ٢٧٩-٣٠٠.

١٣- العباسي، غازي (٢٠١١). الشخصية المتكلفة وعلاقتها بالحاجة للحب لدى طلبة معهد المعلمين. **مجلة البحوث التربوية والنفسية** (٣٢): ٢٨٤-٣٠٩.

١٤- عبد الكريم، إيمان؛ والدوري، ريا (٢٠١١). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، جامعة بغداد، (٢٦): ٢٣٩ – ٢٦٥.

١٥- علي، بشرى محمد (٢٠١٦). التوجه للحياة وفق بعض المتغيرات دراسة على عينة من المدارس والإداريات في المدارس الحكومية. **مجلة جامعة دمشق للعلوم النفسية**، ٣٢ (٢): ٢٢١-٢٥٢.

١٦- الفتلاوي، علي شاكر؛ وجبار، وفاء كاظم (٢٠١٢). الطلاق العاطفي وعلاقته بأساليب الحياة لدى المتزوجين الموظفين في دوائر الدولة، **مجلة القادسية للعلوم الإنسانية**، ١٥(١): ٢١١-٢٦٠.

١٧- فهمي، علي (٢٠١٠). التوجه الإيجابي نحو الحياة، وعلاقته ببعض السمات الشخصية السوية لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين. **(المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس رابطة الأخصائيين النفسيين رانم)**، مصر: ٦٧٣-٧٥٤.

١٨- كتلو، كامل (٢٠١٥). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. **مجلة دراسات العلوم التربوية**، ٤٢ (٢): ٦٦١-٦٧٦.

١٩- مبارك، بشرى عناد (٢٠٠٨). الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بالحاجة إلى الحب. **مجلة كلية الآداب**، جامعة ديالي، ٨٥، ١-٤٠.

٢٠- المرشدي، عماد حسين؛ وناصر، عقيل خليل (٢٠١٢). الحاجة إلى الحب لدى المراهقين وعلاقتها بالذكاء الوجداني. **مجلة كلية التربية الأساسية**. (٦): ١٧٧-٢٠٣.

٢١- منصور، السيد الشربيني (٢٠٠٨). **الصحة النفسية**. مصر: دار العلم والإيمان.

22- Adler, A. (2012). ***Understanding life. An introduction to the Psychology of Alfred Adler***. (Ed.) Cloin Brett., England: one world.

23- Adler, A. (2009) Etiology and therapy of neuroses (Paulin. T& Kapusta). ***Journal of Individual Psychology***, 65(2): 103-109

24- Allen, E. (2005) Assessing the Adlerian Personality Priorities: A formal instrument for therapeutic practice**. *(Unpublished doctoral dissertation).*** University of North Texas, Denton, Texas.

25- Ardic, A.,& Esin, M. (2015) The adolescent lifestyle profile scale: reliability and validity of the Turkish version of the instrument. ***The Journal of Nursing Research***, 23(1): 33–40.

26- Aron, A.,& Tomlinson, J. (2019). *Love as expansion of the self.* In R. J. Sternberg& K. Sternberg (Eds.), ***The new psychology of love*** (p. 1–24). Cambridge University Press.

27- Baril, M., Crouter, A.& McHale, S. (2007) Processes linking adolescent well-being, marital love, and coparenting. ***Journal of Family Psychology***, 21(4): 645-654.

28- Canel, A. (2015). Compatibility of the Relationship of Early Recollections and Lifestyle with Parent Schemas Obtained Through Adlerian Interviews, ***Educational sciences: theory& practice***, 16: 891-914.

29- Carver, C.& Scheier, M. (2003) Optimism. In S. J. Lopez and C.R. Snyder (Eds.), ***handbook of positive psychology assessment: a handbook of models and measures***, Washington, DC: American psychological association. p. 75-89

30- Cook, A. (2012). Individual Differences in Attitudes Toward Love**. *(Master Thesis)*** California state University, Chico, psychology.

31- Corey, G. (2009) ***Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy***, (8th ed), Belmont: Thomson Brooks.

32- Cramer, D. (20١3). The love. ***Journal of personality and social***

psychology, 36(1): 495-505.

33- Derrer, N., Wesson, C., Anderson, L.& Bould, E. (2009) Students, Goal Achievement: Exploring Individual and Situational Factors. Electronic, ***Journal of Research in Educational Psychology***, 7(3):1031-1045.

34- Eating, Adlerian lifestyle and body mass index among Lithuanian. Female computer users. ***Social Transformations in Contemporary Society***, (3):40- 53

35- Taseer, F., Saima, A., Khan, M.& Fayyaz, W. (2019). Relationship between Life Orientation (Optimism/Pessimism) And Mental Health. ***Pakistan Armed Forces Medical Journal***, 69(5): 992-97

36- Feybesse, C.,& Hatfield, E. (2019). *Passionate love*. In R. J. Sternberg& K. Sternberg (Eds.), ***The new psychology of love*** (p. 183–207). Cambridge University Press.

37- Gaube, J. (2015) The new approach to the weight management: interrelatedness of intuitive, Adlerian lifestyle and body mass index among Lithuanian female computer users, ***Social Transformations in Contemporary Society***, ISSN 2345-0126.

38- Herrington, A., Matheny, K.& Penick, J. (2005) Lifestyles, coping resources, negative life events as predictors of emotional distress in university women. Individual psychology, ***Journal of Adlerian theory, research, and practice***, 61 (4):343-346.

39- Jones-Smith, E. (2014). Theories of counseling and psychotherapy: An integrative approach. Thousand Oaks, Ca: Sage. Retrieved from ***http://www.sagepub.com/upm-data/40298_Smith_(TCP)_03_watermarked.pdf***

40- Kalk, R,& Wang, S. (2003) ***Health and human Behavior***, McGraw Hill, LNC.

41- Lebuda, I.& Csikszentmihalyi, M. (2018). All You Need Is Love: The Importance of Partner and Family Relations to Highly Creative Individuals' Well-Being and Success. ***Journal of creative behavior***,54(1): 100-114.

42- Maslow, A (2012). ***A theory of human Motivation***. New York: Harper& Row

43- Masoumeh, M. (2020). Sternberg's Theory (Love as a Story) and Comparative Criticism of Contemporary Fiction, ***Literature and interdisciplinary research journal***, 2 (3): 260 - 291.

44- Michael, W& Eysenck, (2001) ***Principles of Cognitive Psychology***., Psychology Press.

45- Mikulincer, M.& Shaver, P. (2019). A behavioral systems approach to romantic love relationships: Attachment, caregiving, and sex. In R. J. Sternberg& K. Sternberg (Eds.), ***The new psychology of love*** (p. 259–279). Cambridge University Press.

46- Mosak, H. (2005) ***Adlerian Psychotherapy***, (1st ed), Belmont, CA: Books/ C/ Thomson Learning.

47- Sorrell, E. (2005). Romantic Love and Marriage: An Analysis of the Concept and Functionality of Romantic Love as a Marital Stabilizing Agent. Nebraska Anthropologist. ***https://digitalcommons.unl.edu/nebanthro/9***

48- Scheier, M& Carver, C. (2018). Dispositional optimism and physical health: A long look back, a quick look forward. ***American Psychologist***,73(9),1082–1094. https://doi.org/10.1037/amp0000384.

49- Sholeh, A. (2017). The Relationship among Hedonistic Lifestyle, Life Satisfaction, and Happiness on College Students, ***International Journal of Social Science and Humanity***,7, (9): 604-607.

50- Snyder, C., Rand, K., King, E., Feldman, D.& Woodward, J. (2002) "False" hope. ***Journal of clinical psychology***, 58(9): 1003-1022.

51- Stoltz, k., Wolff, L., Monroe, A., Farris, H.& Mazahreh, L. (2013) Adlerian Lifestyle, Stress Coping, and Career Adaptability: Relationships and Dimensions. ***Career Development Quarterly***, 61(3)

52- Uchmanowicz, I., Manulik, S., Lomper, K., Rozensztrauch, A., Zborowska, A., Kolasińska, J.& Rosińczuk, J.(2019). Life

satisfaction, job satisfaction, life orientation and occupational burnout among nurses and midwives in medical institutions in Poland: a cross-sectional study, ***Nursing Research***, 9 (1): 1-9.

53- Wubbolding, R. (2018). The relationship between professional diversity multicultural guidelines and choice theory reality therapy, ***International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*** ,38 (1): 66.

Personal lifestyles that predict both need for love and orientation towards life At Kuwait University students

First author
Dr. Suad Abdullah Albesher
Associate Professor,
Department of Psychology
Faculty of Basic Education
General Authority for Applied Education and Training / Kuwait

Second author
Dr. Hasan Abdullah Alhumaidi
Associate Professor, Department of Psychology
Faculty of Basic Education
General Authority for Applied Education and Training / Kuwait

Abstract:

The study aimed to discover the most prevalent lifestyles among Kuwait University students, and the degree of their contribution to predicting the need for love and orientation towards life, and the comparison between males and females on these variables. and the sample consisted of (332) students from Kuwait University, on whom the lifestyle scale Personality, Need for Love Scale, and Life Orientation Scale. The results indicated the order of lifestyles of the sample as follows: first: socially beneficial, second: dependent lifestyle, third: domineering lifestyle, and avoided lifestyle. The contribution of the socially beneficial, avoidant and domineering method in predicting the degrees of need for love, as well as the socially beneficial, authoritative, and dependable method contributed to predicting a statistically significant picture of the degrees of orientation towards life, and the results indicated that there are no statistically significant differences between the average life styles and the need for love and orientation towards life between Males and females.

Keywords: Lifestyles, Need for Love, Orientation towards Life.