العلاقة بين معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة

أ.د. أشرف عبد الفتاح مصطفى * – د. أيمن حلمى عويضة**

أ. فايزة أحمد محمود *** – أ. رانيا محمود مسعد عبد الرحمن ****

المقدمة:

خلق الله الإنسان وأنعم عليه بنعمة العقل، ودعاه للتفكر فى الكون وفى آيات الله، واستشعار عظمته وقدرته عز وجل، ومن خلال هذا التفكر والتأمل يكتشف الإنسان الكثير من المعانى فى الحياة، ومن تلك المعانى معنى الحياة نفسه. إن معنى الحياة (Meaning in Life) هو فكرة فلسفية لجعل الحياة ذات قيمة، وهو السبب فى شغفنا بالأمور، وهو ما يدفعنا للبحث عنه لأنه هو الذى يعطينا الإحساس بالحياة (Wolf, 2010). ويحتاج البشر لوجود معنى فى حياتهم ويسعون لتحقيق هدف يستحق أن يعيشوا من أجله (Frankle, 1982).

ويُعد معنى الحياة من أكثر المصطلحات استخدامًا فى الدراسات النفسية؛ لارتباطه الشديد بالصحة النفسية للفرد، ويعد "فيكتور فرانكل" من أول من فسر معنى الحياة من خلال نظريته عن العلاج بالمعنى. وطبقاً لـــ (فرانكل، ٢٠١٠) فإن معنى الحياة هو دافع فطرى يمتلكه كل شخص، هذا المعنى يجعل الشخص متفائلاً، مقبلاً على الحياة، أكثر قدرة على تحمل الضغوط، لديه الطموح والشغف الكافى ليستمر فى الحياة. وعلى

* أستاذ بقسم التربية الفنية – ووكيل الكلية للبيئة وخدمة المجتمع – كلية التربية– جامعة السويس.

** مدرس الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة السويس.

*** باحث تعليم – كلية التربية – جامعة السويس.

**** باحث تعليم – كلية التربية – جامعة السويس.

العكس فإن عدم وجود معنى فى حياة الإنسان قد يؤثر سلبًا على النواحى النفسية والصحية والاجتماعية للفرد، ويصبح منغلقًا، متشائماً، محبطاً، بلا هدف، ومن يفقد معنى الحياة قد يسقط بسهولة صريعاً للمرض النفسى، وقد يصل لمراحل متقدمة من اليأس والفراغ الوجودى الذى قد يصل فى بعض الحالات إلى الانتحار (Frankl, 1982).

ومن العوامل الهامة التى تؤثر على الصحة النفسية للفرد وعلى استقراره النفسى، وجود الوجدانات الموجبة والسالبة، وظهر كثيراً مؤخراً مفهوم الوجدان الموجب والسالب (Positive and Negative Affect) فى كثير من الدراسات فى علم النفس الإيجابى؛ فالوجدان هو المسبب الرئيسى للتوافق والنشاط الاجتماعى والرضا (Watson, Clark & Tellegen, 1988). ويمثل الوجدان الموجب والسالب بعدين انفعاليين هامين للسعادة النفسية الموضوعية، ويتصفان بالتكرار والشدة التى تجعلنا نشعر بالمشاعر الإيجابية كالسعادة والنشاط واليقظة والاهتمام، أو المشاعر السلبية كالغضب والحزن والخوف والعصبية (Zanon, Bastianello, Pacico & Hutz, 2013).

مشكلة البحث

يُعد معنى الحياة منبئاً هامًا عن الصحة النفسية وأشار "فيكتور فرانكل" إلى أن إيجاد معنى الحياة هو حبل الحياة، وإذا وقع أو انقطع هذا الحبل بسبب اليأس يصبح الإنسان مهيئاً للأمراض النفسية والجسمية (Wong & Fry, 1998). إن التوجه نحو معنى قوى يعد عاملاً من عوامل تحسن الصحة وإطالة العمر، إن لم يكن للحفاظ على الحياة. وطبقا "لسليجمان" (١٩٨٨)، فإن المعدلات العالية للاكتئاب يمكن أن ترجع لفقدان المعنى. ولمعنى الحياة دور كبير وأساسى فى التوافق مع الضغوط الحياتية والمستقبلية (Miao, 2016).

وقد لاحظ الباحثون أن مرحلة الدراسة الجامعية هى مرحلة هامة جدًا لتكوين القيم الإيجابية وتشكل الهوية عند الشباب، وهذه المرحلة تمثل أخطر المراحل لأن الشباب لم يصلوا بعد للنضج والتوازن المطلوب. ولاحظ الباحثون من خلال الاحتكاك المباشر أن أغلب الشباب بتلك المرحلة يعانون من خواء المعنى وانعدام الهدف أو عدم وضوحه بالشكل الكافى، كما لاحظوا زيادة الوجدانات السالبة، كالضيق والشعور بالذنب والتوتر والعصبية وانخفاض الوجدانات الموجبة، كالإصرار والحماسة والنشاط، فافتقد هؤلاء الشباب الطموح والأمل، وهذا نظرًا لصعوبة الحياة من حولهم وعدم شعورهم بالأمل فى تحسنها.

و من هنا يمكن صياغة السؤال الرئيسى للبحث كالآتى:

ما هى العلاقة بين معنى الحياة و الوجدانات الموجبة و السالبة لدى طلاب الجامعة؟

وينبثق منه التساؤلات الفرعية التالية:

١- ما هى العلاقة بين معنى الحياة وبين الوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة موضع الدراسة؟

٢- هل يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير الجنس والحالة الاقتصادية فى تباين درجات الطلاب على مقياس معنى الحياة؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث فى أهمية الموضوع الذى يتصدى لدراسته، حيث أنه يسعى لبحث معنى الحياة وعلاقته بالوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة، ولا شك أن هذا الموضوع ينطوى على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية.

أولاً: الأهمية النظرية:

١- تزويد المكتبة العربية بتراث نظرى عن متغيرين هامين فى علم النفس الإيجابى، ألا وهما، متغير معنى الحياة ومتغير الوجدانات الموجبة والسالبة.

٢- أهمية المرحلة العمرية المستهدفة من البحث الحالى، وهى المرحلة الجامعية؛ لخطورة تلك المرحلة وأهميتها فى حياة الفرد.

٣- ندرة الدراسات والأبحاث –على حد علم الباحثين – التى تناولت متغيرات البحث الحالى.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١- التعرف على مستوى توافر معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب جامعة السويس، وهذا يَعد مؤشرًا قويًا للتعرف على مدى شعورهم بالصحة النفسية.

٢- الاستفادة مما تسفر عنه نتائج البحث فى توجيه المسئولين عن مؤسسات رعاية الشباب وتوجيههم بأفضل الفنيات التى من شأنها أن تحسن نظرتهم لمعنى الحياة وتزيد من وجداناتهم الموجبة.

٣- توفير مقياس لمكتبة القياس العربية للوجدانات الموجبة والسالبة.

أهداف البحث:

أ- تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على وجود علاقة بين معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة.

ب- تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على ما هى أكثر الوجدانات الموجبة والسالبة شيوعا بين طلاب الجامعة.

ج- توعية طلاب الجامعة بأهمية وجود المعنى فى حياة الإنسان، وبدور الوجدانات الموجبة فى تحقيق الصحة النفسية والتوازن النفسى.

مصطلحات الدراسة:

١- معنى الحياة (Meaning in Life):

يعرفه (فرانكل، ٢٠١٠) بأنه الدافع الأساسى الذى يمتلكه كل شخص بالفطرة، وكل خبرة فى الحياة ترتبط بالمعنى بمستوى مختلف، ويحتاج الإنسان للسعى لتحقيق هدف يستحق أن يعيش من أجله.

ويعرفه الباحثون بأنه كيفية شعور الفرد بالحياة ومعناها وهدفها ومدى تميزها، والشعور بالرضا والإنجاز نتيجة لوجود اتجاهات إيجابية نحو الحياة كما يقيسه مقياس معنى الحياة.

٢- الوجدان الموجب (Positive Affect):

يعرفه (Watson, 1988) بأنه الشعور بالرغبة والحيوية واليقظة العقلية والإصرار والسعادة والاستمتاع بالحياة.

يعرفه الباحثون أنه الميل إلى التركيز على المفاهيم الموجبة بالنسبة للأفراد، والذات والعالم، والشعور بالثقة بالنفس وتقدير الذات والإحساس بالصفاء والهدوء والحماس والتحدى واليقظة والتركيز والاهتمام كما يظهر بقائمة الوجدانات الموجبة.

٣- الوجدان السالب (Negative Affect):

عرفه (دافيد وواطسون وكلارك، ١٩٨٤): تميز الأفراد بانخفاض تقدير الذات والانفعالية السلبية والتركيز على المفاهيم السلبية عن الأفراد والذات والعالم، والميل إلى خبرة مستويات عالية من الحزن والغضب والخوف والعدائية (أمتوبل، ٢٠١٧).

وعرفه الباحثون بأنه متغير بالشخصية يتضمن خبرة العواطف السلبية ومفهوم الذات الضعيف، ويندرج تحتها العواطف السلبية كالغضب والاحتقار والشعور بالذنب والخوف والعصبية، كما يظهر بقائمة الوجدانات السالبة.

الدراسات السابقة:

دراسة "جوهيل وشاراك" (Gohil & Charak, 2013)

هدفت الدراسة للتعرف على علاقة معنى الحياة والرضا عن الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى المسنين بالهند. تكونت العينة من (١٠٠) مسن، استخدم الباحثان مقياس معنى الحياة من إعداد (Steger, Frazier, Oishi and Kaler, 2006) ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد (Diener, Emmons, Larsen and Griffin,1985)، وقائمة الوجدانات الموجبة والسالبة من إعداد (Watson and Clark, 1988). وأسفرت النتائج عن وجود تأثير دال إحصائيًا للجنس ونوع الإقامة على وجود معنى الحياة والرضا عن الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة.

دراسة "ماتشيل"، "كاشدان"، "شورت" و"نيزلك" Machell, Kashdan, Short & Nezlek,2015)

قامت الدراسة بفحص العلاقة بين معنى الحياة والأحداث الاجتماعية والوجدانات الموجبة والسالبة فى الحياة اليومية. تكونت العينة من (١٦٢) طالبًا وطالبة من الجامعة، وتم استخدام مقياس المعنى اليومى إعداد (Steger et al., 2008) ومقياس معنى الحياة إعداد (Kashdan & Steger, 2007)، ومقياس الوجدانات من إعداد (Watson, Clerk & Tellegen,1988). أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين الأحداث المنجزة والاجتماعية وبين المعنى اليومى جنبا إلى جنب مع الوجدانات الموجبة والسالبة، وأن الأحداث اليومية لها دور هام فى إحساس الأفراد بمعنى الحياة.

دراسة "إيزيك" و"يوزب" (Isik & Uzbe, 2015):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الوجدان الموجب والسالب وسمات الشخصية ومعنى الحياة، وتكونت العينة من ٣٣٥ مشاركاً، وتم استخدام مقياس المعنى فى الحياة من إعداد (Steger et. al., 2006)، ومقياس الوجدان الموجب والسالب إعداد (Watson et al.,1988)، و كذلك مقياس الشخصية الموضوعى (Bacanli et al.,). أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين معنى الحياة والوجدان الموجب. وكذلك وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين معنى الحياة وسمة العصابية.

فروض الدراسة:

يمكن صياغة فروض الدراسة كما يلى:

١. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة موضع الدراسة .

٢. يوجد تأثير دال إحصائيا لمتغير الجنس والحالة الاقتصادية فى تباين درجات الطلاب على مقياس معنى الحياة.

حدود الدراسة:

تحدد البحث بالحدود الرئيسية الآتية:

١- **الحد البشرى:** تم إجراء البحث على طلبة جامعة السويس – كلية التربية/ المرحلة الأولى والدراسات العليا.

٢- **الحد المكانى:** تم إجراء البحث فى جامعة السويس – كلية التربية.

٣- **الحد الزمانى:** تم إجراء البحث فى النصف الثانى من العام الدراسى (٢٠١٨-٢٠١٩).

الإطار النظرى للبحث:

أولاً: معنى الحياة:

حتى الآن لم يتم التوصل لإجابة واحدة أو محددة للسؤال عن ماهية معنى الحياة، فالمعنى شىء نسبى؛ فهو يتعلق بشخص معين فى موقف معين، ويختلف من يوم لآخر، ومن ساعة لأخرى (Frankl, 1998). ويشير (سليجمان، ٢٠٠٦) إلى أن هناك ثلاث مستويات للسعادة تتمثل فى الخبرات التى تجلب السرور والانشراح، والانغماس فى الحياة والحياة ذات المعنى أو الدلالة والقيمة.

يعرف (الأبيض،٢٠١٠) معنى الحياة بأنه مجموع استجابات الفرد التى تعكس اتجاهاته الإيجابية أو السلبية نحو الحياة، ومدى إحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها، والتسامى بذاته نحو الآخرين وتقبله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام .

ويرى "فرانكل" أن الإنسان يكتشف معنى الحياة من خلال الإبداع والتجريب، وإدراك قيم المواقف، ومن خلال التعلم من تجارب الحياة، ومن الفشل والمعاناة ومن خلال القرب من الفن والطبيعة (فرانكل، ١٩٨٤).

وكما أن هناك مصادر إيجابية للمعنى، فإن هناك مصادر سلبية كمرور الفرد بأحداث فارقة فى حياته (Critical Situations)، فحين يشعر بالخوف أو الرعب حين يمر بحادث أو مرض فيصاب باليأس أو ينعدم لديه المعنى، وقد يجعله يتشكك فى المعنى الذى يضعه لحياته، فيكون معنى جديداً (عبد الخالق، ٢٠٠٨).

وطبقاً "لفرانكل" فإن معنى الحياة له نوعان، المعنى الفردى أو الشخصى الذى يضعه الشخص لنفسه حين يتساءل لماذا يعيش، ومن أجل من وماذا؟ والمعنى المطلق

للحياة الذى يرتبط بالكون كله، وبالتسامى على الذات فيخرج الإنسان من الجدران الضيقة ليتفاعل مع كل العالم (Frankle, 1974).

وتشير الدراسات إلى ارتباط وجود معنى الحياة بالصحة النفسية للفرد والمرونة وتحمل الضغوط (Wang & Zhang, 2016؛ Bailey & Phillips, 2015). وعلى العكس من ذلك فإن المعدلات العالية للاكتئاب يمكن أن ترجع لفقدان المعنى، وفقدان المعنى أو خواء المعنى يسبب اليأس للإنسان ويعرضه للأمراض النفسية و الجسمية وقد يصل للانتحار أحياناً (سليجمان، ١٩٨٨).

وتنوعت النظريات التى تناولت معنى الحياة ومنها :

١- **نظرية "ماسلو"**: كان أول من تناول موضوع التسامى بالذات، وهو ممن اعتنق نظرية تحقيق الذات كهدف نمائى.

٢- **نظرية "فرانكل"**: يشير "فرانكل" إلى أن الوجود الإنسانى ينطوى على ظاهرة التسامى بالذات، ويرى أن الإنسان كائن روحى، ويرى أن المعنى نسبى ومتفرد ويجب أن يبحث الانسان عنه ليجده.

٣- **نظرية (يالوم ،١٩٨٠)**" تناول معنى الحياة باعتباره ظاهرة وجودية وأنه شىء أساسى فى مواجهة العجز وخواء المعنى، وهو استجابة إبداعية فى مواجهة الضغوط.

٤- **نظرية "لانجل"**: اتفق مع "فرانكل" فى أن البحث عن المعنى هو قوة دافعة أولية للإنسان؛ فهو فى حاجة إلى وجود غايات يحاول تحقيقها، منها البحث عن معنى الحياة.

٥- **نظرية (أدلر، ٢٠٠٥)**: يرى أن المعنى شىء ناقص وغير منته، وكل إنسان يتطلع لوجود معنى فى حياته، وأن الحياة يصبح لها معنى حين يكون لنا مساهمة إيجابية فى حياة الآخرين (جاب الله، ٢٠١٦).

الوجدانات الموجبة والسالبة:

مع مرور الوقت ومع التفاعل الشخصى والاجتماعى يختبر الأفراد العديد من الانفعالات السارة وغير السارة، ويمرون بأنواع مختلفة من المزاج ويعبرون عن مشاعر واتجاهات سلبية أو إيجابية، ونستخدم كلمة وجدان (Affect) لنصف طيفاً من الحالات الشعورية والاتجاهات. وللوجدان تأثير هام على المشاعر لأن الوجدان هو المسبب الرئيسى لعدة ظواهر مثل التوافق، والنشاط الاجتماعى والرضا (Watson, Clark & Tellegen,1988)

الوجدان السالب يُعرف بأنه متغير بالشخصية يتضمن خبرة العواطف السلبية ومفهوم ذات ضعيف، ويرتبط بالاكتئاب والقلق والغضب والشعور بالذنب والتوتر والخوف، ومهارات التوافق الضعيفة، بينما الوجدان الموجب يصف الشعور الجيد، وكيفية التفاعل مع الآخرين، ويشمل الشعور بالامتنان والابتهاج والتفاؤل والطاقة والحماسة. وقد يحدث تغيرات حادة فى المزاج لفترة قصيرة من الزمن، فالأفراد يعودون لمستوياتهم العادية من الوجدان بعد فترة معينة مثل المرور بحدث أو موقف سلبى (Bastianello, Pacico & Hutz, 2013).

وتؤكد الدراسات الحديثة أن كلا الحالتين من الوجدان يؤثران على العملية العقلية والسلوك، فكما أن الوجدان الموجب يسرع التعافى من الأمراض، ويحسن من الصحة الجسمية والنفسية فيزيد المرونة والسعادة ويقلل من التوتر (Fredickson & Losada, 2005)، فإن الوجدان السالب يجعل الفرد يرى نفسه، ومن حوله بشكل سلبى يميل للتركيز على العناصر غير السارة فى نفسه وفى العالم والمستقبل ويشعر بالفشل والحزن والإجهاد (Asgari & Almasi, 2013).

معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة:

يشير (سليجمان، ٢٠١٢) فى كتابه السعادة الحقيقية إلى أن أعلى مستويات السعادة هو شعور الإنسان بالحياة ذات المعنى أو الدلالة، فكل التحديات والمصاعب التى يمر بها وهو يمتلك معنى فى الحياة يوجهه إلى حل للتغلب على تلك التحديات، ويتصرف بشكل عالى الإيجابية. وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين وجود معنى الحياة وبين الوجدان الموجب (Isik & Uzbe, 2015).

ومن سمات الشخص الذى لديه معنى الحياة أنه يشعر بالحماس للحياة ويشعر بالسعادة والرضا عن الحياة، ويشعر بالتفاؤل والثقة ولديه دوماً نظرة إيجابية للأشياء والمواقف، وكل ذلك يندرج تحت الوجدانات الموجبة (Metz, 2013). كما أن الوجدانات الموجبة تحسن الإحساس بمعنى الحياة (Fredickson & Losada, 2005). كما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الوجدانات السالبة ومعنى الحياة.

منهج البحث وإجراءاته

مجتمع البحث وعينته

تكون مجتمع البحث من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية، أما عينة البحث فقد بلغت (١٠٠) طالب وطالبة، تم اختيارهم عشوائيًا من طلبة المرحلة الأولى الدراسات العليا، من الفصل الدراسى الثانى للعام (٢٠١٨-٢٠١٩م).

منهج الدراسة:

استُخدم المنهج الوصفى التحليلى فى الدراسة الحالية لأنه يتناسب مع طبيعة الدراسة، ومن خلال هذا المنهج يتم وصف الظاهرة محل الدراسة، ودراسة العلاقة بين مكوناتها، وتحليل بياناتها، وما يؤدى إليها.

أدوات البحث

١- مقياس معنى الحياة لدى الشباب إعداد (لأبيض، ٢٠١٠).

٢- وقائمة الوجدانات الموجبة والسالبة (PANAS Schedule) إعداد (Watson & Tellegen) وتعريب الباحثين، وتم عرض القائمة المترجمة على عشرة محكمين من أساتذة الجامعة المتخصصين فى اللغة الإنجليزية، والصحة النفسية، وتم الأخذ بتعديلاتهم حتى الوصول للصورة النهائية من القائمة.

أولاً مقياس معنى الحياة لدى الشباب إعداد (لأبيض، ٢٠١٠):

يتألف المقياس من (٥٧) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، وهى (القبول والرضا، الهدف من الحياة، المسئولية، والتسامى بالذات، به ٤١ عبارة موجبة، و ١٦ عبارة سالبة، والدرجة القصوى للمقياس (١٧١) درجة، وأقل درجة هى (٥٧) درجة، وضعت العبارات على شكل مقياس ليكرت الثلاثى، ويجيب المفحوص بـــ (نعم، أحياناً، لا).

أ- حساب الصدق:

قام الأبيض (٢٠١٠) بحساب الصدق للمقياس، من خلال حساب صدق الاتساق الداخلى بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد، فاتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وقام بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ككل، فكانت معاملات الارتباط لأبعاد القبول والرضا، والهدف من الحياة، والمسئولية، والتسامى بالذات هى (٠,٦٤٥، ٠,٧٠٩، ٠,٧٣٨، ٠,٧١١) بالترتيب، وبهذا يتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١).

ب- حساب الثبات:

يشير الثبات إلى الحصول على درجات متشابهة إذا ما أعيد تطبيقه على نفس المجموعة مرتين متتاليتين. وقد تم قياس الثبات بعدة طرق:

- حساب ثبات فقرات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

تم استخدام معامل الثبات "جثمان" لحساب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية وذلك لأن التباين غير متساو بين النصفين، كما أن معامل ثبات ألفا كرونباخ أيضا غير متساو للنصفين واتضح أن ثبات المقياس بلغ (٠,٧٩٢).

- حساب الثبات بإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية:

للتحقق من الثبات قام الباحثون بإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية مرة أخرى بعد أسبوعين وفى نفس الظروف وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً قيمته (٠,٧٣٨ **).

ثانياً: قائمة الوجدانات الموجبة والسالبة إعداد (واتسون) و(كلارك):

تحتوى على (٢٠) عبارة، عشرة موجبة وعشرة سالبة، والقائمة يجاب عنها بخمس استجابات (بشكل طفيف، قليل، متوسط، إلى حد ما، للغاية)، تصحح العبارات الموجبة من ١٠: ٥٠ درجة لاستجابة (للغاية)، وتصحح بشكل عكسى للعبارات السالبة، حيث تعطى استجابة (بشكل طفيف) ٥٠ درجة.

ثبات المقياس:

- حساب ثبات فقرات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

تم استخدام معامل الثبات جثمان لحساب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية، وذلك لأن التباين غير متساو بين النصفين، كما أن معامل ثبات ألفا كرونباخ أيضا غير متساو للنصفين واتضح أن ثبات المقياس بلغ (٠,٠٥٥).

- حساب الثبات بإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية:

للتحقق من الثبات قام الباحثون بإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية مرة أخرى بعد أسبوعين وفى نفس الظروف، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً قيمته (٥٨٤، **).

النتائج:

نتائج الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين معنى الحياة والوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلاب الجامعة موضع الدراسة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط "بيرسون" بين الدرجة الكلية لمعنى الحياة، والدرجة الكلية للوجدانات الموجبة، فظهر أن معامل ارتباط "بيرسون" بلغ (٠,١٨٨) عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يعنى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لمعنى الحياة، الوجدانات الموجبة عند طلاب الجامعة. كما ظهر أن معامل ارتباط "بيرسون" بين الدرجة الكلية لمعنى الحياة، والدرجة الكلية للوجدانات السالبة بلغ (- ٠١٥، ٠) عند مستوى دلالة (٠١، ٠)، فأيضاً ذلك يعنى عدم ظهور أى علاقة دالة بينهما.

ثم تم استخدام معامل ارتباط "بيرسون" بين أبعاد معنى الحياة، والوجدانات الموجبة والسالبة، وجدول (١) يبين معاملات الارتباط بين أبعاد معنى الحياة، والوجدانات الموجبة والسالبة:

جدول (١) معاملات الارتباط بين معنى الحياة، والوجدان الموجب والسالب

البعد	الوجدان الموجب	الوجدان السالب
القبول والرضا	٠,٢٦٤**	٠,٠٨٨
الهدف من الحياة	٠,٠٣٨	٠,١٠٠-
المسئولية	٠,٠١٣-	٠,٠٤٦
التسامى بالذات	٠,١٥١	٠,٠٨٦-

ومن نتائج جدول (١) يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين بعد القبول والرضا والوجدان الموجب، بينما لم تظهر علاقة دالة بين بعد القبول والرضا والوجدان السالب، كما ظهرت علاقة موجبة دالة بين بعد الهدف من الحياة والوجدان الموجب، ولم تظهر علاقة دالة بين الهدف من الحياة والوجدان السالب. أما بالنسبة لبعد المسئولية، فقد ظهرت علاقة سالبة بينه وبين الوجدان الموجب، وعلاقة موجبة بينه وبين الوجدان السالب، أما عن بعد التسامى بالذات فلم تظهر أى علاقة دالة بينه وبين الوجدان الموجب أو السالب. وهذا يعنى أن الفرض تحقق بشكل جزئى فقط ولم يتحقق بشكل كامل.

تفسير نتائج الفرض الأول:

يفسر الباحثون تحقق الفرض الأول بشكل جزئى بسيط، حيث ظهرت علاقة ارتباطية موجبة دالة بين بعد القبول والوجدان الموجب، كما ظهرت علاقة موجبة دالة بين بعد الهدف من الحياة والوجدان الموجب، وبالنسبة لبعد المسئولية، فقد ظهرت علاقة سلبية بينه وبين الوجدان الموجب، وعلاقة موجبة بينه وبين الوجدان السالب، أما عن بعد

التسامى بالذات فلم تظهر أى علاقة دالة بينه وبين الوجدان الموجب أو السالب، ذلك أن القبول والرضا يرتبط فعلياً بالمشاعر الإيجابية فحين يرضى الإنسان ويقبل نفسه، ويتقبل غيره، ويتقبل ظروفه سيشعر بالقوة والفخر، والتصميم.

أما بالنسبة لبعد الهدف من الحياة، فقد أشارت نتائج الدراسات إلى أن من يشعر بمعنى الحياة، ولديه هدف واضح يسعى إليه فى حياته، لابد أن يكون عنده الوجدانات الموجبة مثل الاهتمام بالأمور التى تتعلق بهدفه، ويشعر بالحماس والإلهام الذى يوصله لهدفه، وهو دائماً منتبه ويقظ ولديه التصميم على الوصول لهدفه.

أما عن بُعد المسئولية فإن ظهور علاقة سلبية بينه وبين الوجدان الموجب، وعلاقة موجبة بينه وبين الوجدان السالب يفسره الباحثون بأنه أحياناً قد تسبب المسئولية ضغطاً شديداً على الفرد، فتظهر لديه بعض الوجدانات السالبة مثل الشعور بالضيق، وسرعة الغضب وشدة النرفزة والعصبية، والشعور بالخوف، وذلك بسبب المسئولية التى تقع على عاتق الفرد؛ فأحياناً قد تكون المسئولية مرتبطة بالمشاعر والوجدانات السالبة وليست الموجبة، خاصةً لو كانت المسئولية كبيرة جداً.

واتفقت نتائج بعض الدراسات مع نتيجة الدراسة الحالية بشكل جزئى، والتى أظهرت وجود علاقة موجبة بين معنى الحياة والوجدان الموجب، وعكسية مع الوجدان السالب مثل دراسة (Isik & Uzbe, 2015) ودراسة (Machell, Kashdan, Short & Nezlek, 2014).

نتائج الفرض الثانى: يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير الجنس والحالة الاقتصادية فى تباين درجات الطلاب على مقياس معنى الحياة.

من أجل التحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحثون بتطبيق تحليل التباين Anova لدرجات أفراد العينة على مقياس معنى الحياة للشباب، وجدول (٢) يبين نتائج هذا التحليل:

جدول (٢) نتائج تحليل التباين الأحادى على مقياس معنى الحياة تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٤,١٠٧	٢١	٠,١٩٦	٠,٧٦٧	٠,٧٤٩
داخل المجموعات	١٩,٨٩٣	٧٨	٠,٢٥٥		
المجموع	٢٤,٠٠٠	٩٩			

تشير نتائج تحليل التباين الموضحة فى جدول (٢) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات معنى الحياة لدى أفراد العينة تُعزى لمتغير الجنس عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

ويفسر الباحثون ذلك بأن الجنس لا يؤثر على وجود المعنى فى حياة الإنسان، ولا يؤثر على شعوره به، حيث أن معنى الحياة هو دافع فطرى لدى الفرد يجعله يتجاوز ذاته الضيقة وينطلق إلى رحابة المعانى الواسعة، ويصبح لديه الشغف والرغبة والاهتمام،

ويزداد بمرور الفرد بالخبرات ذات المعنى، والمعاناة وهذا لا يقتصر على ذكر أو أنثى بالتأكيد.

أما بالنسبة للحالة الاقتصادية، فقام الباحثون بتطبيق تحليل التباين Anova لدرجات أفراد العينة على مقياس معنى الحياة للشباب وفقاً لمتغير الحالة الاقتصادية، وجدول (٣) يبين نتائج هذا التحليل:

جدول (٣) نتائج تحليل التباين الأحادى على مقياس معنى الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاقتصادية لدى عينة الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٨,٥٦٩	٢١	٠,٤٠٨	٠,٨٢١	٠,٦٨٧
داخل المجموعات	٣٨,٧٩١	٧٨	٠,٤٩٧		
المجموع	٤٧,٣٦٠	٩٩			

تشير نتائج تحليل التباين الموضحة فى جدول (٣) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات معنى الحياة لدى أفراد العينة تُعزى لمتغير الحالة الاقتصادية عند مستوى دلالة (٠،٠٥).

ويفسر الباحثون ذلك بأن الحالة الاقتصادية لا تؤثر على وجود المعنى فى حياة الإنسان، فالمعنى له جانب روحى شعورى لا يرتبط بالماديات بل يتجاوزها، فتدنى الحالة الاقتصادية قد لا يعنى انخفاض إحساس الإنسان بالمعنى فى حياته، فقد يشعر الفقير

بمعانى أكثر وأكبر بكثير من الغنى، وعلى العكس قد يكون لدى الفرد مرتفع الحالة الاقتصادية معنى فى حياته، وقد يوجه ماله إلى مساعدة الآخرين، وتقديم العون لهم، ويشعر بوجود هدف فى حياته، وتكون الماديات وسيلة وليست غاية فى حياته.

التوصيات:

١- تقديم برامج و ندوات و دورات إرشادية للأهل والشباب حول كيفية معنى الحياة والوجدانات الموجبة وأهميتهم للصحة النفسية للفرد.

٢- تدريب الطلاب على كيفية التعامل مع الضغوط والبحث عن معنى وهدف فى الحياة.

المقترحات:

١- إجراء دراسات أخرى تتناول متغيرات البحث على شرائح عمرية وفئات أخرى.

٢- إجراء دراسة تتناول معنى الحياة ومستوى الطموح.

٣- إجراء دراسة عن أثر الوجدانات الموجبة والسالبة على متغيرات أخرى كالاحتراق النفسى والتسامح والانسحاب الاجتماعى.

المراجع:

١- أدلر، الفريد (٢٠٠٥). ***معنى الحياة***، ترجمة عادل نجيب بشرى. القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

٢- سليجمان، مارتن. إى. بى. (٢٠٠٦). ***السعادة الحقيقية***، المملكة العربية السعودية: مكتبة جرير.

٣- عيسوى، نفيسة فوزى عمر (٢٠١٢). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بمعنى الحياة وبعض سمات الشخصية لدى المراهقين المكفوفين بصريا. ***رسالة ماجستير غير منشورة***، جامعة القاهرة، مصر.

٤- فرانكل، فيكتور (١٩٨٢). ***الإنسان يبحث عن معنى***، ترجمة طلعت منصور، الكويت: دار القلم.

٥- فرانكل، فيكتور (١٩٨٢). ***مقدمة فى العلاج بالمعنى***، ترجمة طلعت منصور، الكويت: دار القلم.

٦- فرانكل، فيكتور (١٩٩٨). ***إرادة المعنى أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى***، ترجمة إيمان فوزى، القاهرة: دار زهراء الشرق.

7-Asgari, A. & Almasi, S. (2013). The relationship between core self –evaluation with life satisfaction and positive and negative affect among students. ***Middle East Journal of Scientific Research***, 16 (11), 1581-1588.

8- Frankl, V. (1962). ***Man's search for meaning***. New York: Washington Square Press.

9- Grouden, M. E. & Jose, P. E. (2015): Do sources of meaning differentially predict search for meaning , presence of meaning and wellbeing ? ***International Journal Of Wellbeing***, 5 (1), 33-52.

10-Hicks, J. A., King, L. A.(2007): Meaning in life and seeing the big picture : Positive affect and global focus.

11- Isik, S. & Uzbe, N. (2015) :Personality traits and positive/ negative affects: An analysis of meaning in life among adults**.** ***Educational Science Journal,*** 15 (3), 587-595.

12- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L. & De Gaiso, A. K. (2006): Positive affect and the experience of meaning in life. ***Journal of Personality And Social Psychology***, 90 (1), 179-196.

13- Machell, K. A., Kashdan, T. B., Short, J. L., Nezlek, J. B. (2015): Relationships between meaning in life, social and achievement event and positive and negative affect in daily life. ***Journal of Personality***, 83 (3).

14- Miao M., Zheng L. , Gan, Y. (2016): Meaning in life promotes proactive coping via positive affect: A daily diary study. ***Journal Of Happiness Study.***

15- Wong, P. T.P. (2008) : ***The human Quest for meaning , theories, research and applications***, (2nd ed). New York : Routledge.

16-Zanon, C., Bastianello, M. R., Pacico, J. C., Hutz, C. S. (2013): Relationships between positive and negative affect and five factors of personality in a Brazilian sample.