الملخص

تكونت عينة الدراسة من (313) طالباً وطالبة من مستويي، (سنة أولى، ورابعة)، والمسجلين للفصل الأول، (2007-2008)، والبالغ عددهم (6232) في التخصصات العلمية والإنسانية كافة. وتم اختيارهم بطريقة العينة الطبقية العشوائية، وتمثل العينة ما نسبته (5%) من مجتمع الدراسة.

وتوصلت الدراسة إلى أن درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس كانت متوسطة، وأظهرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس تعزى لمتغيرات الدراسة ، وأن أكثر الأحداث الضاغطة شيوعاً لدى طلبة جامعة القدس هي الأحداث الضاغطة الدراسية، أما أقلها تأثيرا فكانت الأحداث الضاغطة الاجتماعية، بينما تبين أن درجة الأحداث الضاغطة بصورة عامة كانت منخفضة، وعدم وجود فروق في متوسطات درجات أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس تعزى إلى متغيرات الدراسة على الدرجة الكلية، بينما تبين وجود فروق بين الجنسين على بُعد الأحداث الضاغطة الاقتصادية، والاجتماعية لصالح الذكور. ووجود فروق في التخصص في بُعد الأحداث الضاغطة الدراسية لصالح طلبة التخصص العلمي، وأن أكثر الأساليب المستخدمة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة هي: (التفاعل الإيجابي، و التصرفات السلوكية الإقدامية، والتفاعل السلبي).

ووجدت فروق في أسلوب التصرفات السلوكية الإقدامية لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة، بينما لم تكشف النتائج عن وجود فروق في متوسطات أساليب المواجهة لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغيري (التخصص، والمستوى الأكاديمي)، وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التفاؤل وكل من التشاؤم، وأحداث الحياة الضاغطة، ووجود علاقة إيجابية بين التشاؤم، وأحداث الحياة الضاغطة، وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين التفاؤل وكل من التشاؤم، والتفاعل السلبي، والتصرف السلوكي الإحجامي، وجود علاقة إيجابية بين التشاؤم وكل من التفاعل السلبي والتصرف السلوكي الإحجامي. وتبين عدم وجود علاقة بين التشاؤم والتفاعل الإيجابي.

وكذلك وجود علاقة إيجابية بين التفاعل السلبي والتصرف السلوكي الإحجامي، وجود علاقة إيجابية بين أحداث الحياة الضاغطة وكل من التفاعل السلبي، والتصرف السلوكي الإحجامي، في حين لا توجد علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والتفاعل الإيجابي.

وفي ضوء هذه النتائج خرجت الدراسة ببعض التوصيات، ومن أهمها، الحاجة الماسّة لدراسات تستكشف تأثير كل من : التفاؤل والتشاؤم، وأحداث الحياة الضاغطة على المدى القصير، والبعيد على حياة الشخص من الناحيتين الجسدية والنفسية.