

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية



قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: 2018/.....

رقم التسجيل: 075115621

محاولة تكيف رائر جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية - بجامعة المسيلة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر

تخصص : قياس نفسي وبناء الروائز

شعبة : علوم التربية

إعداد الطالبة :

بن التومي حفصة

أمام لجنة المناقشة المكونة من السادة الأساتذة :

| | | |
|--------------|---------------------------|----------------------|
| رئيسا | جامعة محمد بوضياف المسيلة | د. زيد الخير سميرة |
| مشرفا ومقررا | جامعة محمد بوضياف المسيلة | د. ميمون حدة |
| مناقشا | جامعة محمد بوضياف المسيلة | د. براخلية عبد الغني |

الموسم الجامعي: 2018/2017

شكر وتقدير

أُتقرب بجزيل الشكر والتقدير

إلى الأستاذة المشرفة:

سيمون حرة ،

التي سأتأخر تعلياني اسر او العون ليل إنجاز هذا العمل

بنصائحها القيمة وتوجيهاتها السريرة

كما أتقرب بشكري إلى كل من مر ليير المساعدة لإنجاز هذا

العمل المتواضع.

ملخص الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلى محاولة تكييف رائر جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين ،وهذا من اجل التعرف على صدق و ثبات و الحكم على صلاحية تطبيق المقياس على البيئة المحلية، كما هدفت أيضا إلى اشتقاق معايير الأداة من عينة الدراسة ،حيث بلغ عدد أفراد العينة..327.. طالب و طالبة،و بعد إجراء تعديلات فيه توصلت الدراسة إلى أن هذا المقياس يتمتع بمعاملات صدق و ثبات جيدة للحكم على صلاحية تطبيقه.

وتم حسب معامل صدقه بطريقة الصدق المرتبط بمحك وهو الدخل الشهري لأنه يعد من المؤشرات الموضوعية وتم حساب دلالة الفروق بين ذوي الدخل المرتفع وذوي الدخل المنخفض حيث تم تقسيم الدخل الشهري إلى فئتين متوسط الدخل 30000.00 لفئة الدخل المنخفض و فوق 30000.00 فئة الدخل المرتفع كما عملنا على تقسيم الأفراد إلى فئتين وباستخدام اختبار "ت" كانت دلالة الفروق لصالح في جودة الحياة لصالح ذوي الدخل المرتفع مقارنة بذوي الدخل المنخفض ، أما الثبات حسب بطريقة ألفا كرونباخ وصل إلى (0.845) وهي مؤشرات جيدة للحكم على المقياس بأنه يتمتع بخصائص الرائر الجيد.

فهرس المحتويات

| | |
|---|--|
| | شكر وتقدير |
| | الإهداء |
| | ملخص الدراسة |
| | فهرس المحتويات |
| | فهرس الجداول |
| | فهرس الملاحق |
| أ-د | مقدمة |
| الإطار النظري | |
| الفصل الأول : الإطار العام للدراسة | |
| 06 | 1- الإشكالية |
| 09 | 2- أهداف الدراسة |
| 09 | 3- أهمية الدراسة |
| 10 | 4- الدراسات السابقة |
| 20 | 5- تحديد المفاهيم (الإجرائية و الاصطلاحية) |
| الفصل الثاني: جودة الحياة | |
| 28 | تمهيد |
| 28 | 1- علم النفس الايجابي وجودة الحياة |
| 35 | 2- مفاهيم جودة الحياة |
| 41 | 3- الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف وتفسير جودة الحياة |
| 44 | 4- مظاهر جودة الحياة |
| 45 | 5- مقومات جودة الحياة |
| 47 | 6- محددات جودة الحياة وتحسينها |
| 49 | 7- أبعاد جودة الحياة |

| | |
|---|--|
| 56 | 8- قياس جودة الحياة |
| 56 | 9- معوقات جودة الحياة |
| 59 | خلاصة |
| الإطار التطبيقي | |
| الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة | |
| 61 | تمهيد |
| 61 | 1- منهج الدراسة |
| 62 | 2- مجالات الدراسة |
| 62 | 3- مجتمع الدراسة |
| 63 | 4- عينة الدراسة |
| 64 | 5- أداة الدراسة |
| 67 | 6- خطوات تكييف الرائن |
| 69 | 7- المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة |
| 69 | خلاصة |
| الفصل الرابع: عرض ومناقشة وتحليل النتائج | |
| 72 | تمهيد |
| 73 | 1- عرض ومناقشة وتحليل نتائج الدراسة |
| 87 | 2- ملخص النتائج |
| 88 | خاتمة |
| 89 | مقترحات الدراسة |
| 90 | قائمة المراجع |
| 97 | الملاحق |

فهرس الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول | رقم |
|--------|---|-----|
| 63 | توزيع عينة الدراسة | 01 |
| 72 | توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية | 02 |
| 73 | اختبارات | 03 |
| 75 | علاقة البنود بالأبعاد التي ينتمي إليها رانز جودة الحياة | 04 |
| 76 | معاملات الارتباط بين أبعاد رانز جودة الحياة وبين الدرجة الكلية | 05 |
| 77 | معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية للرانز | 06 |
| 79 | معاملات الارتباط بين أبعاد رانز جودة الحياة وبين الدرجة الكلية للرانز | 07 |
| 80 | معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للرانز | 08 |
| 81 | معامل ثبات الفا كرونباخ للأبعاد والدرجة الكلية | 09 |
| 82 | الصدق المرتبط بالمحك | 10 |
| 83 | النسبة النظرية والمتوقعة لأفراد عينة رانز جودة الحياة | 11 |
| 84 | المعايير المستخرجة من رانز جودة الحياة إسنادا على أفراد العينة | 12 |
| 86 | مجال امتداد الفئات المستخرجة من معايير رانز جود الحياة | 13 |

قائمة الملاحق

| عنوان الملاحق | رقم |
|-------------------------------------|-----|
| مقياس جودة الحياة لصاحبه منسي وكاظم | 01 |
| ترجمة رانز جودة الحياة | 02 |
| رانز جودة الحياة في صيغته النهائية | 03 |

مقدمة

مقدمة:

اجتهد الإنسان منذ العصور القديمة في تحسين حياته الاجتماعية و الاقتصادية و الثقافية ،وهذا من أجل الوصول إلى حياة سعيدة و جودة عالية ،يصنع فيها إنسان قادر على مواجهة الحياة وتحدياتها.

كما فكر الفلاسفة الإغريق في جودة الحياة وظهر أول استخدام لهذا المصطلح في هذا العصر حيث افترض "Aristo" أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي تحقق حياة سعيدة". (رمزي السويركي، 2013، 63)

وتطور مفهوم جودة الحياة عبر العصور ليصل إلى العصور الحديثة فأصبح في الوقت الحالي من المفاهيم التي لاقى اهتماما في العلوم الطبيعية و الإنسانية و الاجتماعية.

كما اهتم علم النفس بدراسة جودة الحياة بالدرجة الأولى وتبني هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية والنظرية منها والتطبيقية .وكان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة علي جودة الحياة للإنسان، ويرجع ذلك في المقام الأول إلى أن جودة الحياة في النهاية هي تعبير عن الإدراك الذاتي لتلك الجودة ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها .(مسعودي أمحمد، 2015، 204)

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

والمتتبع للدراسات النفسية يلاحظ حداثة الموضوع، ومنأمثلة هذه الدراسات دراسة كل

إبراهيم (2006)، المحرزي وإبراهيم(2006)،والعادلي (2006)، وفرجاني

HOJIRAN(1999)،(1992)

PICHER2006،LABOTT JAMES WOGNER LAEAPY FORO 1999

وهذا الاهتمام يعكس أهمية هذا المفهوم وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية ، فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته وما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة .وهكذا فان الجودة هي هدف جميع المكونات النفسية ، ويقصد بجودة الحياة بشكل عام جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي والمعرفي ودرجة توافقه مع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي.

(البهادليوكاظم،2006،69)

ويرى كل من :

Bushnell&Patrick&Bono mi (2000)عليأن جودة الحياة تمثل مفهوما واسعا يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية ، لمرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ،ومدى الاستقلال الذي يتمتع به،والعلاقات الاجتماعية التي يكونها ،فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

كما يعرفها Bogdan و Taylor علي أنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة أما GOOD فيعرفها امتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى .

(منسي وكاظم، 2006، 64)

فالطالب باعتباره جزءا لا يتجزأ من المجتمع و دوما يفكر في جودة حياته و كيفية تحسينها والوصول إلى إشباع حاجاته المادية والمعنوية ،فالمجتمع الجامعي بكل مكوناته ومدخلاتهو ما يحدث بينهما من تفاعلات تهدف إلي توفير مناخ ذي جودة يتمكن الطلبة من خلاله تحقيق أهدافهم، ويكون لديهم الشعور بالرضا ،الذي دون شك سينعكس علي أدائهم الدراسي الذي لا يقترن بالقدرات فقط .

ويقول Sabo(1993): إن الطلبة السعداء يسهمون في الحياة الجامعية ، ويشعرون بالثقة دائما ، ويتفوقون أكاديميا فالجودة يمكن قياسها أو التعرف عليها من خلال شعور أو رضا المستفيد وهو الطالب الجامعي الذي يعتبر محور عملية التعليم و المستخدم الأولوالأخير للإمكانيات التي توفر له في الحرم الجامعي من خدمات وتجهيزات ومرافق للأنشطة الطلابية ومساحات للراحة ،فكلما استطاعت الجامعة توفير مناخ يتميز بعوامل وعناصر تسهم في رضا الطلبة يكون شعورهم أنأهدافهم و طموحاتهم ستتحقق ، سيؤدي ذلك إلى ارتفاع مستويات عملية التعلم لديهم،إلى جانب زيادة الروح المعنوية لديهم والإحساس بجودة الحياة الأكاديمية التي تمكنهم من التفوق الدراسي ومواصلة دراستهم بكل ثقة .

(سالم سليم الغبوصي، 2006، 192)

محاولة تكييف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

وبناءا علي ما سبق فان الدراسة الحالية تعتبر محاولة للمساهمة في تكييف الروائز النفسية ، وللبحث في محاولة تكييف رانز جودة الحياة لصاحبه كاظم ومنسي المطبق على الطلبة الجامعيين الأردنيين علي البيئة الجزائري، حيث كانت الدراسة تقتصر على المرحلة الجامعية والتي هي من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات الطلبة لجودة حياتهم .

كما ركزت دراستنا الحالية على محاولة تكييف رانز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة و إيجاد معايير محلية الأداء حتى يمكن الاستفادة منها .

وللوصول إلىالأهداف المرجوة من دراستنا تناولنا هذا الموضوع من خلال أربع فصول الجانب النظري تضمن الفصل الأولالإشكالية وتحديد المفاهيم والتعاريفالإجرائيةو عرض الدراسات السابقة .ومن خلال الفصل الثاني تم التطرق إلي علم النفس الايجابي وجودة الحياة واهم مفاهيم جودة الحياة و النظريات المستخدمة في تفسيرها ومظاهرها وأبعادها. أما الفصل الثالث تم إدراجالإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية والفصل الرابعقتصر على عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري وفي الأخير استنتج عام لنتائج الدراسة.

الإطار النظري

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية

2- أهداف الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- الدراسات السابقة

5- تحديد المفاهيم

خلاصة

1- الإشكالية:

ظهر القياس النفسي مع ظهور علم النفس وسارا معا منذ منتصف القرن التاسع عشر حيث شهد القياس النفسي عبر الزمن مجموعة من التطورات ساهم فيها العديد من العلماء الذين ثمنوا أهمية الحصول على قياس نفسي ضمن ظروف مضبوطة ودقيقة على أسس علمية.

وتعد الاختبارات النفسية التي تستعمل كثيرا في ميادين علم النفس من أهم أدوات لجمع المعلومات و تكميمها وكذا قياس الخصائص كاشفة بذلك مواقع الأفراد تبعا للخاصية التي يقيسها للاختبار. (خليل إبراهيم رسول ،علي مهدي كاضم،2،2005)

إن بناء الروائز النفسية تحتاج إلى كفاءات بشرية متخصصة و فترة زمنية طويلة و إمكانيات مادية وفيرة و لهذا يلجأ بعض المختصين في علم النفس وعلوم التربية إلى تقنين و تكيف الروائز النفسية التي قام بإعدادها أشخاص آخرون في بيئات أخرى على البيئة المحلية لكي تصبح صالحة للاستخدام بصورة موضوعية.

فالاختبارات والمقاييس النفسية في الجزائر منقولة عن طريق التعريب أو الترجمة المباشرة مما يجعلها في حاجة إلى تكيف لكي تتلاءم مع خصوصية المجتمع الجزائري لذلك فالحاجة ماسة اليوم لتقويم مختلف الاختبارات المستخدمة في الدراسات الأكاديمية والممارسة الميدانية و النظر في معاييرها و مدى ملاءمتها للبيئة الجزائرية. (بوسالم عبد العزيز،2015،

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

ومما لاشك أن كل اختبار من الاختبارات النفسية لابد أن يكون متأثراً بطبيعة الثقافة التي وجد فيها والذي قد طبق على عينات منها وأعطى نتائج بحسب تلك الثقافة و العينات. (خليل إبراهيم رسول ،علي مهدي كاظم،2،2015)

ولعلم النفس دوره المهم في دراسة السلوك الإنساني وتنميته وتحسينه و السلوك الإنساني هو الذي يسهم في تحقيق أو عدم تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان و الخدمات التي تقدم له .(منسي،كاظم 2006 ،63)

فمفهوم جودة الحياة متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من فرد لأخر من الناحية النظرية و التطبيقية وفقا للمعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة و مطالبها والتي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم و إدارة الظروف المحيطة و الصحة الجسمية والصحة النفسية والظروف الاقتصادية و المعتقدات الدينية و القيم الثقافية و الحضارية،التي يحدد من خلالها الأفراد والأشياء المهمة التي تحقق لهم السعادة الحالية و توقعهم المتفائل بالمستقبل.

(نعيسة علي ،2012،ص146)

وجودة الحياة هي مفهوم الحياة التي هي على أذهان الناس يوميا فكرا وحديثا في

أي مكان في العالم. (Mylesl, Friedman,1997,p12).

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

فجودة الحياة قد تمثل لدي البعض بامتلاك الثروة التي تحقق لهم السعادة ، في حين يري لبعض الأخر أن الحياة الجيدة هي التي يتوافر فيها فرص العمل والدراسة ويراها آخرون بالحياة التي يتمكن فيها الفرد من الحصول علي مبتغاه دون عناء أو قد يحددها آخرون بالحياة الخالية من الغش و الخداع والكذب ،أوقد يحددها آخرون بالحياة المفعمة بالصحة الجسمية والنفسية الخالية من الأمراض والاضطرابات . (كاظم كرىدى ، 2014،ص675)

وتعتبر مرحلة التعليم الجامعي مرحلة حاسمة من مراحل التعليم ،ويمثل الطلب الجامعي أهم مدخلان مؤسسات التعليم ولهذا تعد الاختبارات والمقاييس النفسية احد الوسائل الهامة والضرورية التي تعتمد عليها المؤسسات التربوية والتعليمية للتعرف على مدى التقدم في تحصيل الطلاب. وعليه فالدراسة الحالية ركزت علي محاولة تكيف رانز جودة الحياة علي عينة من طلبة الجامعة وإيجاد معايير محلية يمكن الاستفادة منها ،وبالتالي مشكلة الدراسة تتحدد في التساؤلات التالية :

تساؤلات الدراسة:

- ما مدى صلاحية رانز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة للتطبيق على البيئة المحلية ؟
- ما مدى اتساق بنود الرانز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة مع خصائص الاختبار الجيد ؟

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

- ما مدى اتساق الخصائص السيكومترية لرانز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة بخصائص الاختبار الجيد؟

- ما هي المعايير المستخرجة من رانز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة استنادا إلي نتائج العينة؟

3- أهداف الدراسة:

- تهدف دراستنا الحالية و المتمثلة في محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين لإبراز جودة الحياة و التأكد من مؤشرات صدق و ثبات الرانز على البيئة المحلية المتمثلة في الطلبة الجامعيين ومن أهم الأهداف هي :
- توفير رانز مكيف يمكن استعماله في مجال البحث العلمي.
 - التعرف على ثبات الرانز في البيئة المحلية لدى الطلبة .
 - التعرف على صدق الرانز في البيئة المحلية لدى الطلبة .
 - استخراج معايير الرانز المكيف على البيئة المحلية .

4- أهمية الدراسة:

كان لموضوع جودة الحياة أهمية كبيرة على المجتمعات مما جعل الباحثين يتناولون هذا الموضوع في دراساتهم من عدة جوانب كما تطرقت العديد من الدراسات

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الحديثه لهذا الموضوع مما برزت أهميته لدى الطلبة في التعرف على نظرة الطلبة الجامعيين أو ما تعنيه جودة الحياة لديهم ،والوقوف على فئة عمرية مهمة تعكس حالتهم الصحية والنفسية والجسمية

والتعرف عن أفكار الطلاب وتطلعاتهم ومستوى قناعتهم بما هو متوفر لهم من ظروف مادية ومعنوية .

5- الدراسات السابقة :

هناك العديد من الدراسات التي تناولت رانز جودة الحياة، والتي اهتمت ببناء وتحري الخصائص السيكومترية لهذا الرانز:

5-1- دراسة محمد عبد الله إبراهيم وسيدة عبد الرحيم الصديق (2006):

"دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدي طلبة جامعة السلطان قابوس "

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بتحري الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة لكازم ومنسي (2006) علي عينة قوامها (123) طلبة وطالبة ,حيث تم استخدام طريقة الاتساق الداخلي، و أظهرت النتائج أن جميع البنود لها معاملات ارتباط دالة إحصائيا مع الدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه، كما جاءت مؤشرات الصدق التمييزي مرضية عموما أما الثبات فستخدم الباحثان طريقة الفا كرونباخ ،من خلال حساب معامل

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

ألفا لكل بعد من إبعاد المقياس ،وتبين أن قيم الثبات للأبعاد الستة مرتفعة ،إذ تراوحت بين "0.77،0.91" وبلغ معامل الثبات إفا كرونباخ للمقياس ككل "0.82".

(إبراهيم والصدى ، 2006، 281-282)

5-2- دراسة محمود عبد الحليم منسى وعلي مهدي كاظم (2010)

"تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة "

هدفت الدراسة إلي تصميم وتقنين مقياس جودة الحياة علي الطلبة الجامعيين ،وقد تكون المقياس من ستة أبعاد "جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية ،جودة التعليم ،جودة العواطف ،جودة الصحة النفسية ،جودة شغل الوقت وإدارته"، تم تطبيق المقياس علي عينة قوامها (220) طالبة وطالب اختيرت بطريقة عشوائية من مختلف كليات جامعة قابوس ،وبالفعل أعطي المقياس المؤشرات السيكوميترية المطلوبة ، ففي مجال الصدق تم التحقق من صدق المحتوي (المحكمين)، وصدق المرتبط بالمحك "علاقة جودة الحياة بالدخل الشهري " ، وقد جاءت الفروق دالة في جودة الحياة بين ذوي الدخل المرتفع والدخل المنخفض لمصلحة ذوي الدخل المرتفع ،أما الثبات فتراوح معامل الفا كرومباخ للمحاور الستة بين "0.63.0.85" وبلغ الثبات للمقياس ككل "0.91"، وبلغ الخطأ المعياري للمقياس "7.44" كما تم التحقق من صدق المفهوم "علاقة درجة المجموع

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الكلبي للبعد الذي ينتمي إليه، ومصفوفة الارتباطات بين أبعاد المقياس الستة " وجاءت معاملات الاتساق الداخلي مرضية، كما جاءت معاملات التمييز للمفردات مرضية عموماً، أما المعايير فقد تم اشتقاق المئينيات كمعايير للدرجات الخام لكل بعد من أبعاد المقياس .
(كاضم ومنسي، 2010، 51-52)

5-3- دراسة رغداء علي نعيسة (2012) :

" قياس جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين "

اهتمت الدراسة بتحري الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة لكاضم ومنسي (2006) علي عينة الدراسة من (360) طالبا وطلبة، من جامعتي دمشق وتشرين. وللتحقق من ثبات كل بعد من أبعاد المقياس قامت الباحثة باستخدام طريقة الفاكرنباخ، وأسفرت النتائج أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين "0.39" في بعد العواطف إلي "0.67" في بعد الصحة العامة، كما كانت معاملات ثبات التجزئة النصفية فقد تراوحت بين "0.30" في بعد شغل أوقات الفراغ. "0.66" في بعد الصحة العامة وهي معاملات مناسبة، وتم التحقق من صدق المحتوى للمقياس بعرضه علي خمس محكمين، كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بحساب المعاملات الارتباطية بين أبعاد المقياس "معامل بيرسون" وكانت النتائج كما يلي أن جميع الارتباطات دالة إحصائياً ما عدا ارتباط الصحة العامة والحياة الأسرية مع شغل أوقات الفراغ. (رغداء علي نعيسة، 164، 2012-165)

5-4- دراسة عبد الحفيظ يحي(2016):

"تقنين مقياس جودة الحياة على الطلبة الجامعيين بجامعة زيان عاشور بولاية الجلفة
"الجزائر" .

هدفت الدراسة إلي تقنين مقياس جودة الحياة لكازم ومنسي علي الطلبة الجامعيين
،وتكونت عينة الدراسة قوامها 847 طالبا تم اختيارها بطريقة عشوائية عنقودية، حيث تم
استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة لصاحبه منسي وكازم،(2010)

وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية :

تمتع بنود المقياس بمستوى عالي من الفعالية دلت عليها المؤشرات الكمية
المستخرجة من توظيف اختبار "ت" لعينتين مستقلتين .

تتوافر في المقياس مؤشرات صدق مقبولة دلت عليها المؤشرات الكمية المستخرجة
من أساليب الصدق التالية :

صدق الاتساق الداخلي ،الصدق التلازمي بأسلوبيه التقاربي و التمايزي، الصدق التمييزي،
الصدق العاملي .

أظهر المقياس وأبعاده الفرعية مؤشرات ثبات مرضية عموما حيث تراوح معامل
ثبات الاستقرار للأبعاد الستة بين " 0.71 و 0.82 " وبلغ المقياس ككل "0.89" ، بينما

محاولة تكييف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

تراوح معامل الفاكر ونباخ للأبعاد الستة بين "0.35 و 0.77" وبلغ المقياس ككل "0.84"

(جخراب محمد عرفان و عبد الحفيظ يحي ، 2016 ، 469)

5-5- دراسة محمود عبد الحليم منسي و علي مهدي كاظم (2006) :

" تصميم مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة "

هدفت الدراسة إلي تصميم مقياس لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة

وتكونت عينة الدراسة من (220) طالبا وطالبا من مختلف كليات جامعة قابوس ،
ففي مجال الصدق تم التحقق من صدق المحتوى (المحكمين)، و الصدق المرتبط بمحك
(علاقة جودة الحياة بالدخل الشهري الأسري)، وفي مجال الثبات تراوح معامل الفا
كرونباخ للمحاور الستة "0.62-0.85" و بلغ للمقياس ككل "0.91"، وعلي أساس ذلك بلغ
الخطأ المعياري للقياس "7.44"، ومعاملات الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة
بالمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه، ومصفوفة الارتباطات بين محاور المقياس
الستة)، قد تراوحت معاملات الارتباط المحسوبة بين "0.320 و 0.703" وجميعها دالة
عند مستوي "0.01"

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

ومعاملات التمييز للمفردات (اختبار ت بين اعلي وادني 27%)، تراوحت قيم "ت" المحسوبة بين "2.69-15.69" وجميعها دالة عند مستوى يقل عن 0.008، ومنه تمتع فقرات المقياس بقوة تمييز عالية .

وبالنسبة للمعايير فقد تم اشتقاق المئينات كمعيار للدرجات الخام لكل محور من

محاور المقياس. (كاظم و منسي، 2006، 69-70)

5-6- دراسة احمد حسانين احمد محمد (2011) :

"الخصائص القياسية للمقياس المئوي لنوعية الحياة (whoQol-100) الصادر عن منظمة الصحة العالمية"

هدفت الدراسة إلي ترجمة وتحري الخصائص السيكومترية لأحد أشهر المقاييس العالمية التي تستخدم لقياس نوعية الحياة ويتكون المقياس من ستة مجالات أساسية "الجسمية، البيئية، الاستقلالية، العلاقات الاجتماعية، النفسية"

طبق المقياس علي عينة قوامها (150) فردا من أفراد المجتمع الليبي اختيروا بطريقة عشوائية، منهم (100) من الأسوياء تم اختيارهم من الموظفين والموظفات بمؤسسات الدولة (جامعات، معاهد، مدارس...الخ) و(50) فردا من مرضي السرطان تم اختيارهم من المترددين علي معهد علاج السرطان بمدينة مصراتة، وأسفرت نتائج

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

التحليلات الإحصائية إلي أن المقياس يتمتع بخصائص قياسية جيدة ،فقد بلغ معامل الثبات ألفا كرونباخ بالنسبة لعينة المرضى و الأسوياء والعينة الكلية ما بين "0.60-0.95"، أما صدق المقياس فقد أشارت نتائج الدراسة إلي أن جميع قيم معاملات صدق المقياس كانت مرضية ففيما يتعلق بصدق الاتساق الداخلي جاءت قيم معاملات الارتباط بين بنود المقياس والعوامل الفرعية التي تتدرج تحتها هذه البنود دالة و مرضية عند مستوي دلالة "0.01"، أما صدق الارتباط بالمحك، حيث تم حساب معامل الارتباط بين معاملات المجالات الستة للمقياس ودرجات الأفراد "الأسوياء والمرضي" على مقياس الاكتئاب، حيث تراوحت قيم معاملات

الارتباط بين "0.76 و0.17"، أما الصدق التمييزي باعتباره احد مؤشرات صدق التكوين الفرضي حيث تم حساب الفروق بين متوسطات درجات مجموعة الأسوياء ومجموعة مرضي السرطان وأظهرت النتائج أن هناك فروقا دالة إحصائيا عند مستوى دلالة "0.01" في المجالات الرئيسة للمقياس فيما عدا المجال البيئي والمجال الديني مما يعتبر مؤشرا جيدا علي القدرة التمييزية للمقياس. (احمد حساين،104،2011-105)

5-7- دراسة شاهر سليمان (2008):

" قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تابوك وتأثيرها ببعض المتغيرات "

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

هدفت الدراسة الي التعرف علي مستوى جودة الحياة وتطوير مقياس جودة الحياة من إعداد الباحث علي عينة من طلاب جامعة تابوك بالمملكة العربية السعودية قوامها "649" طالبا و طالبة اختيرت بطريقة عشوائية عنقودية ،وتم تقدير الثبات بطريقة الفاكرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس والذي كان يتكون خمسة أبعاد، حيث أظهرت النتائج أن قيم هذه المعاملات فوق "0.70" كما قام الباحث بدراسة الصدق التكويني الفرضي من خلال دراسة الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والارتباط بين درجات الأبعاد فيما بينها وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون وأظهرت النتائج أن جميع القيم دالة إحصائيا، واستخدم الباحث التحليل العاملي للتعرف علي التركيب العاملي له حيث حلت معاملات الارتباط المتبادلة بين الفقرات تحليلا عالميا ، وفقا لطريقة المكونات الأساسية ،وأظهرت النتيجة وجود "11" عاملا .

الجزر الكامن لكل منها يزيد عن واحد صحيح وتفسر بمجموعها "65.61 % " من التباين وقد روعي في انتقاء الفقرات وفي تصنيفها علي العوامل محكين وبتطبيق هذه المحكات علي جميع فقرات جودة الحياة لم يبق منها سوى 50 فقرة بأبعادها الخمسة.(شاهر سليمان،133،2008-134)

5-8- دراسة فادية رزق (2013):

"الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة لدي المراهقات"

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

هدفت الدراسة إلي إعداد مقياس يصلح لقياس الشعور بجودة الحياة لدي المراهقات المعاقات بصريا في المرحلة العمرية (16-18). بمدرسة نور" مصر" وحساب المؤشرات السيكومترية لهذا المقياس و كانت العينة قوامها (80) من الفتيات المراهقات المعاقات بصريا المقيدن بالمرحلة الثانوية بمدرسة نور للمكفوفين , ويتكون المقياس من "100" عبارة موزعة علي خمسة أبعاد وهناك ثلاث مستويات للإجابة علي كل عبارة من عبارات المقياس ، ويعتمد صدق الاستجابات وثباتها علي الطريقة التي تعطي بها التعليمات و قامت الباحثة بتقديمها لعينة الدراسة ،مكتوبة بلغة برايل وإلقائها بطريقة شفوية، و تم عرض المقياس علي مجموعة من المحكمين ،لحساب صدق المقياس، واستخدمت صدق المحك الخارجي من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات الفتيات وبين درجاتهم علي مقياس جودة الحياة "الصورة المختصرة " إعداد منظمة الصحة العالمية .

تعريب بشري إسماعيل ارنوط، وبلغ الارتباط بين المقياسين "0.66" وهو ارتباط موجب دال إحصائيا مما يدل علي صدق المقياس ، واستخدمت الباحثة في حسابها للثبات طريقة التجزئة النصفية وطريقة الفا كرونباخ و إعادة الاختبار .

وأسفرت النتائج في حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار ووجدان معامل الارتباط قدره "0.84" وهو معامل ارتباط مرتفع و دال إحصائيا عند مستوي "0.01" مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، أما الطريقة التجزئة النصفية فقد تبين أن قيمة معامل الثبات كانت "0.87" بطريقة سبيرمان براون و "0.88" بطريقة جتمان، وكانت قيمة معامل الفا كرونباخ "0.73" مما يعني انه دال عند مستوي "0.01" وتراوحت معاملات الارتباط بين "0.56-0.88" وهي معاملات ارتباط مقبولة ودالة عند "0.01" وتشير إلي الاتساق الداخلي للمقياس ومنه أن المقياس يتسم بخصائص سيكومترية من صدق وثبات مرتفعين. (فادية رزق، 2013، 494)

5-9- دراسة هويدة حنفي محمود وفوزية عبد الباقي الجمالي (2010) :

" فاعلية الذات المدركة الذات المدركة ومدى تأثيرها علي جودة الحياة لدي طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسي "

اهتمت الدراسة بتصميم وتقنين مقياس علي عينة من الطلبة الجامعيين بجامعة الإسكندرية قوامها (150) طالب وطالبة، حيث أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام أسلوب المكونات الأساسية ، وقد أفضى الي استخلاص ستة عوامل بعد تدوير المحاور تدويرا متعامدا بطريقة الفاريمان varimax، فكان جميع التشبعات دالة (الحد المقبول للتشبع 0.30) وكان عدد العوامل المستخلصة "6" وتم حذف العوامل التي لم تتشبع وبلغ عددها "2"، وبذلك أصبح عدد العوامل المستخلصة والتي تشبعت علي "3" عبارات فأكثر "4" عوامل قابلة للتفسير وبذلك أصبح عدد العبارات "32" عبارة ،وتبين أن هذه العوامل الأربعة جذورها الكامنة اكبر من الواحد ،و فسرت مجتمعة "54.56%" من التباين الكلي بين العبارات للمقياس.

وكانت قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات الذي تنتمي إليه دالة عند "0.01" مما يدل علي أن هناك اتساقا داخليا بين مفردات البعد والمجموع الكلي لدرجات البعد والمجموع الكلي لدرجات البعد الذي تنتمي إليه لمقياس جودة الحياة، وكانت قيم معامل الارتباط "0.21"

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

مما يدل أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق وان هناك اتساق داخليا للمقياس ككل
أما قيم معاملات التميز لمفردات محاور مقياس جودة الحياة تراوحت ما بين
"0.2 الي 0.797"

وكانت قيم مقبولة لمعامل التمييز، أما الثبات قام الباحثان "باستخدام طريقة الفا
كرونباخوسبيرمانوجتمان مع حساب معامل الثبات المعياري، وأظهرت النتائج أن قيم
معاملات الثبات لأبعاد المقياس مرتفعة، حيث تراوحت بين "0.83 و0.90" كما تبين قيم
معاملات الثبات كل مفردة من مفردات أبعاد المقياس مع المجموع الكلي لدرجات البعد
باستخدام معامل الفا كرومباخ تساوي "0.88"، أو اقل من معامل الفا الكلي للبعد الذي
تتنمي إليه تلك المفردات أي أن جميع المفردات ثابتة .

(هويدة حنفي وفوزية عبد الباقي، 2010، 91-92)

* التعليق علي الدراسات السابقة:

1- من حيث مكان الإجراء :

اختلفت إجراءات التطبيق من بيئة إلي بيئة أخرى منها من كانت محلية مثل دراسة
جخراب و عبدالحفيظ (2016)، ومنها من طبقت في عمان كدراسة شاهر خلد سليمان
(2008)، ودراسة احمد حسانين (2011) بلبيا، ودراسة فادية رزق بمصر (2013)، كما

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

طبقت في الأردن كدراسة نعيسة (2012) ودراسة هويده وفوزية(2010) وبعمان دراسة إبراهيم والصدیق (2006).

2- من حيث المنهج :

استعملت الدراسات السابقة المنهج الوصفي والمنهج الشبه التجريبي.

3- من حيث الأدوات : فكل الدراسات استعملت رانز جودة الحياة ,فمنهم من قام بتقنين الرانز ومنهم من قام بتصميم وتطوير الرانز لكازم ومنسي .

4- من حيث النتائج : من خلال الاطلاع علي الدراسات السابقة منها دراسة ابراهيم وصدیق(2006) ودراسة كاظم ومنسي (2010) ودراسة نعيسة (2012)، أن مقياس جودة الحياة يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة بالبيئة العربية.

5- من حيث العينة :اختلفت العينة من دراسة إلى أخرى فمنهم من طبق رانز جودة الحياة في مدرسة المكوفين ,كدراسة فادية رزق،، ومنهم من كان في الجامعة كدراسة هويده حنفي وفوزية عبد الباقي ودراسة شاهر سليمان.

6- تحديد المفاهيم:

سيتم التطرق في هذه الدراسة إلى التعريف اللغوي والتعريف الاصطلاحي والتعريف الإجرائي.

6-1- الجودة :

6-1-1- لغة:

* جودة : جودات و جودات .

* مصدر جاد.

* عرف بجودة صناعته : بإتقانها و طبيعتها الجيدة .

* جودة الفهم : صحة الانتقال من الملزومات إلى اللوازم .

* الجودة : النوعية .

* الجودة : مجمل السمات والخصائص لمنتج أو خدمة التي تجعله قادرا على تلبية

الاحتياجات المذكورة صراحة أو المضمنة .

* الجودة في مجال التصنيع : هي مقياس التميز أو حالة الخلو من العيوب والنواقص و

التباينات الكبيرة عن طريق الالتزام الصارم بمعايير قابلة للقياس وقابلة للتحقق لانجاز

تجانس وتماتل في الناتج ترضى متطلبات محددة للعملاء أو المستخدمين .

(معجم المعاني الجامع ،عربي عربي ، موقع الكتروني 2018)

6-1-2- اصطلاحا :

يعرف Schalok الجودة :

قد يكون مفهوم الجودة ذي معنى مختلف اعتمادا على العادات والمجموعة المرجعية

أو الحقبة الاجتماعية أو السياسية التي نستخدمها فيها. (Schalok،1993،p137)

تعريف كاظم ومنسي لجودة الحياة:

شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة و

رقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية و الاجتماعية و التعليمية و النفسية مع

حسن إدارته للوقت و الاستفادة منه .

يعرف Schalok جودة الحياة:

جودة الحياة أصبحت سؤال مهم فيما يخص تقديم الخدمات والسياسات الاجتماعية في

الحقل التراجع المعرفي. (Schalok،1993،p137)

6-1-3- التعريف الإجرائي لجودة الحياة :

ويشير في دراستنا إلى مجموع الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة

الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس جودة الحياة لكاظم ومنسي (2006)، والمتكون

من ستة أبعاد وهي :

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

جودة الصحة العامة ،جودة الحياة الأسرية ،جودة جودة التعليم والدراسة ،وجودة العواطف ،جودة الصحة النفسية ،جودة شغل الوقت وإدارته.

6-2-2- التكييف :

6-2-1- لغة:

* تكيف مصدر كيف.

* كيف القانون بمعنى : حدد طبيعة المسألة .

* كيف الشيء : جعل له كيفية معلومة .

* كيف سلوكه على سلوك أبيه : طابقه أو واءمه.

* كيف الشيء: أحدث تغييرا فيه يؤدي إلى انسجامه مع شيء آخر لا يتبدل .

(معجم المعاني ، معجم عربي عربي ، موقع الكتروني 2018)

6-2-2- اصطلاحا :

كل الإجراءات التي يتبعها الباحث بداية من تقديره عما إذا كان باستطاعت الاختبار

تقدير التركيبة نفسها عند نقل الاختبار من ثقافة إلى أخرى ، وصولا إلى محاولته

الحصول على مفاهيم, مفردات وتعابير متعادلة ثقافيا لغويا و نفسيا مع الثقافة النفسية

للاختبار .

(بوسالم عبدا لعزیز، 2015، 22)

6-2-3- إجرائيا :

هي جملة التعديلات التي يقوم بها الباحث أثناء قيامه بتكيف المقاييس النفسية .

السنة الدراسية "2017،2018" ، بجامعة محمد بوضياف المسيلة .

6-3- الرانز :

6-3-1- لغة:

من آلات البنائين، الجمع رازم- ، قال ابن سيده هذا قول أهل اللغة.

(قاموس لسان العرب، عربي عربي، موقع الكتروني،2018)

أما في معجم المعاني الجامع:

رانز: روائز ، رازة ، معيار ، وسيلة اختباريه في علم النفس والتربية، يميز بها بين أفراد جماعة ما بالنسبة إلي مقياس معين يعين الذكاء أو الملاحظة أو غيرها من الملكات .

(معجم المعاني الجامع ،معجم عربي عربي ،موقع الكتروني ،2018)

6-3-2- اصطلاحا:

تعرفه أنا استازي :

" بأنه مقياس موضوعي مقنن لقياس عينة من السلوك "

و يعرفه كرونباخ:

"بأنه طريقة منظمة لمقارنة سلوك شخصين أو أكثر "

يعرفه بين:

"بأنه مجموعة مرتبة من المثبرات أعدت لكي تقيس بعض العمليات العقلية او

السمات النفسية لعينة ما من الأفراد بصورة كمية أو كيفية "

(صلاح احمد مراد ،أمين سليمان،2005، 230)

7- الطالب الجامعي :

ذلك المفحوص الذي أجاب علي رانز جودة الحياة ، حيث تم اختيار المفحوصين

بطريقة عشوائية ، من جميع التخصصات، والذين تتم عليهم عملية الأشراف من قسم علم

النفس السنة الدراسية " 2017،2018 " ، بجامعة محمد بوضياف المسيلة .

الفصل الثاني :

جودة الحياة

تمهيد

- 1- علم النفس الايجابي وجودة الحياة
- 2- مفاهيم جودة الحياة
- 3- الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف وتفسير جودة الحياة
- 4- مظاهر جودة الحياة
- 5- مقومات جودة الحياة
- 6- محددات جودة الحياة وتحسينها
- 7- أبعاد جودة الحياة
- 8- قياس جودة الحياة
- 9- معوقات جودة الحياة

خلاصة

تمهيد:

إن متطلبات المجتمع الإنساني يقتضي مجموعة من الاحتياجات المادية والنفسية والصحية والأسرية والاجتماعية التي تساهم في جودة الحياة التي يعيشها الفرد واهتمت الدراسات السابقة بموضوع جودة الحياة فكان لها صلة وثيقة بعلم النفس الايجابي وأرتبط هذا المفهوم ببعض المفاهيم الأخرى مثل السعادة والوجود الأفضل وكان لهذا المتغير ارتباط بالقياس بحيث يمكن قياسه من خلال مؤشرات الموضوعية والذاتية ، والتي تشمل الرضا الشخصي ومدى شعوره بالسعادة وتعد الصحة البدنية والعلاقات الأسرية والاجتماعية من المؤشرات الموضوعية ، وتطرق العديد من النظريات والدراسات لهذا الموضوع للأهمية التي يكتسبها ، كما أبرزت العديد من الدراسات النواحي الايجابية والسلبية للموضوع وتعتبر الحروب والكوارث من معوقات جودة الحياة .

1- علم النفس الايجابي وجودة الحياة :

1-1- مفهوم علم النفس الايجابي :

* يمكن تعريف علم النفس الايجابي بأنه "الدراسة الموضوعية " للخصال الايجابية في الإنسان ، وللمؤسسات النفسية والاجتماعية التي تعمل على ترقية هذه الخصال وتتميتها لإعداد شخصيات ايجابية.(بشير معمرية، 2012، 11)

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

* وتعرفه CRYSTAL.BARK بأنه "دراسة كافة مكامن القوة لدى البشر، ودراسة كل ما من شأنه وقاية البشر من الوقوع في براثن الاضطرابات النفسية والسلوكية ، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية ، الاجتماعية والمجتمعية التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة بأن تعاش.(سلاف مشري ،2014 ، 220)

• عرف SHELDEN علم النفس الايجابي بأنه "الدراسة العلمية لوظائف الإنسان المثالية التي تهدف إلى اكتشاف وإظهار العوامل التي تسمح للفرد والمجتمعات بأن تزدهر أو هو إطار أو نموذج يشكل اتجاهها في علم النفس من منظور وظائف الحياة الناجحة والصحية . (أمنة أحمد محمد سالم ، 2012 ، 10)

• ويعرف أيضا بأنه "فرع من فروع علم النفس يؤكد على دراسة كل من شأنه أن يؤدي إلى تحسين الأداء النفسي الأداء الوظيفي للكائن البشري بما يتجاوز نطاق أو حدود الصحة النفسية العادية . (شيخي مريم ، 2014 ، 87)

إن المتمعن في التعاريف يجد أن علم النفس الايجابي هو الدراسة العلمية لخصال الإنسان الايجابية التي تهدف إلى تحقيق السعادة وحسن الحال للفرد بالدرجة الأولى والمجتمع بالدرجة الثانية.

1-2- التطور التاريخي لعلم النفس الايجابي :

إن لعلم النفس الايجابي عمر طويل وقديم ، ربما يكون قديما قدم البشرية، ولكن له تاريخ شديد القصر ، إذ دخل إلى الحقل الأكاديمي لعلم النفس سنة 1998 عندما ترأس SELIGMAN الجمعية الأمريكية لعلم النفس، وتناوله في خطابه للدورة الافتتاحية للجمعية ، واعتبر مؤسساً له مع مجموعة من زملائه، فقد دعوا علماء النفس للبحث عن القوى الايجابية لدى البشر كبديل للبحث في تلك الجوانب السلبية أو المضطربة في الشخصية الإنسانية والدراسات والعوامل المجتمعية والشخصية التي تجعل الحياة جديرة بأن تعاش

وأشار SELIGMAN أن الدراسات في علم النفس قد بالغت كثيراً بالتركيز على الجوانب السلبية في الشخصية الإنسانية وعلى الأمراض والاضطرابات النفسية وتشخيصها وعلاجها وبأن الاقتصار على هذه الجوانب رغم أهميتها ، وخاصة بعد أن تكون قد تأصلت أو ترسخت يجعل من محاولة التصدي لها وعلاجها أمراً عسيراً للغاية، هذا بالإضافة إلى أن التشديد على دراسة المظاهر الايجابية للشخصية قد سفر عن الكثير من نقاط القوة التي يمكن توظيفها مباشرة في تخطي الصعوبات ومواجهة نقاط الضعف أو غيرها من المظاهر و الأعراض السلبية أو المرضية التي قد يعاني منها الفرد .

والحقيقة أن تركيز الدراسات والبحوث في علم النفس على المظاهر السلبية له ما يبرره فمن إتباع العلماء للمنهج الذي انطلق منه (Freud) في دراساته في مجال علم النفس،

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

وتركيزه على الشخصية وصراعاتها وإرجاعها لجوانب سلبية فيها ، إلى ما شهده القرن العشرين من حروب ومآسي ومعاناة إنسانية فرضت على الباحثين وعلماء النفس التكفل والاهتمام بآثارها ونواتجها، إلى الصعوبة التي قد يواجهها العلماء في تحديد وضبط المفاهيم المتعلقة بالجوانب والمظاهر الايجابية في الشخصية، إذ عادة ما تطرح هذه المفاهيم الجديدة إلا بعد أعمال وجهود متراكمة لعدد الباحثين، ولا تظهر بمحض الصدفة ، وهو بالفعل ما حدث مع SELIGMAN بعد ذاته عندما طرح هو وزملاؤه مفهوم علم النفس الايجابي .

ومن جانب آخر ، تجدر الإشارة إلى أن موضوعات علم النفس الايجابي لم تكن مهمة تماما ، إلا أنه ومنذ ذلك التاريخ وقبله كذلك بقليل، أخذ عدد السيكولوجيين المهتمين بدراسة الجوانب النفسية الايجابية مقابل الجوانب السلبية يتزايد بعد أن تناما الوعي لدى العلماء والباحثين بها .(سلاف مشيري ، 2014 ، 219)

ومن رواد علم النفس الايجابي نجد :

*Christopher petrseson ، Karl douk ، Daniel gilbert ، Qinanchildom ،
revitchKarin ،Babra–fredriksson

1-3- الإنسان من منظور علم النفس الايجابي :

ينظر علم النفس الايجابي إلى الإنسان نظرة مختلفة تمام عن علم النفس التقليدي، حيث أكد على أنه الأصل في الإنسان هو الصحة وليس المرض من خلال السعادة ودراسة العوامل التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة بان تعاش .(شخي مريم،2014، 87)

1-4- مجالات الدراسة في علم النفس الايجابي :

يمكن تصوير مجالات التي يهتم بها علم النفس الايجابي من خلال تتبع مجالات بحثية متداخلة فيما بينها :

• البحوث التي تتناول دراسة ما يعرف بالحياة السارة أو حياة الاستمتاع وتهتم هذه البحوث بدراسة كيف يتعامل البشر مع الانفعالات والمشاعر الايجابية كجزء أساسي وسوي هذه البحوث الإنسانية (العلاقات الاجتماعية الايجابية ، الهويات ، الاهتمامات ، الاستمتاع والترفيه، وما إلى ذلك)

• البحوث التي تتناول ما يعرف بالحياة الجيدة أو حياة الانغماس أو الاندماج ويهتم مثل هذه النوعية من البحوث بدراسة التأثيرات المفيدة الانغماس ، التشرب، والتدفق والتي يشعر بها الأفراد عندما يندمجون بصورة مثالية في الأنشطة المفضلة لديهم . وعادة ما يتعاش الأفراد من حالات الخبرة هذه عندما يحدث نوعا من التطابق

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

• الايجابي بين قدرات الشخص وإمكانياته والمهام التي يؤديها أو يتعامل معها ، بمعنى عندما يشعر الأفراد بالثقة في قدراتهم على انجاز المهام التي يواجهونها .

• البحوث التي تتناول ما يعرف بالحياة الهادفة ذات المعنى أو معانقة الحياة والانتماء إلى الآخرين وما تتضمنه من أحساس برغد العيش وهناءته، الانتماء، المعنى، وتبني أهداف أخلاقية ذات قيمة عليا تجعل الشخص يتجاوز اهتماماته الذاتية الضيقة إلى أهداف عامة تحقق المصلحة والخير العام ، وذلك بالانتماء الفعال للجماعات الاجتماعية ، المنظمات، الحركات، ونظم الاعتقاد ."

(محمد نجيب أحمد الصبوة ، 2008 ، 32-33)

1-5- قياس متغيرات علم النفس الايجابي

1-5-1- قياس المشاعر الايجابية أو الحياة السعيدة السارة :

في هذا المجال يمكن قياس المتغيرات التالية :

• الشعور بالسعادة ، التفاؤل ، الرضا عن الحياة ، التوجيه نحو الحياة ، الثقة بالنفس ،

الأمل ، الوجود الأفضل

1-5-2- قياس السمات الايجابية للفرد أو الحياة النشطة المثمرة الدعوية :

في هذا المجال يمكن قياس المتغيرات التالية :

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

- توكيد الذات ، تقدير الذات ، فعالية الذات ، ضبط الذات ، المثابرة ، الذكاء الوجداني ، الذكاء الناجح الصلابة النفسية ، الالتزام الشخصي ، المهارات الاجتماعية ، دافع الاستطلاع ، الدافع للإنجاز ، التدفق .

1-5-3- قياس الحياة الايجابية ذات المعنى :

في هذا المجال يمكن قياس المتغيرات التالية :

معنى الحياة - نوعية الحياة - التدين بالإسلام . (بشير معمريه ، 2012 ، 80-81)

1-6- تطبيقات علم النفس الايجابي :

من التطبيقات الممكنة لعلم النفس الايجابي :

- تحسين أساليب معاملة وتنشئة وتربية الأطفال لتركيز على الدافعية الداخلية ، الوجداني الايجابي ، والإبداع داخل المنازل والمدارس .
- تحسين العلاج النفسي من خلال تطوير مداخل علاجية تركز على الأمل، المعنى، التفاؤل، مساندة الذات.
- تحسين الحياة الأسرية من خلال فهم ديناميات : الحب ، التلقائية ، الأصالة ، والالتزام والانتماء .

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

• تحسين الرضا الوظيفي عن العمل عبر مختلف مراحل الحياة بمساعدة البشر على الاندماج في العمل ، ومعايشة ما يعرف بخبرة التدفق، وصولاً إلى تحقيق انجازات مبدعة .

• تحسين المنظمات والمجتمعات من خلال اكتشاف الظروف والشروط التي تعزز الثقة، التواصل، والغيرية بين الأشخاص

• تحسين الخصائص الأخلاقية للمجتمع من خلال فهم وتنمية الدوافع والقيم الأخلاقية والروحية وغرسها داخل الشخصية البشرية .

(محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة ، 2014، 17)

إن جوهر الاهتمامات الذي تقوم عليه فلسفة علم النفس الايجابي يكمن في أن الإنسان يولد ولديه العديد من المشاعر الايجابية والسلبية التي تستثار وتظهر من خلال الخبرات والمواقف التي يتعرض لها وتكمن مهمة المؤسسات الاجتماعية الايجابية في مساعدة الأفراد وخاصة الأطفال على استثارة مشاعرهم الايجابية وقواهم وفضائلهم وتنميتها.

(بشير معمرية ، 2012، 12)

2- مفاهيم جودة الحياة:

لقد حظي مفهوم جودة الحياة باهتمام كبير في مجالات الطب والاجتماع و الاقتصاد وحديثاً في مجالات علم النفس ،ويؤكد (Harman 1996) ظهور هذا المفهوم في منتصف

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الستينات ،ثم شاع استخدامه في الدراسات المختلفة كأحد المؤشرات الدالة علي الاهتمام برفاهية الفرد في كافة المجالات .(احمد عبد اللطيف أبو اسعد ،2015، 179)

وهناك العديد من المفاهيم التي ترتبط بمفهوم جودة الحياة نذكر منها :

1-2- السعادة :

إن السعادة من المفاهيم التي اهتم بها الفلاسفة ، فالبحث عن السعادة عند اليونان هو المطلب الأسمى للإنسان ،وخيره الأعلى وغايته القصوى، يعنى حالة عقلية تتسم بالايجابية يخبرها الإنسان ذاتيا وتحدث له من خلال وسائل مختلفة قد تكون مرتبطة بالبيئة أو مرتبطة بتفكيره حول نفسه، أو ما حدث معه بطريقة ايجابية .

2-2- الرضا الحياتي :

يعد مصطلح الرضا الحياتي أو الشعور بجودة الحياة وطيب الحال من المصطلحات شائعة الاستخدام والتي تتكرر كثيرا في حياتنا اليومية ،ويعرف بأنه شعور الفرد و تقديراته المعرفية لجودة حياته ، والذي يعكس تقديره العام لنواح معينة في حياته كالأسرة و الذات .

(أحمد عبد اللطيف أبو اسعد،195،2015)

2-3- الوجود الأفضل:

يعني الكثير من المعاني الايجابية في الحياة .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

فالبعض يعتبره مرادفا للسعادة أو طيب العيش والبعض يراه مرادفا للصحة النفسية أو الرفاهية النفسية والبعض يراه مرادفا لجودة الحياة . (بشير معمريّة، 44، 2012)

ويرى الغندور (1999):

أن علم النفس كان له السبق في فهم و تحديد المتغيرات المؤثرة في جودة حياة الإنسان وقد يرجع ذلك لكون جودة الحياة عبارة عن الإدراك الذاتي لنوعية جودة الحياة حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية حياته كالدخل و العمل و التعليم يمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشر لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات على هذا المستوى والذي يتوقف بدرجة ما على أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد في ظل ظروف معينة.

ويرى الأنصاري:

أن مفهوم جودة الحياة يرتبط بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين هما الرفاه و التمتع و كذلك يرتبط هذا مفهوم جودة الحياة بمفاهيم أخرى مثل التنمية (توسيع خيارات متعددة تضم حريات الإنسان ،حقوق الإنسان والمعرفة وتعتبر هذه الخيارات ضرورية لرفاه الإنسان والتقدم (في الرقي في حال الإنسان في الحياة نتيجة للتطور العلمي والمعرفي) والتحسين وإشباع الحاجات (الشعور بالرضا و الارتياح و الأمن عند إشباع الحاجات و الدوافع).

(عبيدة عائشة بيه ،دس، 354)

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

وعلى الرغم من التداخل بين مفهوم جودة الحياة والمفاهيم ذات الصلة، فإن الأدبيات

النفسية تزخر بعدد من التعريفات و التي تتمثل فيما يلي:

تعريفات جودة الحياة:

ويشير (2001) AXELSSON :

أنها هي درجة التعبير عن المعاناة و تستخدم المعاناة في الإحساس الشامل الذي

يتضمن الحالة الجسمية الأفضل ,وبالمثل الحالة النفس الاجتماعية و الانفعالية الأفضل ,أو

الحالة الموجودة كما هي معرفة من قبل الفرد.

ويرى (2002) PARMET ET GLASS :

أن الوجود الأفضل العقلي والجسمي و المدرك من قبل الفرد ،بينما الصحة المرتبطة

بوجود الحياة تشير إلى الجوانب التي تتأثر بالأمراض و علاج هذا المرض.

ويشير (2003) BORDLEAU,ET AL :

أن أحساس الفرد الذاتي بالوجود الأفضل ، والذي ينبع من خبرته الحالية لحياته كلها .

ويرى (2004) CHURCH :

أن جودة الحياة مقياس لقدرة الفرد على الأداء جسميا وانفعاليا و اجتماعيا في البيئة

,في إطار متسق علي مستوى توقعاته . (احمد عبد اللطيف أبو اسعد، 2015،180)

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

ويشير البهادلي و كاضم إلى جودة الحياة علي انها :

"القدرة على تبني أسلوب حياة يشبع الرغبات والاحتياجات لدى الفرد "

أو أنها "الشعور الشخصي بالكفاءة الذاتية وإجادة التعامل مع التحديات "

"السعادة والرضا عن الذات والحياة الجيدة "

وهي الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية و الإحساس بحسن الحال و إشباع الحاجات و الرضا عن الحياة ، وإدراك الفرد لقوى و مضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية ، وإحساسه بالسعادة وصولا إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بينجوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه.(محمد السعيد أبو حلاوة 2015،5،

وتؤكد زينب الشقير:

أن جودة الحياة هو أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعا بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا ,وان يكون قوي الإرادة ,صامدا أمام الضغوط التي تواجهه ,ذو كفاءة ذاتية و اجتماعية عالية ,راضيا عن واجباته الأسرية والمهنية والمجتمعية, محققا لحاجاته و طموحاته ,واثقا من نفسه غير مغرور ومقدرا لذاته ,مما يجعله يعيش شعور السعادة . (جمال شفيق احمد،19،2016-20)20

أما تعريف (Bushnel&Patrick&Bonomi(2000) :

حيث أكدوا على أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية و الموضوعية ، مرتبنا بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها .

(مسعودي أمحمد، 2015، 3)

أما أجندة 21 للثقافة (2011) Agenda 21 de la culture au québec

تري أن الثقافة تشكل عنصرا أساسيا لجودة الحياة لأنها البوتقة التي يتشكل فيها الأفراد و يزدهرون ، وهى مفتاح لفهم العالم والعيش معا . (Eric philippe,2013, 13)

أما مقارنة منظمة الصحة العالمية (OMS 1993) لجودة الحياة:

باعتبارها تصور الفرد لمكانه في الحياة ، في سياق الثقافة ونظام القيم التي يعيش فيها ،فيما يتعلق بأهدافه وتوقعاته ومعاييرها وشواغله وهو مفهوم واسع جدا ، يمكن أن يتأثر بطريقة معقدة بالصحة البدنية للشخص و حالته النفسية و مستوى استقلاله و علاقته الاجتماعية وعلاقته بالعناصر الأساسية لبيئته . (sibylla peron,2009, 1)

ومن خلال التعارف المختلفة نجد أن الباحثين لم يتفقوا على وضع تعريف محدد

لجودة الحياة وذلك لعدة أسباب منها حداثة المفهوم على المستوى التناول العلمي لان هذا

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

المفهوم لا يرتبط بمجال محدد من مجالات الحياة بل هو موزع بين العلماء والباحثين بمختلف اختصاصاتهم ومن كل ما سبق يمكن القول أن جودة الحياة هو شعور الفرد بالرضا و السعادة والقدرة على إشباع حاجاته المادية و النفسية والاجتماعية والتعليمية والصحية مع حسن إدارته للوقت و الاستفادة منه و هذا لاعتماد الباحثة على تعريف (منسي و كاضم 2006) لأنها تستخدم المقياس الذي ستحاول الدراسة الحالية تكيفه للبيئة المحلية.

3- الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف وتفسير جودة الحياة :

يستعمل مفهوم جودة الحياة للتعبير عن الرقي في مستوي الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع كما يتخذ أحيانا التعبير على إدراك الأفراد لقدرة هذه الخدمات على إشباع حاجاتهم المختلفة وهناك أربعة اتجاهات رئيسية في وصف وتفسير جودة الحياة هي :

3-1- الاتجاه الفلسفي :

يؤكد هذا الاتجاه على أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار وهناك الكثير من المواطنين التي تتطلب الجودة حتى يحصل الإنسان على جودة الحياة فهذا المفهوم حسب المنظور الفلسفي جاء من اجل وضع مفاهيم السعادة ضمن الثلاثة النفعية (البرجماتية) المشهورة والمتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى اعتقاد إلا إذا أثبتت

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

نجاحها على المستوى العلمي أو القيمة الفورية cash value وليست المؤجلة والمستوى العملي أقرب إلى مفهوم السعادة والرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر .

(أبو حلاوة، 2010، 15)

3-2-الاتجاه الاجتماعي :

يرى Hankies أن الاهتمام لدراسة جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل *معدلات المواليد* الوفيات* معدل ضحايا المرض* نوعية السكن* المستويات التعليمية لأفراد المجتمع.

إضافة إلى المستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه من عاد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة ، ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء peerralationhip تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا او عدم رضا الفرد عن عمله.

3-3- الاتجاه الطبي:

اعتمد هذا الاتجاه على تحديد مؤشرات جودة الحياة ولم يحدد تعريف واضح لهذا المفهوم ولهذا وقد زاد اهتمام الأطباء والمتخصصين في الشؤون الاجتماعية والباحثين في

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

العلوم الاجتماعية بتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والاجتماعي لهم. (محمد السعيد أبو حلاوة، 2010، 16)

ويهدف هذا الاتجاه الطبي إلي تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة، أو النفسية أو العقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية، وتعتبر جودة الحياة من الموضوعات الشائعة للمحاضرات التي تتعلق بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة. (صالح إسماعيل، عبد الله الهمص، 2010، 44)

3-4- الاتجاه النفسي :

ينظر إلي مفهوم جودة الحياة وفقا للمنظور النفسي علي انه(البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية وكلما انتقل الإنسان إلي مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح علي الإشباع، مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا (في حالة الإشباع) أو عدم الرضا (في حلة عدم الإشباع) نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة

(علي حسن الحلو، 2016، 323-324)

4- مظاهر جودة الحياة :

يشير **حسن مصطفى** إلى أن هناك خمسة مظاهر رئيسية لجودة الحياة ، ويتضمن كل مظهر بعض المكونات الفرعية على النحو التالي :

4-1-العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال : فالعوامل المادية نسبية في التعبير عن جودة الحياة إذ أنها ترتبط بثقافة المجتمع ودرجة تحضره وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع الثقافة التي يعيشونها ومع المعايير الثقافية والحضارية التي يوفرها المجتمع ، أما حسن الحال فهو من مظاهر البعد الذاتي فهو مظهر سطحي وعام لجودة الحياة.

4-2- إشباع الحاجات والرضا عن الحياة: ويتضمن إشباع وتحقيق الحاجات بمعنى إن جودة حياة الأفراد تقاس بالدرجة التي يمكن معها مقابلة حاجاتهم ، فعندما يتمكن الفرد من إشباع حاجاته فإن جودة حياته ترتفع وتزداد و الرضا عن الحياة هو احد الجوانب الذاتية فكونك راضيا عن حياتك يعني أن حياتك تسير كما ينبغي وهو ينبع من إشباع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته .

4-3- إدراك الفرد للقوى و المتضمنات الحياتية و إحساسه بمعنى الحياة : ويشمل القوى والمتضمنات الحياتية فحياة الفرد لكي تكون جيدة لابد له من استخدام القدرات واستخراج الطاقات الكامنة بداخله ويقوم بتنمية العلاقات الاجتماعية والعمل الهادف والإحساس

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

بمعنى الحياة فكلما شعر الفرد بانجازاته وبمواهبه وقيمه وأهميته للمجتمع وللآخرين وان غيابه يسبب نقصا أو افتقاد الآخرين كلما أحس الفرد بجودة للحياة التي يحيها .

4-4- الصحة و البناء البيولوجي و إحساس الفرد بالسعادة: و يتضمن هذا المظهر الصحة و البناء البيولوجي للفرد فهي تعكس قدرته البيولوجية الكامنة وسلامته وصحته الجسمية ،فالسعادة هي شعور الفرد بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات والاستمتاع واللذة عندما يدرك الفرد لقيمه ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية.

4-5- جودة الحياة الوجودية: وهي الوحدة الموضوعية والذاتية لجوانب الحياة كما أنها تمثل جودة الحياة الأكثر عمقا داخل النفس ، و تتمثل في إحساس الفرد بوجوده وقيمه والشعور بالسعادة و الطمأنينة والاستمتاع بالحياة . (إبراهيم وصديق، 2006، 279)

5- مقومات جودة الحياة :

توجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد جودة الحياة نذكر منها:

-القدرة على التفكير و اتخاذ القرارات

-الصحة الجسمية والعقلية

-الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية

-المعتقدات الدينية 'القيم الثقافية والحضارية

-الأوضاع المالية والاقتصادية

والتي يحدد كل شخص ما هو أهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة التي يحيهاها و إذا تحدثنا علي مقومات جودة الحياة نجدها تتمثل في أربع نواحي أساسية وهي التي تؤثر بشكل أو بآخر علي صحة الإنسان كما أنها تتفاعل مع بعضها البعض وهي النواحي الجسمية و الناحية الشعورية والعقلية والناحية النفسية وهي تتمثل في الاحتياجات الأساسية الضرورية لحياة الإنسان التي لا يستطيع العيش، والتي يمكن أن نطلق عليها الاحتياجات الأولية والإخلال بأي عنصر فيها يؤدي إلي خلق الصراع ولكن هذا لا يمنع من وجود عوامل أخرى خارجية عن إرادة الإنسان تؤثر علي مقومات حياته والتي تتطلب الناحية الصحية مثل (العجز ،التقدم في العمر، الخوف ، الألم ،ضغوط العمل ،الإحباط والحروب الموت، اللياقة الجسمية ..) .

وحسب منظمة الصحة العالمية تتمثل مقومات جودة الحياة في :

- الصحة الجسدية : وذلك من خلال القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية و حالة الجسم مثلا اللياقة البدنية .

-الصحة النفسية: وهذا بالقدرة على التعرف على المشاعر، والتعبير عنها، وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب أو تردد.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

-الصحة الروحية: وهي تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للوصول إلى الرضا عن النفس

-الصحة العقلية : القدرة على التفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية وقدرة الجسم على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها

-الصحة الاجتماعية: وذلك بالقدرة على إقامة العلاقة مع الآخرين ، كل ما يحيط من مادة وأشخاص وقوانين وأنظمة .(عبيد عائشة بية ،دس، 357)

6- محددات جودة الحياة وتحسينها :

6-1- محددات جودة الحياة:

يرتبط إدراك الفرد لجودة الحياة بمجموعة من المتغيرات الشخصية والاجتماعية والثقافية وقد أجريت العديد من الدراسات على الأسوياء والمرضى والمعاقين من فئات عمرية مختلفة للتوصل إلى محددات جودة الحياة وفيما يتعلق بالأسوياء فقد توصلت " Talk " إلى أن جودة الحياة لدى الشباب ترتبط بالقلق وتحاشي الخوف، بينما لا ترتبط بأزمات الذعر المفاجئة كما توصل " Techmbler " في دراسة على (68 طالبا جامعا) و(95 رجل دين) إلى أن الملتزمين بالمعتقدات الدينية مرتفعين على مقياس الرضا عن الحياة كما أشارت النتائج إلى أن الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية ، والزواج ، وارتفاع الطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد يؤدي إلى زيادة الرضا عن الحياة.

6-2- تحسين جودة الحياة :

أصبح تحسين جودة حياة الإنسان من أهداف الدراسات الإنسانية في الوقت الحاضر ، فقد حاول الباحثون على اختلاف تخصصاتهم (الأطباء ،الباحثين في الشؤون الاجتماعية) توضيح كيفية إدراك الإنسان لنوعية حياته واكتشاف العناصر الرئيسية التي تسهم بدرجة أو بأخري في تحسين جودة الحياة.

إن تطبيق معايير جودة الحياة على التعليم والمعلمين بصفة خاصة،يجعله متضمنا لكل ما يؤدي إلى جودة العملية التعليمية ليشمل جودة المناهج ،جودة أداء المعلم ، جودة الإدارة التعليمية وغيرها من العناصر التربوية .

فقد أوضح الغندور(1999):

أن نوعية حياة الإنسان قابلة للتحسين باستخدام البرامج الإرشادية والعلاجية و التي تؤكد أثرها الايجابي على حالته النفسية وبالتالي على جودة حياته , ولذا أوصى بتوجيه مزيد من الجهود لدراسة وسائل تحسين جودة الحياة لدى الإنسان .

(سميرة أبو الحسن،وعبد الله محمود عماد،صفاء محمد بحيرى،2012، 8-9)

7- أبعاد جودة الحياة :

ينظر إلي جودة الحياة عامة علي أنها تركيب متعدد الأبعاد ، بينما تؤكد منظمة الصحة العالمية أن جودة الحياة تشير إلي الكمال الذي يحققه الإنسان أو المؤسسات في الأبعاد الآتية :

7-1- **بعد الاستقلالية** : بمعنى أن سعادة الفرد ومصيره يجب أن تكون تحت سيطرته لا يتحكم فيها الآخرون .

7-2- **البعد البيئي**: ممارسة الحرية بالمعنى الايجابي والشعور بالأمن والأمان الجسمي ،بيئة المنزل ،المرض المهني .

7-3- **البعد الروحي والتدين و المعتقدات الشخصية** :مدي الالتزام الأخلاقي ومعرفة الدين الصحيح .

7-4- **البعد الاجتماعي** :العلاقات الشخصية والاجتماعية والدعم الاجتماعي والزواج الناجح .

7-5- **البعد الجسمي** :القدرة على التعامل مع الألم واضطراب النوم والتخلص من الشعور بالتعب .

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

7-6- البعد النفسي : المشاعر السلوكيات الايجابية وتركيز الانتباه والرغبة في التعليم

والتفكير و الذاكرة وتقدير الذات .(احمد عبد اللطيف أبو اسعد ،2015، 197)

ووضع(Schalouk2004) ثمانية أبعاد لجودة الحياة وهي :

1- جودة المعيشة الانفعالية: وتشمل الشعور بالأمن والجوانب الروحية ,والسعادة

ومفهوم الذات والرضا أو القناعة.

2- العلاقات بين الأشخاص :وتتمثل في الصداقة الحميمة والجوانب الوجدانية والعلاقات

الأسرية والتفاعل و المساندة الاجتماعية .

3- جودة المعيشة المادية :وتشمل الوضع المادي وعوامل الأمن الاجتماعي وظروف

العمل والممتلكات والمكانة الاجتماعية والاقتصادية .

4- الارتقاء الشخصي: ويشمل المستوي التعليمي والمهارات الشخصية ومستوي

الانجاز.

5- جودة المعيشة الجسمية :وتشمل الحالة الصحية والتغذية و النشاط الحركي و

الرعاية الصحية والتغذية و الرعاية الصحية والتأمين الصحي ووقت الفراغ ونشاطات

الحياة اليومية.

6- محددات الذات :وتشمل الاستقلالية والقدرة علي الاختيار الشخصي وتوجيه الذات

والأهداف والقيم .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

7- التفاعل الاجتماعي: ويشمل القبول الاجتماعي والمكانة الاجتماعية وخصائص بيئة العمل والتكامل والمشاركة الاجتماعية والنشاط التطوعي .

8- الحقوق: وتشمل الخصوصية والحق في الانتخاب والتصويت وأداء الواجبات والحق في الملكية.(محمد احمد المشابقة،2015، 36)

وتعد تصورات Ventegodt وآخرون من أهم التصورات التي طرحت لتحديد أبعاد جودة الحياة في إطار التوفيق بين البعد الذاتي و البعد الموضوعي ، إذ صاغوا ما يعرف بمتصل جودة الحياة و طرحوا في ضوءه ما يعرف بالنظرية التكاملية لجودة الحياة ، والتي تتضمن بعدين

1- البعد الذاتي :ويتضمن أبعاد فرعية تتمثل في الرفاهية الشخصية، و الإحساس بحسن الحال، الرضا عن الحياة، السعادة،الحياة ذات المعني .

2- البعد الموضوعي :ويتضمن أبعاد فرعية تتمثل في عوامل موضوعية (مثل المعايير الثقافية، إشباع الاحتياجات ،تحقيق الإمكانيات ،السلامة البدنية).

(محمد السعيد أبو حلاوة ،2010، 10)

وهناك العديد من المؤشرات التي يمكن أن نستدل عليها للكشف عن جودة الحياة، ومن بين هذه المؤشرات الشعور بالرفاهية ،وتعتبر مؤشرات نوعية الحياة وهي كما يلي:

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الظروف المعيشية المادية والتعليم والمخاطر النفسية الاجتماعية في العمل و الحوكمة وحقوق الأفراد، الترقية و الاتصالات الاجتماعية ، و البيئة و الأمن الاقتصادي والمادي .

وكذلك توجد بعض المتغيرات التي تشكل مؤشرات جودة الحياة :

1- الظروف المعيشية المادية : (تدهور ظروف السكن) السكن صغير جدا، رطوبة عالية ، غياب مساحات للهواء المطلق .

2-القيود المالية :الافتقار إلى الوسائل المالية للحفاظ على درجة حرارة جيدة في السكن ، وشراء اللحوم أو الملابس الجيدة لاستقبال الأصدقاء أو العائلة ، لامتلاك أو استئجار السيارات أو دفع الفواتير والحصول على العلاج... الخ

3-الصحة : سوء الصحة البدنية، التصور لحالة الفرد الصحية، وجود مرض مزمن أو عدم الراحة لأداء الأنشطة اليومية .

4-الإجهاد في الحياة اليومية : وجود اضطرابات في المزاج ونقص الطاقة، عدم وجود الهدوء و الطمأنينة .

5- المخاطر النفسية والاجتماعية في العمل:(الشعور بالضيق في العمل)

درجة الإجهاد في العمل الرضا عن الأجر الاستقلال الذاتي و بيئة العمل، الحكم بشأن العمل، المواعيد النهائية المفروضة والمخاطر المتكبدة، عواقب التعب في العمل على أداء الأعمال المنزلية والمسؤوليات الأسرية والتركيز في العمل .

6-انعدام الثقة في المجتمع: (الحوكمة وحقوق الأفراد)

عدم الثقة في الآخرين، تقييم التوترات بين الفقراء والأغنياء بين رؤساء المؤسسات والموظفين، بين الرجال والنساء، بين الأجيال، بين المجموعات العرقية أو الدينية و الموظفين العموميين .

7- لروابط الاجتماعية الضعيفة:

مقدار الاتصال بالأسرة مع الأقارب أو الأشخاص من حولهم .

8- البيئة المتدهورة :منها الحكم على نوعية المياه، على تلوث الهواء و الضوضاء ، نوعية المساحات الخضراء ،نظافة الحي .

9- انعدام الأمن الاقتصادي و المادي:

انعدام الأمن في الأحياء (الجريمة ،العنف، التخريب)

الوضع فيما يتعلق بالعمل (الخوف من فقدان الو ضيفة)

(Marie-Hélène Amiel ,pascal gade froy et Stefan Lollivier,2013,p2)

وقد حدد (1990) flowfield مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي :

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

1- المؤشرات النفسية : وتتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض ،أو الشعور بالسعادة و الرضا .

2- المؤشرات الاجتماعية :وتتضح من خلال العلاقات الشخصية و نوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية .

3- المؤشرات المهنية : وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها و القدرة على تنفيذ مهام وظيفته و قدرته على التوافق مع واجبات عمله .

4 - المؤشرات الجسمية والبدنية : وتتمثل في الرضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش مع الآلام والنوم و الشهية في تناول الغذاء , والقدرة الجنسية .(منسي و كاظم،2010، 45)

رغم الاختلاف في وجهة النظر في أبعاد جودة الحياة فان هذه الأبعاد حسب الدراسة الحالية هي كالآتي كما حددها منسي و كاظم (2006) ستة أبعاد لجودة الحياة وهي :

1-جودة الصحة العامة : ويمثل هذا البعد في الجوانب الصحية والفسولوجية للفرد من حيث الطعام ، النوم ،الطاقة ،النشاط وممارسة الرياضة ، الشعور بالألم ، أي القيام بوظائف الجسم والرضا عن الصحة بشكل عام .

2-جودة الحياة الأسرية والاجتماعية : ويتمثل هذا البعد في الجوانب الأسرية المتعلقة بتمتع الفرد بحياة أسرية مترابطة ومستقرة يسودها الحب والإخاء و التفاهم والثقة المتبادلة

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

،والمساندة والشعور بالسعادة ،أما بعد الحياة الاجتماعية فيتعلق بعلاقة الفرد بالآخرين وإقامة العلاقات مع الآخرين والتواصل معهم واحترامهم وتقديرهم و الانتماء لهم .

3-جودة التعليم والدراسة : ويتمثل هذا البعد في الحياة الجامعية من ناحية التخصص الدراسي والجو الدراسي والتفاعل بين الطلبة والأساتذة ، والنشطة الطلابية في البيئة الجامعية

4-جودة العواطف (الجانب الوجداني) : ويتمثل الجانب الوجداني بمشاعر الفرد وعقائده وأساليبه في التكيف والتعامل مع الأشياء .

5-جودة الصحة النفسية : ويتمثل هذا البعد في الجوانب النفسية التي تتعلق بشعور الفرد بثقته بنفسه ومع بيئته وشعوره بالسعادة مع نفسه والآخرين و الرضا عن النفس والتحكم بها .

6-جودة شغل الوقت وإدارته : ويتمثل هذا البعد في مدى استفادة الفرد وإدارته لأوقات الفراغ بممارسته لهواياته بما يعود عليه بالنفع.

8- قياس جودة الحياة :

يعتبر قياس جودة الحياة من الموضوعات التي اهتمت بها الدراسات حديثا وقد ظهرت العديد من المقاييس في العديد من المجالات الخاصة كالطب والتي استهدفت قياس جودة الحياة عند المرضى والتي تصلح كذلك في مجالات مختلفة كالمقياس الذي أعدته

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

منظمة الصحة العالمية والذي يعد من أشهر المقاييس التي صممت في المجال الطبي لتقدير جودة الحياة عند الأفراد في مواقف متعددة و مقارنتها عبر الثقافات المختلفة .

ويرى جيل و فينستين (1994) Gill ان مقاييس جودة الحياة قد تطورت منذ السبعينات وأصبحت تتسم ببعض الخطوات الهامة في الأعداد مثل اختيار البنود وحذف البنود غير المناسبة ,والاختيار القبلي للمقياس، و التقييم الكمي، إلا أن بعض المقاييس ينقصها الصدق الظاهري.

ويصنف (1999) Torgerson هذه المقاييس إلى ثلاثة مجموعات :

1-المقاييس النوعية :وهي المقاييس المرتبطة بمواقف و ظروف وعينات محددة، وأهداف محددة ، مثل فئات عيادة خاصة (الأم، الأمراض السرطانية ، أمراض القلب (مثال على ذلك سلم جودة الحياة المتعلق بالمصابين بالآلام المزمنة) .

2- المقاييس العامة أو الشاملة : وهي التي تتضمن أسئلة حول الصحة العامة للفرد و مجالات حياته المختلفة، وتكون هذه المقاييس موجهة لفئة كبيرة من أفراد المجتمع دون مراعاة خصائصهم (مرضى ،عادين) ، وهي على العموم تغطي جوانب كبيرة فيما يخص الحالة البدنية والاجتماعية والنفسية للأفراد ،حيث يكون التقييم شاملا.

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

3- المقاييس المؤسسة على النفع أو الفائدة : والتي تتضمن أسئلة عامة تدور حول تفصيلات الفرد في فترات معينة، مثل مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة عادة ما تعتبر مرحلة الجامعة صعبة في الفترات الأولى .

وقد تضمنت جهود قياس جودة الحياة مجموعتين من المؤشرات الأولى إدراك الرضا عن الحياة باعتبارها دالة شخصية يمكن تحديدها من وجهة النظر الشخصية، ويطلق عليها مجموعة جودة الحياة الذاتية ، أما المجموعة الثانية فهي تتضمن خصائص الفرد في وضعه الحالي ويمكن قياسها بصورة موضوعية، ويطلق عليها جودة الحياة الموضوعية .

(فاديه رزق ، 2013 ، 482)

9- معوقات جودة الحياة :

9-1- ضغوط الحياة :

إن الضغوط تمثل خطرا علي صحة الفرد وتوازنه كما تهدد كيانه النفسي وما ينشأ عنها من آثار سلبية كعدم القدرة علي التكيف وضعف مستوي الأداء و العجز عن ممارسة مهام الحياة اليومية وانخفاض الدافعية للعمل والشعور بالإرهاك النفسي ،وقد يواجه يوميا العديد من الضغوط في البيت و الشارع و مكان العمل و غيره .

9-2- الحروب :

وما يصاحبها من توتر وخوف وقلق و خسائر في الأرواح والممتلكات وتحطيم المثل والأخلاقيات والشعور بالضيااع وفقدان الأمن كل هذا يؤثر سلبا علي جودة الحياة.

9-3- الكوارث الطبيعية :

مثل الزلازل و الفيضانات والأوبئة الفتاكة وتلوث الهواء وغيرها كلها معوقات طبيعية لجودة الحياة، بالإضافة إلى الأمراض، الجهل، التعصب الديني، التخلف العلمي و الثقافي ، قصور برامج التخطيط. (إيمان محمد حمدان ،الطارئ،2015، 61)

خلاصة:

إن جودة الحياة تعبير عن نمط الحياة التي يعيشها الفرد فهي تعبر عن رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع ، فالجودة لها جانب ايجابي ويتمثل في الرضا عن الحياة وجودة المعيشة وتحقيق الطموحات أما الجانب السلبي يتمثل في فقدان عزيز أو حالات الأمراض المزمنة والأعراض المؤلمة والشعور بالضعف ومواجهة العوائق والصعوبات ، فجودة الحياة ترتبط بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى، باعتبارها إدراك الفرد لجميع جوانب حياته الاجتماعية والنفسية والاقتصادية، وتمتعه بكل متطلبات الحياة السعيدة وذلك من خلال تغيير النظرة للفرد من كونه إنسان عاجز عن مواجهة مشكلاته والضغوط المحيطة به إلى إنسان يمتلك قدرات وإمكانيات تؤهله لأن يكون فردا فاعلا في المجتمع.

الإطار التطبيقي

الفصل الثالث :

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- مجالات الدراسة

3- مجتمع الدراسة

4- عينة الدراسة

5- أداة الدراسة

6- خطوات تكييف الرائنز

7- الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة

خلاصة

تمهيد:

يتصف البحث العلمي بالمنهجية العلمية فهو عملية منظمة يجب علي كل باحث أن ينهج منهاجا واضحا لدراسته ,لكي يصل إلى نتائج دقيقة ،

وفي هذه الدراسة سيتم عرض الخطوات التي تم الحصول علي البيانات اللازمة لتطبيق الدراسة بدءا بالدراسة الاستطلاعية ثم منهج الدراسة الأساسية ، زد علي ذلك عينة الدراسة والأداة المطبقة في جمع البيانات ومراحل تكيف رانز جودة الحياة ، ومن ثم عرض الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة وتحليل البيانات ، وفيما يلي عرض للفصل المنهجي.

1- منهج الدراسة:

استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي باعتباره الأكثر ملائمة لطبيعة هذه الدراسة ،لان مصدر المعلومات في المنهج الوصفي هو الواقع نفسه ، "ويعد المنهج الوصفي أكثر مناهج البحث ملائمة للواقع الاجتماعي كسبيل لفهم ظواهره واستخلاص سماته".

(محمد محمد قاسيم,1999, 60)

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

واستخدام طريقة الروائز التي تعتبر عملية بناء ثانية و جديدة لرانز جودة الحياة من خلال التطبيق وإعادة التطبيق وإجراء مقارنات ورصد و ملاحظة النتائج المتوصل إليها عن طريق الوصف والتفسير والتحليل .

2-مجالات الدراسة:

يتمثل موضوع الدراسة في تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين, فدراستنا الميدانية تقتصر على المجالات التالية:

* المجال البشري والمكاني:يتمثل في عينة من طلبة قسم علم النفس- جامعة المسيلة - من جميع التخصصات .

* المجال الزمني : امتدت الفترة الزمنية للدراسة من 2018/3/11اليغاية 2018/4/30م، حيث تمت الدراسة الاستطلاعية في 11مارس ، أما الدراسة الثانية والثالثة فكانت من 2 إلى 30 أبريل.

3- مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة من ذكور وإناث من جميع التخصصات والذي يشمل السنة الثالثة وطلبة طور الماستر من جميع التخصصات ،من قسم علم النفس والذين يزاولون دراستهم بجامعة محمد بوضياف بولاية المسيلة ،للموسم الدراسي (2018/2017)و البالغ عددهم (538).

4- عينة الدراسة:

فالعينة التي اختيرت لهذه الدراسة من نوع العينات العشوائية التي تم اختيارها لتمثل مجتمع الدراسة ،و الذي بلغ عددهم (327)طالب وطالبة، وتوزعت عينة الدراسة علي مراحل ،كما يوضحه الجدول التالي .

الجدول رقم (1): توزيع عينة الدراسة

| عينة التطبيق الأول | عينة التطبيق الثاني | عينة التطبيق الثالث |
|--------------------|---------------------|---------------------|
| 31 طالب وطالبة | 153 طالب وطالبة | 143 طالب وطالبة |

5- أداة الدراسة :

اعتمدت الباحثة في دراستها لجمع البيانات علي رانز جودة الحياة ل-كاظم ومنسي

- (2006):

5-1- وصف الرانز:

"مقياس جودة الحياة ل كاظم ومنسي (2006)"

قام كل من محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم ببناء وحساب المؤشرات

السيكومترية للمقياس الجديد علي عينة من الطلبة الجامعيين العمانية .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

يتألف المقياس من (60) بنداً، يقيس درجة شعور الطالب الجامعي لجودة حياته ضمن ستة أبعاد وهي "جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت وإدارته". وتم تحديد المكونات الستة للمقياس استناداً إلى التعريف الإجرائي الذي تم تبنيه من طرف الباحثان، وبعد مراجعة بعض المقاييس الأجنبية لجودة الحياة وهي :

- استبانة جودة الحياة التي أعدها، (Bigelow, Brodsky, Stewart, & Olson, 1982).

- مقياس جودة الحياة لمرضي القلب باستخدام المقابلة من اعداد،

(Bigelow, Gareau, & Youg, 1990).

- مقياس جودة الحياة للشباب ل (Ingersoll, & Marrero, 1991).

- مقياس جودة الحياة لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم إعداد (Comminis, 1997).

- مقياس جودة الحياة منظمة العالمية - النسخة الامريكية ل (Bonomi, et al., 2000).

- مقياس جودة الحياة لدى المسنين (Mckenna, 2001).

- مقياس جودة الحياة ل (Fox, 2003).

بالاعتماد علي التعريفات التي أعطيت لمكونات جودة الحياة، و الاستفادة من بعض البنود

الواردة في المقاييس السابقة لجودة الحياة، تمت صياغة عشر بنود لكل بعد من أبعاد جودة

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الحياة ، بواقع خمس بنود سالبة وخمسة موجبة ، و وضع أمام كل بند تقدير خماسي

Rating Scale

"أبدأ، قليلا جدا،إلى حد ما ،كثيرا ،كثيرا جدا". وأعطيت البنود الموجبة (التي تحمل الأرقام الفردية)"

5.3.1 في حين أعطى عكس الميزان السابق للبنود السالبة (التي تحمل الأرقام الزوجية)

* الخصائص السيكومترية للأداة في الدراسة الأصلية :

5-2- صدق الرانز:

تم عرض المقياس في صورته الأولية علي ستة خبراء من المتخصصين في القياس والتقويم والإرشاد النفسي والطب النفسي للتعرف على مدى ملائمة تعليمات الإجابة لطلبة الجامعة وانتماء البنود للأبعاد التي وضعت فيها، ومدى جودة صياغتها ووضحها ،وبعد الأخذ باقتراحاتهم في تعديل صياغة 10 بنود التي تحمل الأرقام (11.19.25.30.33.41.45.48.59.55)

حصل المقياس على الصدق الظاهري (صدق المحتوى) من خلال اتفاقهم بنسب تراوحت بين 83% و100% على أن بنود مقياس جودة الحياة تقيس مكونات الجودة التي تم تحديدها في التعريف الإجرائي .

5-3- تحليل البنود :

تم التعرف على القدرة التمييزية لكل بند من بنود المقياس ، باستخدام اختبارات (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي البند عند المجموعتين العليا والدنيا (27% من العينة علي أساس الدرجة الكلية لكل بعد)، وأسفرت النتائج أن قيم " ت" المحسوبة تراوحت بين 2.69 و15.69، وقد تمتعت جميع بنود المقياس بقوة تمييز عالية.

5-4- الاتساق الداخلي :

في مقياس جودة الحياة تم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال ارتباط درجة البند مع الدرجة الكلية ، و ارتباط أبعاد المقياس ببعضها البعض، وتم حساب:

- علاقة البند بالدرجة الكلية: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات بنود المقياس وبين الدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه البند، وبينت النتائج عن تمتع جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى لا يقل عن 0.05 .
- علاقة درجة كل بعد بدرجات الأبعاد الأخرى : تم حساب معامل الارتباط بارسون بين أبعاد المقياس الستة ، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.32 و0.70 وجميعها دالة عند مستوى لا يقل عن 0.01.

5-5- الصدق التلازمي:

استخدم الباحثين الدخل الشهري كمحك موضوعي لحساب الصدق، ثم حساب دلالة الفروق في جودة الحياة بين ذوي الدخل المنخفض والدخل المرتفع باستخدام اختبار ت (T) لمجموعتين مستقلتين وأسفرت النتائج أن قيمة ت (T) بلغت 2.34 وهي دالة إحصائياً لصالح ذوي الدخل المرتفع.

5-6- الثبات:

تم حساب معامل الفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس الستة ، وقد تراوحت معاملات الثبات بين "0.62 و 0.85" ، بوسيط قدره "0.85" وللمقياس ككل "0.91" .
أما الخطأ المعياري كانت قيمته بين (2.54 ± و 3.21 ±) للأبعاد الستة في حين بلغ "7.44" للمقياس ككل .

5-7- المعايير :

تم اشتقاق المُنَيَّات كمعايير للدرجات الخام لكل بعد من أبعاد المقياس الستة.

5-8- الصفحة النفسية للرانز:

يقترح الباحثان تقسيم الجودة إلي ثلاث مستويات (مرتفع ،متوسط، منخفض) لكل بعد من أبعاد الرانز الستة ،حيث يقع في المستوى المرتفع للجودة الطلبة الحاصلين على المئين

محاولة تكييف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

75فاكثر ،و يقع في المستوى المنخفض الحاصلين على المئين 25 فاقل ، و في المستوى المتوسط تتراوح مئيناتهم بين المئين (26-74)، أي بين المئينين السابقين .

6- مراحل تكييف رانز جودة الحياة في الدراسة الحالية :

6-1- الدراسة الاستطلاعية:

تم تطبيق الرانز على عينة استطلاعية أولية كان قوامها 31 طالب وطالبة من جميع التخصصات من قسم علم النفس .

وكان الهدف الأساسي من الدراسة الاستطلاعية الأولى هو :

- التأكد من وضوح التعليمات .

- الفحص اللغوي للبنود وذلك للتأكد من مدى وضوح العبارات .

- التدريب علي تطبيق الرانز وطريقة تصحيح.

وقد لوحظ خلال هذا التطبيق غموض بعض الألفاظ مثل " المرشد الأكاديمي "

"والاستذكار" فاستبدلت ب "المشرف الأكاديمي" و " المراجعة " .

- تم صياغة بعض المفردات في البنود مثل إعادة صياغة البند(30)، (52)، (56)،

(57)

6-2- التجريب الثاني :

في الدراسة الثانية تم تطبيق الرانز على عينة قوامها 153 طالب وطالبة وذلك من أجل:

- تحليل البنود عن طريق التحقق من الاتساق الداخلي من خلال حساب علاقة البند مع الدرجة الكلية وعلاقة البند بالبعد.
- التحقق من تحليل البنود من خلال اختبار "ت".

حيث تم حذف بعض البنود ،وأصبح الرانز، يتكون من (52) بند وأصبح صالح للتطبيق.

6-3-التجريب الثالث:

تم التطبيق على عينة قوامها 143 طالب وطالبة و من أجل حساب الصدق والثبات واستخراج المعايير.

7- الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة :

تم تفريغ البيانات في الحاسوب وتحليلها باستخدام برنامج "حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS حيث تم فيه التحليلات الآتية :

- حساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري .
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.
- معامل الارتباط (بارسون) .
- حساب معامل الثبات (ألفا كرونباخ) .
- معاملات الصدق عن طريق الاتساق الداخلي ، والصدق المرتبط بمحك .
- المعايير الميئية.

خلاصة:

تم التطرق إلى مراحل تكيف الرانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين بجامعة المسيلة ومن خلال التطبيقين السابقين تم التعرف على الفروق الموجودة بين العينتين ، وسيتم محاولة عرض النتائج ومناقشتها وفقا للتساؤلات السابقة الذكر في الفصل الموالي.

الفصل الرابع:

عرض ومناقشة وتحليل النتائج

تمهيد

1- عرض ومناقشة وتحليل نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات

2- ملخص النتائج

خلاصة

محاولة تكييف روائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

تمهيد:

في هذا الفصل سيتم الإجابة عن تساؤلات الدراسة ، من خلال تفريغ البيانات في الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية لإجراء التحليل الإحصائي المناسب لتساؤلات الدراسة قصد الوصول إلي نتائج واضحة ودقيقة.

1- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

1-1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول:

ما مدى صلاحية روائز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة للتطبيق على البيئة المحلية ؟

ولتحقق من صحة هذا التساؤل لا بد من حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات العينتين الأردنية و الجزائرية في التطبيق الأول للرائز بنسخته الأصلية .

جدول (2) : توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية

| العينة الجزائرية | العينة الأردنية | |
|------------------|-----------------|-------------------|
| 31 | 30 | حجم العينة |
| 169.67 | 207.77 | المتوسط الحسابي |
| 18.140 | 19.09 | الانحراف المعياري |

من خلا الدراسة الاستطلاعية الأولية والتي تم تطبيقها علي عينة قوامها 31 طالب وطالبة وهذا من اجل معرفة صلاحية الروائز للتكيفعلي البيئة المحلية "الجزائرية".

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

حيث تم تفريغ البيانات في الحاسوب وتحليلها باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية "SPSS" حيث تم فيه التحليلات الآتية :حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ، (T) لعينتين مستقلتين .

كانت قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعينة الأردنية يساوي

"207.7" وانحراف معياري "19.09" ،

أما العينة المحلية "الجزائرية" فكان متوسطها الحسابي "169.6" وانحرافها المعياري

"18.14" ، وحسبت الفروق بين متوسط العينة الجزائرية ومتوسط العينة الأردنية عن طريق

(T) فوجدت الفروق دالة أي أن هناك حاجة لتكييف هذا الرانز لبيئة الجزائرية والجدول

رقم (3) يوضح ذلك :

جدول (3) : اختبار (ت)

| مستوى الدلالة | قيمة T | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | حجم العينة | |
|---------------|--------|-------------------|-----------------|------------|------------------|
| 0.01 | 7.99 | 19.09 | 207.7 | 30 | العينة الأردنية |
| | | 18.14 | 169.6 | 31 | العينة الجزائرية |

ومنه يمكن القول أن هناك فرقا بين العينتين أي بين العينة الأردنية والعينة الجزائرية

وبهذا يصبح الرانز صالح للتكيف علي البيئة الجزائرية في قياسه لجودة الحياة.

محاولة تكييف روائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني:

2-1- ما مدى اتساق بنود روائز جودة الحياة لدى طلبة الجامعة مع خصائص الاختبار

الجيد؟

هناك العديد من الطرق التي تستخدم لفحص اتساق بنود الاختبار واختارت الباحثة طريقة الاتساق الداخلي للبنود بفحص دلالة العلاقة بين البند والمحور الذي ينتمي إليه ، وكذا علاقته مع الاختبار ككل ، كما فحصت دلالة العلاقة بين كل محور والاختبار ككل وذلك وفق الطريقة التالية :

* الاتساق الداخلي :

تعتمد هذه الطريقة على حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل بند والدرجة الكلية

(بشير معمريّة ، 131، 2007-138)

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الجدول رقم (04): علاقة البنود بالأبعاد التي ينتمي إليها رانز جودة الحياة

| الأبعاد البنود | جودة الصحة العمامة | الأبعاد البنود | جودة الأسرية والاجتماعية | الأبعاد البنود | جودة التعليم والدراسة | الأبعاد البنود | جودة العواطف | الأبعاد البنود | جودة الصحة النفسية | الأبعاد البنود | جودة شغل الوقت |
|-------------------|--------------------------|-------------------|--------------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------|-------------------|--------------------------|-------------------|----------------------|
| 1 | *0.40 | 11 | **0.29 | 21 | **0.60 | 31 | **0.53 | 41 | **0.43 | 51 | **0.49 |
| 2 | **0.24 | 12 | *0.53 | 22 | **0.37 | 32 | **0.64 | 42 | **0.61 | 52 | **0.27 |
| 3 | *0.20 | 13 | **0.61 | 23 | **0.58 | 33 | **0.46 | 43 | **0.54 | 53 | **0.24 |
| 4 | **0.41 | 14 | **0.50 | 24 | **0.61 | 34 | **0.56 | 44 | **0.63 | 54 | **0.36 |
| 5 | *0.20 | 15 | **0.52 | 25 | **0.53 | 35 | **0.35 | 45 | **0.37 | 55 | **0.29 |
| 6 | **0.56 | 16 | **0.39 | 26 | **0.34 | 36 | **0.36 | 46 | **0.56 | 56 | **0.37 |
| 7 | **0.39 | 17 | **0.43 | 27 | **0.60 | 37 | **0.36 | 47 | **0.85 | 57 | **0.44 |
| 8 | **0.51 | 18 | **0.54 | 28 | *0.56 | 38 | **0.54 | 48 | **0.66 | 58 | **0.41 |
| 9 | 0.06 | 19 | **0.59 | 29 | **0.46 | 39 | **0.30 | 49 | **0.40 | 59 | **0.33 |
| 10 | **0.55 | 20 | **0.50 | 30 | **0.29 | 40 | **0.52 | 50 | **0.55 | 60 | **0.44 |

**مستوى الدلالة 0.01

من خلال الجدول يتضح لنا أن جميع معاملات ارتباط البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها مرتفعة ودالة إحصائياً عند المستوى 0.01 حيث تراوحت بين (0.20) كأدنى قيمة و(0.66) كأعلى قيمة .

فقد قمنا بحذف بعض البنود من المقياس وهي البند رقم 3 والبند رقم 5 والبند رقم 9 هذا في بعد الصحة العامة أما بعد جودة شغل الوقت وإدارته تم حذف البنود التالية وهي (51,52,53,55,56) وأصبح الرانز يتكون من 52 بند وهذا ما يتفق مع دراسة رغداء علي

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

نعيسة ماعدا في بعد الحياة الأسرية (2012) ، ودراسة سليمان شاهين (2006) في بعد شغل وقت الفراغ وإدارته فقد جاء بمستوي منخفض وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية .

الجدول رقم (5): معاملات الارتباط بين أبعاد رانز جودة الحياة وبين الدرجة الكلية

| الأبعاد | جودة الصحة العامة | جودة الأسرية والاجتماعية | جودة التعليم والدراسة | جودة العواطف | جودة الصحة النفسية | جودة شغل الوقت |
|----------------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------|--------------|--------------------|----------------|
| جودة الصحة العامة | **0.46 | | | | | |
| الجودة الأسرية والاجتماعية | | **0.62 | | | | |
| جودة التعليم والدراسة | | | **0.62 | | | |
| جودة العواطف | | | | **0.74 | | |
| جودة الصحة النفسية | | | | | **0.79 | |
| جودة شغل الوقت | | | | | | **0.44 |

**مستوى الدلالة 0.01

من خلال المعطيات المستخرجة من الجدول يتضح لنا أن معاملات الارتباط بين الأبعاد الستة والدرجة الكلية مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01 وقد تراوحت بين (0.44) و(0.79) ففي البعد الأول كانت علاقة متوسطة وموجبة ودالة إحصائياً بلغت (0.46)، حيث تساوى في كل من البعد الثاني و الثالث أما في البعد الرابع كانت العلاقة قوية (جودة العواطف) ففي البعد الخامس نجد معامل الارتباط عالي جدا بلغت قيمته (0.79) فالعلاقة

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

جد قوية وموجبة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01، ففي البعد السادس فكانت العلاقة

متوسطة وموجبة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01

و يتضح مما سبق باينه أن بنود الاختبار ترتبط ارتباط قوى ودالا إحصائياً ، يعطي

مؤشرا للاتساق الداخلي للرانز .

الجدول رقم(6): يمثل معاملات الارتباط بين البنود و الدرجة الكلية للرانز

| الارتباط | البند | الارتباط | البند | الارتباط | البند | الارتباط | البند | الارتباط | البند | الارتباط | البند |
|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|
| 0.10 | 51 | **0.37 | 41 | **0.41 | 31 | **0.31 | 21 | *0.19 | 11 | **0.43 | 1 |
| 0.8- | 52 | **0.45 | 42 | **0.42 | 32 | **0.33 | 22 | **0.42 | 12 | **0.25 | 2 |
| 0.09 | 53 | **0.34 | 43 | **0.42 | 33 | **0.29 | 23 | **0.37 | 13 | 0.86- | 3 |
| 0.25 | 54 | **0.52 | 44 | **0.45 | 34 | **0.43 | 24 | **0.38 | 14 | *0.20 | 4 |
| *0.12 | 55 | **0.27 | 45 | **0.21 | 35 | **0.36 | 25 | **0.33 | 15 | 0.57- | 5 |
| **0.51 | 56 | **0.53 | 46 | **0.30 | 36 | **0.22 | 26 | **0.23 | 16 | **0.23 | 6 |
| **0.20 | 57 | **0.54 | 47 | **0.17 | 37 | **0.25 | 27 | **0.25 | 17 | **0.29 | 7 |
| **0.35 | 58 | **0.51 | 48 | **0.39 | 38 | **0.30 | 28 | **0.35 | 18 | **0.22 | 8 |
| **0.31 | 59 | **0.31 | 49 | **0.14 | 39 | **0.49 | 29 | **0.36 | 19 | 0.11- | 9 |
| **0.25 | 60 | **0.35 | 50 | **0.48 | 40 | **0.60 | 30 | **0.34 | 20 | **0.32 | 10 |

** المستوى 0.01

من خلال الجدول يتضح لنا أن بنود الاختبار ترتبط بالدرجة الكلية حيث تراوحت قيم

معاملات الارتباط بين (0.09) كأدنى قيمة و(0.60) كأعلى قيمة علما بأن البند الثالث

بلغت قيمة معامل الارتباط 0.20 كانت علاقته بالدرجة الكلية كانت سالبة وقيمه (-)

(0.86) بدلالة إحصائية (0.28)

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

أما البند (5) كان ت قيمة معامل الارتباط(0.20) في بعد الصحة العامة إلا أن علاقته بالدرجة الكلية كانت (-0.5) عند مستوى دلالة 0.15.

أما البند (51) بلغت قيمته (0.49) عند مستوى دلالة (0.01) ولكن علاقة البند بالدرجة الكلية كانت ضعيفة وقدرت ب(0.10) عند مستوي دلالة (0.21) ، وكذلك بالنسبة للبنود(52،53،55،56) و كانت معاملات الارتباط قوية بين البند والبعد .

3- عرض مناقشة نتائج التساؤل الثالث:

ما مدي اتساق الخصائص السيكومترية لرانز جودة الحياة مع خصائص الاختبار

الجيد ؟

3-1 الاتساق الداخلي للبنود:

وقد تم ذلك من خلال حساب قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس جودة الحياة مع بعضها البعض وكذا الدرجة الكلية (الاتساق الداخلي)، هذا من ناحية ومن ناحية أخرى تم حساب قيم معاملات الارتباط بين كل بند و الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، إضافة إلى حساب قيم معاملات الارتباط بين كل بند و الدرجة الكلية للمقياس، فصدق المقياس يعتمد على صدق أبعاده ، فأى زيادة في صدق الأبعاد هي زيادة واضحة في صدق الرانز .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الجدول رقم(7): معاملات الارتباط بين أبعاد رانز جودة الحياة وبين الدرجة الكلية

للمقياس

| الأبعاد | معاملات الارتباط | المتوسطات الحسابية | الانحراف المعياري |
|----------------------------------|------------------|--------------------|-------------------|
| الصحة العامة | **0.28 | 23.79 | 4.39 |
| جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية | **0.28 | 36.56 | 6.56 |
| جودة التعليم و الدراسة | **0.68 | 31.99 | 5.98 |
| جودة العواطف | **0.70 | 31.09 | 5.47 |
| جودة الصحة العامة | **0.29 | 32.55 | 5.90 |
| جودة شغل الوقت وإدارته | **0.33 | 15.59 | 2.85 |
| الدرجة الكلية | - | 171.57 | 21.178 |

و نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن درجات الارتباط لكل من أبعاد و الدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً ، حيث أن بعد جودة العواطف و جودة التعليم والدراسة كانت أكثر ارتباطاً بالدرجة الكلية إذ تراوحت ما بين (0.70) و (0.68)، أما باقي الأبعاد الصحة العامة و جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية شغل الوقت وإدارته فكانت أقل ارتباط و انحصرت درجاتهم ما بين (0.33) و (0.29).

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الجدول رقم (8): معاملات الارتباط بين كل بند ودرجة الكلية للرانز

| معامل الارتباط | البند | معامل الارتباط | البند | معامل الارتباط | البند | معامل الارتباط | البند |
|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|
| 0.468 | 31 | 0.448 | 21 | 0.393 | 11 | 0.424 | 1 |
| 0.321 | 32 | 0.301 | 22 | 0.472 | 12 | 0.355 | 2 |
| 0.172 | 33 | 0.214 | 23 | 0.374 | 13 | 0.205 | 3 |
| 0.288 | 34 | 0.364 | 24 | 0.443 | 14 | 0.287 | 4 |
| 0.167 | 35 | 0.355 | 25 | 0.379 | 15 | 0.203 | 5 |
| 0.368 | 36 | 0.470 | 26 | 0.546 | 16 | 0.393 | 6 |
| 0.707 | 37 | 0.386 | 27 | 0.287 | 17 | 0.390 | 7 |
| 0.245 | 38 | 0.498 | 28 | 0.273 | 18 | 0.266 | 8 |
| 0.444 | 39 | 0.231 | 29 | 0.297 | 19 | 0.480 | 9 |
| 0.337 | 40 | 0.378 | 30 | 0.218 | 20 | 0.369 | 10 |
| 0.105 | 50 | 0.93 | 47 | 0.396 | 44 | 0.351 | 41 |
| 0.222 | 51 | 0.301 | 48 | 0.397 | 45 | 0.264 | 42 |
| 0.014 | 52 | 0.186 | 49 | 0.340 | 46 | 0.425 | 43 |

ومن الجدول أعلاه يتضح أن معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية

للرانز دالة إحصائية عند مستوى (0.05) أو (0.01) ، مما يعتبر مؤشرا على صدق التجانس

الداخلي للمقياس، ما عدا البندين رقم 50 و52 فهما غير مرتبطين فقد قمنا بحذفها من

الرانز لعدم دلالتها ، و منه أصبح المقياس يحوي على 50 بندا .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

حساب الخصائص السيكومترية للرانز:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لرانز جودة الحياة بحساب مؤشرات الثبات والصدق و حساب المئينات لتحديد معايير الرانز .

حساب الثبات للرانز:

تم التحقق من ثبات الرانز باستخدام طريقة الفا كرونباخ وكانت نتائجها كالتالي :

- معامل ثبات ألفا لكرونباخ :

أن قيمة معامل ألفا لكرونباخ عبارة عن متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة

الرانز بطرق مختلفة، حيث جاءت نتائج هذا الثبات كالتالي :

الجدول (9): معامل ثبات ألفا لكرونباخ للأبعاد و الدرجة الكلية

| قيمة الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | قيمة معامل الثبات ألفا لكرونباخ | |
|------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------|
| | 50ن | | |
| 21.113 | 164.76 | 0.845 | الدرجة الكلية |

ومنه و من الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة معامل الثبات ألفا لكرونباخ للدرجة الكلية هو (0.845) و هو مقبولا للحكم على أن الرانز على درجة عالية من الثبات ، كما أن قيمة الانحراف المعياري قدرت ب (21.113) ما يدل على أن معامل الثبات يدل على تجانس داخلي لبنود الرانز و لا يرجع إلى أسباب أخرى .

محاولة تكيف روائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

حساب الصدق للرائز :

من المعروف هو أن الروائز الصادق يعتبر صادقا إذا كان يقيس ما وضع لقياسه .

وفي هذه الدراسة اعتمدنا على الصدق المحكي .

الصدق المحكي مع الدخل الشهري:

قمنا بحساب دلالة الفروق بين ذوي الدخل المنخفض و ذوي الدخل المرتفع بين أفراد

العينة

باستخدام اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين ، بلغت قيمة "ت" (3.026) وهي دالة

إحصائيا عند 0.05 لمصلحة ذوي الدخل المرتفع

جدول (10) : الصدق المرتبط بمحك

اختبار "ت" لعينتين مستقلتين

| مستوى الدلالة | قيمة "ت" | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | ن | |
|------------------|----------|----------------------|--------------------|----|-----------|
| 0.05 | 3.026 | 20.677 | 176.53 | 75 | دخل مرتفع |
| | | 20.505 | 166.10 | 68 | دخل منخفض |

يتبين من الجدول أعلاه أن قيم "ت" كانت دالة إحصائيا عند مستوي 0.05 مما يشير إلي

فروق دالة بين ذوي الدخل المنخفض وذوي الدخل المرتفع، في متغير جودة الحياة

لصالح الدخل المرتفع ، باعتبار الدخل الشهري محكا موضوعيا لجودة الحياة حسب

الدراسات "دراسة كاظم ومنسي "

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

4- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثالث :

ما هي المعايير المستخرجة من رانز جودة الحياة استنادا إلى نتائج العينة ؟

لقد تم الاعتماد على المعيار المئني حيث يتم ترتيب الدرجات الخام للأفراد تصاعديا

بالنسبة لدرجاتهم في المقياس و بناء على الدرجة التي يتحصل عليها نحدد مجموعة من

المعايير الخاصة بالرانز والتي على ضوءها يمكن تفسير هذه الدرجات ولاستخراج معايير

بداية نقوم تقسيم الدرجات إلى (05) فئات وفق الجدول التالي :

الجدول (11) : النسبة النظرية والمتوقع لأفراد عينة رانز جودة الحياة

| عدد الفئات | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 |
|-------------------------|------|-------|-------|-------|------|
| النسبة النظرية الملاحظة | %6.7 | %24.2 | %38.2 | %24.2 | %6.7 |
| عدد الفعلي المتحصل عليه | 9.58 | 16.92 | 26.71 | 16.92 | 9.58 |

ويتضح من الجدول أعلاه أن توزع النسبة الفعلية المتحصل عليها تحقق التوزيع

الاعتدالي علي خمس فئات (الفئة الأولى منخفض جدا ثم منخفض يليها المتوسط ومرتفع

والمرتفع جدا).

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الجدول رقم(12) : المعايير المستخرجة من رانز جودة الحياة استنادا على أفراد العينة .

| رقم الفئة | الدرجة التراكمية للنسبة | النسبة التراكمية | العدد التراكمي | الدرجات الخام |
|-----------|-------------------------|------------------|----------------|---------------|
| منخفض جدا | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 92 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 108 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 122 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 128 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 130 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 131 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 136 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 137 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 139 |
| منخفض | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 140 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 142 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 143 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 148 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 144 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 145 |
| منخفض | 2.7972 | 2.7972 | 04 | 146 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 147 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 148 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 149 |
| | 4.89512 | 4.89512 | 07 | 150 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 151 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 152 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 153 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 154 |
| | 4.1958 | 4.1958 | 06 | 155 |
| متوسط | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 156 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 157 |
| | 2.7972 | 2.7972 | 04 | 158 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 159 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 160 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 161 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 162 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 163 |
| | 5.5944 | 5.5944 | 08 | 164 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 165 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 166 |

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

| | | | | |
|-----------|-----------|--------|--------|---------------|
| | 2.7972 | 2.7972 | 04 | 168 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 169 |
| متوسط | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 170 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 171 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 172 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 173 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 174 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 175 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 176 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 177 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 179 |
| | مرتفع جدا | 0.6999 | 0.6999 | 01 |
| 1.3986 | | 1.3986 | 02 | 181 |
| 1.3986 | | 1.3986 | 02 | 182 |
| 2.0979 | | 2.0979 | 03 | 183 |
| 1.3986 | | 1.3986 | 02 | 184 |
| 2.0979 | | 2.0979 | 03 | 186 |
| 1.3986 | | 1.3986 | 02 | 187 |
| 0.6999 | | 0.6999 | 01 | 188 |
| 0.6999 | | 0.6999 | 01 | 189 |
| مرتفع جدا | | 1.3986 | 1.3986 | 02 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 191 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 192 |
| | 2.0979 | 2.0979 | 03 | 193 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 194 |
| | 1.3986 | 1.3986 | 02 | 198 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 199 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 203 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 205 |
| | 0.6999 | 0.6999 | 01 | 206 |
| 0.6999 | 0.6999 | 01 | 208 | |
| 2.0979 | 2.0979 | 03 | 211 | |
| | 100 | 100 | 143 | المجموع الكلي |

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن نسبة 9.58% من عينة الدراسة لديهم انخفاض شديد

في مستوى جودة الحياة وبذلك هم يمثلون الفئة الأولى، في حين أن نسبة 16.72% من

أفراد العينة منخفضي في درجة جودة الحياة وهو يمثلون الفئة الثانية، ثم يليها الفئة الثالثة

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

وهي الفئة المتوسط حيث كانت نسبتكم 26.72% في مستوى جودة الحياة ، في حين نسب 16.92% من أفراد الدراسة مرتفعي في مستوى جودة الحياة وهو يمثلون الفئة الرابعة، وفي الأخير الفئة الخامسة وهي فئة مرتفعي جدا في مستوى جودة الحياة حيث قدرت نسبتهم 9.58% ، ويمكن توضيح مجال امتداد كل فئة من الفئات السابقة وفق الجدول التالي:

الجدول (13) : مجال امتداد الفئات المستخرجة من معايير رانز جودة الحياة استنادا

على أفراد العينة

| المجال | الفئات |
|------------|-----------|
| [139-92] | منخفض جدا |
| [155-140] | منخفض |
| [169-156] | متوسط |
| [179-170] | مرتفع |
| [211-180] | مرتفع جدا |

ومنه فإن الجدول يوضح أن الدرجات التي يتحصل عليها الفرد في رانز جودة الحياة يمكن أن تكون في المجالات المعينة والتي على أساسها نحكم على مستوى الإحساس بجودة الحياة الذي يتمتع به أفراد عينة الدراسة.

2- استنتاجات الدراسة

من خلال دراستنا و المتمثلة في محاولة تكييف رائر جودة الحياة على عينة من طلاب جامعة محمد بوضياف المسيلة حيث تعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يمر بها الطالب الجامعي .

حيث تم فحص صلاحية رائر جودة الحياة لدى طلبة الجامعة للتطبيق على البيئة المحلية من خلال مؤشرات الصدق و الثبات وصولا إلى استخراج معايير الأداة من عينة الدراسة

وهدفت الدراسة الحالية إلى محاولة تكييف رائر جودة الحياة وذلك من خلال تطبيقه على عينة الدراسة 327 طالب و طالبة وكانت معاملات الارتباط جيدة تشير إلى الاتساق الداخلي للبنود و بلغ معامل الثبات المحسوب بطريقة ألفا كرونباخ(0.84) أما الصدق قمنا بحساب دلالة الفروق بين ذوي الدخل المنخفض وذوي الدخل المرتفع بين أفراد العينة وبلغت قيمة ت (3.026) وهي دالة إحصائيا عند 0.05 لمصلحة ذوي الدخل المرتفع وتم استخراج معايير للأداء وذلك بتقسيم الدرجات إلى خمس فئات وهي منخفض جدا ،منخفض، متوسط، مرتفع،مرتفع جدا .

ومن خلال ما سبق تم التوصل إلي أن الرائر يمكن تكييفه على البيئة المحلية .

خاتمة

خاتمة:

سعت الدراسة الحالية إلي محاولة تكييف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين بالبيئة المحلية،و الذي يتكون من ستة مجالات وهي الصحة العامة ،الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة ،العواطف ، الصحة النفسية ،شغل الوقت وإدارته .ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق الرانز على عينة قوامها (327)طالب وطلبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، و بعد إجراء الدراسة بتطبيقها الأول و الثاني والثالث

و تم التوصيل إلى أن رانز جودة الحياة صالح لقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين بعد تعديله، علماً أن البعد الأخير معظم بنوده غير دالة و أصبح يحوى ثلاث بنود فقط ،وهذا ليس حسب دراستنا فقط بل حسب الدراسات السابقة ،فإننا نقترح حذف هذا البند أو إعادة صياغة بنود جديدة له والتي ستفحص سيكومترياً في دراسات لاحقة ، وللإجابة على تساؤلات الدراسة تم جمع البيانات وتحليلها بالاعتماد على نظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية حيث تم استخراج مؤشرات الصدق بطريقة الاتساق الداخلي (علاقة البند بالدرجة الكلية وعلاقة البعد بالدرجة الكلية)وحساب الصدق المرتبط بمحك (الدخل الشهري) و تم التحقق من الثبات من خلال حساب معامل الثبات (الفا كوناخ)، ثم تم اشتقاق المئينيات كمعايير تفسر في ضوءها الدرجات الخام.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

وعلى القائمين في مجال علم النفس بتوفير رانز متنوعة و مختلفة في كل مجالات الحياة اليومية لدى الفرد الجزائري ، و عدم الاعتماد على الروانز الغير مكيفة على البيئة الجزائرية و التي بنيت في بيئات أجنبية و بناءا على نتائج الدراسة الحالية تم وضع جملة من اقتراحات و أفاق بحثية التي يمكن أن تفيد في دراسات لاحقة لنفس الموضوع.

*- توظيف الرانز في تقييم برامج التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي الموجهة للطلبة.

*- الاهتمام أكثر ببناء مقاييس خاصة بجودة الحياة الموجهة لفئات أخرى غير الجامعين مثل الشيخوخة، المراهقين، ذوى الاحتياجات الخاصة ، الطفولة المسعفة.

*- تقنين مقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين في البيئة المحلية .

*- الاستفادة من رانز جودة الحياة لدى في تقييم مستوى الخدمات التي تقدمها

الجامعة للطالب الجامعي



قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع :

القواميس:

معجم المعاني الجامع(2018):المعجم لسان العرب ،معجم عربي عربي، موقع الكتروني www.almaany.com، صفحة انترنت.

الكتب :

1- أحمد عبد الطيف (2015):الصحة النفسية منصور جديد ،ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، الأردن .

2- بشير معمريه (2012) : علم النفس الإيجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية ، سيكولوجية الطيبين والحياة الطيبة ، ط1 ، دار الخلدونية للنشر والتوزيع ، الجزائر .

3- بشير معمريه (2007): القياس النفسي وتصميم أدواته للطلاب في علم النفس و التربية ،ط2، متيحة للطباعة ، الجزائر

4- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة (2014) : علم النفس الايجابي ماهيته ومنطقاته النظرية وآفاقه المستقبلية ، الكتاب العربي للعلوم النفسية ، العدد 34 (كتاب إلكتروني).

5- جمال شفيق (2016): دور الأخصائي النفسي في تحسين جودة الحياة لدى أطفال ذوى الاحتياجات الخاصة ط1،شركة أمل للطباعة والنشر، بيروت.

6- محمد خليل عباس ، محمد بكر نوفل وآخرون (2014): مدخل إلي مناهج البحث في التربية وعلم النفس ،ط5، دار المسيرة للنشر والتوزيع و الطباعة , الأردن .

محاولة تكييف روائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

7- محمد محمد قاسم (1999): المدخل إلى مناهج البحث ، ط1، دار النهضة العربية و النشر ،بيروت.

8- رجاء محمود أبو علام (2004): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية ، ط4، دار النشر للجامعات ،مصر .

9- صلاح احمد مراد ،أمين سليمان (2005): الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية وخطوات إعدادها وخصائصها ،دار الكتاب الحديث ،القاهرة .

الرسائل الجامعية :

1- آمنة أحمد محمد سالم (2012) : أثر استخدام نموذج التفاؤل المتعلم على تنمية التفكير الناقد والنضج الاجتماعي من منظور علم النفس الايجابي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، أطروحة دكتوراه في الفلسفة والتربية ، تخصص علم النفس التربوي ، جامعة القاهرة ، مصر .

2- إيمان محمود محمد أبو يونس (2013): الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالتفكير الناقد وجودة الحياة لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة خان يونس رسالة ماجستير في علم النفس ،

3- شيخي مريم (2014) : طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، تخصص الانتقاء والتوجيه ، جامعة تلمسان ، الجزائر.

4- صالح إسماعيل عبد الله الهيمص (2010): قلق الولادة لدى الأمهات في محافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة، رسالة ماجستير غير منشورة ،الجامعة الإسلامية ،قسم علم النفس كلية التربية غزة ، فلسطين.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

5- عبد الكريم مأمون 2015 :علاقة التفاؤل و التشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب ،رسالة ماجستير غير منشورة ،تخصص علم النفس العيادي ،جامعة البليدة 2 ،الجزائر .

المجلات و الندوة العلمية :

1- إيمان, احمد خميس , جودة الحياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدي معلمات رياض الأطفال , المؤتمر العلمي الثالث,تربية المعلم العربي وتأهيله: رؤى معاصرة ,جامعة جرش الخاصة.

2- كاظم كريدي خلف العادلي (2014) :إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة و علاقته ببعض المتغيرات ،مجلة كلية التربية الأساسية ،العدد82،المجلد 20،ص675-676 ،الجامعة المستنصرية

3-محمد السعيد أبو حلاوة (2010):جودة الحياة المفهوم والأبعاد ، كلية التربية بدمنهور ،جامعة الإسكندرية ،ورقة عمل ضمن إطار فعاليات المؤتمر السنوي لكلية التربية ،جامعة كفر الشيخ

4-محمد احمد خدام المشابقة(2015):جودة الحياة كمنبئ للقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية و الآداب في جامعة الحدود الشمالية، مجلة جامعة طيبة، ص 33-49

5- رغداء علي نعيسة (2012):جودة الحياة لي طلبة جامعتي دمشق و تشرين ،مجلة جامعة دمشق ،العدد1،مجلد28،دمشق.

6-علي مهدي كاظم ،خليل إبراهيم رسول (2005): الاختبارات النفسية ،الحلقة الأضعف في العملية الإرشادية ،مجلة شبكة العلوم النفسية العربية ،العدد6،عمان .

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

- 7- علي حسن الحلو (2016): قياس جودة الحياة لدى طلبة جامعة بغداد ،مجلة العدد48،جامعة بغداد .
- 8- شاهر خالد سليمان (2008): قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تابوكوتأثير بعض المتغيرات ،مجلة رسالة الخليج العربي ،العدد117،قسم التربية وعلم النفس .
- 9- رمزي شحدة ،سعيد التويركي(2013):الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا بمحافظة غزة
- 10- هويدة حنفي محمود وفوزية عبد الباقي الجمالي (2010): فعالية الذات المدركة ومدى تأثيرها علي جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسيا ،مجلة أمبارك ،العدد1،ص61-110.
- 11- فادية رزق عبد الجليل عبد النبي (2013):الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بجودة الحياة للمراهقات بصريا،مجلة البحث العلمي في التربية ،العدد14،مصر .
- 12- احمد حسانين احمد محمد (2011):الخصائص القياسية للمقياس المئوي لنوعية الحياة (WHOQoL-100) الصادرة عن منظمة الصحة العالمية علي عينات من المجتمع الليبي، مجلة دراسات نفسية ،العدد4،الجزائر ،
- 13- سالم سليم الغنبوصي (2006): جودة المناخ الجامعي من وجهة نظر طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس ، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة ،جامعة السلطان قابوس ،مسقط -18-19-ديسمبر .
- 14- بوسالم عبد العزيز (2015) : الاختبارات النفسية المطبقة في الدراسات الأكاديمية الجزائرية وضرورة التكيف من اجل الصلاحية ، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية ، جامعة البليدة ، العدد14،ص20-26.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

15- محمد نجيب أحمد الصبوة (2008) : علم النفس الايجابي تعريفه وتاريخه وموضوعاته ، والنموذج المقترح له ، مجلة علم النفس ، العدد 76-79 ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .

16- سلاف مشري (2014) : جودة الحياة من منظور علم النفس الايجابي (دراسة تحليلية)، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، العدد 08 ، ص 215-237.

17- عبد الحليم منسي و مهدي كاظم (2006): مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة سلطنة عمان، جامعة السلطان قابوس، ندوة علم النفس وجودة الحياة، 17-19 ديسمبر، ص 63-78.

18- مسعودي أحمد (2015):بحوث جودة الحياة في العالم العربي-دراسة تحليلية ,مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ,العدد20,جامعة وهران ,الجزائر.

19-عبيدة عائشة بيه(ب س):جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الايجابي ،مجلة تاريخ العلوم ،العدد6،جامعة عناية ،الجزائر.

20- سميرة أبو الحسن و عبد الله محمود حماد وصفاء محمد بحيري(2015): جودة الحياة مظاهرها أبعادها محدداتها وكيفية قياسها و تحسينها ،مجلة العلوم التربوية،العدد 2 1افريل،ص6.

المراجع الأجنبية :

- robert l. schalock (1993): la qualité de vie : conceptualisation, mesure et application , revue francophone de la déficience intellectuelle, volume4 ,numeron2,p137-151.

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

- journée de réflexion scientifique ,la qualité de vie dans évaluation des stratégies thérapeutiques de prise en charge du vih,sibyllaperan ,actup-paris,prt-535,2009.insee
- mylesi.friedman(1997): improving the quality of life a holistic scientific strategy,proeger,london.
- conseil universitaire de laval (2013): agir pour améliorer la qualité de vie ainsi que la sante globale des étudiants de l'université laval, une vision pour un avenir durable commission des affaires étudiantes de l'université laval .
- marie -helene -amiel .pascal gadefroy et stefan lollivier2013... qlite de vie et bien -etre vont souvent de pair .inseepremiere .n°1428

العلم حقا

محاولة تكيف رانز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

الملحق (١)

مقياس جودة الحياة للطلبة الجامعيين

جامعة السلطان قابوس

كلية التربية

قسم علم النفس

الأخوة والأخوات من الطلبة الأجراء

تحية وبعد...

نرجو التكرم بقراءة بنود المقياس المرفق، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعورك الحقيقية، وما تقومون به بالفعل، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة المقياس. وفي الوقت الذي نشكركم فيه على تعاونكم البناء معنا في هذه الدراسة العلمية، نرجو تعبئة البيانات التالية بالمعلومات المناسبة. وتقبلوا خالص تحيات الباحثين....

يرجى وضع إشارة (✓) في المكان المناسب:

| | | |
|--------------------|--------------------------------------|--------------------------------|
| النوع: | <input type="checkbox"/> ذكر | <input type="checkbox"/> أنثى |
| الكلية: | <input type="checkbox"/> تربية | <input type="checkbox"/> أداب |
| | <input type="checkbox"/> طب | <input type="checkbox"/> هندسة |
| التخصص: | <input type="checkbox"/> زراعة | <input type="checkbox"/> علوم |
| | <input type="checkbox"/> حقوق | <input type="checkbox"/> تجارة |
| دخل الأسرة الشهري: | ريالاً عمانياً: <input type="text"/> | |

ما درجة شعورك بالجوانب الآتية؟

| م | الأسئلة | أبداً | قليل جداً | بعضاً | كثيراً جداً |
|----|--|-------|-----------|-------|-------------|
| ١ | لدي إحساس بالحياة والنشاط. | | | | |
| ٢ | أشعر ببعض الآلام في جسمي. | | | | |
| ٣ | اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً. | | | | |
| ٤ | تتكرر إصابتي بنزلة برد. | | | | |
| ٥ | لا أشعر بالغثيان. | | | | |
| ٦ | أشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله. | | | | |
| ٧ | أنام جيداً. | | | | |
| ٨ | أعاني من ضعف في الرؤية. | | | | |
| ٩ | نادراً ما أصاب بالأمراض. | | | | |
| ١٠ | كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي. | | | | |
| ١١ | أشعر بأنني قريب جداً من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي. | | | | |
| ١٢ | أشعر بالتباعد بيني وبين والدي. | | | | |
| ١٣ | أحصل على دعم عاطفي من أسرتي. | | | | |
| ١٤ | أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين. | | | | |
| ١٥ | أشعر بأن والدي راضيان عني. | | | | |
| ١٦ | لدي أصدقاء مخلصين. | | | | |
| ١٧ | علاقتي بزملائي رديئة للغاية. | | | | |
| ١٨ | لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيرانني. | | | | |

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

| | |
|----|--|
| ١٩ | اشعر بالفخر لانتماني لأسرتي. |
| ٢٠ | لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي. |
| ٢١ | اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه. |
| ٢٢ | بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي. |
| ٢٣ | اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي. |
| ٢٤ | لدي إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي. |
| ٢٥ | الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي. |
| ٢٦ | الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت. |
| ٢٧ | أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة. |
| ٢٨ | اشعر بان دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية. |
| ٢٩ | اشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية. |
| ٣٠ | أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي. |
| ٣١ | أنا فخور بهدوء أعصابي. |
| ٣٢ | اشعر بالحزن بدون سبب واضح. |
| ٣٣ | أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب. |
| ٣٤ | أشعر بأنني عصبي. |
| ٣٥ | لا أخاف من المستقبل. |
| ٣٦ | أقلق من الموت. |
| ٣٧ | من الصعب استئثاري انفعاليا. |
| ٣٨ | أقلق لتدهور حالتي. |
| ٣٩ | أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار. |
| ٤٠ | اشعر بالوحدة النفسية. |
| ٤١ | اشعر بأنني متزن انفعاليا. |
| ٤٢ | أنا عصبي جدا. |
| ٤٣ | استطيع ضبط انفعالاتي. |
| ٤٤ | اشعر بالاكتئاب. |
| ٤٥ | اشعر بأنني محبوب من الجميع. |
| ٤٦ | أنا لست شخصا سعيدا. |
| ٤٧ | اشعر بالأمن. |
| ٤٨ | روحي المعنوية منخفضة. |
| ٤٩ | استطيع الاسترخاء بدون مشكلات. |
| ٥٠ | اشعر بالقلق. |
| ٥١ | استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي. |
| ٥٢ | ليس لدي وقت فراغ، فكل وقتي ينقضي في الاستذكار. |
| ٥٣ | أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط. |
| ٥٤ | أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة. |
| ٥٥ | أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية. |
| ٥٦ | تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية. |
| ٥٧ | لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي. |
| ٥٨ | ليس لدي وقت للترويح عن النفس. |
| ٥٩ | أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد. |
| ٦٠ | لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية. |

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الإخوة والأخوات من الطلبة الأعزاء

تحية وبعد :

نرجو التكرم بقراءة بنود الرائز المرفق ، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعورك الحقيقي ، وما تقومون به بالفعل ، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة الرائز نرجو ملأ البيانات التالية بالمعلومات المناسبة.

يرجى وضع إشارة (√) في المكان المناسب :

| | | |
|----------------|-------------------------------|------------------------------|
| الجنس : | أنثى <input type="checkbox"/> | ذكر <input type="checkbox"/> |
| الدخل الشهري : | دج <input type="checkbox"/> | |

ما درجة شعورك بالجوانب الآتية ؟

| م | الأسئلة | أبدأ | قليل جداً | إلى حد ما | كثيراً جداً |
|----|---|------|-----------|-----------|-------------|
| 1 | لدي إحساس بالحيوية والنشاط | | | | |
| 2 | اشعر ببعض الألام في جسسي | | | | |
| 3 | اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً | | | | |
| 4 | تتكرر إصابتي بنزلة برد | | | | |
| 5 | لا أشعر بالغثيان | | | | |
| 6 | اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي اتناوله | | | | |
| 7 | أنام جيداً | | | | |
| 8 | أعاني من ضعف في الرؤية | | | | |
| 9 | نادراً ما أصاب بالأمراض | | | | |
| 10 | كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي | | | | |
| 11 | اشعر بأنني قريب جداً من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي | | | | |
| 12 | اشعر بالتباعد بيني وبين والدي | | | | |
| 13 | احصل على دعم عاطفي من أسرتي | | | | |
| 14 | أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين | | | | |
| 15 | أشعر بأن والدي راضيان عني | | | | |
| 16 | لدي أصدقاء مخلصين | | | | |
| 17 | علاقاتي بزملائي رديئة للغاية | | | | |
| 18 | لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيراني | | | | |
| 19 | أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي | | | | |

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين

| | |
|----|---|
| 20 | لا أجد من أثق فيه من أفراد اسرتي |
| 21 | اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه |
| 22 | بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي |
| 23 | اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي |
| 24 | لدي إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي |
| 25 | الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي |
| 26 | الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت |
| 27 | انا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة |
| 28 | اشعر بان دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية |
| 29 | اشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية |
| 30 | أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المشرف الأكاديمي |
| 31 | أنا فخوراً بهدوء أعصابي |
| 32 | أشعر بالحزن بدون سبب واضح |
| 33 | أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب |
| 34 | اشعر بأنني عصبي |
| 35 | لا أخاف من المستقبل |
| 36 | أقلق من الموت |
| 37 | من الصعب استشارتي انفعالياً |
| 38 | أقلق لتدهور حالتي |
| 39 | أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار |
| 40 | اشعر بالوحدة النفسية |
| 41 | اشعر بأنني متزن انفعالياً |
| 42 | انا عصبي جداً |
| 43 | استطيع ضبط انفعالاتي |
| 44 | أشعر بالاكتمال |
| 45 | أشعر بأنني محبوب من الجميع |
| 46 | أنا لست شخصاً سعيداً |
| 47 | اشعر بالأمن |
| 48 | روحي المعنوية منخفضة |
| 49 | استطيع الاسترخاء بدون مشكلات |
| 50 | اشعر بالقلق |
| 51 | استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي |
| 52 | ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في المراجعة |
| 53 | أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط |
| 54 | أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة |
| 55 | أهتم بتوفير وقت النشاطات الاجتماعية |
| 56 | تنظيم وقت الدراسة و المراجعة صعب للغاية |
| 57 | لدي الوقت الكافي لمراجعة محاضراتي |
| 58 | ليس لدي وقت للترويح عن النفس |
| 59 | أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد |
| 60 | لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية |

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

الإخوة والأخوات من الطلبة الأعزاء

تحية وبعد :

نرجو التكرم بقراءة بنود الرائز المرفق ، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعوركم الحقيقي ، وما تقومون به بالفعل ، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة الرائز نرجو ملأ البيانات التالية بالمعلومات المناسبة.

يرجى وضع إشارة (√) في المكان المناسب :

| | | |
|----------------|-------------------------------|------------------------------|
| الجنس : | <input type="checkbox"/> أنثى | <input type="checkbox"/> ذكر |
| الدخل الشهري : | دج | |

ما درجة شعورك بالجوانب الآتية ؟

| م | الأسئلة | أبداً | قليل جداً | إلى حد ما | كثيراً جداً |
|----|---|-------|-----------|-----------|-------------|
| 1 | لدي إحساس بالحياة والنشاط | | | | |
| 2 | اشعر ببعض الآلام في جسدي | | | | |
| 3 | تتكرر إصابتي بنزلة برد | | | | |
| 4 | اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي اتناوله | | | | |
| 5 | أنام جيداً | | | | |
| 6 | أعاني من ضعف في الرؤية | | | | |
| 7 | كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عني كبير على أسرتي | | | | |
| 8 | اشعر بأنني قريب جداً من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي | | | | |
| 9 | اشعر بالتباعد بيني وبين والدي | | | | |
| 10 | احصل على دعم عاطفي من أسرتي | | | | |
| 11 | أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين | | | | |
| 12 | أشعر بأن والدي راضيان عني | | | | |
| 13 | لدي أصدقاء مخلصين | | | | |
| 14 | علاقاتي بزملائي رديئة للغاية | | | | |
| 15 | لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيراني | | | | |
| 16 | أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي | | | | |

محاولة تكيف رائز جودة الحياة لدى الطلبة الجامعين

| | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|
| 17 | لا أجد من أثق فيه من أفراد اسرتي | | | | |
| 18 | اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه | | | | |
| 19 | بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي | | | | |
| 20 | اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي | | | | |
| 21 | لدي إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي | | | | |
| 22 | الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي | | | | |
| 23 | الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت | | | | |
| 24 | انا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة | | | | |
| 25 | اشعر بان دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية | | | | |
| 26 | اشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية | | | | |
| 27 | أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المشرف الأكاديمي | | | | |
| 28 | أنا فخورة بهدوء أعصابي | | | | |
| 29 | أشعر بالحزن بدون سبب واضح | | | | |
| 30 | أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب | | | | |
| 31 | اشعر بأنني عصبي | | | | |
| 32 | لا أخاف من المستقبل | | | | |
| 33 | أقلق من الموت | | | | |
| 34 | من الصعب استئارتي انفعالياً | | | | |
| 35 | أقلق لتدهور حالتي | | | | |
| 36 | أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار | | | | |
| 37 | اشعر بالوحدة النفسية | | | | |
| 38 | اشعر بأنني متزن انفعالياً | | | | |
| 39 | أنا عصبي جداً | | | | |
| 40 | استطيع ضبط انفعالاتي | | | | |
| 41 | أشعر بالاكتناب | | | | |
| 42 | أشعر بأنني محبوب من الجميع | | | | |
| 43 | أنا لست شخصاً سعيداً | | | | |
| 44 | اشعر بالأمن | | | | |
| 45 | روحي المعنوية منخفضة | | | | |
| 46 | استطيع الاسترخاء بدون مشكلات | | | | |
| 47 | لدي الوقت الكافي لمراجعة محاضراتي | | | | |
| 48 | ليس لدي وقت للترويج عن النفس | | | | |
| 49 | أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد | | | | |
| 50 | لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية | | | | |

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ