

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



المهارات الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة

—دراسة ميدانية بقسم علم النفس جامعة المسيلة—

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص: إرشاد وتوجيه

تحت إشراف الأستاذة:

د. بوجلال سهيلة

إعداد الطالبتين:

\*سفاري إكرام

\*فايد منال

السنة الجامعية: 2022/2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر وتقدير

عملاً بقول الرسول صلى الله عليه وسلم " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

نشكر الله تعالى على توفيقه لنا لإنجاز هذا البحث العلمي

كما نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساهم في إنجاز

هذا العمل سواء من قريب أو بعيد ونخص بالذكر الأستاذة "بوجلال سهيلة" المشرفة على بحثنا،

والتي لم تبخل علينا بتوجيهاتها ونصائحها، ولم تتوانى في تقديم الآراء الصائبة إلى حين إنجاز هذا

البحث

تحياتنا إلى كل أساتذة وطلبة وعمال قسم علم النفس

بجامعة المسيلة

# الإهداء

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى وأهله ومن وفى أما بعد:

أهدي ثمرة جهدي إلى من حملتني وهنا على وهن، وجالت معي دروب الحياة، وأمسكت بيدي في

سقطاتي، إلى من أتطلع أن تراني في أعلى المراتب، أمني في الحياة وقرّة عيني "أمي ملكي" مرعاها

الله وأطال في عمرها .

إلى الذي كان سندي في الحياة أسير على خطى رسمها لي، عسى أن يوقني الله أن أمرسه الرحمة

على شفّتيه وأحاول أن أسانده بما استطعت "أبي الغالي" حفظه الله أطال في عمره .

إلى إخوتي وأخواتي . وكل من يقربني من بعيداً أو قريب .

إلى كل من جمعني بهم مقاعد الدراسة أحباب، أصدقاء، وإخوه .

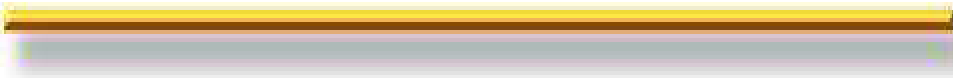
وإلى كل من وسعتهم ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي .

اكرام - منال

فهرس



المحتويات



# فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	شكر وعرهان
ب	ملخص
ت	فهرس المحتويات
ج	فهرس الجداول
	مقدمة
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
04	1- الإشكالية
06	2- الفرضيات الدراسة
06	3- أهداف الدراسة
07	4- أهمية الدراسة
07	5- تحديد المفاهيم الإجرائية
08	6- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية	
15	تمهيد
16	1- تعريف المهارة
16	2- تعريف المهارة الاجتماعية
16	3- بعض المفاهيم المرتبطة بالمهارات الاجتماعية
17	4- أهمية المهارات الاجتماعية

18	5- مكونات المهارات الاجتماعية
20	6- خصائص المهارات الاجتماعية
21	7- أساليب قياس المهارات الاجتماعية
28	خلاصة
الفصل الثالث: جودة الحياة	
30	تمهيد
31	1- نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة
31	2- تعريف جودة الحياة
32	3- مقومات جودة الحياة
32	4- مظاهر جودة الحياة
33	5- عوامل أساسية في تشكيل جودة الحياة
33	6- الاتجاهات المفسرة لمفهوم جودة الحياة
37	خلاصة
الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة	
39	تمهيد
40	1- الدراسة الاستطلاعية
41	2- نتائج الدراسة الاستطلاعية
45	3- منهج الدراسة
45	4- مجتمع الدراسة
45	5- عينة الدراسة وكيفية اختيارها
46	6- أدوات الدراسة

47	7- مجالات الدراسة
48	8- الأساليب الإحصائية
49	خلاصة
	الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
51	تمهيد
52	1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة
52	1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
53	1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
54	1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة
55	الاستنتاج العام
57	خاتمة
58	الاقتراحات والتوصيات
60	قائمة المراجع
////	الملاحق

# فهرس الجداول

الصفحة	مضمونه
41	الجدول رقم (01): يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي
41	الجدول رقم (02): يوضح نتائج صدق البناء لمقياس المهارات الاجتماعية والابعاد المشكلة له
42	الجدول رقم (03): يمثل نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس المهارات الاجتماعية
43	الجدول رقم (04) يمثل نتائج ثبات مقياس المهارات الاجتماعية
44	الجدول رقم (05) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة
44	جدول رقم (06) يوضح نتائج ثبات مقياس جودة الحياة
46	الجدول رقم ( 07 ) يبين خصائص عينة الدراسة تبعا لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي
52	الجدول رقم (08) : يوضح مستوى المهارات الاجتماعية لدى عينة الدراسة
53	الجدول رقم (09) : يوضح مستوى جودة الحياة لدى عينة الدراسة
54	الجدول رقم (10) : يوضح علاقة المهارات الاجتماعية بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وكذا قياس مستوى كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لديهم.

تكونت عينة الدراسة من (135) طالب وطالبة اختيروا بطريقة عشوائية من قسم علم النفس في جامعة المسيلة خلال الموسم الجامعي (2022/2021)، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتطبيق مقياس المهارات الاجتماعية المعد من طرف العلوان (2011)، ومقياس جودة الحياة المعد من طرف الشعراوي (2014). وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج (Spss) تم التوصل إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.
- ✓ مستوى جودة الحياة متوسط يميل للارتفاع لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.
- ✓ توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

**الكلمات المفتاحية:** المهارات الاجتماعية، جودة الحياة، طلبة الجامعي.

### Abstract:

The current study aimed to identify the nature of the relationship between social skills and quality of life among university students, as well as measuring the level of each of the social skills and quality of life for them.

The study sample consisted of (135) male and female students who were randomly selected from the Department of Psychology at the University of M'Sila during the academic season (2021/2022).

The descriptive correlative approach was adopted, and the social skills scale prepared by Al-Alwan (2011), and the quality of life scale prepared by Al-Shaarawy (2014) was applied.

After statistical treatment using the (Spss) program, the following results were obtained:

- ✓ The level of social skills is average among students of the Department of Psychology at the University of M'sila.

- ✓ The level of quality of life is average and tends to rise among students of the Department of Psychology at the University of M'sila.
- ✓ There is a statistically significant correlation between social skills and quality of life among students of the Department of Psychology at the University of M'sila.

**Keywords:** social skills, Quality of life, Students, University of M'sila.

مقدمة



تعد المهارات عملية مهمة في التفاعل الاجتماعي بالنسبة للفرد، فهي تساعد على إقامة علاقات مع الآخرين مما يكسبه الثقة بالنفس وتجعله قادرا على تحمل المسؤولية، ومواجهة المشكلات وتساعد على تحقيق التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي. وتعتبر المهارات الاجتماعية من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة تفاعلات الفرد مع المحيط الذي يعيش فيه ضمن السياقات المختلفة والتي تعد في حالة اتصافها بالكفاءة. ومن ركائز جودة الحياة لدى الفرد.

وجودة الحياة مفهوم يعبر عن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والاحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن حياته، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وإحساسه بالسعادة وصولا الى عيش حياة متناغمة بين جوهر الانسان والقيم السائدة في مجتمعه (مسعودي، 2015، ص 205).

إن مرحلة التعليم الجامعي من أهم المراحل التي تؤثر في تنمية مهارات الطلبة لجودة حياتهم، وبالتالي فإن نظرتهم تؤثر في مستوى المهارات الاجتماعية لديهم. انطلاقا من هذا الطرح تحاول هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى عينة من طلبة قسم علم النفس، وقد تضمنت الخطة جانبين الأول نظري والثاني ميداني.

### احتوى الجانب النظري على ثلاثة فصول:

الفصل الأول وهو الإطار العام للدراسة وتضمن إشكالية الدراسة، فرضياتها، أهدافها، أهميتها، الدراسات السابقة والتعقيب عليها، بالإضافة إلى تحديد المفاهيم الإجرائية في الدراسة.

خصص الفصل الثاني لمتغير المهارات الاجتماعية حيث تم فيه تعريف المهارة، ثم المهارات الاجتماعية، وخصائصها، مكوناتها، تصنيفها، أساليب قياسها.

أما الفصل الثالث فتعرضنا من خلاله إلى جودة الحياة حيث احتوى على نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة، تعريف جودة الحياة، مقوماتها ومظاهرها، عوامل أساسية في تشكيلها، والاتجاهات المفسرة لها.

### أما الجانب الثاني فهو ميداني وضم فصلين .

الفصل الرابع والذي خصص للإجراءات المنهجية للدراسة واحتوى على الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية واحتوى على منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، ووصف أدوات الدراسة، مجالات الدراسة، وأخيرا الأساليب الإحصائية.

أما الفصل الخامس فتم تخصيصه لعرض وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات وصولا إلى استنتاج عام ثم خاتمة، وفي الأخير تم التطرق إلى بعض الاقتراحات. والمراجع التي تم الاعتماد عليها في هذه الدراسة والملاحق.

# الفصل الأول: الإطار العام للدراسة



1- الإشكالية

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- تحديد المفاهيم الإجرائية

6- الدراسات السابقة

7- تعقيب على الدراسات السابقة



### 1-الإشكالية:

صنع الله عزوجل الانسان بسمة الاجتماعية كأساس لامتلاكه القدرة على التفاعل مع الآخرين والاستجابة لهم في بيئة الأسرة، وبيئة العمل والتعلم والمحيط الاجتماعي بشكله الواسع وذلك من أجل ارتباط أعضاء الجماعة مع بعضهم البعض اجتماعيا وعاطفيا وتشابك مصالحهم وحاجاتهم ورغباتهم واتجاهاتهم ومولاتهم وأهدافهم فالتفاعل عملية طبيعية يتصف بها أبناء الجنس البشري ومن بينهم الطلبة الذين يجتمعون في حجرة دراسة واحدة بهدف التواصل لتبادل الأفكار والمشاعر فيما بينهم ، وذلك لإنشاء جو من الإيجابية والعلاقات الصحيحة ( الأشقر، 2008، ص464). وهذا لا يحدث إلا إذا كان للفرد القدرة على التفاعل مع الآخرين.

إن المهارات الاجتماعية مصطلح يعني مجموعة من الأنماط السلوكية التي تصدر كاستجابات إيجابية وتفاعلية تظهر من خلال أداء الأدوار المتعددة في البيئة الخارجية وتتناسب مع طبيعة المواقف الاجتماعية التي يتم التعرض لها وتتفق مع القيم والمعايير الاجتماعية للمجتمع (علي عبد السلام، 2001، ص53).

كما أنها تشير إلى القدرة على القيادة والاتصال مع الافراد الآخرين لإنجاز أهداف محددة. (السيد، 2002، ص148)

ويعتمد نجاح التفاعل الاجتماعي على مهارات الفرد اللفظية وغير اللفظية في التواصل مع الآخرين، وتختلف هذه المهارات باختلاف موقف التفاعل الاجتماعي، كما يختلف مسارها تبعا لاختلاف أهدافها، والاستراتيجيات التي يتم من خلالها تحقيق هذه الأهداف (خليفة، 2006، ص5) وهذا ما أكدته دراسات عديدة، ومنها دراسة رجعية والشافعي (2002) والتي توصلت إلى أن الأشخاص المكتئبين يعانون من نقص في المهارات الاجتماعية عموما، وكذلك يعانون من نوبات البكاء ويميلون للصمت. أما دراسة حسن عمران (2020) فقد أكدت على ضرورة توفر مجموعة من الاليات

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

التخطيطية التي تسهم في تفعيل المواطنة الرقمية لتدعيم المهارات الاجتماعية لدى الطالبات.

والمهارات الاجتماعية يتطلبها كل مظهر من مظاهر حياة الطالب، وبشكل خاص في قدرته على مواصلة الدراسة الجامعية، فقدرته على تكوين علاقات اجتماعية تحدد درجة شعبيته بين زملائه ومدى قدرته على الإفادة والاستفادة منها، وهذا ما ينعكس على جودة الحياة لديه وعلى إدراكه لفاعليتها.

إن جودة الحياة مصطلح عرف انتشارا كبيرا في مجال علم النفس مع بعض المتغيرات المتصلة به كالرضا عن الحياة وإشباع الحاجات، وفعالية الذات وذلك في إطار علم النفس الإيجابي، الذي يبحث في الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والمجتمع ليصل بهما إلى الرفاهية، حيث أن جودة الحياة هي إحساس الفرد بجودة المعيشة، ويترتب على ذلك إحساسه بالرضا أو عدم الرضا عن الحياة، وإحساسه بالسعادة أو بالشقاء (العزيزي، 2009، ص21)، أو هي درجة الرضا أو عدم الرضا الذي يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كذلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي، والنشاطات، مدى إنجاز الفرد للمواقف (جاسم، 2009، ص33).

وعادة ما تتحدد جودة الحياة بمكونين أساسيين هما البعد الذاتي والذي تعني به مدى الرضا الشخصي عن الحياة ومدى شعور الافراد بالسعادة، والبعد الثاني وهو البعد الموضوعي حيث يشمل الجوانب الاجتماعية لحياة الافراد والتي يوفرها المجتمع من ملتزمات مادية (تعيسة، 2012، 153)، وفي هذا الصدد اظهرت نتائج دراسة كاظم البهادلي (2006) ان مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين هما جودة الحياة الاسرية والاجتماعية، ومتوسطا في بعدين هما الصحة العامة وجودة الشغل ووقت الفراغ، ومنخفضا في بعدين هما جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي، وأيضا دراسة

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

العادلي (2006) التي أكدت أن متوسط إحساس الطلبة ككل بجودة الحياة يفوق المتوسط النظري للمقياس مما يعكس مستوى عالي من الإحساس بجودة الحياة لدى العينة. وبناء على ما سبق، فإن اكتساب المهارات الاجتماعية يساعد على التفاعل بإيجابية مع الآخرين، و التكيف للحياة الاجتماعية لدى الأفراد بصفة عامة والطلبة بصفة خاصة؛ وهذا بدوره سينعكس إيجابيا على صحته النفسية وجودة الحياة لديه؛ فكلما اكتسب الطالب المهارات اللازمة للتفاعل الاجتماعي، كلما استطاع ان يتكيف في بيئته الأكاديمية، ويحقق قدرا مقبولا من جودة الحياة الذي يؤهله للنمو السوي و المساهمة الفعالة في خدمة مجتمعه، وهذا ما نسعى للتحقق منه من خلال الدراسة الحالية الهادفة إلى الوقوف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى عينة من طلبة علم النفس في جامعة المسيلة، حيث لم نجد دراسة سابقة جمعت بين المتغيرين- في حدود المعرفة الحالية.

وعليه؛ فإن الدراسة الحالية تسعى للإجابة على التساؤلات التالية:

- ✓ ما مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة؟
- ✓ ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة؟

### 2- فرضيات الدراسة:

- ✓ مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.
- ✓ مستوى جودة الحياة متوسط لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.
- ✓ توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.

### 3- أهداف الدراسة:

- ✓ التعرف على مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- ✓ التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.
- ✓ التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

### 4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في أنها تستهدف عينة من الطلبة الجامعيين الذين يتحملون مسؤولية النهوض بمجتمعهم. حيث تحتل المرحلة الجامعية مكانة مركزية في السلم التعليمي، فالتعليم الجامعي يمثل قيمة عالية ووسيلة فعالة للنهوض بالمجتمعات المختلفة. كما تتبع أهمية الدراسة من أهمية المتغيرات التي تتناولها، فالمهارات الاجتماعية من اهم المحددات الرئيسية لنجاح الطالب أو فشله في المواقف الحياتية المتعددة، حيث أن ارتفاعها يؤدي إلى الاستجابة المناسبة للمواقف بفعالية، وانخفاضها يعيق تفاعل الطالب مع الآخرين.

أما جودة الحياة فهي نتاج قدرة الطالب على التمتع بالسلامة الصحية، والتفاعل بإيجابية مع الآخرين، ولا شك ان توفرهما لدى الطالب يساعده على العطاء والتطور والنماء ذاتيا واجتماعيا، ويؤهله لخدمة مجتمعه وأمته. وهذا يستدعي من القائمين على العملية التعليمية توجيه الطلبة إلى تعزيز مهاراتهم الاجتماعية وتطوير البرامج الإرشادية التي تهدف إلى تحقيق جودة الحياة الأكاديمية لديهم.

### 5- تحديد المفاهيم الإجرائية:

#### 5-1-المهارات الاجتماعية:

حددت إجرائيا بأنها مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب الجامعي من خلال استجابته على مقياس المهارات الاجتماعية المعد من طرف العلوان (2011) والمطبق في الدراسة الحالية.

**5-2- جودة الحياة:**

حددت إجرائياً بأنها مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب الجامعي من خلال استجابته على مقياس جودة الحياة المعد من طرف الشعراوي (2014) والمطبق في الدراسة الحالية.

**5-3- الطالب الجامعي:**

هم مجموعة من الافراد (ذكور وإناث) يزاولون دراستهم بجامعة المسيلة في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بقسم علم النفس خلال الموسم الجامعي (2021/2022).

**6- الدراسات السابقة:**

تم ترتيب الدراسات السابقة كما يلي:

الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية.

الدراسات التي تناولت جودة الحياة.

**6-1- الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية:**

**دراسة أسامة بطاينة وعبد الناصر الجراح (2010):**

**بعنوان:** مستوى المهارات الاجتماعية لدى الأطفال العاديين والأطفال ذوي صعوبات التعلم في الأردن من وجهة نظر المعلمين.

هدفت الدراسة إلى استقصاء مستوى المهارات الاجتماعية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم والطلبة العاديين. وفيما إذا كان ذلك المستوى يختلف حسب متغير الجنس او الفئة العمرية او التفاعل بينهما.

تكونت عينة الدراسة من (278) تلميذ وتلميذة منهم (181) تلميذ وتلميذة من التلاميذ العاديين و(97) تلميذ وتلميذة من ذوي صعوبات التعلم،). تم الاعتماد على المنهج الوصفي ولغرض جمع البيانات تم الاعتماد على مقياس تم تعديله من المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ ذوي صعوبات التعلم الذي طوره هارون (2005).

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

- ✓ أن التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم أظهروا مستوى متوسط من المهارات الاجتماعية مع الأفضلية للطلبة العاديين، وأشارت النتائج:
- ✓ وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية بين التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم لصالح العاديين.
- ✓ وأن الإناث كان أكثر امتلاكاً للمهارات الاجتماعية من الذكور.

دراسة فاطمة عبد الله ميلا الطيرة (2012):

بعنوان: المهارات الاجتماعية وعلاقتها بفعالية الذات لدى طلاب الجامعة بنغازي.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الاجتماعية، ومعرفة مستوى فعالية الذات كما استهدفت معرفة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وفعالية الذات. تكونت عينة الدراسة من (280) طالب وطالبة، تم الاعتماد على المنهج الوصفي. واستخدمت مقياس المهارات الاجتماعية من إعداد يحيو تعريب، وعبد اللطيف خليفة، ومقياس الفعالية العامة للذات إعداد تبتون وروتجتون تعريب، ومحمد السيد عبد الرحمان.

وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

- ✓ مستوى المهارات الاجتماعية متوسط.
- ✓ مستوى فعالية الذات يميل أن يكون مرتفعاً.
- ✓ وجود علاقة دالة إحصائية بين المهارات الاجتماعية وفعالية الذات لدى عينة الدراسة.

دراسة فراحية نورة (2019):

بعنوان المهارات الاجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

هدفت هذه الدراسة إلى البحث في علاقة المهارات الاجتماعية بتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر تخصص علم النفس.

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

تكونت عينة الدراسة من مجموعة من الطلبة والطالبات بلغ عددهم (120) طالب وطالبة (21 منهم ذكور و99 منهم إناث)، تم اختيارها بطريقة عشوائية واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، استخدمت الباحثة أداة الاستبيان لكل متغير من متغيرات الدراسة، وتمت معالجة البيانات الإحصائية بواسطة برنامج SPSS.

توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر.

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين العلاقة مع الزملاء وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين إدارة الذات وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين المهارات الأكاديمية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين الطاعة وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

✓ توجد علاقة ارتباطية طردية بين التوكيدية وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس.

### 6-2- الدراسات التي تناولت جودة الحياة:

دراسة بعلي مصطفى وجعلولي يوسف (2018):

بعنوان: مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة

المسيلة.

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

تكونت عينة الدراسة من (55) طالبة من مستوى السنة اولى ماستر في قسم علم النفس في جامعة المسيلة، تم اختيارها بطريقة طبقية، تم الاعتماد على المنهج الوصفي استخدم الباحثين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من اعداد الباحثتان هويدة محمود وفوزية جمال.

**توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:**

- ✓ مستوى جودة الحياة لدى طالبات قسم علم النفس جامعة المسيلة مرتفع.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة.

**دراسة على حمايدية وأسماء خلاف ودنيا بوزيدي (2018):**

**بعنوان:** جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه (ل، م، د).  
هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه (ل.م.د).

تكونت عينة الدراسة من 57 طالب وطالبة دكتوراه تم اختيارها بطريقة قصدية وتم الاعتماد المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس جودة الحياة ومقياس التفاؤل. وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

- ✓ وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه.
- ✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه (ل، م، د، حسب متغيري الجنس والتخصص).

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى طلبة الدكتوراه (ل، م، د، حسب متغيري الجنس والتخصص).

### دراسة كحول وشفيفة وعائشة قروي (2020):

بعنوان: مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة بسكرة.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة بسكرة تخصص توجيه وارشاد مدرسي ومهني سنة الثانية ماستر.

تكونت عينة الدراسة من (16) طالب تم اختيارها بطريقة عشوائية واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الاستكشافي.

توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها:

✓ أن افراد العينة يتمتعون بمستوى لا بأس به من جودة الحياة (مرتفع، متوسط) وفق المقياس المطبق في الدراسة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

استنادا على ما سبق يمكن القول إن هذه الدراسة كغيرها في الدراسات النفسية تشترك وتختلف مع الدراسات التي سبقتها في كثير من جوانب:

حيث يظهر من خلال الدراسات السابقة المعروضة توافق بعض الدراسات مع الدراسة الحالية في المنهج المعتمد وهو المنهج الوصفي الارتباطي منها:

دراسة فراحتية (2019): بالنسبة للمتغير الأول ( المهارات الاجتماعية) ، حيث اعتمدت بعض الدراسات على المنهج الوصفي منها دراسة بطاينة والجراح (2010) بالنسبة

للمتغير الأول ( المهارات الاجتماعية) ودراسة الطيرة (2012) بالنسبة للمتغير الأول (المهارات الاجتماعية) ودراسة بعلي وجغولي (2018) بالنسبة للمتغير الثاني جودة

الحياة ودراسة حمايدية وخلاف وبوزيدي ودراسة كحول وشفيفة وعائشة قروي (2020) استخدمت المنهج الوصفي الاستكشافي بالنسبة للمتغير الثاني (جودة الحياة) ، وهناك

تشابه واختلاف في عينات الدراسة حيث تباينت بين طلبة جامعيين وتلاميذ .

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

وبالرغم مما تطرقت إليه الدراسات السابقة في سياقات بحوثها إلا أننا لم نجد في حدود "المعرفة الحالية" دراسات تطرقت إلى موضوع المهارات الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة وهو الموضوع الذي انفردت به هذه الدراسة الحالية.

### من حيث الهدف:

تطابق مع دراسة الطيرة (2012) ودراسة فراحتية (2019) في دراستهما لموضوع المهارات الاجتماعية لدى الطلبة.

### من حيث المنهج:

تطابق مع دراسة فراحتية (2019) لاعتمادها على المنهج الوصفي الارتباطي.

### من حيث الأدوات:

اتفقت مع جميع الدراسات باعتمادها على الاستبيان.

### من حيث عينة الدراسة:

اتفقت مع دراسة الطيرة (2012) ودراسة فراحتية (2019) ودراسة بعلي وجغولي (2018) ودراسة حمايدية وخلاف وبوزيدي (2018) لاعتمادهم على عينة من طلبة الجامعة.

✓ جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة:

لقد تم الاستفادة من الإجراءات ونتائج الدراسات السابقة في النقاط التالية:

✓ إثراء الجانب النظري والتعرف على أدبيات الدراسة الحالية.

✓ اختيار المنهج المناسب (المنهج الوصفي الارتباطي).

✓ اختيار عينة الدراسة (طلبة الجامعة).

✓ اختيار أدوات القياس المناسبة والمتمثلة في مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس جودة الحياة.

✓ كما يمكن الاستفادة من النتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة النتائج، حيث أنها تعتبر بمثابة المحك الذي يؤكد نتائج الدراسة الحالية ويدعمها.

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية



تمهيد

1- تعريف المهارة

2- تعريف المهارة الاجتماعية

3- بعض المفاهيم التي لها علاقة بالمهارات الاجتماعية

4- أهمية المهارات الاجتماعية

5- مكونات المهارات الاجتماعية

6- خصائص المهارات الاجتماعية

7- أساليب قياس المهارات الاجتماعية

خلاصة



## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### تمهيد:

يعتمد نجاح الفرد في مواقف حياته المختلفة على مجموعة من المهارات تختلف باختلاف موقف التفاعل الاجتماعي، وكذا باختلاف أهدافه والاستراتيجيات التي يتم من خلالها تحقيق هذه الأهداف فضلا عن كون هذه المهارات تتحدد في ضوء جوانب معينة من سلوك الفرد وخصاله في إطار ملازمتها للموقف الاجتماعي، فإن الفرد يهدف من خلال سلوكه المحاكي للمهارات المكتسبة والحصول على التدعيم الاجتماعي من البيئة التي يعيش فيها بالشكل الذي يحقق له التوافق النفسي والاجتماعي.

وهذا يتطلب العديد من المهارات التي يعد امتلاكها الأساس في نجاحه واندماجه في المجتمع، وسنتطرق في هذا الفصل إلى بعض العناصر التي تخص هذا المتغير.

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### 1- تعريف المهارة:

لغة: يرجع أصل مصطلح مهارة إلى الفعل مهر والاسم فيه ماهر اي حاذق بارع، ويقال (فلان مهر في العلم) اي كان حاذقا عالما به متقنا له والمهارة: الحذق في الشيء، والجمع مهرة. (ابن منظور، 2003، ص386)

اصطلاحا: هي ذلك الشيء الذي تعلم الفرد أن يؤديه عن فهم بسهولة ويسر ودقة، وقد يؤديه بصورة بدنية أو عقلية. (ابو حلو، 2008، ص10)

### 2- تعريف المهارة الاجتماعية:

للمهارات الاجتماعية تعريفات كثيرة نظرا لا تساع هذا المفهوم من جهة وما يطرأ على هذا المفهوم من تغير بسبب التغير العلمي المستمر في هذا المجال من جهة أخرى. يعرفها محمد العفار العمبري (1988): بأنها عوامل السلوك الظاهرة والمحددة والتي تكمن في تتابع سلوكي متفاعل وهي تتضمن عملية توليد سلوك الكف. (السيد، 1998، ص 87)

وزيد تحتها يعرفها علي عبد السلام (2001، ص53): بأنها مجموعة من الأنماط السلوكية التي تصدر كاستجابات إيجابية تفاعلية تظهر من خلال أداء الأدوار المتعددة في البيئة الخارجية، وتتناسب مع طبيعة المواقف الاجتماعية التي يتم التعرض لها وتتفق مع القيم والمعايير الاجتماعية للمجتمع.

زيد ويعرفها محمد السيد عبد الرحمان (1998، ص16) على أنها: "القدرة على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين، والتعبير على المشاعر السلبية والإيجابية إزاءهم وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي، وبما يتناسب مع طبيعة الموقف."

### 3- بعض المفاهيم المرتبطة بالمهارات الاجتماعية:

هناك خلط بين تعريف المهارات الاجتماعية وبعض المفاهيم الأخرى ذات الصلة وخاصة الكفاءة الاجتماعية والتوكيد.

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### 3-1- المهارات الاجتماعية والكفاءة الاجتماعية:

الكفاءة مؤشر للمهارة. أي أنها حكم يصدره آخر وفق معايير معينة على مستوى المهارة فحين يؤدي الفرد السلوك الماهر بدرجة مرتفعة من المهارة يكون إزاء مستوى من الكفاءة الاجتماعية.

والكفاءة الاجتماعية كمصطلح عام يعكس حكم الفرد على أساس معايير معينة بأنها أداء الفرد بكفاءة أثناء القيام بمهمة اجتماعية معينة

### 3-2- المهارات الاجتماعية والتوكيد:

أما فيما يتصل بالعلاقة بين المهارات الاجتماعية والتوكيد فعلى الرغم من أن بعض تعامل معهما تعريفا للمهارات الاجتماعية يتضمن ذات العناصر التي تشكل المهارات الأساسية للسلوك المؤكد الذات، وأن التصور الأكثر قبولا هو أن التوكيد أحد المهارات الاجتماعية الفرعية فالعلاقة بينهما علاقة الجزء بالكل. (السيد، 2003، ص220)

### 4- أهمية المهارات الاجتماعية:

وتكمن أهمية المهارات الاجتماعية في :

- ✓ سهولة إقامة علاقات مع الآخرين.
- ✓ التكيف والتأقلم في المجتمع.
- ✓ مواجهة الصعوبات التي يواجهها الإنسان.
- ✓ تحقق المهارات الاجتماعية احتياجاتنا المادية مثل الحصول على وظيفة، التواصل مع الزملاء.
- ✓ تجعل الفرد يكتسب ثقة عالية بالنفس وتنمية التفاعلات الاجتماعية والإبداع في الأعمال التي تتفق مع قدرته وإمكانياته.
- ✓ تنمية الفرد لهويته (ذاته) وإشباع حاجاته النفسية (فراحتية، 2018/2019، ص29)

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### 5- مكونات المهارات الاجتماعية:

تعددت البحوث والدراسات التي قام بها علماء التربية وعلم النفس، للتوصل إلى مكونات المهارات الاجتماعية، واختلفت الآراء والاتجاهات النظرية من عالم إلى آخر طبقاً لمنطقته النظرية وخلفياته العلمية ويتضح من خلال استقراء التعريفات المتعددة السابقة التي طرحها الباحثون للمهارات الاجتماعية أن هذا التعدد قد ينطوي على الاتفاق عبر الباحثين على بعض العناصر فضلاً عن تفرد أحدهم بعنصر معين دون الآخرين، أو أن أحدها أكثر عمومية من الآخر، وعلى أية حال فإنه يمكن لنا استخلاص عدد من العناصر المحورية من خلال فحص تلك التعريفات التي يفترض أنها تشكل بنية تعريف ومكونات المهارات الاجتماعية وفيما يلي أهم المكونات الاجتماعية.

### 5-1- المكونات المعرفية:

ويقصد بالجانب المعرفي الوعي بالأنظمة الاجتماعية التي تحكم السلوك في موقف ما. ويلاحظ في بعض الاضطرابات النفسية والعقلية أن يصدر من المرضى سلوكيات لا تناسب الموقف بل ما يميز مضطربي اكتئاب الهوس الدوري فعل عكس متطلبات الموقف مثل الضحك في موقف محزن.

يعد عدم توافر المعرفة والمعلومات الكافية لدى الطفل من أهم أوجه القصور المعرفي للمهارات الاجتماعية لأن معرفة الطفل للمعايير الاجتماعية تقوم بدور أساسي في مساعدته على الالتزام بهذه المعايير وترجمتها إلى سلوك مع توقع النتائج التي يمكن أن تترتب على قيامه بسلوكيات معينة وتشمل المكونات المعرفية للمهارات الاجتماعية عجة عوامل من أهمها:

قواعد ومفاهيم المهارة وأهداف الموقف الاجتماعي والسياق الاجتماعي تأثير السلوك على الآخرين.

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### 5-2- المكونات الأدائية السلوكية:

تشير المكونات السلوكية للمهارات الاجتماعية إلى كافة السلوك التي تصدر من الفرد والتي يمكن ملاحظتها عندما يكون في موقف تفاعل مع الآخرين ويمكن وضع المكونات السلوكية في تصنيفين رئيسيين:

#### أ- سلوك الاجتماعي اللفظي:

هذا السلوك له أهمية كبرى في مواقف التفاعل فهو الذي يعمل على نقل الرسالة بشكل مباشر، ومن أمثله إبداء الطلب المباشر، ورفض طلب معين الشكر أو التثناء السلوك التوكيدي

#### ب- سلوك الاجتماعي غير اللفظي:

وهذا السلوك لا يقل أهمية عن السلوك اللفظي وتشمل لغة الجسد والايماءات والتواصل البصري، حجم الصوت تعبيرات الوجه، ويقال إن لها مصداقية الأكثر في التعبير من السلوك اللفظي مثل الطالب الذي يقول لك أنه مرتاح وتبدو على تعبيراته مظاهر التعب وفي العملية الارشادية يأخذ هذا النوع من السلوك الأهمية القصرى في ملاحظة المسترشد وفهم مشكلته. ويتحدد هذا المكون في قدرة الطفل على ترجمة معرفته للمهارة والتعبير عنها في السلوك الماهر. (محمد، 2006، ص 360)

#### ج- المكون الوجداني الانفعالي:

وهذا المكون للمهارة نشأته نشأته بشأن المكونات الأخرى للسلوك الإنساني حيث أنها قابلة للاكتساب والتعديل والتعبير، وهو مرتبط بعلاقة عضوية بالمكونات الأخرى للمهارة. فالمعرفة والمعلومات والتدريب والاستخدام والعمليات الفيزيائية والعاطفية جميعها عوامل أو ركائز تؤدي إلى تعلم المهارات واكتسابها وأن نماء المهارات مؤسس على ما لدى الفرد من تلك العوامل والركائز.

وعلى الرغم من أن معظم التلاميذ يمتلكون القدرة على ترجمة المعرفة إلى مهارة إلا أن هناك بعض التلاميذ يخفون في تحقيق ذلك، ويمكن أن يرجع ذلك للإخفاق

## الفصل الثاني: \_\_\_\_\_ المهارات الاجتماعية

والفشل إلى عوامل متعددة كانخفاض الدافعية أو عدم تدعيم الآخرين ومؤازرتهم للتلميذ في أداء السلوك أو عدم إتاحة الظروف للقيام بالأداء السلوكي. (الغريب، 2005، ص 85)

### 6- خصائص المهارات الاجتماعية:

#### أ- المهارات نمائية:

فالتلاميذ يتعلمونها عبر الزمن، عن طريق الجمع بين التعليم والممارسة وهم عادة يبدأون من مستويات منخفضة جدا من حيث الكفاءة ويتقدمون على نحو التدريجي. ويستطيع الملاحظون أن يشاهدوا هذه الظاهرة بسهولة مقارنة كفاءة تلميذ في مهارة معينة عبر فترات زمنية مخلفة ولن يجد وعادة فرقا في الأداء أو القدرة من يوم الاخر ولكنهم سوف يلاحظوا تقدما واضحا من شهر إلى آخر ومن سنة إلى أخرى ويغفل الملاحظون أحيانا هذا الجانب من تعلم المهارات حيث يشاهدون خبراء يؤديون مهارة معينة أن الخبراء يؤديونها بسهولة وفاعلية بحيث تبدو جهودهم بسيطة وهي ببساطة خادعة انها ليست مهارات بسيطة على الاطلاق وهي نقطة يستطيع الملاحظ أن يقارن بين أدائه الآن وأدائه في فترات الممارسة الأولى

#### ب- المهارات متعلمة:

معظم المهارات تتعدى كونها عادات تؤدي أليا ثم تعلمها عن طريق التدريب والمران، إنها ببساطة أنماط من السلوك معقدة ومنظمة تنظيما عاليا ومتكاملا يمكن عرض بيان بها كفاءة بحيث يجمع الماهر معرفة لها مغزاها متضمن في الممارسة عبر الزمن أي معظم المهارات في حاجة إلى أن تفهم لكي يؤدي أداء جيد. (قناتي، 2017-2018، ص63)

#### ج- المهارات معقدة:

بعض المهارات معقدة بحيث الخبراء في طبيعتها الدقيقة ويمكن القول إن المهارة تتميز بالخصائص التالية، عملية فيزيقية وعاطفية وعقلية وتتطلب معلومات ومعارف تتحسن

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

من خلال التدريب والاستخدام ويمكن استخدامها في مواقف متعددة. (الديب، 2007، ص 310)

### 7-أساليب قياس المهارات الاجتماعية:

إن القياس عملية ضرورية ولازمة لتقويم مستوى أداء المهارة، وعن طريق عملية القياس نستطيع معرفة وتحديد مستوى النجاح أو القصور في الأداء.

ويتم قياس المهارات لعدة أسباب نذكر منها ما يلي: التمييز بين التلاميذ العاديين وذوي الصعوبات حتى يمكن تصميم برامج تدريبية لعلاج مثل هذه الصعوبات وغيرها والتي تؤثر بشكل واضح في قدرة الفرد على التعلم وتقييم تعلم التلاميذ لمحتوى تعليمي معين أو مجموعة من المهارات الأكاديمية المتضمنة في وحدة تعليمية محدد.

ويمكن قياس المهارة في جانبين هما: الجانب المعرفي ويتم قياسه تحريراً عن طريق اختبارات الورقة والقلم. والجانب الأدائي.

بما أن التعريف يحدد عناصر المفهوم المطلوب قياسه ، وكيفية ذلك ، وبما أن أداة القياس هي وسيلة واقعية لقياس المفهوم المعرف إذن فإن التوجهات المطروحة على المستوى النظري لتعريف المهارة سواء كان التوجه السلوكي أو المعرفي ستؤثر في أساليب قياس المهارات الاجتماعية ، وقد ظهر على ساحة عدد من الأساليب التي انبثق عنها بالتبعية العديد من المقاييس والأدوات النفسية لقياس المهارات وسنعرض بشيء من التفصيل لكل من أساليب قياس المهارات الاجتماعية ، أكثر مقاييس المهارات الاجتماعية ذيوفا ، وسيكون ذلك على النحو التالي :

#### أ-التقرير الذاتي:

حيث يطلب من المبحوث تقديم معلومات حول سلوكه في المواقف تتطلب قدراً من المهارات الاجتماعية ومن المتوقع أن طبيعة هذا السلوك متدرج الشدة سنكشف عن مستوى تلك المهارة لدى الفرد. وتوجد عدة أساليب تتدرج في فئة التقرير الذاتي هي:

#### الاستخبارات والمقاييس النفسية:

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

ونوجه فيها مجموعة من الأسئلة (البود) للفرد التي تكشف إجاباته عليها عن مستوى مهارته، وهناك عدة صور تأخذها تلك الأسئلة:

✓ نقدم للفرد مواقف معينة قد يواجهها أو واجهها في حياته اليومية تتطلب سلوكا اجتماعيا ماهرا للتعامل معها مثل: ماذا تفعل إذا حضرت اجتماعا متأخرا ولم تجد مقعد قريب؟

✓ ما ردة فعلك على رئيسك حين يوجه لك انتقادا علينا أمام الآخرين بشكل جارح؟ أو ماذا يحدث حين تلتقي بشخص لأول مرة؟ وبطبيعة الحال فإن الأسلوب الذي سيتصرف به الشخص في مثل تلك المواقف سيمكن من خلاله استنتاج مستوى مهارته الاجتماعية.

✓ تقديم استجابات معينة تتصف بأنها ماهرة أو غير ماهرة اجتماعيا ويطلب من الفرد تحديد معدل صدور تلك الاستجابة عنه. وبالتالي نحدد مستوى مهارته من خلال حصر معدل صدور السلوكيات الماهرة عنه أو العكس من قبيل تبادر بتقديم نفسه للآخرين تلتقي بهم لأول مرة.

✓ يصعب عليك تقدير مدى موافقة الفرد الذي تتحدث إليه على كلامك من خلال فحص ملامح وجهه.

✓ يعرض للمباحث موقفا معينا وتتبعه بعدة استجابات بديلة عليه اختيار أحدهما على أساس أن كل بديل معا يعكس مستوى أو نمطا من المهارة كأن نقول له: إذا دخلت حجرة على شخصين يتحدثان في موضوع خاص: تعتذر وتخبرهما بأنك ستعود في وقت لاحق.

✓ تتحدث عما تريد مباشرة. تغلق باب الغرفة وتخرج دون أن تتحدث إليهما.

ويعد الاستخبار من أكثر الأساليب شيوعا، وله العديد من المزايا فضلا عن أوجه النقد، وهو ما يدعو الباحثين إلى استخدام أساليب أخرى بجانبه، ويحسن حتى تكون

## الفصل الثاني: \_\_\_\_\_ المهارات الاجتماعية

الإجابات عنه أكثر دقة أن تصاع عباراته بشكل دقيق، وتحدد ملامح الموقف المطروح بصورة مفصلة تتضمن طبيعة الموقف، وهوية الطرف الآخر فيه ونوع السلوك الصادر.

ونظرا للأهمية التي حظي بها موضوع المهارات الاجتماعية فقد ظهرت العديد من المقاييس التي سعى الباحثون بواسطتها لقياس مستوى ما يجوزه الفرد منها، وسنعرض فيما يلي لأبرز تلك المقاييس.

### مقياس ريجيو " للمهارات الاجتماعية:

والذي صممه "رونالد ريجيو" عام (1986) ويحتوي 105 بندا تقيس ست مهارات هي: التعبير الانفعالي، الاستشعار الانفعالي، الضبط الانفعالي، التعبير الاجتماعي، الاستشعار الاجتماعية، الضبط الاجتماعي.

مقياس هورويتز وزملاؤه: لمشكلات العلاقات الأشخاص.

مقياس جالازي للتعبير عن الذات: وقام بإعداده عام (1974).

مقياس المهارات الاجتماعية: أعده لور وآخرون عام (1991).

مقياس أبعاد السلوك التوكيدي التوكيدية: أعده طريف شوقي عام (1988) لقياس المهارات التوكيدية.

مقياس السلوك التوكيدي: أعدته مريم الخليفة عام (1992)

### ب-الاستبار (المقابلة الشخصية):

وهو أسلوب مهم في حالة الرغبة في قياس المهارة الاجتماعية لأشخاص أو الرغبة في تقديم وصف مفصل للجوانب غير اللفظية لمهارات المبحوث الاجتماعية مثل: أسلوبه في تقديم نفسه، ومدى تحكمه في (6) حركات عينيه، وقرته على فهم وإرسال الإشارات غير اللفظية من وإلى آخر.

### ج-تحليل المضمون:

يقوم الباحث بموجب هذه الطريقة بتحليل مضمون ما كتبه الماهرون اجتماعيا عن أنفسهم (يوميات، كتب، أحاديث صحفية، لقاءات تلفزيونية) أو ما كتب عنهم من منطلق

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

أنهم بحكم ما يواجهونه من مواقف متنوعة يصدرن سلوكا ماهرا اجتماعيا من قبيل مواجهة مواقف الصراع، والتعبير عن الاختلاف مع الآخر، وإدارة عمليات تفاوض اجتماعي، وإصدار أحكام الآخرين.

### الملاحظة السلوكية:

نظرا لأهمية وقدّم الملاحظة السلوكية كوسيلة لقياس المهارات الاجتماعية فهي تتضمن عدد من الطرق الفرعية يمكن لنا إعطاء نبذة موجزة عن كل منها على النحو التالي:

✓ ملاحظة السلوك الماهر اجتماعيا في مواقف واقعية: سواء كان ذلك في البيئات الطبيعية للأفراد مثلما الحال عندما يلاحظ الباحث تلاميذه أثناء تفاعلهم معا في الفصل.

✓ ملاحظة هذه السلوكيات في مواقف مصطنعة حيث نلاحظ تلك السلوكيات المتدرجة في فئة المهارات الاجتماعية للمبحوثين وهم يؤدون أدوارا معينة في مواقف مصطنعة تجريبيا، يتم تسجيلها بالوسائل التقنية المناسبة.

ويهتم هذا الأسلوب بأداء التلاميذ الفعلي لهذه المهارات وتعتبر ملاحظة الأداء في المهارات العلمية من اهم أساليب التقويم لها، إذ أن هذه الملاحظة تلعب دورا هاما في بيان مدى تحسن الأداء والتقدم في اكتساب هذه المهارات.

### المراقبة الذاتية:

لا يقصر الملاحظة فقط على قيام باحثين بملاحظة سلوك الفرد في المواقف التي تتطلب المهارة الاجتماعية بل يمكن أن يلاحظ الفرد ذاته أيضا فيها ، وحتى يتمكن الفرد من أداء تلك المهمة يجب أن نعرفه بوضوح بمفهوم المهارات الاجتماعية ، وتدريبه بإحدى الطرق المعروفة على الوعي بذاته ومراقبة التفاعلات الاجتماعية وأن نزوده بمفكرة خاصة يدون بها ملاحظاته الشخصية حول المواقف التي يوجهها ، وتتطلب الاستجابة بصورة ماهرة اجتماعيا ، وأن يسجل مواصفات هذه الاستجابات وخصائص المواقف التي

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

تصدر فيها ، وتكمن أهمية هذه الطريقة إن أحسن تنفيذها في أنها تزودنا بمعلومات يصعب على الباحثين الوصول إليها أحيانا ، فضلا عن أنها تساعد الفرد على تعديل سلوكه من الوجهة المرغوبة

### تقديرات المحيطيين بالفرد:

نظرا لعدم كفاية السلوكيات التي نحصل عليها من خلال ملاحظة المبحوثين، فضلا عن احتمال انخفاض دقة ما يدلون به من تقرير ذاتي حول سلوكهم المهاري الاجتماعي فإن الباحثين قد يلجأ إلى أسلوب إضافي يتمثل في الحصول على تقدير المحيطيين بالفرد لسلوكه سواء كانوا أقرانه في الحي الذي يسكن فيه او أصدقائه أو معلميه أو أفراد أسرته لتقييم الكفاءة الاجتماعية للفرد من خلال سؤال أقرانه وتقديرهم قدرة تنبؤيه مرتفعة بالسلوك الفعلي للفرد. وحتى يتأكد من صحة تلك التقديرات لاحظ لمدة أربعة أيام بصورة مكثفة من حصلوا على درجات مرتفعة عدوانية، من واقع تقرير اقرانهم المقربين منهم، ووجد أنهم أصدروا بالفعل سلوكا عدوانيا بدرجة أكبر ممن حصلوا على درجات منخفضة وأن ملاحظاته لعدوانيتهم ارتبطت سلبيا كما يتوقع بالدرجة على مقياس الكفاءة الاجتماعية مما يوحي بصدق تقديرات الأقران.

### السيناريوهات:

حيث تقدم للمبحوث مجموعة من الأحداث المفترضة الاجتماعية ويطلب منه تقييمها، وتفسير أسبابها، وطبيعة السلوك المتوقع أن يمارسه فيها، ومن خلال عملية التحليل المعرفي لاستجاباته نستدل على مهاراته الاجتماعية.

### الحاسوب الآلي:

حيث نستخدم الحاسب الآلي للتعامل مع البنية المعرفية الكامنة خلفه، والمفسر لمستوى المهارة الاجتماعية للفرد، وهو ما يتطلب محو الامية الحاسوبية لمبحوثينا وبالفعل فقد ظهرت برامج حاسوبية متنوعة تقدم موقفا وأهدافا يكشف رد الفعل المبحوث عليها عن

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

مستوى مهارته الاجتماعية، وتتميز هذه الطريقة بأنها ذات طابع تفاعلي مع المبحوثين مما يمكننا من فهم سلوكهم المعرفي بصورة أكثر يسرا.

ومن الأمثلة الواقعية على ذلك برنامج الحاسب الآلي الذي صممه " هوران " لتعديل بعض العناصر المؤثرة في طبيعة السلوك الاجتماعي الذي يتسم بانخفاض المهارة ألا وهي المعتقدات غير المنطقية ، من خلال برنامج لإعادة التشكيل المعرفي للمعتقدات غير المنطقية لمجموعة من طلاب الثانوي يتضمن (12) مشهد تقدم على جلستين ، وفيه يتقدم المبحوث عقب المشهد الذي يعكس معتقدا غير لفظي ما سيناريوهات وبدائل متعددة للحكم عليها وحين يختار البديل المنطقي يقدم له الحاسب دعما وتشجيعا لتثبيت تلك المعتقدات لديه، أما حين يختار بديلا غير منطقي يقوم الحاسب بتفنيده ودحضه ويرى علماء النفس أن التعلم بمساعدة الحاسب فعال لأسباب التالية:

### 1-المشاركة الفعالة:

يجعل التلميذ يتفاعل بشكل إيجابي وفي الحال مع المادة العلمية المقدمة ويكشف عن هذا التفاعل باستجابته وممارسته ويختبر في كل خطوة وهو تعلم عن طر العمل.

### 2-التغذية المرتدة للمعلومات:

من الممكن أن يحدد الخطأ، وأن يرجع الدارس إلى أسباب خطئه، ذلك أن التدعيم يسهل التعلم، مع المعرفة الفورية للنتائج ومالها من فؤاد جمة.

### 3-تلقي المعلومات بطريقة تناسب كل فرد:

يجعل هذا الأسلوب الدارس يدرس المادة ويفهمها تبعا لسرعته هو، ثم يدرس غيرها، ولا يرتبط بسنوات دراسية معينة، وامتحانات تدخل فيها عوامل بشرية كثيرة إما إن كان بطيئا فإنه يدرس بالسرعة المتناسبة معه، وغالبا ما ينتقل إلى برنامج علاجي.

حين ننظر للأساليب المتنوعة لقياس المهارات الاجتماعية سنجد ان كلا منهما يتمتع بمجموعة من المزايا، ونلاحظ سلوكه في مواقع معينة ونقدم له مواقف مصطنعة

## الفصل الثاني: \_\_\_\_\_ المهارات الاجتماعية

---

وتطلب منه ملاحظة ذات تقدم بالسيناريوات ونحلل أداءه المعرفي عليها. (بوجلال، 2008-2009، ص 83-84)

## الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

### خلاصة:

تعد المهارات الاجتماعية واحدة من مواضيع الهامة التي تنصدر البحوث النفسية المتعلقة بالجانب العلائقي وهي تشمل العديد من المجالات كالشخصية والتفاعل والنمو. وتعددت بذلك المفاهيم والمسميات المرادفة لمصطلح المهارات الاجتماعية، فقد تناوله الباحثون تحت مسميات مختلفة مثل مهارات التخاطب، مهارات الأداء، ومهارات العلاقات الشخصية مع الاخرين ونتيجة لذلك تعددت النماذج التي قدمها الباحثون لتصنيف أبعاد المهارات الاجتماعية وذلك تبعا للزاوية التي تناول منها الباحث رؤيته.

## الفصل الثالث: جودة الحياة



تمهيد

- 1- نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة
- 2- تعريف جودة الحياة
- 3- مقومات جودة الحياة
- 4- مظاهر جودة الحياة
- 5- عوامل أساسية في تشكيل جودة الحياة
- 6- الاتجاهات المفسرة لمفهوم جودة الحياة

خلاصة



### تمهيد:

لاريب في ان الكائن البشري لا تتحصر مقومات حياته في تامين الحاجات الأساسية والضرورية لبقائه بل يتعدى ذلك إلى ما يشمل كل ما يحسن جودة الحياة للفرد ، تتجلى بالأساس في قياس وفهم وبناء مكامن القوة لدى الإنسانية وصولاً إلى توجيه الافراد والجماعات والمجتمعات نحو سبيل الأفضل نحو الحياة المتوازنة الجيدة لا لتركيز على التمكين الشخصي وحسن الحال الذاتي في الحياة وتختلف وجهات النظر حول مفهوم جودة الحياة وفقاً لذات الشخص أي ما يدركه الشخص وفقاً للمتغيرات البيئية التي تحيط بنا والامكانيات المادية والمعنوية أن نعتبره مفهوم نسبي مختلف من انسان الى آخر وأصبح موضوع جودة الحياة في السنوات الأخيرة موضع اهتمام العديد من البحوث والدراسات ومن هنا نطرح التساؤل الذي يخدم موضوعنا لنهار اليوم ما هو مفهوم جودة الحياة وماهي نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة وماهي مقومات ومظاهر جودة الحياة والاتجاهات المفسرة لمفهوم جودة الحياة ؟

1- نشأة وتطور مفهوم جودة الحياة:

الفكرة الأولية لجودة الحياة بدأ ظهورها في المناقشات التاريخية لفلاسفة اليونان (أرسطو، سقراط، بلاتو) حول طبيعة جودة الحياة ومواصفاتها، ورغم أن مبدأ مؤشرات جودة الحياة بدأ في الظهور من خلال تطور فكرة المؤشرات الاجتماعية خلال الستينيات إلا أن لها جذور في وسائل القياس الاقتصادية خلال القرنين 18-19 وأوائل العشرين هذه المؤشرات المبكرة وماحولها انقسمت على نوعين من المؤشرات الكمية والمؤشرات النوعية.

وتطورت دراسات جودة الحياة حيث كانت تركز على موضوع واحد دون النظر إلى علاقته لعوامل أخرى قد رصدت الدراسة حول موضوع جودة الحياة ثلاث جوانب هامة هي:

الأول: بعد سنة 1970 قل الاهتمام في المملكة المتحدة بدراسات جودة الحياة والبحث عن تعريفاتها ضمن المناطق الحضرية والريفية على العكس من الدول الأخرى التي زاد فيها الاهتمام حول كيفية بحث وفهم هذه المواضيع.

الثاني: عالمياً حظيت جودة الحياة بشعبية في الأوساط الطبية على الرغم من ذلك فإن المدخل المتبع كان يغفل عوامل كثيرة مؤثرة في الصحة

وقد تطورت نتيجة ظهور تيار جديد على يد ماتن سيلجمان. (شيخي، 2013-2014، ص 298)

2- تعريف جودة الحياة:

للجودة الحياة تعريفات عديدة ومختلفة تختلف حسب التخصصات النفسية النظرية منها والتطبيقية نذكر منها:

يرى جسام (2009، ص33) أن جودة الحياة: هي درجة رضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط

## الفصل الثالث: جودة الحياة

بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كذلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي النشاطات، مدى انجاز الفرد للمواقف.

أما عبد المعطى (2005، ص17) فيعرف جودة الحياة بأنه: "تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد، وتقييمه للنواحي المادية المتوافرة في حياته، ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة، ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية."

### 3- مقومات جودة الحياة:

تعتبر جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص لأخر حسب ما يراه من اعتبارات تقييم حياته. وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة وهي:

- ✓ القدرة على التحكم.
- ✓ الصحة الجسمانية والعقلية.
- ✓ القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- ✓ الأوضاع المالية والاقتصادية.
- ✓ المعتقدات الدينية والقيم الثقافية (نغم، 2015-2016، ص98)

### 4- مظاهر جودة الحياة:

- يرى البعض أن هناك خمسة مظاهر رئيسية لجودة الحياة هي:
- ✓ الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بسعادة.
  - ✓ إشباع الحاجات والرضا عن الحياة.
  - ✓ إدراك الفرد وإحساسه بمعنى الحياة.
  - ✓ العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال.
  - ✓ جودة الحياة الوجودية والذاتية لجوانب الحياة كما أنها تمثل الحياة الأكثر عمقا داخل النفس. (شريف، 2017، ص87)

### 5-عوامل أساسية في تشكيل جودة الحياة:

توجد أربع عوامل لتشكيل جودة الحياة:

- ✓ حاجات الفرد (الحب، والتقبل الجنس والصدقة والصحة والأمن)
  - ✓ توقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه الفرد
  - ✓ المصادر المتاحة لإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعيا
  - ✓ النسيج البيئي المرتبط بإشباع هذه الحاجات. (رابعة، 2017، ص 101-102)
  - ✓ كما توصل سامي إلى بعض الحقائق الخاصة بجودة الحياة منها.
  - ✓ يشعر الفرد بجودة الحياة عندما تشبع حاجاته الأساسية وتكون لديه الفرصة لتحقيق أهدافه في مجالات حياته الرئيسية.
  - ✓ ترتبط جودة الحياة لدى الفرد بجودة حياة الأشخاص الآخرين الذين يعيشون في البيئة نفسها.
  - ✓ تعكس جودة الحياة لدى الفرد تراثه الثقافي وتراث الآخرين المحيطين به.
  - ✓ جودة الحياة بناء نفسي يمكن قياسه من خلال المؤشرات الذاتية والمؤشرات الاجتماعية.
  - ✓ تعزيز جودة الحياة تتضمن أنشطة وبرامج التأهيل والعلاج والدعم الاجتماعي.
- (موسى، 2011، ص 126-127)

### 6-الاتجاهات المفسرة لمفهوم جودة الحياة:

#### 6-1-الاتجاه الطبي:

- يؤكد علم النفس الإيجابي ان القدرة على التصدي والتغلب على الانفعالات السلبية لها قيمة حاسمة لدى المرضى الميؤوس من شفائهم ليس فقط لأنها تساعدهم على تحقيق حياة أفضل، وإنما لأنها قد تطيل الحياة نفسها.
- ومن جهة أخرى فإن جودة الحياة في هذا الاتجاه تعني التقدم الحاصل في حياة الافراد نتيجة الحصول على الرعاية الخاضعة للبرامج الطبية، والعلاجية المختلفة في

## الفصل الثالث: جودة الحياة

مراعاة لجوانب التكلفة الاقتصادية وفقا لأوضاع الافراد الاجتماعية، كما أن قياس جودة الحياة من منظور طبي يختلف باختلاف نوعية الحالة أو نوعية المعاناة المرضية ويؤكد (العارف بالله) أهمية موضوع جودة الحياة في المجال الطبي إذ أن مفهوم جودة الحياة أصبح موضوعا هاما في مجال الصحة والخدمات الاجتماعية والسياسية، يهتم مديرو المستشفيات والباحثون في مجال العلوم الاجتماعية بتعزيز ودفع ونوعية الحياة لدى المرضى.

واستنادا إلى تدرج الحاجات الإنسانية من الفسيولوجية إلى النفسية والاجتماعية المعرفية وغيرها، ويمكن القول بأن جودة الحياة الصحية الجيدة لدى الفرد هي القاعدة الأساسية التي إذا ما تحققت لدى الفرد بالمستوى المطلوب بما يضمن له المحافظة على صحته وجودتها فإنه عندما يستطيع أن يصل إلى مقومات لجودة حياته النفسية والاجتماعية بكفاءة.

### 6-2-الاتجاه النفسي:

يستند هذا الاتجاه إلى مفاهيم عديدة في تفسير جودة الحياة التي حازت على اهتمام كبير نظرا لأهميتها ، حيث اكتسبت دراسة جودة الحياة من المنظور النفسي أهمية كبيرة بسبب إدراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار لحقيقة تقاس بالأرقام، وإنما هي في حقيقتها استجابات ومشاعر، ومفادها أن الزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسن مستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية ، لا يؤدي بالضرورة إلى إشباع حاجاته المتنوعة وطموحاته الشخصية وكذلك تأكيد قيمته الإنسانية فلكل فرد إدراك مختلف حول مدى اشباع حاجاته وتأكيد قيمته وهذا يعطي تأكيدا على دور الادراك الذاتي لدى الفرد في تحديده بجودة الحياة وهو من أحد المفاهيم التي يعتمدها هذا الاتجاه في تفسيره بجودة الحياة ، وأن الادراك يعتبر محددًا رئيسيًا لجودة الحياة إذ أن جودة الحياة هي تعبير عن الادراك الذاتي للفرد ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها ومنها ومن ناحية أخرى يعتمد هذا الاتجاه على عدة المفاهيم

## الفصل الثالث: جودة الحياة

نفسية أساسية منها ، مفهوم القيم ، ومفهوم الإدراك الذاتي ، ومفهوم الحاجات ، ومفهوم الاتجاهات ، الطموح والتوقع ، إضافة إلى مفاهيم الرضا والتوافق والصحة النفسية  
أما المفهوم الثاني في هذا الاتجاه:

هو مفهوم الحاجات وإشباعها إذ يعتبر إشباع الحاجات مكوناً أساسياً لجودة الحياة على أنها البناء الكلي 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 إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح على إشباع. ما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا في حالة الإشباع وعدم الرضا في حالة عدم الإشباع كنتيجة لتوافر مستوى متناسب أو غير مناسب من جودة الحياة ويشمل هذا المفهوم من الناحية النفسية عدة أبعاد مثل:

- ✓ رضا الفرد عن حياته.
- ✓ الشعور بالسعادة والصفاء الروحي والتفائل والثقة بالذات.
- ✓ الحالة النفسية.
- ✓ ومستوى الاستقلالية.
- ✓ والمعتقدات الشخصية والعلاقات الاجتماعية وقبول الشخص لإمكاناته وقدراته. (داهم، 2015، ص 155)

### 6-3-الاتجاه الاجتماعي:

يركز أصحاب هذا الاتجاه في تفسيرهم لجودة الحياة على المجتمع وما يقدمه للفرد من خدمات ودعم ووفرة وتفاعل بين الأفراد.

ويعتبر " ألمير هانكس حسب العارف بالله" أن نمط الترف في الحياة لا يمكن تحقيقه سوى في المجتمع الذي استطاع أن يحل كافة المشاكل المعيشية لغالبية سكانه

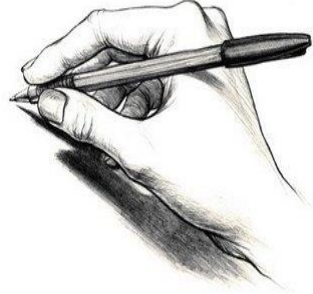
## الفصل الثالث: جودة الحياة

وهذا ما تم اثباته تاريخيا عبر العصور كما أنشأت المدن الكبرى والدول المتقدمة شبكات هائلة لجمع المعلومات لتقييم رفاة الأفراد وطبيعة الحياة الملائمة لهم ، وقد اهتم علماء الاجتماع عند دراستهم لجودة الحياة بالمشورات الموضوعية مثل معدلات المواليد والوفيات وضحايا الامراض المختلفة ونوعية المساكن والمستويات التعليمية للأفراد المجتمع ومستوى الدخل ومستوى الاستيعاب والقبول في مراحل التعليم المختلفة وما يقوم به الفرد من عمل وظيفة وأوضاع العمل نفسه والعائد المادي والمكانة المهنية للفرد. (العارف بالله، 1999، ص 244)

### خلاصة:

وفي الأخير يتضح مما سبق أن مفهوم جودة الحياة من مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يعتبر مجال يدرس ويحلل مكامن القوة والسمات والفضائل الإنسانية والايجابية وتعزيز سعادة الشخصية للإنسان في ممارساته وأنشطته وشؤون حياته اليومية. لتحسين صحة الفرد النفسية والجسمية مما يجعله فردا منتجا فعالا في مجتمعه.

# الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراصة



تمهيد

- 1- الدراصة الاستطالعية
- 2- نتائج الدراصة الاستطالعية
- 3- منهج الدراصة
- 4- مجتمع الدراصة
- 5- عينة الدراصة وكيفية اختيارها
- 6- أدوات الدراصة
- 7- مجالات الدراصة
- 8- الأساليب الإحصائية

خلاصة



## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

### تمهيد:

يعتبر هذا الفصل تجسيد لكل ما هو نظري في الدراسة من فرضيات وأفكار في الواقع الملموس، إذ يجب أن يكون الباحث دقيقاً في اختيار المنهج والإجراءات التي يتبعها والطرق والأدوات التي يستخدمها، بغية الحصول على كل ما يتعلق بالظاهرة المدروسة فيتطرق إلى المنهج وحدود الدراسة، إضافة إلى المجتمع وإجراءات الدراسة الاستطلاعية وكيفية اختيار العينة الأساسية، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية البوابة التي ينطلق منها الباحث في تحديد ما يتطلبه البحث نظريا وميدانيا.

#### 1-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى تحقيق الآتي:

- ✓ اكتشاف ميدان الدراسة الأساسية بصفة عامة.
- ✓ التعرف على مدى ملاءمة أدوات الدراسة للعينة المستهدفة بالدراسة (طالبة قسم علم النفس جامعة المسيلة).
- ✓ معرفة ما إذا كان هناك تجاوب من طرف عينة الدراسة.
- ✓ الوقوف على أهم العراقيل والصعوبات التي من الممكن أن تعترض سبيل الباحث لتفاديها في الدراسة الاستطلاعية.
- ✓ التأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة.

وقد قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال شهر فيفري (2022) على طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة بهدف التأكد من تجاوب المفحوصين، ومدى فهمهم لعبارات المقياسين، حيث قمنا بتطبيق أداتي الدراسة على عينة حجمها (30) طالبا وطالبة.

والجدول الموالي يوضح خصائص العينة الاستطلاعية:

الجدول رقم (01): يبين خصائص العينة الاستطلاعية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي:

المتغير	العدد	النسبة المئوية	المجموع
الجنس	ذكور	30%	30
	إناث	70%	
المستوى الدراسي	ليسانس	50%	30
	ماستر	50%	

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (30) طالباً، نلاحظ أن عدد الذكور بلغ (09) طالبة بنسبة مئوية بلغت (30%) أما عدد الإناث فقدر ب (21) طالبة بنسبة مئوية بلغت (70%). كما نلاحظ أن عدد طلبة الليسانس والماستر قد بلغ (15) طالباً في كل فئة بنسبة مئوية متساوية قدرها (50%).

### 2- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

#### 2-1- الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الاجتماعية:

2-1-1- صدق البناء (الاتساق الداخلي): للتحقق من صدق البناء تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد من أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية له والنتائج توضحها بيانات الجدول الموالي:

#### الجدول رقم (02): يوضح نتائج صدق البناء لمقياس المهارات الاجتماعية

الإبعاد	قيم بيرسون (الدرجة الكلية)	القيمة الاحتمالية
التعاون	**0.50	0.00
عادات العمل	**0.82	0.00
ضبط الذات	**0.55	0.00

✓ دالة عند مستوى الدلالة 0.01

من خلال بيانات الجدول رقم (02) نلاحظ ان جميع معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية جاءت دالة عند (0.01)، وهذه النتائج تدل على اتساق الأبعاد كلها مع المقياس كمؤشر على صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق في الدراسة الحالية.

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

### 2-1-2- صدق المقارنة الطرفية:

والذي يعتمد على حساب اختبار دلالة الفروق بين طرفي الخاصية (المهارات الاجتماعية) للمجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا، وجاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي:

الجدول رقم (03): نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس المهارات الاجتماعية

المتغيرات	الفئات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
التعاون	المجموعة العليا	10	30.38	2.29	09	**29.25	0.00	دالة
	المجموعة الدنيا	10	22.70	1.88				
عادات العمل	المجموعة العليا	10	39.50	1.95	09	**34.85	0.00	دالة
	المجموعة الدنيا	10	30.50	1.26				
ضبط الذات	المجموعة العليا	10	26.40	1.89	09	**12.62	0.00	دالة
	المجموعة الدنيا	10	19.10	1.68				
الدرجة الكلية	المجموعة العليا	10	92.60	3.27	09	**32.26	0.00	دالة
	المجموعة الدنيا	10	76.60	1.95				

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

يتضح من خلال الجدول رقم (03) ان قيم الاختبار التائي "ت" بين المجموعتين المتطرفتين في قياس المهارات الاجتماعية جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.00) ودرجة حرية (09)، حيث بلغت قيمته في بعد التعاون (29.25). وفي بعد عادات العمل (34.85) أما في بعد ضبط الذات فبلغت (12.62)، في حين بلغت قيمته على الدرجة الكلية للمقياس (32.36)، وعليه فإن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، وبالتالي هو صادق باستخدام طريقة المقارنة الطرفية ويقاس ما وضع لقياسه.

### 2-1-3- الثبات:

استخدمها لحساب الثبات كل من معامل ألفا كرونباخ، معادلة جتمان والتجزئة النصفية، والجدول الموالي يوضح نتائج الثبات.

### الجدول رقم (04) يمثل نتائج ثبات مقياس المهارات الاجتماعية

الأساليب الإحصائية	ألفا كرونباخ	جتمان	التجزئة النصفية
النتائج	0.66	0.66	0.82

يظهر لنا من الجدول رقم (04) أن قيم الثبات لمقياس مهارات الاجتماعية كلها مقبولة، حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ وجتمان (0.66)، وبلغت قيمة معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون (0.82) وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بالثبات الذي يؤهله للاستخدام في جميع معطيات الدراسة الأساسية.

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

### 2-2- الخصائص السيكومترية للمقياس جودة الحياة:

#### 2-2-1- صدق المقارنة الطرفية:

استخدمنا لقياس الصدق طريقة المقارنة الطرفية وذلك بقياس دلالة الفروق بين طرفي الخاصية (جودة الحياة) للمجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا المقدر ب (10) أفراد، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول رقم (05):

#### الجدول رقم (05): يوضح نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة

الفئات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
الفئة العليا	10	175.70	7.48	09	11.58**	0.00	دالة
الفئة الدنيا	10	133.80	16.10				

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن قيمة "ت" المقدر ب (11.58) جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.00) ودرجة الحرية (09)، وعليه فإن مقياس الجودة الحياة له القدرة على التمييز بين مجموعتين المتطرفتين، وبالتالي هو صادق باستخدام طريقة المقارنة الطرفية.

#### 2-2-2- الثبات:

استخدمنا لحساب الثبات كل من معامل ألفا كرونباخ، معادلة جتمان والتجزئة النصفية كما هو مبين في الجدول رقم (06):

#### جدول رقم (06) يوضح نتائج ثبات مقياس جودة الحياة

الأساليب الإحصائية	ألفا كرونباخ	جتمان	التجزئة النصفية
النتائج	0.74	0.74	0.92

يظهر لنا من الجدول رقم (06)، أن قيم ثبات مقياس جودة الحياة كلها مرتفعة، حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ (0.74) ومعامل جتمان قدر ب (0.74) وبلغت قيمة معامل الارتباط باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

(0.92) وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بالثبات الذي يؤهله للاستخدام في جميع معطيات الدراسة الأساسية.

### 3- منهج الدراسة:

بما أن البحث الحالي يعالج العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس فإن المنهج المناسب للدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يهدف إلى البحث في العلاقة بين المتغيرات وتحديد كميا وكيفيا.

### 4- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة البالغ عددهم (1352) طالب وطالبة خلال الموسم الجامعي (2021/2022).

### 5- عينة الدراسة:

تم الاعتماد على الطريقة العشوائية في تحديد عينة الدراسة الأساسية، التي تم اختيارها بطريقة العينة العشوائية البسيطة، وبنسبة تمثيل بلغت (10%) من المجتمع الأصلي، حيث بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (135) طالبا وطالبة. تكونت عينة الدراسة في صورتها الأولية (165) طالب وطالبة منهم (30) طالب وطالبة تم استخدامهم كعينة استطلاعية واستبعدوا فيما بعد أثناء مجريات الدراسة الأساسية. والجدول الموالي يوضح خصائص عينة الدراسة الأساسية:

الجدول رقم (07) يبين خصائص عينة الدراسة تبعا للمتغيري الجنس والمستوى الدراسي.

المتغير	العدد	النسبة المئوية	المجموع
الجنس	ذكور	22%	30
	إناث	78%	105
المستوى الدراسي	ليسانس	56%	75
	ماستر	44%	56

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (135) طالباً، نلاحظ أن عدد الذكور بلغ (30) فرداً بنسبة مئوية بلغت (22%)، وقدّر عدد الإناث بـ (105) بنسبة مئوية قدرت بـ (78%). كما نلاحظ أن عدد طلبة الليسانس بلغ (75) طالباً بنسبة مئوية قدرت بـ (56%)، وقدّر عدد طلبة الماجستير بـ (56) فرداً بنسبة مئوية قدرت بـ (44%).

### 6- أدوات الدراسة:

#### 6-1- مقياس المهارات الاجتماعية:

يهدف المقياس قياس المهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، وهو من إعداد الباحث العلوان (2011) حيث يتضمن المقياس (22) عبارة في صورته النهائية، موزعة على ثلاثة أبعاد هي: التعاون، عادات العمل، ضبط الذات. والعبارات كلها موجبة وبها تدرج يبدأ بالتأكيد والتلازم وينتهي بالنفي المطلق، وتتم الإجابة على واحدة من الخيارات التي أمام العبارة وفق خمس بدائل تبدأ بالإجابة الأولى "دائماً" والثانية "عادة" والثالثة "أحياناً" والرابعة "نادراً" والخامسة "أبداً". وتعطى لها الدرجات التالية على الترتيب (1.2.3.4.5). وقد تمتع المقياس بالخصائص السيكومترية الجيدة في بيئته الأصلية والتي تسمح بتطبيقه في البيئات المختلفة وأهمها صدق المحتوى، والصدق العملي باستخدام طريقة التدوير المتعامد، وثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وثبات إعادة الاختبار. (الملحق 1)

#### 6-2- مقياس جودة الحياة:

يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى جودة الحياة وهو معد من طرف الباحث صالح فؤاد محمد الشعراوي (2014) وهو مكون من (40) عبارة، موزعة على 5 أبعاد هي: البعد الجسمي، الصحة النفسية، العلاقات الاجتماعية، إدارة الوقت، والقيم.

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

كما حددت له 5 بدائل للإجابة هي: أوافق بشدة، أوافق، غير متأكد، غير موافق، غير موافق بشدة. ويضع المفحوص إشارة (X) أمام العبارة التي تتفق وتعبر عن مشاعره، والعبارات كلها صحيحة، وتعطى لها الدرجات الآتية على التوالي (1.2.3.4.5) وقد تمتع المقياس بدلالات صدق عالية في بيئته الأصلية، حيث بلغت قيمة معامل الصدق المحكي (0.88)، كما تراوحت قيم معاملات صدق الاتساق الداخلي بين (0.894 - 0.996) أما معامل الثبات فبلغ بطريقة إعادة التطبيق (0.87) وبطريقة ألفا كرونباخ (0.789). (الملحق 2).

### 7-مجالات الدراسة:

#### 7-1-المجال الزمني:

مر تطبيق إجراءات الدراسة على مرحلتين:

**المرحلة الأولى:** امتدت من 10 فيفري 2022 إلى 18 فيفري 2022 تم فيها إجراء الدراسة الاستطلاعية.

**المرحلة الثانية:** امتدت من 5 مارس 2022 إلى 27 مارس 2022 تم فيها تطبيق الصور النهائية لأداتي الدراسة على عينة الدراسة الأساسية.

#### 7-2-المجال المكاني:

تم إجراء الدراسة الميدانية في جامعة محمد بوضياف بقسم علم النفس.

#### 7-3-المجال البشري:

استهدفت الدراسة طلبة قسم علم النفس من ذكور وإناث والبالغ عددهم (135) طالبا.

#### 8-الأساليب الإحصائية:

بعد جمع البيانات وتفريغها تمت معالجتها إحصائيا باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وتطبيق الأساليب الإحصائية الآتية:

- معاملات ألفا كرونباخ وجتمان والتجزئة النصفية: استخدمت للتأكد من ثبات أدوات الدراسة.

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

---

- إختبار **T. TEST** : استخدم في حساب صدق الأدوات بطريقة المقارنة الطرفية.
- المتوسط الحسابي والمتوسط النظري والانحراف المعياري: استخدمت لحساب مستوى كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى أفراد العينة.
- معامل الارتباط بيرسون: استخدم لفحص دلالة العلاقة الارتباطية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى افراد العينة.
- النسب المئوية: لحساب نسب التمثيل في عينة الدراسة.

### خلاصة:

بعد إتباع خطوات البحث العلمي في المنهج وأدوات الدراسة وأساليبها الإحصائية والتأكد من الخصائص السيكمترية لهذه الأدوات، ومن خلال تطبيقها على عينة استطلاعية أمكن البدء في الدراسة الميدانية والقيام بعرض النتائج ومناقشتها وفقا للفرضيات الموضحة.

# الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج



تمهيد

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

الاستنتاج العام



## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

### تمهيد:

بعد عرض الفصل السابق لإجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبيان الهدف من الدراسة ومنهجها وتحديد مجتمع الدراسة وأداة الدراسة وحساب صدقها وثباتها وتحديد الأساليب الإحصائية في التحليل الكمي لاستجابات أفراد عينة الدراسة. يتناول هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية، وذلك من خلال عرض استجابات أفراد العينة على تساؤلات الدراسة الميدانية، ومعالجتها إحصائياً باستخدام مفاهيم الإحصاء وأساليبه وصولاً إلى عرض النتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والأطر النظرية.

## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

### 1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

#### 1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص على أن مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلبة الجامعة. وللتحقق من الفرضية تم حساب اختبار دلالة الفروق بين المتوسط النظري والمتوسط الحسابي ودرجات أفراد العينة على مقياس المهارات الاجتماعية حيث استخدمنا اختبار "ت" لعينة واحدة، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يوضح مستوى المهارات الاجتماعية لدى عينة الدراسة

الأساليب الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
التعاون	135	22.85	21	4.22	134	**5.11	0.00	دالة
عادات العمل	135	29.77	27	5.50	134	**5.86	0.00	دالة
ضبط الذات	135	19.20	18	3.83	134	**3.63	0.00	دالة
المقياس كله	135	71.83	66	10.51	134	**6.44	0.00	دالة

نستنتج من خلال الجدول رقم (08) أن في الاختبار "ت" جاءت كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( 00.0 ) ودرجة الحرية ( 134 ) ، وجاءت الفروق لصالح المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على المقياس كله وعلى جميع أبعاده ، حيث بلغت قيمة " اختبار ت" في بعد التعاون ( 5.11 ) وفي بعد عادات العمل ( 5.86 ) أما بعد ضبط الذات فبلغت ( 3.63 ) ، في حيث بلغت قيمته على المقياس كله ( 6.44 ) ، وهذه القيم تؤكد أن مستوى المهارات الاجتماعية على المقياس كله وعلى أبعاده الثلاثة جاء متوسط لدى عينة الدراسة ، نستدل من هذه النتائج على تحقق الفرضية الأولى .

هذه النتيجة يمكن إرجاعها إلى الظروف التي يعيشها الطالب في فترة جائحة كورونا (التباعد، نظام الدفعات) حيث أثرت على التفاعل الاجتماعي بين الطلبة فأصبح التفاعل غير حقيقي والمهارات الاجتماعية تكتسب بالتفاعل.

## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

وهي نتيجة تتفق مع ما توصلت عليه دراسة الطيرة (2012) التي أظهرت أن مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلاب الجامعة بنغازي.

### 1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على أن مستوى جودة الحياة متوسط لدى طلبة الجامعة. وللتحقق من الفرضية تم حساب دلالة الفروق بين المتوسط النظري لمقياس جودة الحياة والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الصحة النفسية ثم استخدمنا اختبار "ت" لعينة واحدة وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (09): يوضح مستوى جودة الحياة لدى عينة الدراسة.

الأساليب الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
جودة الحياة	135	149.79	120	18.21	134	14.54	0.00	دالة

نستنتج من خلال الجدول رقم (09) أن قيمة "ت" المقدر ب (14.54) جاءت دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.00) ودرجة الحرية (134) وجاءت الفروق لصالح المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة الذي بلغت قيمته (142.79) في مقابل المتوسط النظري الذي بلغ (120)، وعليه فإن مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة جاء متوسطاً يميل للارتفاع نستدل من هذه النتائج على تحقق الفرضية الثانية. هذه النتيجة يمكن إرجاعها إلى ان الطالب يشعر بالرضا والسعادة أثناء أداء الاعمال المقدمة له مع الاخرين، ويشعر بالمسؤولية الشخصية والاجتماعية والتحكم الذاتي والفعال في حياته وبيئته وقدرته على حل مشكلاته، وكلها عوامل تنعكس إيجابياً على جودة الحياة لديه.

## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

وهي نتيجة تتفق مع نتائج دراسة كحول وقروي (2020) التي توصلت إلى أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى لا بأس به من جودة الحياة (متوسط - مرتفع)، وكما انها تقترب مما توصلت إليه دراسة بعلي وجعلولي (2018) التي أظهرت ان مستوى جودة الحياة لدى طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة مرتفع.

### 1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

والتي تنص على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

الجدول رقم (10): يوضح المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

الدالة الإحصائية	القيمة الاحتمالية	قيم معامل الارتباط ( جودة الحياة )	الأساليب الإحصائية المهارات الاجتماعية
دالة	0.00	0.44**	التعاون
دالة	0.00	0.51**	عادات العمل
دالة	0.00	0.45**	ضبط الذات
دالة	0.00	0.61**	الدرجة الكلية

✓ دالة عند مستوى الدلالة 0.01.

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن قيم معاملات الارتباط (بيرسون) بين الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية قد بلغت (0.61) هي قيمة دالة إحصائيا. كما جاءت معاملات الارتباط بين الأبعاد الثلاثة للمقياس بالدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة كلها دالة إحصائيا، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين بعد التعاون وجودة الحياة (0.44)، كما بلغت قيمته بين بعد عادات العمل وجودة الحياة (0.51)، في حين بلغت قيمة معامل الارتباط بين بعد ضبط الذات وجودة الحياة (0.45) وكلها قيم تؤكد على

## الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ومن خلالها نستدل على تحقق الفرضية الثالثة.

هذه النتيجة يمكن تفسيرها بأنه كلما تحسنت المهارات الاجتماعية لدى الطالب كلما ارتفعت جودة الحياة لديه.

**فيما يخص البعد الأول الخاص بالتعاون:** كلما كان الطالب متعاوناً مع زملائه في إعداد البحوث الأكاديمية كلما ارتفع مستوى جودة الحياة لديه.

**وفيما يتعلق بالبعد الثاني عادات العمل:** كلما كان نشاط الطالب مرتفعاً وكان متحمساً وملتزماً بمواعيد العمل ويكون عمله مناسباً لقدراته العقلية والجسمية كلما كانت جودة الحياة مرتفعة لديه.

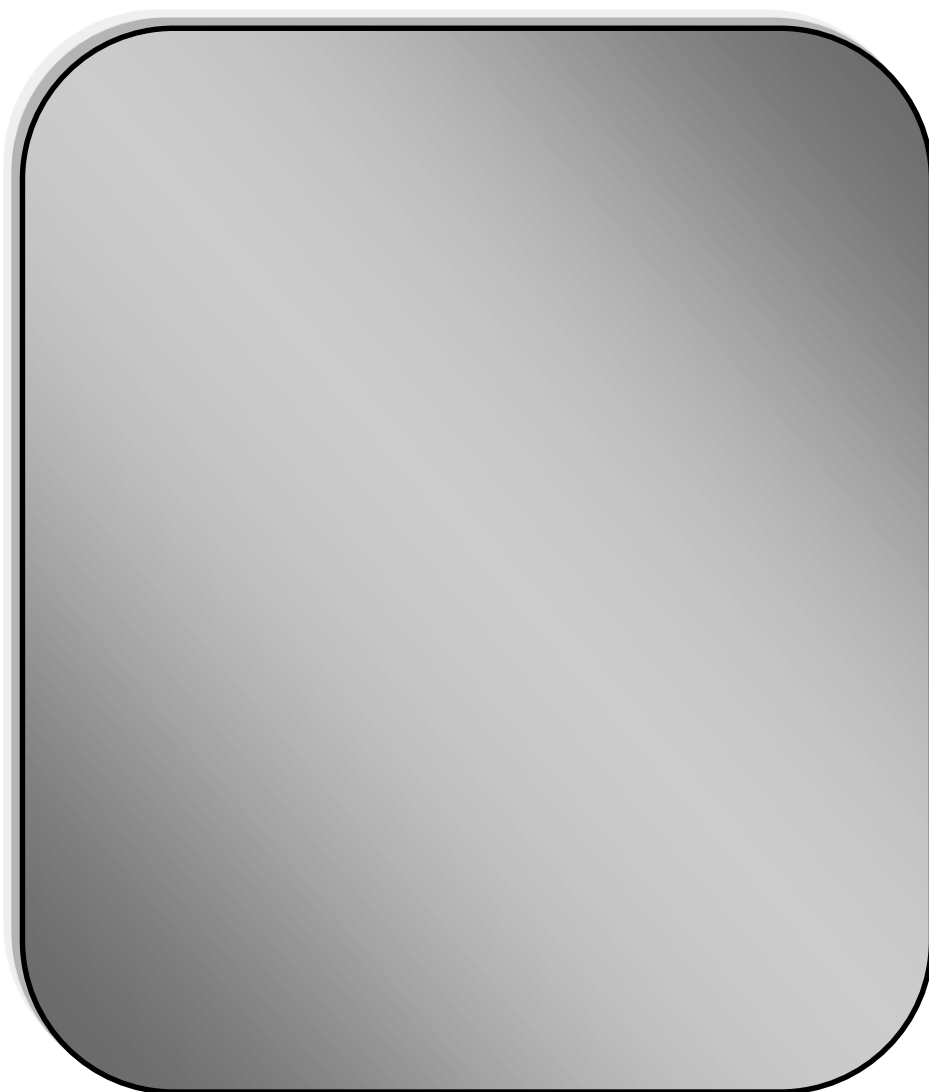
**فيما يخص البعد الثالث ضبط الذات:** كلما كان الطالب متحكماً في سلوكياته وأفعاله وانفعالاته ومراقباً لها كلما كانت ارتفع مستوى جودة الحياة لديه.

### الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة الوصفية التي تم القيام بها وفي ضوء المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، فإنه تم التوصل إلى النتائج التالية:

- ✓ وجود مستوى متوسط من المهارات الاجتماعية لدى عينة الدراسة.
- ✓ وجود مستوى متوسط يميل إلى الارتفاع جودة الحياة لدى عينة الدراسة.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة عينة الدراسة.

خاتمة



تطرق هذا البحث إلى متغيرين أساسيين يؤثران بشكل مباشر على الطالب الجامعي أولهما المهارات الاجتماعية التي تعتبر موضوعا من المواضيع التي اهتم بها علم النفس وعلم النفس الاجتماعي، وهذا باعتبارها من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به في الوسط الجامعي، حيث تدخل المهارات الاجتماعية في كل مظهر من مظاهر حياته المختلفة، وبشكل خاص من خلال مواصلته دراسته بالجامعة فقدرتة على تكوين علاقات اجتماعية تحدد درجة شعبيته بين زملائه ومدى قدرته على الإفادة والاستفادة منه. وهذا ينعكس على جودة الحياة لديه وإدراكه لفاعليتها.

أما المفهوم الثاني فهو جودة الحياة وهو مصطلح يعبر عنه لدرجة إحساس الفرد بسعادة وتحسن الذي يمس مختلف جوانب شخصيته النفسية منها والمعرفية والجسدية، وتتجسد من خلال محاولة التنسيق بين هذه الجوانب الثلاثة ، ويتطلب الامر تهيئة المناخ المادي والانفعالي الذي يسهل للفرد العمل والانجاز والتعلم من خلال محاولته التغلب على مختلف المشكلات والمواقف الحياتية التي تعترض طريقه، التي تجعله في الكثير من الأحيان ويتبنى مفهوم التحسن المستمر للإداء كأسلوب لحياته يسعى من خلاله إلى تلبية ورغباته بالقدر المتوازن بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية.

كما تطرق البحث إلى العلاقة بين المفهومين (المهارات الاجتماعية، وجودة الحياة) لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، والتي كانت علاقة ارتباطية دالة بينهما. وبناء على ما توصل إليه البحث من نتائج تم وضع جملة من الاقتراحات التي من الممكن أن تفيد في دراسات لاحقة لنفس الموضوع أو تكون انطلاقة بمواضيع حديثة.

#### اقتراحات البحث:

✓ ضرورة الاهتمام بالإرشاد النفسي والتربوي في جامعات والعمل على فتح مكتب للاستشارة النفسية التي تعنى بمشكلات الطلبة.

✓ ضرورة الاهتمام لاكتساب الطلبة للمهارات الاجتماعية وتوفير برامج لتنميتها.

✓ إجراء دراسات مستقبلية أخرى للكشف عن علاقة كل بعد من أبعاد المهارات الاجتماعية وجودة الحياة.

✓ تفعيل نشاط حصص المرافقة البيداغوجيا المقدمة في جامعات لتنمية جودة الحياة لطالب الجامعي.

✓ بناء وتقنين إختبارات ومقاييس جزائرية خاصة بواقعها تقيس المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى فئة الطلبة في المجتمع الجزائري.

# قائمة المراجع



## قائمة المصادر والمراجع:

### قائمة المصادر والمراجع:

#### المراجع باللغة العربية:

1. ابن منظور (2003): معجم لسان العرب، دار الحديث، القاهرة.
2. أبو حلو، نعمة (2008): المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار لدى القيادات السنوية، محافظة المجتمع الفلسطيني، فلسطين.
3. الأشقر، وفاء محمد (2008): مدى تحقيق مهارات الاتصال لدى طلبة الجامعات الأردنية، مجلة كلية التربية، العدد 32، جامعة عين الشمس.
4. بوجلال، السعيد (2009/2008): المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالتفوق الدراسي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، جامعة الجزائر، الجزائر.
5. تعيسة، رغداء (2012): جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، مجلد 28، عدد 1، سوريا.
6. جاسم، سناء أحمد (2009): فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها لدى عينة من المسنين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية، مصر.
7. خليفة، عبد اللطيف محمد (2006): قائمة المهارات الاجتماعية، دط، دار غريب، القاهرة.
8. داهم، فوزية (2015/2014): جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، الجزائر.

## قائمة المصادر والمراجع:

9. الديب، ابراهيم رمضان (2007): أسس ومهارات بناء القيم التربوية، ط2، أم القرى.
10. رابعة، عبد الناصر مسحل (2017): جودة الحياة لدى أمهات ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، مؤسسة حورس الدولية، مصر.
11. رجعية، عبد الحميد عبد اللطيف (2004): المهارات الاجتماعية والتوافق وعلاقتها بالاكتمال لدى طلاب الجامعة، جامعة عين الشمس، القاهرة.
12. السيد، أبو هاشم (2002): سيكولوجية المهارات، دط، مكتبة زهراء الشرف، القاهرة.
13. السيد، عبد الرحمان محمد (1988): دراسات الصحة النفسية والمهارات الاجتماعية والاستقلال النفسي والهوية، جزء 2، دار قباء، دبلد.
14. السيد، عبد الرحمان محمد (2003): تدريب الأطفال ذوي الاضطرابات السلوكية على المهارات النمائية، ط1، دار الفكر العربي، بيروت.
15. السيد، عبد الرحمان محمد (2004): علم النفس الاجتماعي المعاصر، دط، دار الفكر العربي مصر.
16. شريف، عبد الله عبير (2017): جودة الحياة لدى مرضى السكر ودور الخدمة الاجتماعية في تحسينها، الأطلس للنشر والإنتاج الإعلامي.
17. شيخي، مريم (2014/2013): طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة في ظل بعض المتغيرات، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، تخصص الانتقاء والتوجيه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة أبي بكر القايد تلمسان، الجزائر.
18. العارف بالله، وآخرون (1999): أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة، دراسة نظرية، ورقة مقدمة إلى المؤتمر الدولي السادس للإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، القاهرة.
19. العيزي، محمود عبدة محمود حسن (2001): علم النفس الإيجابي ماهيته أسسه افتراضاته تطبيقاته، مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 22.

20. علي، عبد السلام (2001): السلوك التوكيدي والمهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك الانفعالي للغضب بين العاملين والعاملات، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العاملة للكتاب، المجلد3، العدد57.
21. الغريب، محمد أسامة (2005): بعض مظاهر اضطراب مهارات الكفاءة الاجتماعية لدى ذوي التعاطي المتعدد والكحوليين، مجلة الدراسات العربية، مجلد4، عدد01.
22. فراحتية، نورة (2019/2018): المهارات الاجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس، علوم التربية، جامعة المسيلة، الجزائر.
23. قناتي، بشرى (2018/2017): فاعلية السيكدراما في تنمية المهارات الاجتماعية لدى اضطراب الشخصية الهستيرية، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الدكتور الطاهر مولاي سعيدة، الجزائر.
24. محمد، سليمان سناء (2006): سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها، ط2، عالم الكتاب، بيروت.
25. مسعودي، أمحمد (2015): بحوث جودة الحياة في العالم العربي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 20 سبتمبر 2015.
26. مصطفى، عبد المعطي حسن (2005): الارشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر، المؤتمر العلمي الثالث، الأنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر.
27. موسى، هاشم سامي محمد (2011): جودة الحياة لدى المعوقين جسميا والمسنين وطلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، د مجلد، د عدد.

## قائمة المصادر والمراجع:

---

28. نغم، سليم جمال (2016/2015): جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الإرشادية لدى طلبة مرحلة الثانوية، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي، دمشق.

الملاحق



## الملحق رقم (01)

### مقياس المهارات الاجتماعية

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة تحية طيبة وبعد.....

في إطار إجراء دراسة تهدف إلى معرفة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة قسم علم النفس بالمسيلة، نضع بين أيديكم هذا الاستبيان راجين منكم الإجابة على فقراته بصدق وموضوعية، ونعدكم بأن كل المعلومات ستحظى بالسرية ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي، شاكرين لكم حسن تعاونكم.

البيانات الأولية:

ضع العلامة (x) أمام العبارة التي تتناسبك

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

المستوى الدراسي: ليسانس ( ) ماستر ( )

### مقياس المهارات الاجتماعية:

الرقم	العبارة	دائما	عادة	أحيانا	نادرا	أبدا
1	أستخدم وقت فراغي بشكل مناسب					
2	أفتخر بأعمالي					
3	أبادر في اجراء محادثات مع الاخرين					
4	أستطيع انجاز الاعمال المطلوبة مني في الوقت المحدد					
5	أدعو زملائي للانخراط في الأنشطة					

					أكون صداقاتي بسهولة	6
					أضبط أعصابي عندما أغضب	7
					ألتزم بتنظيمات وتعليمات الجامعة	8
					أحافظ على هدوئي عند حدوث مشكلات معينة.	9
					أتبع التعليمات بعناية.	10
					أتجاهل المشتتات الظاهرة من زملائي أثناء عمل الواجبات.	11
					أثابر على انجاز العمل المطلوب	12
					أعتقد أن عملي جيد ويتناسب مع أدائي وجهدي	13
					أعبر عن عدم ارتياحي بشكل مناسب.	14
					أعمل على مساعدة زملائي عندما يحتاجون للمساعدة	15
					أتعاون مع زملائي في إنجاز الأنشطة الصفية بدون حث منهم.	16
					أتفاهم مع رفقائي عندما يستدعي الامر ذلك.	17
					أنتقل من موضوع لآخر بشكل سليم وملائم	18
					الاستجابة بشكل مناسب عندما يضايقني الاخرين.	19
					لدي تقدير ذات عالي.	20
					أستطيع الانتظار حتى يتم تلبية	21

					احتياجاتي.	
					أقبل النصح والتوجيه من الآخرين.	22

## الملحق 2

### مقياس جودة الحياة:

الرقم	العبرة	أوافق بشدة	أوافق	غير متأكد	لا أوافق	لا بشدة أوافق
1	أنا شخص سعيد في حياتي					
2	لدي علاقات سوية مع الجنس الآخر.					
3	أشعر بالثقة في كفاءتي الشخصية في التحصيل والانجاز					

					4	حياتي مليئة بالأمل والتفاؤل
					5	أتمتع بصحة جيدة.
					6	أنا شخص راض عن حياتي .
					7	أشعر بالسعادة لانتمائي لأسرتي
					8	سلوكاتي نابعة من أن الرقيب هو الله.
					9	أحافظ على الفحص الطبي بانتظام.
					10	أنا شخص مستمتع بالحياة.
					11	أنا متفائل بالايام المقبلة.
					12	أشعر بالسعادة في ممارسة الشعائر الدينية.
					13	أنا متقبل لذاتي
					14	لدي جدول منظم لحياتي بهدوء
					15	علاقاتي مع أفراد الاسرة جيدة.
					16	حياتي مليئة بالمعاني الجيدة.
					17	الخدمات الصحية المقدمة لي جيدة.
					18	افكر في أمور حياتي بهدوء
					19	تواصلني داخل الاسرة أساسه الحب والحميمية.
					20	أغير من أسلوب حياتي بناء على ما أمر به من مواقف.
					21	لدي هدف ومعنى في الحياة.
					22	ألتزم بالقيم الدينية في تعاملاتي مع الآخرين.

					23	الصمود أمام الصعاب شيئاً محبب في حياتي .
					24	أجد أصدقائي وقت الشدة بجانبني .
					25	أتمتع بنوم هادئ .
					26	أستطيع أن أميز بين المشاعر السارة وغير السارة .
					27	أحرص على تبادل الزيارات مع أقاربي .
					28	يمكنني التحكم في انفعالاتي .
					29	أحافظ على علاقاتي الطيبة مع زملائي .
					30	أخصص وقتاً للعمل ووقتاً للراحة .
					31	أتناول الطعام في مواعيد منتظمة .
					32	أحب مساعدتي أصدقائي .
					33	أتغلب على الصعاب التي تواجهني .
					34	أنجز ما يسند إلي من أعمال .
					35	أنا متقبل لذاتي الجسمية .
					36	أعيش الحاضر وأخطط للمستقبل بناء على الاستفادة من خبرات الماضي .
					37	اختياراتي في الحياة نابعة من ذاتي .
					38	أصدقائي لا يمكنهم الاستغناء عني .
					39	أستمتع بقضاء وقت الفراغ .

					لدي القدرة على تحقيق طموحاتي وفقا لقدراتي.	<b>40</b>
--	--	--	--	--	---	-----------



### تصريح شرقي

### خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه.

السيد(ة): فانيس مثال

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 200981234

والصادرة بتاريخ: 2017/05/11

عن دائرة: جامعة المسيلة

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإقناعية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

العمليات الإقناعية وعلاقتها بحمودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة

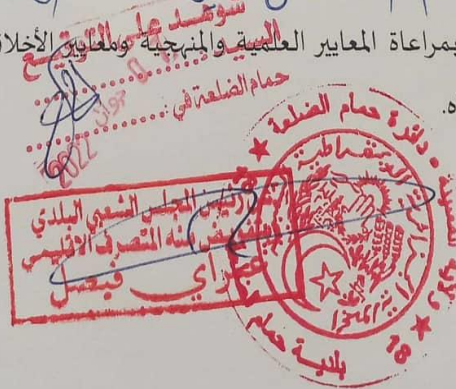
أصبح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العالمية والمنهجية والمعايير الأخلاقية المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 2017/06/06

إمضاء المعنى

Fane





## تصريح شرفي

### خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): ستفا براهيم

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 27824709

والصادرة بتاريخ: 22/05/2016

عن دائرة: ضلع

المسجل (ة) بكلية العلوم الإنسانية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنونها:

المهارات الاجتماعية وعلاقتها بحياة الشباب في  
مدينة عين الوادي بولاية المسيلة

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 22/06/2016

إمضاء المعني

شوهيد على التوقيع

السيد: طالبة

حمام الضلع في: 22/06/2016

رئيس المجلس الشعبي البلدي

أولت قبض منه التصرف الاقليمي

فيصل

