جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة

المشرفة : أ.م.د زينب حياوي بديوي الخفاجي
الباحثة : ساره جبار سلمان جاسم
جامعة البصرة -كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الملخص:

يهدف البحث إلى التعرف على جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة وكذلك التعرف على الفروق وفق متغيري الجنس والتخصص واستُخدِم المنهج الوصفي، وأُجرِي البحث على عينة بلغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة البصرة، ولغرض تطبيق الأهداف اقتضى الأمر بناء مقياس جودة الحياة النفسية، ورُوعي في المقياس مؤشرات الصدق والثبات، واستُعمِلت الوسائل الإحصائية (الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين، وتحليل التباين الثنائي)، وأظهرت النتائج أنَّ طلبة الجامعة يتمتعون بجودة الحياة النفسية، وكذلك وجود فروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير الجنس وكان لصالح الذكور، وكذلك عدم وجود فروق وفق متغير التخصص.

الكلمات المفتاحية : جودة الحياة النفسية ، طلبة الجامعة

Psychological Well-being among University Students

Dr. Zeinab Haiyaoy Bedewi Al Khafagei
Sarah Jabbar Salman Jassim
University of Basrah-College of Education for Human Sciences
Of Educational and Psychological Sciences Department

Journal of Basra Research for Human Sciences

Abstract

The aim of the research is to identify the psychological Well-Being among the university students, as well as to know the differences according to the variables of the gender and the specialization, Moreover, the researcher used the descriptive approach in discovering the psychological Well-Being , so that the research was conducted on a sample of (400) male and female students from the University of Basra. And for the purpose of achieving the objectives, It was necessary to build the scale of the psychological well-Being, thus the indicators of the honesty and the stability were taken in consideration, as well as the researcher used the following statistical means (the T-test of one and two independent samples, and the two way of the variance analysis), and results showed that the students of university enjoyed in the psychological Well-Being, as well as there are differences in the psychological well-Being according to the variables of the gender for males, as well as the absence of the differences according to the variable of the specialization.

Key words :Psychological Well-being , University Students

مشكلة البحث:

نظراً للتطورات العلمية والمعلوماتية المتسارعة التي يشهدها العالم وما رافقها من تغييرات في جميع نواحي الحياة أدرك القائمون على الأنظمة التعليمية الحاجة الماسة إلى مواكبة هذه التطورات والإفادة منها في تحقيق أهدافها، لذلك وضِعت الخطط والمناهج التعليمية الحديثة للمراحل الدراسية كافة وأهمها المرحلة الجامعية لما تتمتع به هذه الفئة بالحيوية والنشاط لتحقيق أهدافها على المستوى الشخصي والعلمي؛ لأن أكثر ما يعانيه الطلاب في هذه المرحلة العمرية هو عدم القدرة على الانجاز ومواكبة المسيرة العلمية الأمر الذي ينعكس سلباً على إحساسهم بجودة الحياة النفسية (الخزاعي،٢٠١٦: ٢).

فنجد مفهوم جودة الحياة النفسية يتحدد بقدرة الفرد على تنمية طاقاته النفسية والعقلية وكذلك التدريب على كيفية حل المشاكل والتضحية من أجل رفاهية المجتمع كون جودة الحياة النفسية تكمن داخل الخبرة الذاتية للفرد وان عدم امتلاك هذه الخبرة يؤدي إلى عدم الإحساس بالحياة الايجابية وعدم القدرة على تقبل الذات والرضا عنها وصعوبة التوافق الاجتماعي مع الآخرين وما ينتج عن ذلك عدم شعور الفرد بالهدف من حياته والمعنى من وراء وجوده (احمد وحسين،٢٠٠٩: ٢١٨).

أن انخفاض مستوى جودة الحياة النفسية لدى الأفراد الذي يتضح من خلال رصد المؤشرات التي تدل على تدني مستوى تقدير الفرد لذاته بما يترتب عليه من انخفاض مفهوم الذات والإحساس بعدم الجدارة أو الكفاءة الشخصية، وكذلك انخفاض مستوى فاعلية الذات وما يترتب عليها من الإحساس بالاكتئاب والتشاؤم وانخفاض مستوى أداء الفرد بالإضافة إلى المؤشرات الفيسيولوجية الدالة على القلق والاكتئاب كلها مؤشرات تجعل من الفرد غير قادر على الإحساس بجودة حياته النفسية التي تتضمن الإحساس الإيجابي بحسن الحال والإقبال على الحياة والاستقلالية في تحديد وجهة ومسار حياة الفرد.

(سليم،٢٠٠٩: ٨٧).

تستنتج الباحثة أن متغير جودة الحياة النفسية له تأثير على حياة الطالب الجامعي بصورة عامة، إذ تُعَد هذه المرحلة مرحلة اكتمال النضج العقلي والمعرفي وفيها يمر الطلبة بعمليات إعداد وتدريب أنفسهم للمستقبل بوصفهم قادة المجتمع وتطلعه نحو التطور والازدهار، كذلك أنَّ طلبة الجامعة يواجهون الكثير من المشكلات قد تكون نفسية واجتماعية ومهنية كما أنَّهم يفتقرون إلى إحساسهم بالحياة والتوافق معها وعدم قدرتهم على حل تلك المشكلات، مما تقدم تبرز مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل الآتي:

ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة؟

أهمية البحث

تُعَد المرحلة الجامعية من المراحل المفصلية في حياة الفرد التي تحدِّد شكل حياته المستقبلية، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح، يتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية، فضلاً عن مواجهة مشكلات الحياة اليومية وكل ذلك يتطلب قدراً من الرضا عن الذات وعن الحياة وتقبل الذات وإقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين حتى تمكنه من عبور هذه المرحلة بسلام (شقورة،٢٠١٢: ٣).

كما تُعَدُّ جودة الحياة النفسية والوصول إلى تحقيقها هدفاً أسمى لعلم النفس وتحديداً علم النفس الايجابي الذي يتناول الجوانب الايجابية في الشخصية كالسعادة، والرضا عن الحياة، والتفاؤل، وتقبل الذات، والتفاعل الإيجابي مع الآخرين والشعور بالسعادة والصحة النفسية وبالتالي يصبح الأفراد أكثر فاعلية في المجتمع من حولهم، كذلك يمكن عَد جودة الحياة النفسية (Psychological Well-Being) مؤشراً لمدى نجاح الفرد في حياته اليومية، وأنَّها الغاية التي يسعى الفرد إلى تحقيقها، كذلك أنَّ الصحة النفسية ليس مجرد الخلو من الأمراض والاضطرابات النفسية، ولكنها تتضمن بالأساس العمل على تحسين جودة الحياة النفسية التي تمكن الشخص من تحقيق توازن إيجابي بين قدراته وتطلعاته وتدفعه باتجاه التكيف مع متطلبات الحياة والمواجهة الفعالة لضغوط الحياة اليومية (سليم،٢٠٠٩: ٩٦-٩٧).

ويرى (أبو هاشم،٢٠١٠) أنَّ جودة الحياة النفسية هي المفهوم المحوري والرئيسي في علم النفس الايجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني، وسعي الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية والرضا عن الحياة، وجودة الحياة وتحقيق الذات والتفاؤل، كذلك أنَّ الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أنَّ يحيا الحياة الطيبة التي يشعر فيها بالسعادة (أبو هاشم،٢٠١٠: ٢٧٠)، وتتضح أهمية جودة الحياة النفسية للطالب الجامعي كون الطلاب في هذه المرحلة يتعرضون لأنواع مختلفة من الضغوط والاحباطات النفسية الناتجة عن الكثير من المشكلات الحياتية واليومية والتي أصبحت سمة العصر الحاضر والتي قد تعود لأسباب اجتماعية أو اقتصادية أو دراسية أو أسرية ...الخ، وللتغلب على تلك المشكلات والضغوط الحياتية وتحقيق مستوى عالٍ من الرضا عن الحياة وتقبل الذات لا بد من تحقيق جودة الحياة النفسية لديهم والعمل على تحسينها.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١- جودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة البصرة.

٢- التعرف على الفروق في جودة الحياة النفسية وفق متغيري الجنس والتخصص.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بعينة من طلبة جامعة البصرة لكل من الاختصاصين (العلمي، الإنساني) ومن كلا الجنسين (ذكور، إناث) في الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨م).

تحديد المصطلحات:

جودة الحياة النفسية (Psychological Well-Being): وعرفها كلاً من:

- ستيوارت براون (Stewart-Brown,2000): هي حالة كلية ذاتية توجد داخل الشخص عندما يتوازن مدى واسع من المشاعر منها الإقبال على الحياة، والثقة في الذات، والصراحة مع الذات ومع الآخرين والبهجة والسعادة والاهتمام بالآخرين (Stewart-Brown,2000:35).

- رايف وآخرون (Ryff,et al,2006): هي الشعور الايجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تشير إلى ارتفاع معدلات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بصورة عامة وسعيه المستمر

لتحقيق أهداف ذاتيه مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد اتجاه مسار حياته والاستمرار في إقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والهدوء والاسترخاء النفسي(Ryff,et al,2006:86).

التعريف النظري لجودة الحياة النفسية: اعتمدت الباحثة على تعريف رايف (Ryff,2006)بوصفه تعريفاً نظرياً لأن الباحثة اعتمدت على نموذج رايف في بناء مقياس جودة الحياة النفسية.

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها افراد العينة في استجاباتهم عن فقرات المقياس المُعد لأغراض هذا البحث.

إطـــــار نظـــــــري

مفهوم جودة الحياة النفسية: Psychological Well-Being

أنَّ مفهوم جودة الحياة النفسية يُعد مفهوماً ديناميا، ويتضمن الكثير من المكونات الذاتية والاجتماعية والنفسية، ويُنظر إليه على أنَّه المظلة التي تندرج تحتها كل عناصر الصحة النفسية الإيجابية، وترتبط بمحاولة كشف: كيف يدرك أو يقدر الأفراد مختلف جوانب حياتهم النفسية؟ مثلاً، إلى أي مدى يشعر الأفراد بقدرتهم على السيطرة على حياتهم الشخصية؟ إلى أي مدى يشعر الأفراد بأَنَّ لحياتهم الشخصية معنى وقيمة؟ إلى أي مدى يشعر الأفراد بامتلاكهم لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين؟(رجيعة،٢٠٠٩: ١٧٥)، وترى (Edmunds &Stewart Brown,2002) أنَّ مفهوم جودة الحياة النفسية يتميز بأنَّه مفهوم له دلاله إيجابية ومقبول بالنسبة للبيئات التعليمية والرعاية الاجتماعية والصحية، وهو كذلك يتيح التعاون بين الخبراء المتخصصين في مجالات مختلفة، وهو يعطي كذلك دوراً ايجابياً لكل شخص بداية من الآباء وحتى الخبراء المهنيين في تحقيقه لدى الأطفال، ويتضمن التركيز على كل أفراد المجتمع وليس فقط على ذوي المشكلات النفسية والسلوكية منهم، ويتماشى مع الاتجاهات الحديثة في مجال علم النفس مثل مجال علم النفس الإيجابي(Edmunds &Stewart Brown,2002:24).

تصنيف جودة الحياة النفسية: تُصَّنف جودة الحياة النفسية إلى:

١-جودة الحياة المرتبطة بالسعادة (Eudaimonic well-Bing):يركز على النمو الذاتي والمشاركة الهادفة في الحياة، وكذلك يرتبط هذا النوع من جودة الحياة بعدد من الأبعاد وهي: الذاتية والإتقان البيئي والنمو الشخصي والعلاقات الايجابية مع الآخرين والهدف في الحياة وتقبل الذات.

٢-جودة الحياة المرتبطة بالتلذذ (Hedonic well-Bing): يركز على المتعة والسرور مثل الشعور بالسعادة والابتهاج والتفاؤل والانشراح والتطلع للأشياء بمتعة (Ryff, et al,2006:87).

جودة الحياة النفسية وعلاقتها ببعض المفهومات الأُخرى

١-جودة الحياة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة: ظهر مصطلح جودة الحياة في العقدين الآخرين من القرن الماضي، وسرعان ما حظي بالتبني الواسع كما يرى عادل عز الدين الأشول(٢٠٠٥)، سواء على

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣(ب) - المجلد ٤٣ - السنة ٢٠١٨

مستوى الاستخدام العلمي أو العملي، يشير(Bonomi et al,2000) إلى أنَّ جودة الحياة تمثل مفهوماً واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد، ومدى الاستقلال الذي يتمتع به، والعلاقات الاجتماعية التي يكونها، فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها (سليم،٢٠٠٩: ٨٨).

٢-**جودة الحياة النفسية وجودة الحياة الذاتية:** إنَّ التحليلات النظرية في المجال تؤكد أَنَّ جودة الحياة النفسية توجد داخل الخبرة الذاتية لشخصية الفرد، لذلك تُستخدم بصورة مترادفة مع مصطلح آخر هو جودة الحياة الذاتية، ووفقاً لما يرى (Diener& Diener,1995) يتجسد مفهوم جودة الحياة الذاتية في: (تقييمات الشخص لردود أفعاله في حياته الذاتية، أو تقييماته لحالاته الوجدانية بما تشمله من ردود الأفعال ذات الطابع الانفعالي، كيفية إدراك الفرد لمختلف جوانب حياته النفسية، أي إلى أي مدى يشعر الشخص بقدرته في السيطرة على حياته الذاتية، إضافة إلى إدراكه بمعنى وقيمة حياته الشخصية ومدى قدرته على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين(Diener & Diener,1995:658).

٣-**جودة الحياة النفسية والمرونة النفسية:** يربط الكثير من الباحثين بين مفهوم جودة الحياة النفسية ومصطلح أساس يستخدم في مجال علم النفس الإيجابي في الوقت الحالي وهو مصطلح المرونة النفسية (Psychological resilience)، وتُعرف المرونة النفسية بأنَّها: "قدرة تمكن الإنسان من المواجهة الإيجابية أو التأقلم والتوافق الإيجابي مع التهديدات أو العثرات والنكبات التي يتعرض لها في حياته، وتحقيق أو إحراز نواتج حياتية إيجابية بالرغم من مثل هذا التعرض"(عكاشة وسليم،٢٠١٠: ٨).

النماذج النظرية المفسرة لجودة الحياة النفسية

هناك عدد من النماذج التي فسرت هذا المفهوم، وحددت مكوناته،يمكن عرضها على النحو الآتي:

١- **نموذج العوامل السته لرايف** (Ryff ,1989): ترى(Ryff,1989) أَنَّ شعور الفرد بجودة الحياة النفسية انعكاس لدرجة إحساسه بالسعادة التي حددتها بالعوامل الستة هذه العوامل هي:

-**الاستقلالية:** يشير إلى استقلالية الفرد واعتماده على نفسه وقدرته على اتخاذ القرار بنفسه.

-**التمكن البيئي:** وهي قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف البيئية والتحكم فيها.

-**التطور الشخصي:**هي قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته بشكل مستمر، وزيادة كفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل.

-**العلاقات الإيجابية مع الآخرين:** تتمثل في قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين تقوم على أساس من الود والتعاطف والثقة المتبادلة.

-**الهدف من الحياة:** وتشير إلى قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة، وأنْ يكون له أهداف وطموحات توجه سلوكياته مع الإصرار على تحقيق أهدافه.

-**تقبل الذات:** هي قدرة الفرد على تحقيق ذاته، واتجاهاته الإيجابية نحوها وحياته الماضية، وتقبل المظاهر المختلفة للذات بجوانبها الإيجابية والسلبية(Ryff ,1989:1072).

٢-**نموذج ايفانس (Evans ,1994):** ينظر هذا النموذج لجودة الحياة النفسية نظرة تكاملية، ويتضمن:

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣ (ب) - المجلد ٤٣ - السنة ٢٠١٨

سمات الشخصية: وهي سمات ذاتية داخلية وتضم أبعاداً معرفية وانفعالية، وتتكون من: تقدير الذات، والتفاؤل، والعصابية، والانبساطية، الهناء الشخصي: ويتكون من الانفعال الإيجابي أو السلبي و الرضا عن الحياة، وهما مكونان معرفيان مصدرها ذاتي، محصلة جودة الحياة النفسية: وتتكون من جودة الحياة السلوكية: وتكون نتيجة لعوامل داخلية (معرفية) وخارجية (بيئية) المصدر، جودة الحياة المتصلة بالصحة: وتكون داخلية أو خارجية المصدر وتمثل الجوانب المعرفية والوجدانية.

٣-**نموذج فينوهوفن (Veenhoven,2000)**: وهو مكون من أربعة مفاهيم مرتبة:

فرص الحياة: وتنقسم إلى بعدين:الجودة في البيئة الخارجية: مصطلح جودة الحياة النفسية غالباً ما يُستخدم بهذا المعنى، الجودة في البيئة الداخلية: تشير إلى البيئة الداخلية للفرد من إمكانات وقدرات تعده لمجابهة المشكلات الحياتية بطريقة أفضل.

نتائج الحياة: وتنقسم إلى الفائدة أو المنفعة: الجودة في البيئة الخارجية: تشير إلى جودة الحياة من خلال النتائج ويمكن الحكم عليها في ضوء قيم الفرد، تقدير الحياة: الجودة في البيئة الداخلية: ويشير إلى جودة الحياة كما يراها الفرد من حيث التقدير الذاتي لها مثل الهناء الشخصي والسعادة (سليمان،٢٠٠٩: ٤٣).

٤-**نموذج فنتجودت وآخرون (Ventegodt,et al ,2003)**: لقد وضعوا النموذج لتفسير جودة الحياة النفسية في ضوء الأبعاد الآتية:

-جودة الحياة الذاتية: ويتضمن أبعاداً فرعية تتمثل في: الرفاهية الشخصية والإحساس بحسن الحال، الرضا عن الحياة، السعادة، والحياة ذات المعنى.

-جودة الحياة الموضوعية أو الخارجية: ويتضمن أبعاداً فرعية تتمثل في: المعايير الثقافية، إشباع الاحتياجات، تحقيق الإمكانات، السلامة البدنية، التنظيم البيولوجي، إدراك وتحقيق الإمكانات الحياتية **(Ventegodt,et al,2003:1031)**.

٥-**نموذج أبو سريع وآخرون (٢٠٠٦)**: قام أبو سريع وآخرون بتقديم أنموذجاً لتفسير جودة الحياة النفسية، وهي موزعة على بعدين متعامدين هما:البعد الأُفقي يشمل توزيع محددات جودة الحياة لكونها من داخل الشخص أو خارجه ويُسمَّى بعد المحددات الشخصية الداخلية في مقابل بعد المحددات الخارجية، البعد الرأسي يمثل توزيع تلك المحددات وفقاً لقياسها وتحقيقها، وتتوزع بين الأُسس الذاتية للفرد، والأُسس الموضوعية التي تشمل الاختبارات والمقاييس التي تتيح للفرد مقارنة نفسه بغيره أو بمتوسط جماعته المعيارية (مبارك،٢٠٠٩: ٧٢٩-٧٣٠).

الدراسات السابقة

-دراسة (Gavala& Flett,2005)

العنوان "العوامل المؤثرة التي تتوسط المتعة/ الدافعية الأكاديمية وجودة الحياة النفسية بين الطلاب الجامعات النيوزيلانديين في جامعة ماسي"

هدفت الدراسة إلى فحص المفاهيم حول التوتر وعدم الارتياح في بيئة الجامعة، وكذلك العلاقة بين هذه المفاهيم وكل من المتعة/الدافعية الأكاديمية وجودة الحياة النفسية، تكونت العينة من(١٢٢) طالباً من

أقسام علم النفس بجامعة ماسي، واستُخدِام استبيان تكون من عدد من المقاييس تضم المتعة/الدافعية الأكاديمية، وجودة الحياة النفسية)، وجاءت نتائج الدراسة على النحو الآتي: ارتبطت المستويات المرتفعة من التوتر والشعور بعدم الارتياح في بيئة الجامعة والإحساس الأقل بالتحكم الأكاديمي لدى الطلاب بانخفاض الشعور بجودة الحياة النفسية والمتعة والدافعية الأكاديمية، وبرهنت النتائج على أنَّ توفير بيئة أكاديمية مريحة لدى الطلاب تسهم في زيادة جودة الحياة النفسية والمتعة الأكاديمية والدافعية (Gavala & Flett,2005:52-57).

-دراسة (القحطاني والكثيري،٢٠١٧)

العنوان "جودة الحياة النفسية لدى ذوات صعوبات التعلم وعلاقتها ببعض المتغيرات"

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين جودة الحياة النفسية وبعض المتغيرات للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم وتكونت العينة من (٥٠) تلميذ من ذوي صعوبات التعلم، واستُخدِام المنهج الوصفي الارتباطي، وكذلك استُخدِام مقياس جودة الحياة النفسية للأطفال ذوي صعوبات التعلم أعداد (فوقية عبد الفتاح ومحمد حسين،٢٠٠٩)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنَّ المستوى الاقتصادي المرتفع والشعور بالصحة والأمان والمكانة الاجتماعية والسعادة الوجدانية ليس لها تأثير يذكر على متغيرات العمر والصف الدراسي والمستوى الاقتصادي للتلميذات، وكذلك فإنَّ فقدان القدرة على متغيرات العمر والصف الدراسي والمستوى الاقتصادي يسلب التلميذات الشعور بجودة الحياة النفسية داخل المدرسة وخارجها (القحطاني والكثيري،٢٠١٧: ١٣٧).

منهجية البحث وإجراءاته: ستستعرض الباحثة الإجراءات التي قامت بها من أجل تحقيق أهداف ابحث، وفيما يأتي وصف لتلك الإجراءات:

-منهج البحث:(The Research Curriculam): وفقاً لطبيعة البحث الحالي الذي يهدف إلى التعرف على جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، لذا تم الاعتماد على المنهج الوصفي "الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة، ومن ثم وصفها، وبالنتيجة فهو يعتمد دراسة الظاهرة على ما هي عليه في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا" (ملحم،٢٠٠٠: ٣٢).

-مجتمع البحث:(Research Population): تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة البصرة من التخصصات الإنسانية والعلمية من كلا الجنسين في الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠١٧/ ٢٠١٨) البالغ مجموعهم (٢٩٦٣٦) طالباً وطالبة بواقع (١١٤١٤) طالب و(١٨٢٢٢) طالبة ، موزعين على (١٩) كلية، والجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١) مجتمع البحث (جامعة البصرة) موزعين بحسب النوع والتخصص

ت	الكليات العلمية	عدد الطلاب		المجموع	ت	الكليات الإنسانية	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	إناث				ذكور	إناث	
١	الطب	٥١٤	٧٦١	١٢٧٥	١٢	التربية للعلوم الإنسانية	٩٦٤	٢٧٤٦	٣٧١٠
٢	طب الأسنان	١٧٠	٣١٩	٤٨٩	١٣	الآداب	١٧٢٩	٢٧٦٦	٤٤٩٥

٣	الصيدلة	١٨١	٤٢٦	٦٠٧	١٤	التربية للبنات	ـــــ	١٣٥٩	١٣٥٩
٤	التمريض	٤٥	١٤٤	١٨٩	١٥	التربية/ القرنة	٢٥٦	٧٧١	١٠٢٧
٥	الطب البيطري	١٩٢	١٥٢	٣٤٤	١٦	الإدارة والاقتصاد	٢٤٨٦	١٥٧٣	٤٠٥٩
٦	الهندسة	١١٧٩	١٢٨١	٢٤٦٠	١٧	القانون	٤٠٤	١١٣٧	١٥٤١
٧	العلوم	٧٨٥	١٤٨٧	٢٢٧٢	١٨	الفنون الجميلة	٢٦٢	٤٥٣	٧١٥
٨	الزراعة	٦٨٠	٩٤٧	١٦٢٧	١٩	التربية الرياضية	٥٨١	١٧٨	٧٥٩
٩	التربية للعلوم الصرفة	٨٠٤	١٣٥٨	٢١٦٢					
١٠	علوم البحار	٦٤	٤٦	١١٠		المجموع الكلي	الذكور	الإناث	المجموع
١١	تكنولوجيا المعلومات	١١٨	٣١٨	٤٣٦			١١٤١٤	١٨٢٢٢	٢٩٦٣٦

عينة البحث الأساسية: للحصول على عينة ممثلة لمجتمع البحث اختيرت الكليات (التربية للعلوم الإنسانية، الآداب، التربية للعلوم الصرفة، الهندسة) بطريقة عشوائية ومن ثم اختير حجم العينة النهائي على وفق الجدول الذي وضعهُ(Krejcie & Morgan,1970:607-610) الذي يحدد اختيار الحجم المناسب للعينة بما يتناسب مع حجم المجتمع، فيحدد حجم المجتمع (٢٠٠٠٠) يقابلها (٣٧٩) حجم العينة، لذا سُحِبَ (٤٠٠) طالب وطالبة من مجتمع يتألف من (٢٩٦٣٦) والجدول(٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) عينة التطبيق النهائي حسب متغير(النوع والتخصص)

الكلية	التخصص	النوع		المجموع
		ذكور	إناث	
التربية للعلوم الإنسانية	الإنساني	٥٠	٥٠	١٠٠
الآداب	الإنساني	٥٠	٥٠	١٠٠
التربية للعلوم الصرفة	العلمي	٥٠	٥٠	١٠٠
الهندسة	العلمي	٥٠	٥٠	١٠٠
المجموع		٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

أداة البحث: لغرض تحقيق أهداف البحث كان لابد من استخدام أداة لقياس جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة تتمتع بخصائص المقاييس النفسية من صدق وثبات، لذا قامت الباحثة ببناء مقياس لجودة الحياة النفسية، وذلك لعدم توفر مقياس لجودة الحياة النفسية يتناسب مع طبيعة العينة وأهداف البحث وقد أتُبِعت الخطوات الآتية في بناء مقياس جودة الحياة النفسية:

خطوات بناء مقياس جودة الحياة النفسية

استندت الباحثة في بناء مقياس جودة الحياة النفسية على التعريف النظري لجودة الحياة النفسية لكارول رايف وآخرون (Ryff et al,2006)، ومن أجل تحديد فقرات المقياس تبنت الباحثة التعريف النظري

لرايف وآخرون، ووفقاً للخطوات التي تُتبع في بناء المقياس التي يمكن الإشارة إليها كالآتي:

***تحديد السمة المراد قياسها:** لكي تكون الأداة أكثر دقة، تبنت الباحثة التعريف النظري لنموذج رايف وآخرون (Ryff et al,2006)، لجودة الحياة النفسية، إذ يجب أنْ يتسق المقياس مع التعريف المعتمد في البحث.

***تحديد مجالات السمة المراد قياسها:**حددت (رايف) ست مجالات لجودة الحياة النفسية كما ذكرنا.

***صياغة فقرات المقياس:** جُمِعت فقرات المقياس والتي تتفق مع مفهوم جودة الحياة النفسية، والتي حُدِّدت مجالاتها وصياغتها بأسلوب التقرير الذاتي بصورة واضحة ومفهومة ولا تقبل التأويل، إذ تمكنت الباحثة من إعداد (٦٠) فقرة بصورتها الأولية، وقد رُوعِي في صياغة الفقرات أنْ تكون ممثلة لمجالات جودة الحياة النفسية، وأنْ تكون بصيغة المتكلم وأنْ تقيس الفقرة فكرة واحدة فقط، وعدم استعمال صيغة نفي النفي كي لا تربك المستجيب (علام،١٩٨٩: ١٣٤)، وقد وزعت هذه الفقرات على المجالات الستة التي تكون المقياس بواقع (١٠) فقرات لمجال الاستقلالية، و(١٠) فقرات لمجال الإتقان البيئي، و(١٠) فقرات لمجال النمو الشخصي، و(١٠) فقرات لمجال العلاقات الايجابية مع الآخرين، و(١٠) فقرات لمجال الغرض من الحياة، و(١٠) فقرات لمجال تقبل الذات، كذلك حُدِّدت خمس بدائل هي (تنطبق عَلَيَّ دائماً، تنطبق عَلَيَّ غالباً، تنطبق عَلَيَّ أحياناً، تنطبق عَلَيَّ نادراً، لا تنطبق عَلَيَّ أبداً) أمام كل فقرة، إذ يتطلب من المستجيب أنْ يسجل درجة موافقته على كل فقرة من خلال اختيار بديل واحد من بين البدائل الخمسة، وهذه البدائل يقابلها سلم درجات يتكون من (١,٢,٣,٤,٥) على التوالي للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية.

***إعداد تعليمات المقياس:** تُعَد تعليمات المقياس بمنزلة الدليل الذي يسترشد به المستجيب في أثناء استجابة لفقرات المقياس، ودونت الصورة الأولية للتعليمات المرفقة باستمارة المقياس، والتي تقدم للمستجيب التعليمات الخاصة بالمقياس من غير الإشارة إلى عنوانه أو أهدافه (الزوبعي وآخرون،١٩٨١: ٧٠)، ورُوعي أنْ تكون التعليمات واضحة ومتضمنةً مثالاً لكيفية الإجابة، فضلاً عن توجيه المستجيب إلى ضرورة قراءة الفقرات بدقة، والإجابة عنها وعدم ترك أي فقرة من غير إجابة، ومن غير ذكر الاسم.

***صلاحية الفقرات:** لغرض تعرُف مدى صلاحية فقرات المقياس وبدائله، عُرِضت فقرات المقياس(٦٠) بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس؛ لبيان آرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات وملائمة البدائل للهدف الذي وُضِعت من أجله، وتعديل ما يرونه مناسباً أو حذف ما هو غير مناسب، إذ قبلت الفقرات التي حصلت على نسبة (٨٠%) فأكثر من آراء الخبراء على أنَّها فقرات صالحة وعلى وفق ذلك قد عُدت الفقرات جميعها صادقة في قياسها لجودة الحياة النفسية.

التطبيق الاستطلاعي للمقياس: طُبِّق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة اختيروا

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣(ب) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

بصورة عشوائية من طلبة كليتي القانون وكلية الآداب، وقد تبين من التطبيق أنَّ الفقرات والتعليمات واضحة ومفهومة، وقد احتُسِب الوقت المستغرق في الإجابة والذي تراوح بين (٢٠ – ٢٥) دقيقة.

***تصحيح المقياس وإيجاد الدرجة الكلية:** يُقصَد به وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثَمَّ جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية، إذ تكون مقياس جودة الحياة النفسية من (٦٠) فقرة.

***تحليل الفقرات Items Analysis:** من اجل ذلك أتبّع أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كإجرائيين مناسبين في تحليل الفقرات:

أ-**أسلوب المجموعتين المتطرفتين (Contrasted Group method):** بعد تصحيح استمارات المفحوصين لغرض إجراء التحليل في ضوء هذا الأسلوب اتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

١.طبق المقياس على عينة مكونة من (٤٠٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .

٢.تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

٣.رتبت الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٤.اختيرت نسبة (٢٧%) العليا التي سُمِّيت بالمجموعة العليا التي تتراوح درجاتها بين (٢٩٠- ٢٣٩) و (٢٧%) الدنيا والتي سُمِّيت بالمجموعة الدنيا التي تتراوح درجاتها بين (٢٠٢- ١٠٠)، وبذلك حُدِّدت مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Mehrens & Lehmann,1984:192)، وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (١٠٨) استمارات، أي أنَّ عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل هي (٢١٦) استمارة، وبعد أنْ حُلِّلت فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t.test) وبمقارنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة مع القيمة الجدولية تبين أنَّ اغلب الفقرات مميزة، ما عدا الفقرة (١٧) في مجال الإتقان البيئي والفقرة (٢٨) في مجال النمو الشخصي والفقرة (٤٩) في مجال الغرض من الحياة والفقرة (٥٧) في مجال تقبل الذات كانت غير مميزة والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) القوة التمييزية لفقرات مقياس جودة الحياة النفسية باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
١	٤.٣١	٠.٨٣٩	٣.٧٥	١.٢٣١	٣.٩٣٩	دال إحصائياً
٢	٤.٦٦	٠.٥٦٦	٣.٥٥	١.٣٦٣	٧.٨٢٣	دال إحصائياً
٣	٤.٦٥	٠.٦٦٠	٣.٢٨	١.١٩١	١٠.٤٦١	دال إحصائياً
٤	٤.١١	١.٢٤٨	٣.٣٩	١.٢٤٤	٤.٢٥٩	دال إحصائياً
٥	٤.٧١	٠.٥٨١	٣.١٧	١.٣٥٧	١٠.٨٨٧	دال إحصائياً
٦	٤.٤٤	١.٠٢٦	٣.٠٩	١.٢٣٥	٨.٧٥١	دال إحصائياً
٧	٤.٤٩	٠.٨٨١	٣.٢٨	١.٢٤٤	٨.٢٦٩	دال إحصائياً
٨	٤.٥٤	٠.٦٣٣	٣.٠٧	١.١٠٠	١١.٩٨٢	دال إحصائياً
٩	٤.٦٩	٠.٦٧٠	٣.٢٠	١.٢٥٩	١٠.٦٦٣	دال إحصائياً
١٠	٤.٢٦	٠.٩٢١	٣.٠٦	١.٢٧٤	٧.٩٥٨	دال إحصائياً
١١	٤.٥٨	٠.٧٨٧	٣.١٨	١.٢٨٩	٩.٦٨٧	دال إحصائياً
١٢	٤.٠٥	١.٢٧١	٣.٠٥	١.٣٤٢	٥.٦٢٣	دال إحصائياً
١٣	٤.١٠	١.١٨٤	٣.٢٠	١.٣٧٩	٥.١٣٦	دال إحصائياً

١٤	٤.١٢	١.١٠٠	٣.٠٥	١.١٧٩	٦.٩٢٢	دال إحصائياً
١٥	٤.٢٥	٠.٩٢٩	٢.٨١	١.٢١٦	٩.٧٤٧	دال إحصائياً
١٦	٤.٤٨	٠.٩٣٢	٣.٠٣	١.٣٥٠	٩.٢١٠	دال إحصائياً
١٧	٣.٢٨	١.٤٣٣	٢.٩٦	١.٢٠٧	١.٧٤٦	غير دال إحصائياً
١٨	٤.٦١	٠.٦٨١	٣.٠٣	١.٢٨٦	١١.٣٠٧	دال إحصائياً
١٩	٤.٤٨	٠.٨٢٦	٣.٠٧	١.٢٣٦	٩.٨٤١	دال إحصائياً
٢٠	٤.٢٦	١.٠٣٦	٣.٢٩	١.٣٠٥	٦.٠٦٦	دال إحصائياً
٢١	٣.٧٦	١.٤٠٧	٣.٠٢	١.٢٦٠	٤.٠٧٦	دال إحصائياً
٢٢	٤.٢٣	١.١٤٩	٣.١٣	١.٢٩٠	٦.٦٢٨	دال إحصائياً
٢٣	٤.٦٩	٠.٦٤٨	٣.٠٨	١.٢٦٩	١١.٧٥٣	دال إحصائياً
٢٤	٤.٣٧	١.٠٤٧	٢.٩٨	١.١٢٧	٩.٣٨٤	دال إحصائياً
٢٥	٤.٥٦	٠.٨٠١	٣.١٠	١.٣٠٤	٩.٨٧٣	دال إحصائياً
٢٦	٣.٩٤	١.١٥٩	٣.١٢	١.٣١٦	٤.٨٨٣	دال إحصائياً
٢٧	٤.٣٤	١.٠٣٤	٣.٠١	١.٣٥٧	٨.١٢٣	دال إحصائياً
٢٨	٣.٢٤	١.٥٤٦	٢.٩٣	١.٢٢١	١.٦٦١	غير دال إحصائياً
٢٩	٤.٥٨	٠.٦٨٥	٢.٩٧	١.١٥٦	١٢.٤٦١	دال إحصائياً
٣٠	٤.٥٦	٠.٨٦٨	٢.٨٩	١.٢١٠	١١.٦٣٠	دال إحصائياً
٣١	٣.٤٥	١.٥٣٧	٢.٧٦	١.٢٣٧	٣.٦٥٨	دال إحصائياً
٣٢	٤.٨٢	٠.٤٢٩	٣.٦٥	١.٢٨٥	٩.٠٢٣	دال إحصائياً
٣٣	٤.٠٦	١.١٠٥	٣.٣٥	١.٣١٤	٤.٣١٧	دال إحصائياً
٣٤	٤.٤٥	٠.٨٤٧	٣.٢٨	١.٢٣٧	٨.١٥٢	دال إحصائياً
٣٥	٤.٨١	٠.٤٤٢	٣.٣٩	١.٢٠٦	١١.٤٦٠	دال إحصائياً
٣٦	٤.٧٢	٠.٥٤٤	٣.٢٠	١.٢٥١	١١.٥٦٦	دال إحصائياً
٣٧	٤.٤٦	٠.٨٠٢	٣.٣٦	١.١٨٨	٧.٩٩٠	دال إحصائياً
٣٨	٣.٨٦	١.٣٣٦	٣.١١	١.١٧١	٤.٣٨٨	دال إحصائياً
٣٩	٤.٦٤	٠.٧٧٩	٣.١٣	١.٣٥٤	١٠.٠٤١	دال إحصائياً
٤٠	٣.٨٦	١.٢٥٦	٢.٩٤	١.٢٧٠	٥.٣٨٧	دال إحصائياً
٤١	٣.٤٩	١.٣٩١	٣.٠٤	١.٣٦٠	٢.٤٢٤	دال إحصائياً
٤٢	٤.٥١	٠.٩١٢	٣.١٨	١.١٩١	٩.٢٤٠	دال إحصائياً
٤٣	٤.١٦	١.١٦١	٢.٩٧	١.٢٤٦	٧.١٧٦	دال إحصائياً
٤٤	٣.٧٣	١.٣٩٨	٣.١٠	١.٢٦٠	٣.٤٧٦	دال إحصائياً
٤٥	٤.٤٥	٠.٩٣١	٣.٢٥	١.٣٠٥	٧.٨٠٣	دال إحصائياً
٤٦	٣.٨١	١.٥٠٧	٣.٠٠	١.٢١٥	٤.٣٢٥	دال إحصائياً
٤٧	٣.٣٣	١.٦٢٣	٢.٧٧	١.٢٦٥	٢.٨٥٢	دال إحصائياً
٤٨	٤.٥٦	٠.٩٢٠	٣.٢٩	١.٢٠٨	٨.٧٤٦	دال إحصائياً
٤٩	٢.٥٩	١.٥٤١	٢.٨٣	١.٢٩٣	١.٢٤٤-	غير دال إحصائياً
٥٠	٣.١٧	١.٥٠٧	٢.٧٠	١.٢٦٢	٢.٤٤٧	دال إحصائياً
٥١	٤.٣٧	١.٠٢٨	٣.٤٣	١.٢٢٤	٦.١٣٨	دال إحصائياً
٥٢	٤.٠٠	١.٢٩٠	٢.٩٣	١.٣٩٩	٥.٨٦٦	دال إحصائياً
٥٣	٣.٩٨	١.٥٣٥	٣.٢٣	١.٢٤٩	٣.٨٨٣	دال إحصائياً
٥٤	٤.٥١	٠.٧٩١	٣.١٧	١.٢٣٤	٩.٥١٧	دال إحصائياً
٥٥	٤.٤٧	٠.٨٧٠	٣.٣٨	١.١٠٨	٨.٠٦٠	دال إحصائياً
٥٦	٤.٣٢	١.٠٥٧	٢.٩٤	١.٣٠٣	٨.٥٤٤	دال إحصائياً
٥٧	٣.٠٨	١.٦٠٧	٢.٤٩	١.١٥١	٠.٧٣٠	غير دال إحصائياً
٥٨	٤.٥٦	٠.٨٧٨	٣.٤٥	١.٢٩٧	٧.٧٤٢	دال إحصائياً
٥٩	٤.٥٨	٠.٧٣٨	٣.١٩	١.١٤٥	١٠.٦٦٧	دال إحصائياً
٦٠	٤.٧٤	٠.٥٧٠	٣.٢٠	١.٣٤٥	١٠.٩٣٦	دال إحصائياً

القيمة الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢١٤) = ١,٩٦

ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Style:

استُعمل معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل والبالغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة البصرة، وقد اختُبرت معاملات الارتباط لغرض معرفة دلالتها وذلك بموازنتها بالقيمة الجدولية لدلالة معاملات الارتباط البالغة (٠.٠٩٨)، وقد أظهرت النتائج أنَّ الفقرات جميعها متسقة وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والمجموع الكلي لمقياس جودة الحياة النفسية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٢٧١	١٥	٠.٤٦٣	٣١	٠.١٧٥	٤٥	٠.٣٩٥
٢	٠.٤٥٩	١٦	٠.٤٨٢	٣٢	٠.٤٤٦	٤٦	٠.٢١٨
٣	٠.٥٠٢	١٨	٠.٥٤٨	٣٣	٠.٢٤٩	٤٧	٠.١٧٨
٤	٠.٢٩٦	١٩	٠.٤٨١	٣٤	٠.٤١٩	٤٨	٠.٤٤١
٥	٠.٥٢٠	٢٠	٠.٣٤٤	٣٥	٠.٥٢٨	٥٠	٠.١١٠
٦	٠.٤٨٢	٢١	٠.١٧٩	٣٦	٠.٥٠٤	٥١	٠.٢٩١
٧	٠.٤١٤	٢٢	٠.٣٨٠	٣٧	٠.٣٩٣	٥٢	٠.٢٧٤
٨	٠.٥٥٢	٢٣	٠.٥٤٤	٣٨	٠.١٧٠	٥٣	٠.٢١٦
٩	٠.٥٠٩	٢٤	٠.٤٦١	٣٩	٠.٤٨٢	٥٤	٠.٤٧٣
١٠	٠.٤٠٧	٢٥	٠.٤٦٨	٤٠	٠.٣٣٥	٥٥	٠.٣٨٨
١١	٠.٤٦٧	٢٦	٠.٢٨٩	٤١	٠.١١١	٥٦	٠.٤٣٨*
١٢	٠.٣٣٨	٢٧	٠.٤١٩	٤٢	٠.٤٥٧	٥٨	٠.٤٣٢
١٣	٠.٣٢٨	٢٩	٠.٥٢٨	٤٣	٠.٣٧٩	٥٩	٠.٤٨٨
١٤	٠.٣٩٤	٣٠	٠.٥٤٨	٤٤	٠.٢٢٤	٦٠	٠.٣٣٦

***علاقة درجة كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس:** استُخرِجت العلاقة بين درجات كل مجال والدرجة الكلية للمقياس باستخراج معامل ارتباط بيرسون، واتضح وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين درجات كل مجال والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) علاقة درجة كل مجال بالدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية

المجال	معامل بيرسون	الدلالة
الاستقلالية	٠.٧٠٧	دال إحصائياً
الاتقان البيئي	٠.٧٧٨	دال إحصائياً
النمو الشخصي	٠.٧٧٧	دال إحصائياً
العلاقات الايجابية مع الاخرين	٠.٧٠٢	دال إحصائياً
الغرض من الحياة	٠.٧٦٠	دال إحصائياً
تقبل الذات	٠.٨٦٠	دال إحصائياً

الخصائص السيكومترية للمقياس:

الصدق Validity: يتعلق موضوع صدق المقياس، بصلاحية المقياس في قياس ما وُضِع لقياسه (Anastasi,1988:67). وهناك أكثر من مؤشر وطريقة للكشف عن الصدق، وفي البحث الحالي استُخرِجت المؤشرات الآتية:

١-**الصدق الظاهري**: يشير أيبل (Ebel) إلى أنَّ أفضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسه(Ebel,1972:55). وفي البحث الحالي تحقق هذا النوع من الصدق في قياس جودة الحياة النفسية، وذلك حينَ عُرِضت فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة، الذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وطريقة تصحيحه.

٢-**مؤشرات صدق البناء**: يُقصَد بصدق البناء (صدق المفهوم) تحليل فقرات المقياس، استناداً إلى بناء الخاصية النفسية المراد قياسها، أو في ضوء مفهوم نفسي معين أي هو المدى الذي يمكن أن تُقرِّر بموجبه أنَّ للمقياس بناءً نظرياً محدّداً أو خاصية معينة (Anastasi,1976:151). وقد استُخرِجت مؤشرات صدق البناء عن طريق إيجاد القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين المتطرفتين، وعن طريق إيجاد العلاقة بدرجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وقد أثبت التحليل أنَّ الفقرات جميعها مميزة.

الثبات Reliability: يقصد بالثبات بأنه اتساق في نتائج المقياس فالمقياس الثابت هو الذي يمكن الاعتماد عليه إذا كانت فقرات المقياس تقيس السمة نفسها، أي أنهَّ مدى دقة المقياس في القياس والملاحظة (Ebel,1972:101)، وفي البحث الحالي استُخرِجَ الثبات بطريقتين هما:

١-**طريقة الاختبار- إعادة الاختبار**(Test- Retest Method): تكشف هذه الطريقة عن مدى استقرار النتائج حين تطبق على مجموعة معينة أكثر من مرة وعبر فاصل زمني (داود وعبد الرحمن،١٩٩٠: ١٢٢)، ولقد طُبِّقَ المقياس على عينة بلغت (١٠٠) طالبٍ وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية من كليتي الإدارة والاقتصاد والزراعة وبعد أسبوعين من التطبيق الأول، أُعيدَ تطبيقه مرة أخرى على العينة نفسها، وحين استعمال معامل ارتباط بيرسون لتعرف العلاقة بين درجات التطبيقين الأول والثاني، ظهر أنَّ معامل الثبات (٠.٧٤)، وقد عُدَّت هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجابات الأفراد عبر الزمن.

٢-**معامل إلفاكرونباخ**: لأجل استخراج الثبات بهذه الطريقة سُحِبت (١٠٠) استمارة بصورة عشوائية من عينة تحليل الفقرات، وبعد تطبيق معادلة إلفا كرونباخ (Alfa Cronbach Formula) للاتساق الداخلي بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة(٠.٨٣) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه اعتماداً على المعيار المطلق.

المؤشرات الإحصائية لمقياس جودة الحياة النفسية: إنَّ استخراج المؤشرات الإحصائية للمقياس يعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات أفراد العينة من التوزيع الطبيعي، وبعد تطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة، حُصِل على المؤشرات الإحصائية لمقياس جودة الحياة النفسية من خلال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) المؤشرات الإحصائية لمقياس جودة الحياة النفسية

المؤشرات الإحصائية	القيمة
العدد	٤٠٠
الوسط الحسابي	٢٢١,٠٩
الوسيط	٢٢٣,٠٠
المنوال	٢٢٦
الانحراف المعياري	٢٦.٦٨١
التباين	٧١١,٨٦٤
الالتواء	١.٠٢٢
التفرطح	-٠.٤٤٤
المدى	١٩٠
أقل درجة	١٠٠
أعلى درجة	٢٩٠

وصف المقياس بصيغته النهائية: تألف مقياس جودة الحياة النفسية بصورته النهائية من (٥٦) فقرة موزَّعة على ستة مجالات وهي: (مجال الاستقلالية ويتألف من (١٠) فقرات، ومجال الإتقان البيئي ويتألف من (٩) فقرات، ومجال النمو الشخصي ويتألف من (٩) فقرات، ومجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين وتتألف من (١٠) فقرات، ومجال الغرض من الحياة ويتألف من (٩) فقرات، ومجال تقبل الذات ويتألف من (٩) فقرات، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس (٥٦-٢٨٠) وبمتوسط فرضي (١٦٨).

عينة التطبيق النهائي: اختيرت الكليات (التربية للعلوم الإنسانية- الآداب- التربية للعلوم الصرفة- الهندسة) بطريقة عشوائية عن طريق الكيس بواقع (٢) كلية للتخصص العلمي و(٢) كلية للتخصص الانساني، لذا سُحب (٤٠٠) طالب وطالبة من مجتمع (٢٩٧٠٨) يتوزعون على (٤) كليات بصورة عشوائية عنقودية بواقع (٢٠٠) من الذكور و(٢٠٠) من الإناث.

الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة وسائل إحصائية متنوعة إذ أُفِيدَ من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) في إجراءات البناء وفي تحليل نتائج البحث، باستعمال الوسائل الإحصائية الآتية:(الاختبار التائي لعينة واحدة،الاختبار التائي لعينتين مستقلتين،معامل ارتباط بيرسون، معادلة إلفا كرونباخ، تحليل التباين الثنائي).

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

أولاً: التعرف على جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة: بعد أنَّ طُبِقَ مقياس جودة الحياة النفسية على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة، أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (٢,٠٢) درجة، وعند مقايستها مع القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) تبين أنَّها دالة إحصائيا، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لعينة الطلبة على مقياس جودة الحياة النفسية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
				المحسوبة	الجدولية		
٤٠٠	١٧٠,٥١	٢٤,٧٨٦	١٦٨	٢,٠٢	١.٩٦	٠.٠٥	دال إحصائياً

يتضح من الجدول أعلاه أن عينة البحث تتمتع بجودة الحياة النفسية إذ كان متوسط درجاتهم أعلى من المتوسط الفرضي وهذا يدل أنَّها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥)،وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أنَّ طلبة الجامعة في هذه المرحلة العمرية يتميزون بنوع من الاستقلالية والسيطرة على حياتهم الشخصية والثقة بالنفس والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين وارتفاع مستوى التقدير الذاتي والتعامل مع المواقف بطريقة إيجابية والسعي إلى تحقيق أهدافه وطموحاته في الحياة، وهذه النتيجة تتفق وتتقارب مع دراسة (رجيعة،٢٠٠٩) التي أظهرت تمتع الطلاب بجودة الحياة النفسية، كذلك تتفق مع التوجه النظري (لكارول رايف،١٩٨٩) التي ترى أنَّ شعور الفرد بجودة الحياة النفسية انعكاس لدرجة إحساسه بالسعادة التي حددتها بالعوامل الستة ويضم كل عامل مجموعة من السمات تمثل نقاط التقاء لتحديد معنى جودة الحياة النفسية التي تتمثل في وظيفة الفرد الإيجابية لتحسين جوانب حياته في مراحلها المختلفة (Ryff,1989:1072)، وكذلك ترى Ryff& (Singer,2008) أن من خصائص الأفراد الذين يتمتعون بجودة الحياة النفسية هو امتلاك توجه إيجابي نحو الذات وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين والشعور بالتطور المستمر للذات والتحكم في البيئة المحيطة بهم وكذلك القدرة على الاعتماد على النفس وتقييم الذات في ضوء المعايير الشخصية (Ryff & Singer,2008:25-26).

ثانياً: التعرف على الفروق في جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغيري: الجنس (ذكور- إناث) والتخصص (علمي- إنساني): بهدف التعرف على الفروق في درجات العينة في جودة الحياة النفسية على وفق متغيري (الجنس، التخصص)، لتحقيق هذا الهدف تم اختبار الفرضية الصفرية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق متغيري (الجنس، التخصص): وللتحقق من صحة الفرضية تم معالجة البيانات إحصائياً باستعمال اختبار تحليل التباين الثنائي والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)تحليل التباين لاختبار دلالة الفروق في جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري (الجنس – التخصص)

التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	الدلالة
الجنس	١٨٦٩,٦٦	١	١٨٦٩,٦٦	٤,٤٩٢	دال إحصائيا
التخصص	٤٥٧٣,١٠٢	١	٤٥٧٣,١٠٢	٣,٦٤١	غير دال
الجنس* التخصص	١٦٩,٦٦٨	١	١٦٩,٦٦٨	٠,١٥٦	غير دال
الخطأ	٦١٥٤٥,٢٣٠	٣٩٦	٦٦١٢,٤١١		
المجموع	٤٦٣٦٨١١,٠٠٠	٤٠٠			
المجموع المصحح	٦٣٤١٤,٨٦٧	٣٩٩			

يتضح من الجدول أعلاه: أ- ليس هناك تفاعل بين متغيري (الجنس، التخصص) في درجات جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (٠,١٥٦) درجة وبمقايستها بالقيمة الفائية الجدولية (٣,٨٤) درجة، تبين أن القيمة الفائية للفرق غير دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

ب-هناك فرق ذو دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور، إناث) إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (٤,٤٩٢) درجة، وبمقايستها بالقيمة الفائية الجدولية (٣,٨٤) درجة تبين أن القيمة المحسوبة للفرق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩/١)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة.

ج-ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة على وفق متغير التخصص (علمي، إنساني) إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (٣,٦٤١) درجة، وبمقايستها بالقيمة الفائية الجدولية (٣,٨٤) درجة تبين أن القيمة المحسوبة للفرق غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩/١)، وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة، وللتعرف على اتجاه الفروق بين الجنسين (ذكور، إناث) استخدمت المقارنات المزدوجة التي تشير إلى أن الفروق دالة إحصائياً لصالح الذكور والجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) نتائج تحليل المقارنات المزدوجة للكشف عن اتجاه الفروق بين الجنس (ذكور- إناث) على مقياس جودة الحياة النفسية

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	الخطأ المعياري للفرق	الدلالة
ذكر	١٠٨,٩٢٠	١٤,١٥٤	٨,٨	٤,٠٣٢	دال إحصائيا
أنثى	١٠٣,٣١٠	١١,٣٤٧			

يمكن تفسير ذلك في ضوء التنشئة الاجتماعية وكيفية تعامل الأسرة مع الذكور والإناث إذ أن الأسرة تفرض الكثير من القيود على الإناث الأمر الذي يؤدي إلى عدم قدرتها على إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وبالتالي ينعكس على عدم قدرتهن على تقبل أنفسهن وإحساسهن الايجابي بالحياة في الوقت الذي تعطي فيه الأسرة الحرية الكاملة للذكور من حيث اختيار الأصدقاء وإقامة العلاقات الاجتماعية

الايجابية مع الآخرين حيث يكون الذكور أكثر اجتماعية من الإناث في مختلف مجالات الحياة ومن ثم ينعكس ذلك ايجابياً على التوافق النفسي والاجتماعي لهم وبالتالي على تحقيقهم لجودة الحياة النفسية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (رجيعة،٢٠٠٩) التي أظهرت نتائجها وجود فروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير الجنس وكان لصالح الذكور.

ملخص النتائج:

١-أنَّ طلبة الجامعة يتمتعون بجودة الحياة النفسية.

٢-وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة النفسية وكان لصالح الذكور.

٣-عدم وجود فروق بين التخصص العلمي والإنساني في جودة الحياة النفسية.

التوصيات:

١-تعزيز جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة لمساعدتهم في حل مشاكل الحياة اليومية.

٢-الإفادة من مقياس جودة الحياة النفسية وتطبيقه على عينات مختلفة.

المقترحات:

١-إجراء دراسة تتناول جودة الحياة النفسية وعلاقتها بمتغيرات نفسية أُخرى مثل (الثقة بالنفس، التفاؤل، الكفاية الذاتية).

٢-إجراء دراسة لمعرفة فاعلية برنامج تدريبي لتنمية جودة الحياة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

المصـــادر

المصادر العربية:

١-أبو هاشم، السيد محمد (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، **مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق، العدد(٨١)،ص ص٢٦٨-٣٥١.

٢-أحمد، سمية علي عبد الوارث وحسين، وفاء سيد محمد (٢٠٠٩): فاعلية الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية التربية، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، السعودية، المجلد ٣ (العدد ١)، ص ص٢١٥-٢٤٢.

٣-الخزاعي، نصير محمد محمود (٢٠١٦): **الدافعية الإبداعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة**، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة القادسية.

٤-الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١) : **الاختبارات والمقاييس النفسية**، جامعة الموصل، الموصل.

٥-القحطاني، الجازي بنت عبد الله و الكثيري، نورة بنت علي (٢٠١٧): جودة الحياة النفسية لدى ذوات صعوبات التعلم وعلاقتها ببعض المتغيرات، **مجلة التربية الخاصة والتأهيل**، مصر، المجلد ٥، العدد ١٩، ص ص١٣٧-١٨٥.

٦-داود، عزيز حنا وعبد الرحمن، أنور حسن(١٩٩٠): **مناهج البحث التربوي**، وزارة التعليم العالي

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣ (ب) - المجلد ٤٣ - السنة ٢٠١٨

والبحث العلمي، جامعة بغداد.

٧- رجيعة، عبد الحميد عبد العظيم (٢٠٠٩): التحصيل الأكاديمي وإدراك جودة الحياة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي الذكاء الاجتماعي من طلاب كلية التربية بالسويس، **مجلة كلية التربية**-جامعة الإسكندرية، المجلد ١٩، العدد(١)، ص ص١٧٢-٢٢٧.

٨- سليم، عبد العزيز إبراهيم أحمد (٢٠٠٩): **فعالية برنامج علاجي في خفض حدة الإعاقة النوعية للغة وأثره في تحسين جودة الحياة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية**، أطروحة دكتوراه منشوره، كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية.

٩-سليمان، حنان مجدي (٢٠٠٩): **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مريض السكر المراهق "دراسة سيكومترية إكلينيكية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق، مصر.

١٠-شقورة، يحيى عمر (٢٠١٢): **المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة**، رسالة ماجستير منشوره، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

١١- عكاشة، محمود فتحي و سليم، عبد العزيز إبراهيم (٢٠١٠): **العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقة اللغوية**"، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر العلمي السابع لكلية التربية بجامعة كفر الشيخ بعنوان" جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية"، كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية، في الفترة من ١٣-١٤ إبريل ٢٠١٠.www.gulfkids.com

١٢-علام، صلاح الدين محمود (١٩٨٩): **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، ط (١)، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٣-عودة ، احمد سلمان (١٩٩٨):**القياس والتقويم في العملية التدريسية** ، ط٢ ، دار الأمل ، الأردن .

١٤-مبارك، بشرى عناد (٢٠٠٩):جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، **مجلة كلية الآداب**، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، العدد٩٩، ص ص٧١٤-٧٧١.

١٥-ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠): **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، ط (٣) ، دار المسيرة، عمان.

المصادر الأجنبية

16-Anstasi, A. (1976) : " **psychological Testing** " . New York : Mcmillan publishing Co.Inc.

17-Anastasi, A, and Urbina, S (1988).Psychological Testing, New York.

18-Diener, E &Diener, M (1995): Cross cultural correlates of life satisfaction and self csteem,**Journal of Personality and Social Psychology**, 68, pp 653-663.

19-Ebel , R . L (1972) : Essential of Education Measurment . New Jersey: Printice – Hill.

20-Edmunds,L & Stewart-Brown,S (2002). **Assessing Emotional and Social Competence in Primary School and Early Years Settings:A Review of Approaches**, Issues and Instruments, Health Services Research Unit, University of Oxfor.

21-Gavala, J. R., &Flett, R. (2005). Influential Factors Moderating Academic Enjoyment/ Motivation and Psychological Well-being for Maori University Students at Massey University, **New Zealand Journal of Psychology**; 34 (1).

22-Krejcie,R. & Morgan, D (1970):"**Determining sample size for research activities**. Education and Psychological Measurement.30.607-610.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣ (ب) - المجلد ٤٣ - السنة ٢٠١٨

23-Mehrens,W. A. &Lehmann,I. (1984): **Measurement and evaluation in education and Psychology**. New york: Holt Rinehart &Wiston.
24-Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being, **Journal of Personality and Social Psychology**; 57 (6): pp 1069-1081.
25-Ryff, C. D.; Love, G. D.; Urry, H. L.; Muller, D.; Rosenkranz, M. A.; Friedman, E. M.; Davidson, R. J., & Singer, B. (2006). **Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?**, Psychotherapy and Psychosomatics;75:85–95.
26-Ryff, C.,& Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-being,**Journal of Happiness Studies**, 9, 13-39.
27-Stewart-Brown,S (2000). **Parenting, well-being, health and disease**. In Buchanan, A &Hudsen,B. (eds). Promoting Children's Emotional Well-being. Oxford: Oxford University press.
28-Ventegodt, C. et al., (2003):Mesurment of Quality of life, **The scientific world Journal**, No. (3), pp: 1030-1040.