مجلة جامعة بابل / العلوم الانسانية /المجلد 20/ العدد 4: 2012

تقدير الذات وعلاقتـه بجودة الحياة لطالبات جامعة بابل

ناهده عبد زيد الدليمي إيمان مخيل حسن
إيمان عامر عز الدين آيـة كاظم عباس

ملخص البحث

هدف البحث إلى التعرفعلى قيم تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات جامعة بابل،والتعرف على الفروق في تقدير الذات وجودة الحياة بين الصفوف الدراسية، مع إيجاد علاقة الارتباط بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل، واستعملت الباحثات المنهج الوصفي بالأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية والمقارنة لعينة البحث التي تم اختيارها بصورة عشوائية طبقية من طالبات جامعة بابل في كليات تم اختيارها أيضا بالطريقة العشوائية والكليات هي (الدراسات القرآنية والتربية والعلوم بنات والتربية الرياضية والتربية الفنية) وللصفوف الثاني والثالث والرابع فقط وبعدد(٨٢) طالبة للعام الدراسي(٢٠١٠-٢٠١١)،واستعملت الباحثات أدوات البحث العلمي المناسبة ومقياسي تقدير الذات وجودة الحياة، وتم إجراء تجربتين استطلاعيتين على عينات من مجتمع البحث الأصلي البالغ عدده(٢٠٠) طالبة، وإيجاد الأسس العلمية للمقياسين قيد الدراسة وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا ومن ثم مناقشتها اعتمادا على المصادر العلمية ذات العلاقة استنتجت،خرجت الباحثات عدة استنتاجات كان من أهمهاوجود علاقة ارتباط معنوية بين تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات الصفين الثالث والرابع في جامعة بابل، كذلك تفوق طالبات الصف الرابع في متغيري تقدير الذات وجودة الحياة، فضلا عن صلاحية مقياسي تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات جامعة بابل(عينة البحث)،وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصت الباحثات التأكيد على إجراء اختبارات دورية لمقياسي تقدير الذات وجودة الحياة على الطالبات والاهتمام بتدعيم تقدير للطالبات وذلك من خلال مناهج برامج الإعداد النفسي المنسقة مع مناهج التعليم الجامعي ليزداد إدراكهن بذاتهن.

الباب الأول

١-التعريف بالبحث

١-١مقدمة البحث واهميته:

لقد انتشر مفهوم تقدير الذات في أوائل السبعينيات،إذ تناوله الباحثون بالدراسة وربطوا بينه وبين السمات النفسية الأخرى، بل تعدى الأمر إلى أن وضع بعض العلماء بعضاً من الحقائق والفروض التي ترقى إلى مستوى النظرية، وتقدير الذات مفهوم متعدد الأبعاد موجود بدرجات متفاوتة لدى الأفراد وهو عنصر مهم يندرج ضمن مفهوم الذات ويعكس مدى إحساس الفرد بقيمتهِ وكفاءتهِ، فعندما يكون للأفراد اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم مرتفعاً, وعندما يكون لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضاً, وبعبارة أخرى فإن تقدير الذات هو التقييم العام لحالة الفرد كما يدركها بنفسهِ.

كما أن مفهوم جودة الحياة التطور الأحدث في قضية شغلت البشرية منذ القدم تحت مسميات متعددة، ويرتبط هذا المفهوم بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين وهما الرفاه والتنعّم, كذلك يرتبط بمفاهيم أخرى, كالتنمية(توسيع خيارات متعددة تضم حريات الإنسان وحقوق الإنسان والمعرفة, وتعد الخيارات ضرورة لرفاه الإنسان), والتقدم (الترقي بحال الإنسان في الحياة نتيجة للتطور المعرفي والعلمي) وإشباع الحاجات (الشعور بالرضا والارتياح عند إشباع الحاجات والدوافع).

وتكمن أهمية الدراسة في أنها محاولة للتعرف على العلاقة بين كل من تقدير الذات وجودة الحياة لدى عينة مهمة من المجتمع الجامعي ألا وهي طالبات جامعة بابل، فالظروف الاجتماعية والدراسية الصعبة التي يعشن فيها ومحاولة التخفيف منها تفرض علينا بحث مدى فاعلية ومشاركتهن في المجتمع في تسيير أمورهن، فقيمة كل فرد في مجتمعه تتحدد من خلال احترامه لرأيه وإسهاماته في تسيير أمور مجتمعه، كما أن الدراسات في مجال علم النفس والذي تقع في إطاره هذه الدراسة دراسات قليلة فى حدود علم الباحثات، وتأمل الباحثات أن تسهم هذه الدراسة فى وضع لبنة صغيرة في صرح علم النفس التربوي وجودة الحياة، فضلا عن ذلك يستفيد من هذه الدراسة المتخصصين والمهتمين في هذا المجال سواء في المراكز العلمية الجامعية والمؤسسات ذات العلاقة والعاملين فيها من أجل الاستفادة وتقديم الخدمات الإرشادية والنفسية لزيادة تقدير الذات والشعور بجودة الحياة لهذه الفئة من المجتمع، إذ تعد من أهم الشرائح في المجتمع ألا وهن طالبات التعليم الجامعي.

١-٢مشكلة البحث:-تمر الطالبة الجامعية خلال مرحلة التعليم الجامعي بأحداث يمكن لها أن تؤثر سلبا في تقديرها لذاتها، لذا من الطبيعي جدا أن تواجه مصاعب أو معوقات تحول دون تحقيق التوافق والأنسجام المطلوب وتظهر على شكل ازمات من الضروري مواجهتها وحلها ومن امثلتها قلق الامتحان والوحدة وسوء العلاقات بين الزملاء والزميلات وصراع القيم والعادات، ولما كانت الجامعة تهتم بتنمية الشخصية السوية للطالبة وعنايتها بالمعرفة العلمية فان حرصها على تحقيق نمو سوي شامل للطالبة من خلال تربية شاملة تعنى بجميع الجوانب الخاصة بها،لذا تتحدد مشكلة الدراسة في هيئة تساؤلات وهي ما هو مقدار تقدير الذات وجودة الحياة لدى أفراد العينة وما هي طبيعة العلاقة بين هاذين المتغيرين؟

١-٣ أهداف البحث:

١-التعرف على قيم تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات جامعة بابل.

٢-التعرف على الفروق بين الصفوف الدراسية لطالبات جامعة بابل في تقدير الذات وجودة الحياة.

٣-إيجاد علاقة الارتباط بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل.

١-٤ فروض البحث:

١-وجود فروق معنوية في تقدير الذات وجودة الحياة بين الصفوف الدراسية لطالبات جامعة بابل.

٢-وجود علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري:- طالبات جامعة بابل للعام الدراسي(٢٠١٠-٢٠١١).

١-٥-٢ المجال الزماني:-المدة من٢٠١٠/١١/١ ولغاية ٢٠١١/٤/١.

١-٥-٣ المجال المكاني:-كليات جامعة بابل(الدراسات القرآنية والتربية والعلوم بنات والتربية الرياضية والتربية الفنية).

١-٦ تحديد مصطلحات الدراسة:

١-جودة الحياة:-هو" تعبير عن مدى ادراك الفرد وتقييمه للجوانب المادية واهميتها في حياته في ظل الظروف التي يعيشها ،حيث تتضح في مستويات السعادة والشقاء التي قد تؤثر بشكل كبير في طريقة تعامل الفرد في حياته اليومية".[١]

٢-مستوى تقدير الذات:-هو الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس تقدير الذات.*

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدرسات السابقة:

٢-١ الدراسات النظرية:

٢-١-١ تقدير الذات:-الشخصية الإنسانية ظاهرة تكوينية وعملية إنمائية مستمرة في غاية التعقيد،وتتضمن التفاعل بين الفرد وبيئته المادية والنفسية والاجتماعية،وهي الإطار الخاص بالفرد والذي تنتظم فيه طبيعته الجسمية والعقلية والنفسية وخلاصة خبرته التي مر بها ، وما اكتسبه من أفكار ومعتقدات بصورة مقصودة وغير مقصودة، والتي تتفاعل فيما بينها في مواجهة المثيرات البيئية المختلفة،مؤدية إلى استجابات خاصة تدل على الكيفية الفريدة التي مر بها هذا التفاعل في موقف معين، ومعنى ذلك أن الشخصية ترتكز على عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية، وهما عامل الوراثة وعامل الخبرة ، التي تكتسب من البيئة، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلا بالتفاعل بين هذين العاملين،

وتعد الذات "تنظيم يحدد للفرد شخصيته وفرديته التي تظهر معها طبيعة جذابة التي تحدد له أسلوبه المتميز في الحياة ،ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان، ويعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية. ،كما تعد الذات الجزء من المجالّ الظاهري الذي يتحدد علي أساسه السلوك المميز للفرد، كذلك فالطريقة التي يدرك بها الفرد ذاته هي التي تحدد نوع شخصيته،لذا فإن فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته.[٣]

أما تقدير الذات فيعرف بأنه" مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والقبول والنجاح". ، ويعرف أيضا بأنه" مجموعة ممن التقديرات التي يعطيها الحسنة والسيئة التي تتضمنها عبارات الاختيار من حيث درجة توافرها في ذاته، وأن تقدير الفرد لذاته يمكن أن يتكون من علاقاته بالآخرين، فهو يرتبط بعلاقة الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه الأفراد المحيطون ويعيشون معهم" .[٥]

١-حسن مصطفى عبد المعطي.الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر، المؤتمر العلمي الثالث ،الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة ،جامعة الزقازيق،٠٥ ،ص٤ ٣ ٣.

*تعريف اجرائي.

٢-حسين على محمد فايد وجهة الضبط وعلاقتها بتقدير الذات وقوة الأنا لدى متعاطي المواد ، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد ٢ ٤، القاهرة ،١٩٩٧، ص ١١٩.

٣-لبنى الطحان:تقدير الذات وعلاقته ببعض المخاوف لدى الطفل الأصم، رسالة ماجستير ، جامعة عين شمس١٩٩٥، ص ٣٧ .

٤-مصطفى فهمي:الصحة النفسية، دراسة في سيكولوجية التكيف،القاهرة،المطبعة العربية الحديثة٩٧٩ ط٥ ٤ ٢.

٥-هانم عبد المقصود:نمو القدرة الابتكارية وعلاقتها بنمو تقدير الذات، رسالة ماجستير ،كلية التربية،جامعةعين شمس١٩٨٣،ص ١٤.

كما هنالك تعريف آخر لتقدير الذات بأنه "مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستند عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به ، ومن هنا فإن تقدير الذات يعطى تجهيزاً عقلياً يعد الشخص للاستجابة طبقاً لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية" ،ويشار إلى تقدير الذات بأنه "بمثابة تصميم الفرد لذاته في مسعى منه نحو التمسك بهذا التصميم ، فيما يتضمنه من إيجابيات تدعوه لاحترام ذاته مقارنا بالآخرين، وفيما يتضمن هذا التصميم أيضا من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين في الوقت الذي يسعي فيه للتخلص منه".[٢]

ولمفهوم تقدير الذات اتجاهات عدة هي كما يأتي:-[٣]

١-تقدير الذات بوصفه اتجاه. ٢- تقدير الذات بوصفه حاجة. ٣-تقدير الذات بوصفة حالة.

وهناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في الذات والتي تؤدي إلي تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الأفراد، وهي:-[٤]

١-الرعاية الأسرية. ٢-العمر والجنس. ٣ -المدرسة. ٤-عوامل ناشئة عن المواقف الجارية.

٢-١-٢ جودة الحياة:-ركز غالبية الباحثين على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لتعريف جودة الحياة, ويتضمن البعد الموضوعي لجودة الحياة مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل أوضاع العمل ومستوى الدخل والمكانة الاجتماعية الاقتصادية وحجم المساندة المتاحة من شبكة العلاقات الاجتماعية.

ومع ذلك تُظهر نتائج البحوث ان التركيز على النتائج الموضوعية لجودة الحياة لا يسهم إلا في جزء صغير من التباين في التقديرات الكلية لجودة الحياة ،, كما يبدو أن الارتباط بين المؤشرات الذاتية والمؤشرات الموضوعية لجودة الحياة كما تقاس هي(الرفاهية الشخصية العامة والرضا عن الحياة والسعادة الشخصية).[٧]

وعلى الرغم من عدم الاتفاق على تعريف واحد لمفهوم جودة الحياة إلا أنه عادة ما يشار في أدبيات المجال إلى تعريف منظمة الصحة العالمية بوصفه أقرب التعريفات إلى توضيح المضامين العامة لهذا المفهوم إذ ينظر فيه إلى جودة الحياة بوصفها" إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وانسياق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع(أهدافهُ وتوقعاته وقِيَمه واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية وحالته النفسية ومستوى استقلاليته وعلاقاته الاجتماعية واعتقاداته الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة , وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته.[٨]

في حين يرى باحثون آخرون إن جودة الحياة أحد مكونات أو أبعاد ما يعرف بجودة الحياة بصفة عامة, إذ أن مفهوم جودة الحياة مفهوماً متعدد الأبعاد يتضمن أربعة أبعاد هي (الكفاءة السلوكية وضبط البيئة أو السيطرة

---

[١]-عبد الرحيم بخيت:دور الجنس في علاقته بتقدير الذات،بحوث المؤتمر الأول لعلم النفس،الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩٨٥،ص ٦.

[٢]- صفوت فرج .القياس النفسي ط ٣، القاهرة، الأنجلو المصرية؛١٩٩٧ص ٢٣ ٢- ٢٤٨.

[3]-Harnish, D.L: Self-Esteem in Children, British Journal of Education Psychology,(70),2000, p229-242 .

[٤]-أحمد عكاشة:الطب النفسي المعاصر، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية١٩٩٨ ص ٨ ١.

[5]- Bishop , M. , &Feist-price , S. Quality of life in rehabilitation counseling : Making the philosophical practical . Rehabilitation Education 15(3),2001,p 201-212 .

[6]- Diener , E. , suh , E.M. , Lucas , R.E. , & Smith H.L . Subjective well-being : Three decades of progress . psychological Bulletin , 1999, 125 , 276-302 .

[7] -Michalos , A.C. Global report on student well-being : Volume Life satisfaction and happiness . New York : Springer-verlag, 1991, p 10-19 .

[٨]-علي مهدي كاظم&عبد الخالق نجم البهادلي.جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين(دراسة ثقافية مقارنة),مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة, الدنمرك٢٠٠٥ ص ٧ ٦- ٧ ٨.

عليها وجودة الحياة المدركة وجودة الحياة النفسية. ، كما إن بعد جودة الحياة النفسية المكون المحوري لجودة الحياة بصفة عامة إذ تعرف جودة الحياة النفسية على وجه التحديد بأنها "بالإضافة إلى تحرر الفرد أو خلوه من الأعراض الدالة على الاضطراب النفسي, أي أنها التقدير الإيجابي للذات والاتزان الانفعالي والإقبال على الحياة وتقبل الآخرين. ،ولا يختلف هذا التعريف في مضمّونه عن تعريف أخر لجودة الحياة ومفاده أن جودة الحياة هي" الادراكات الحسية للفرد تجاه مكانته في الحياة من الناحية الثقافية ومن منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته وثوابته ومعتقداته, وتشمل أوجه الحالة النفسية ومستوى الاستقلال الشخصي".[٣]

٢-٢الدراسات السابقة:

٢-٢-١دراسة علي محمد الديب ((١٩٩١).٤

عنوان الدراسة(العلاقة بين تقدير الذات ومركز التحكم والإنجاز الأكاديمي في ضوء حجم الأسرة وترتيب الطفل في الميلاد).

هدفت الدراسة إلى توضيح العلاقة بين كل من تقدير الذات ومركزالتحكم والدافع للإنجاز الأكاديمي،وتكونت عينة الدراسة من(٢١٥)طفلا وطفلة (١٣٣)ذكر و(١٨٢) إناث من الصف السادس الابتدائي بمنطقة صور بسلطنة عمان،وقد استعمل الباحث مقياس مركز الضبط للأطفال ما قبل المدرسة والمدرسة الابتدائية ومقياس تقدير الذات،وتوصل الباحث إلى عدة استنتاجات أهمها وجود علاقة قوية بين ضعف تقدير الذات وضعف الدافعية التي تؤدي إلي الفشل، وعلاقة قوية بين ارتفاع تقدير الذات وارتفاع الدافعية التي تؤدي للنجاح الأكاديمي،كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في تقدير الذات ولصالح الإناث.

٢-٢-٢ دراسة عبد الخالق موسى جبريل(١٩٩٣).٥

عنوان الدراسة(تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا).

هدفت الدراسة التعرف على الفروق في تقدير الذات لدى المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا ،وأيضا معرفة الفروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث في المرحلة الثانوية وتكونت عينة الدراسة من(٦٠٠)طالب وطالبة نصفهم من ذوى التحصيل المرتفع والنصف الآخر من ذوى التحصيل المتدني وبالتساوي (ذكورًا وإناثاً)،وقد استعمل الباحث مقياس تقدير الذات للباحث نفسه،وفي معالجته الإحصائية طبق الباحث تحليل التباين الثنائي،والمتوسط الحسابي وتوصل الباحث إلى عدة استنتاجات أهمها وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة المتفوقين والغير

---

[1]- Carlson, J & Hyde, M, Personality and political recruitment, actualization or compensation Journal of psychology,1980 ,pp.117-120.

[2]-Kristen ,C.K,et.al: Gender Differences in Self-Esteem,Ameta Analysis ,Psychological Bulletin,125,(4) ,1999,p470-500.

[3]- Laurence , D: The Development of self-esteem questionnaire. Journal of Education Psychology, vol 1981,No.(7), p 245-251.

٤-علي محمد الديب:العلاقة بين تقدير الذات ومركز التحكم والانجاز الأكاديمي في ضوء حجم الأسرة وترتيب الطفل في الميلاد،مجلة الدراسات النفسية،سبتمبر، العددلأ ول ١ ١٩٩ .

٥-عبد الخالق موسى جبريل:تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا، مجلة دراسات،السلسلةأ،العلو م الإنسانية،عط ن،عمادة البحث العلمي ، الجامعة الأردنية، ١٩٩٣.

متفوقين وعدم وجود فروق في الدرجة الكلية لتقدير الذات يعزى لمتغير الجنس ،كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس تقدير الذات تعزى لمتغير مكان الإقامة.

الباب الثالث

٣-منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث:-اتبعت الباحثات في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملاءمته لموضوع وأهداف الدراسة، إذ يتناول دراسة"أحداث وظواهر وممارسات قائمة موجودة متاحة للدراسة والقياس كما هي دون تدخل الباحث في مجرياتها, ويستطيع الباحث أن يتفاعل معها ويحللها "[١]

٣-٢ مجتمع البحث وعينته:-بلغ حجم المجتمع الأصلي للدراسة(٢٠٠) طالبة،المسجلات للدراسة في جامعة بابل، للعام الدراسي(٢٠١٠- ٢٠١١)،وتم اختيار عينة عشوائية طبقية من طالبات جامعة بابل في كليات تم اختيارها ايضا بالطريقة العشوائية والكليات هي (الدراسات القرآنية والتربية والعلوم بنات والتربية الرياضية والتربية الفنية) وللصفوف الثاني والثالث والرابع فقط، استجابت منهن على مقياسي الدراسة(٨٢) بنسبة استجابة(٤١%)،بواقع(٢٤) طالبة في الصف الرابع،و(٣٣) طالبة في الصف الثالث، و(٢٥) طالبة في الصف الثاني،وكما هو مبين في الجدول (١).

الجدول(١) يبين عدد أفراد عينة والبحث وتفاصيلها

ت	التفاصيل	العدد	النسبة المئوية
١	المجتمع الكلي	٢٠٠	%١٠٠
٢	العينة المستجيبة للمقياسين	٨٢	%٤١
٣	العينة الاستطلاعية الاولى	٤٨	%٢٤
٤	العينة الاستطلاعية الثانية	٥٢	%٢٦
٥	الاستمارة المستبعدة	١٨	%٩

٣-٣ أدوات البحث:-استعانت الباحثات بالأدوات الآتية:-

١-الاستبانة. ٢-المقابلة. ٣-الاختبارات والقياس.

٣-٤ تحديد متغيرات البحث:

٣-٤-١مقياس تقدير الذات:-استعملت الباحثات مقياس تقدير الذات الذي أعده(روزنبيرج) الذي يعد من أكثر مقاييس تقدير الذات استعمالا من الباحثين على المستوى العالمي ،قام بترجمته للغة العربية سالم سليم الغنبوصي(٢٠٠٤). ،ويتكون المقياس من(١٠)فقراتٌ ذات مقياس متدرج على وفق طريقة ليكرت(موافق بشدة،موافق، غير موافق بشدة،غير موافق)،ويتألف المقياس من(١٠)فقرات خمسة منها ايجابية وأرقامها هي(١،٣،٤،٦،٩)وخمسة سلبية أرقامها(٢،٥،٧،٨،١٠) وفيما يتعلق بحساب الدرجات فأنها تمنح على وفق سلم تنازلي رباعي التدرج(٠،١،٢،٣)،وبالتالي فان الدرجة العظمى للمقياس تبلغ (٣٠)درجة والدرجة الدنيا هي صفرا.

---

١ - إحسان الأغا.البحث التربوي وعناصره – مناهجه وأساليبه ,الجامعة الإسلامية, غزة،٢٠٠٢ ط٤ ص ٣ ٤.

٢-سالم سليم الغنبوصي.تقدير الذات لدى طلاب قسم التربيةالرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الجامعي،الجامعة الادرنية،مجلة دراسات،عدد خاص ببحوث مؤتمر الرياضة نموذج للحياة المعاصرة٢٠٠٤.

٣-٤-٢مقياس جودة الحياة:-أستعمله الباحث سالم سليم الغنبوصي(٢٠٠٦) ،ويتكون المقياس من (٣٨)عبارات ذات مقياس متدرج على وفق طريقة ليكرت(لا أوافق بشدة، لا أوافق، غير متأكد،أوافق، أوافق بشدة)،ويتألف المقياس من(٣٨)فقرة ،وفيما يتعلق بحساب الدرجات فإنها تمنح وفقا لسلم تنازلي خماسي التدرج(١،٢،٣،٤،٠)،وبالتالي فان الدرجة العظمى للمقياس تبلغ (١٤٢)درجة والدرجة الدنيا هي صفرا.

٣-٥التجربة الاستطلاعية:-أجرت الباحثات تجربة استطلاعية أولى بتاريخ ٢٠١١/١١/١٥على عينة عددها(٤٨)طالبة من مجتمع البحث الأصلي تم اختبارهن عشوائياً إذ كان الغرض من إجراء هذه التجربة هو معرفة مدى تفهم الطالبات لفقرات مقياس تقدير الذات،فضلا عن معرفة الوقت المستغرق لتطبيق المقياس مع إيجاد الأسس العلمية للمقياس،إذ أظهرت هذه التجربة أن الوقت الذي تم تحديده من خلالها هو(٣-٥)دقائق،**أما** التجربة الاستطلاعية الثانية الخاصة بمقياس جودة الحياة، فقد تم إجرائها على عينة مكونة من عددها(٥٢) طالبة من مجتمع البحث الأصلي بتاريخ٢٠١١/١١/٢٢،وذلك لمعرفة الوقت المستغرق للإجابة على المقياس، إذ أظهرت هذه التجربة أن الوقت الذي تم تحديده من خلالها هو(٥-١٠)دقائق.

٣-٦الاسس العلمية للمقياسين:

٣-٦-١صدق المقياسين:-لاستخراج صدق مقياسي تقدير الذات وجودة الحياة استعلمت الباحثات صدق المحكمين وذلك باعتماد أراء(٩)من السادة الخبراء والمختصين*عندما عرض عليهم المقياسين لتحديد صلاحية فقراتهما،وقد اتفقوا على أن المقياسين صادقين ويقيس تقدير الذات وجودة الحياة لدى عينة البحث، إذ ظهرت النتائج موافقتهم على جميع فقرات المقياسين وبنسبة اتفاق(١٠٠%).

٣-٦-٢ثبات المقياسين:-لإيجاد ثبات المقياسين استعملت الباحثات طريقتين هما:-

أ-طريقة التجزئة النصفية:- قامت الباحثات بتجزئة مقياس تقدير الذات إلى جزأين وتم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية (٥) فقرات، ومجموع درجات الفقرات الزوجية (٥) فقرات، والمكونة لمقياس تقدير الذات (مجموع الفقرات =١٠ فقرة)، وقد بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بين النصفين(٠,٦٣٦)، ثم استعملت معادلة (سبيرمان- براون)التنبؤية لتعديل طول الاختبار ذلك لأن عدد فقرات المقياس زوجياً (النصفين متساويين)، وقد بلغت قيمة معامل الثبات بعد التعديل بتلك المعادلة(٠,٧٧٨)، مما يدل على أن مقياس تقدير الذات يتسم بدرجة جيدة من الثبات تفي بمتطلبات الدراسة، وبنفس الطريقة استعانت الباحثات ثبات مقياس جودة الحياة وذلك بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية (١٩ فقرة)، ومجموع درجات الفقرات الزوجية(١٩) فقرة، والمكونة لمقياس جودة الحياة البالغ عدد فقراتها(٣٨) فقرة،وقد بلغت قيمة معامل ارتباط (بيرسون) بين النصفين (٠,٦٦٩)، ثم تم استعمال(معادلة سبيرمان-براون)التنبؤية لتعديل طول الاختبار ذلك لأن عدد فقرات المقياس زوجياً ،وقد بلغت قيمة معامل الثبات بعد التعديل بتلك المعادلة(٠,٨٠٢)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠,٠٥)، مما يدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الثبات تفي بمتطلبات الدراسة.

٢-**طريقة ألفا كرونباخ:**- قامت الباحثات لإيجاد ثبات مقياس تقدير الذات أيضا، وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس البالغ عدد فقراته(١٠)فقرات، وقد بلغت قيمة ألفا (٠,٦٧٥)، وهي قيمة تدل على

---

١ -سالم سليم الغنبوصي.جودة المناخ الجامعي من وجهة نظر طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، مسقط، ١٧-١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦.

*ينظر الملحق(٢).

مستوى جيد من الثبات، وهي دالة عند(٠,٠٥)، كما قامت الباحثات باعتماد الطريقة نفسها(طريقة ألفا كرونباخ) لإيجاد ثبات مقياس جودة الحياة في صورته النهائية بحساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس البالغ عدده(٣٨)فقرة، وقد بلغت قيمة ألفا (٠,٨٨٥)، وهي قيمة تدلل على مستوى جيد من الثبات، وهي دالة عند (٠,٠٥).

٣-٦-٣موضوعية المقياس والاختبارات قيد البحث:-ترتبط الموضوعية بطريقة التصحيح أكثر من ارتباطها بالمقياس نفسه, ويرافق لكل مقياس طريقة التصحيح التي تشمل الإجابات الصحيحة أو الخاطئة ويطلق عليها دليل تصحيح الأخطاء" ، ويكون المقياس الذي يشتمل[١] على مفردات الاختيار من متعدد مثلا موضوعيا سواء اجري يدويا أم آليا لان تصحيحها واستخراج نتائجها لا يتأثران بذاتية المصححين المستعملين مفاتيح التصحيح.

٣-٧ تطبيق المقياسين:-بعد التأكد من صلاحية أدوات البحث (مقياسي البحث) قامت الباحثات بتطبيقهما على العينة المستهدفة وذلك بتوضيح بعض النقاط المطلوبة لأفراد العينة وبيان أهداف وأهمية هذه الدراسة، وأيضا حثهن على التعاون والإجابة بكل صدق، وتم ذلك بقاعات خاصة داخل الحرم الجامعي وكانت توزع الاستمارات بنظام المجموعات في جلسة واحدة حتى تمكن الباحثات من تجميعها وتصحيحها بطريقة سهلة وبعد الانتهاء من التطبيق مباشرة تم جمع الاستمارات وترقيمها وترتيبها، ثم قامت الباحثات بتفريغ البيانات وتصحيحها ورصد الدرجات التي حصلت عليها كل طالبة من أفراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياسين تقدير الذات وجودة الحياة، واستبعاد الاستجابات غير الصالحة وبلغ عددها(١٨)استمارة، وتم حساب الدرجة الكلية لكل مقياس، ثم قامت الباحثات بجدولة النتائج ليصبح من اليسر معالجتها إحصائيا.

٣-٧ الوسائل الإحصائية :-قامت الباحثات باستعمال الوسائل الإحصائية آلاتية:-

- النسبة المئوية. -الوسط الحسابي. -الانحراف المعياري. - معامل الاختلاف. - تحليل التباين الأحادي. - اختبار اقل فرق معنوي(L.S.D). - معامل ارتباط بيرسون. -معادلة سبيرمان- براون.

الباب الرابع

٤-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١عرض نتائج تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل وتحليلها:

٤-١-١عرض نتائج تقدير الذات لطالبات جامعة بابل وتحليلها:

الجدول(٢): يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لتقدير لطالبات جامعة بابل(عينة البحث)حسب الصفوف الدراسية

المعالم الإحصائية الصفوف	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
الصف الثاني/ درجة	١٩,٢٤	٣,٧٧	%١٩,٥٩
الصف الثالث/ درجة	٢٣,٤٢	٣,٣٥	%١٤,٣٠
الصف الرابع/ درجة	٢٦,٧٥	٢,٥٦	%٩,٥٧
الصفوف مجتمعة/ درجة	٢٦,٠٦	٣,٣٠	%١٢,٦٦

يبين الجدول(٢) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الاختلاف لعينة البحث في تقدير الذات،إذ نجد أن طالبات الصف الثاني قد حققن وسطاً حسابياً مقداره (١٩,٢٤)بانحراف معياري(٣,٧٧) ومعامل الاختلاف قدره(١٩,٥٩%)،أما طالبات الصف الثالث فقد كان وسطهن الحسابي في تقدير الذات هو (٢٣,٤٢)

[١]- مصطفى محمود الإمام(وآخرون):التقويم والقياس, بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر,١٩٩٠،ص١٤٧-١٤٨.

*ينظر الملحق(١).

بانحراف معياري(٣,٣٥) ومعامل الاختلاف قدره(١٤,٣٠%)، في حين حققت طالبات الصف الرابع لمتغير تقدير الذات وسطاً حسابياً مقداره(٢٦,٧٥)بانحراف معياري(٢,٥٦)ومعامل الاختلاف قدره(٩,٥٧%)،وعند حساب الوسط الحسابي لتقدير الذات لافراد عينة البحث مجتمعة ظهر بقيمة مقدارها(٢٦,٠٦) بإنحراف معياري (٣,٣٠) ومعامل الاختلاف قدره (١٢,٦٦%).

٤-١-٢عرض نتائج الفروقات بين الصفوف الدراسية الثلاثة(عينة البحث)في متغير تقدير الذات وتحليلها:

الجدول(٣): يبين قيمة(F) المحسوبة و قيمتها الجدولية ونوع الدلالة في متغير تقدير الذات بين الصفوف الدراسية الثلاث(عينة البحث)

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة(F) المحسوبة	نوع الدلالة
بين المجموعات	٢٥,٥٧	٢	١٢,٧٨	٨,٠١	معنوي
داخل المجموعات	١٢٤,١٥	٧٩	١,٥٧		
المجموع العام	١٤٩,٧٢	٨١			

يبين الجدول(٣) نتائج الفروق بين الصفوف الدراسية(عينة البحث)في متغير تقدير الذات الثلاثة،إذ كانت قيمة (F)المحسوبة(٨,٠١) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة(٣,٠٧) تحت درجتي حرية(٧٩،٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الصفوف الدراسية في متغير تقدير الذات،مما استدعى استعمال اختبار اقل فرق معنوي(L.S.D)لإظهار أفضلية الفروق بين الصوف الدراسية الثلاث،وكما مبين في الجدول(٤).

الجدول(٤):يبين قيمةاقل فرق معنوي(L.S.D) المحسوبة وقيم فرق الأوساط ونوع الدلالة في متغير تقدير الذات بين الصفوف الدراسية الثلاث(عينة البحث)

المعالم الاحصائية الصفوف	الاوساط الحسابية	فرق الاوساط الحسابية	قيمة الفرق	قيمة(L.S.D) المحسوبة	نوع الدلالة
الثاني	١٩,٢٤	-١٩,٢٤ * ٢٣,٤٢	-٤,١٨	٠,٨٣	معنوي
الثالث	٢٣,٤٢	-١٩,٢٤ *٢٦,٧٥	-٧,٥١		معنوي
الرابع	٢٦,٧٥	-٢٣,٤٢ *٢٦,٧٥	-٣,٣٣		معنوي

يبين الجدول(٤) فرق الأوساط الحسابية بين الصفوف الدراسية الثلاثة وقيمة اقل فرق معنوي(L.S.D) في متغير تقدير الذات، إذ نجد أن الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثاني والصف الثالث هو(-٤,١٨)وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(٠,٨٣)عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين طالبات الصف الثاني والصف الثالث في هذا المتغير ولصالح الصف الثالث، أما الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثاني والصف الرابع هو(-٧,٥١)وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(٠,٨٣)عند مستوى دلالة(٠,٠٥)مما يدل على وجود فرق معنوي بين طالبات الصف الثاني والصف الرابع في هذا المتغير ولصالح الصف الرابع، في حين نجد أن الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثالث والصف الرابع هو(-٣,٣٣)وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(٠,٨٣)عند مستوى دلالة(٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين طالبات الصف الثالث والصف الرابع في هذا المتغير ولصالح الصف الرابع.

٤-١-٣عرض نتائج جودة الحياة لطالبات جامعة بابل وتحليلها:

الجدول(٥):يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لجودة الحياة لطالبات جامعة بابل(عينة البحث) حسب الصفوف الدراسية

المعالم الاحصائية الصفوف	وحدات القياس	الاوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف
الصف الثاني	درجة	١٠٦,٣٢	١٣,٤٠	%١٢,٦٠
الصف الثالث	درجة	١١٠,٧٢	٩,١٠	%٨,٢٢
الصف الرابع	درجة	١١٩,٢٩	٨,٤٣	%٧,٦٧
الصفوف مجتمعة	درجة	١١٧,٩٩	١٠,٢٢	%٨,٦٦

يبين الجدول(٥)قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الاختلاف لعينة البحث في جودة الحياة،إذ نجد أن طالبات الصف الثاني قد حققن وسطاً حسابياً مقداره (١٠٦,٣٢)بانحراف معياري(١٣,٤٠)ومعامل الاختلاف قدره(١٢,٦٠%)،أما طالبات الصف الثالث فقد كان وسطهن الحسابي في جودة الحياة هو(١١٠,٧٢)بانحراف معياري(٩,١٠) ومعامل الاختلاف قدره(٨,٢٢%)، في حين حققت طالبات الصف الرابع لمتغير جودة الحياة وسطاً حسابياً مقداره (١١٩,٢٩)بانحراف معياري(٨,٤٣) ومعامل الاختلاف قدره(٧,٦٧%)، وعند حساب الوسط الحسابي لجودة الحياة لافراد عينة البحث مجتمعة ظهر بقيمة مقدارها(١١٧,٩٩) بانحراف معياري(١٠,٢٢)ومعامل الاختلاف قدره(٨,٦٦%).

٤-١-٤عرض نتائج الفروقات بين الصفوف الدراسية الثلاثة(عينة البحث)في متغير جودة الحياة وتحليلها:

الجدول(٦):يبين قيمة(F) المحسوبة و قيمتها الجدولية ونوع الدلالة في متغير جودة الحياة بين الصفوف الدراسية الثلاث(عينة البحث)

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة(F) المحسوبة	نوع الدلالة
بين المجموعات	٣٩,١٦	٢	١٩,٥٨	٤,١٣	معنوي
داخل المجموعات	٣٧٣,٩٩	٧٩	٤,٧٣		
المجموع العام	٤١٣,١٥	٨١			

يبين الجدول(٦) يبين الجدول(٣)نتائج الفروق بين الصفوف الدراسية(عينة البحث) إذ كانت قيمة (F)المحسوبة(٤,١٣) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة(٣,٠٧) تحت درجتي حرية(٧٩،٢)وعند مستوى دلالة(٠,٠٥)مما يدل على وجود فروق معنوية بين الصفوف الدراسيةفي متغير جودة الحياة،مما استدعى استعمال اختبار اقل فرق معنوي(L.S.D) لاظهار معنوية الفروق بين الصوف الدراسية الثلاث،وكما مبين في الجدول(٧).

الجدول(٧):يبين قيمةاقل فرق معنوي(L.S.D) المحسوبة وقيم فرق الأوساط وقيمتها الجدولية ونوع الدلالة في متغير جودة الحياة بين الصفوف الدراسية الثلاث (عينة البحث)

المعالم الاحصائية الصفوف	الاوساط الحسابية	فرق الاوساط الحسابية	قيمة الفرق	قيمة (L.S.D) المحسوبة	نوع الدلالة
الثاني	١٠٦,٣٢	١٠٦,٣٢- ١١٠,٧٢*	-٤,٤	١,٤٣	رمعنوي
الثالث	١١٠,٧٢	١١٠,٧٢-١١٩,٢٩*	-١٢,٩٧		معنوي
الرابع	١١٩,٢٩	١١٠,٧٢-١١٩,٢٩*	-٨,٥٧		معنوي

يبين الجدول(٧) فرق الأوساط الحسابية بين الصفوف الدراسية الثلاثة وقيمة اقل فرق معنوي(L.S.D) في متغير جودة الحياة، إذ نجد ان الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثاني والصف الثالث هو (-٤,٤) وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(١,٤٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)مما يدل على وجود

فرق معنوي بين طالبات الصف الثاني والصف الثالث في هذا المتغير ولصالح الصف الثالث أما الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثاني والصف الرابع هو(-١٢,٩٧) وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(١,٤٣) عند مستوى دلالة(٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين طالبات الصف الثاني والصف الرابع في هذا المتغير ولصالح الصف الرابع ، في حين نجد ان الفرق بين الوسطين الحسابيين بين طالبات الصف الثالث والصف الرابع هو(-٨,٥٧) وهو اكبر من قيمة(L.S.D)المحسوبة البالغة(١,٤٣)عند مستوى دلالة(٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين طالبات الصف الثالث والصف الرابع في هذا المتغير ولصالح الصف الرابع.

٤-١-٥عرض نتائج علاقة الارتباط بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل وتحليلها:

الجدول(٨) يبين قيمة(ر) المحسوبة وقيمة(ت ر)المحسوبة وقيمتها الجدولية ونوع الدلالة بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل وحسب الصفوف الدراسية

المعالم الاحصائية الصفوف	قيمة(ر) المحسوبة	قيمة(ت ر) المحسوبة	قيمة(ت) الجدولية	نوع الدلالة
الصف الثاني	٠,٠٩	٠,٤٥	٢,٠٧	غير معنوي
الصف الثالث	٠,٤٥	٢,٨١	٢,٠٨	معنوي
الصف الرابع	٠,٢٣	٥,٧٥	٢,٠٧	معنوي
العينة مجتمعة	٠,٠٩	٧,٠٥	١,٩٧	معنوي

يبين الجدول(٨) قيم(ر) المحسوبة ونوع الدلالة بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل وحسب الصفوف الدراسية،إذ أظهرت النتائج أن قيمة(ر) المحسوبة بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات الصف الثاني هي(٠,٠٩)ولبيان معنوية الارتباط تم استعمال قانون(ت ر) ،إذ كانت القيمة المحسوبة لها(٠,٤٥) وهي اصغر من قيمها الجدولية البالغة(٢,٠٧)عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتحت درجة حرية(٢٤)مما يدل على عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين هاذين المتغيرين لدى طالبات الصف الثاني، أما قيمة معامل الارتباط بين متغيري تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات الصف الثالث فقد كانت بقيمة(٠,٤٥) ولبيان معنوية الارتباط تم استعمال قانون (ت ر)،إذ كانت القيمة المحسوبة لها(٢,٨١) وهي اكبر من قيمها الجدولية البالغة(٢,٠٨)عند مستوى دلالة (٠,٠٥)وتحت درجة حرية(٧٩)مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين هاذين المتغيرين لدى طالبات الصف الثالث، فيما كانت قيمة معامل الارتباط بين متغيري تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات الصف الرابع فقد كانت بقيمة(٠,٢٣)ولبيان معنوية الارتباط تم استعمال قانون (ت ر)،إذ كانت القيمة المحسوبة لها(٥,٧٥) وهي اكبر من قيمها الجدولية البالغة(٢,٠٧)عند مستوى دلالة (٠,٠٥)وتحت درجة حرية(٧٩)مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين هاذين المتغيرين لدى طالبات الصف الرابع ، وعند حساب قيمة معامل الارتباط بين تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل (عينة البحث مجتمعة) ظهرت بمقدار(٠,٠٩) ولبيان معنوية الارتباط تم استعمال قانون (ت ر) ،إذ كانت القيمة المحسوبة لها(٧,٠٥) وهي اكبر من قيمها الجدولية البالغة(١,٩٧) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتحت درجة حرية(٧٩)مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين هاذين المتغيرين لدى طالبات جامعة بابل(عينة البحث مجتمعة).

٤-٢ مناقشة النتائج:

٤-٢-١مناقشة نتائج الفروق للصفوف الدراسية الثلاثة بين متغيري تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل :

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدولين(٤،٣) تبين أفضلية واضحة لطالبات الصف الرابع في متغيري تقدير الذات وجودة الحياة، وتعزو الباحثات سبب ذلك إلى ما لديهن من خبرة وممارسة فضلا عن العمر الزمني لديهن يكون اكبر مما هو عليه عند بقية الصفوف الدراسية وهذا يعني ازدياد عامل النضج العقلي والمعرفي الأمر الذي ساعد على إن تكون لطالبات الصف الرابع القدرة العالية على تقدير الذات وجودة الحياة،فضلا عن ذلك تعزو الباحثات سبب ذلك أيضا إلى وجود عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية تتركز عليهما الشخصية،وهما عاملا الوراثة والخبرة التي تكتسب من البيئة، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلا بالتفاعل بين هذين العاملين، إذ"ن تنظيم الذات يحدد للطالبة شخصيتها وفرديتها التي تظهر معها طبيعة جذابة التي تحدد لها أسلوبها المتميز في الحياة، إذ أن" الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان ويعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية".[١]

كما أن الفرد يعزو إنجازاته ويستمد تعزيزات سلوكه من ذاته ، فيتوقع منه في هذه الحالة درجة مرتفعة من تقدير الذات مقارناً بآخر لا يحصل على تعزيزات لتقديره لذاته نتيجة لاعتقاده أنه يحقق ما يحقق ،ويعجز عن تحقيق ما يعجز عنه لا اعتماداً على قدرته و إمكانياته بل اعتماداً على العوامل الخارجية ،ويصبح تقديره لذاته بوصفه فرد فعال منجز تقدير ضئيل.[٢]

٤-٢-٢ مناقشة نتائج علاقة الارتباط بين متغيري تقدير الذات وجودة الحياة لطالبات جامعة بابل:

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول(٨) إن هناك علاقة ارتباط وثيقة وقوية بين متغير جودة الحياة وتقدير الذات لكل من طالبات الصف الثالث والرابع في حين لم تظهر علاقة الارتباط بين هذين المتغيرين لطالبات الصف الثاني،وتعزو الباحثات سبب ذلك إلى أن كلا المتغيرين أحداهما يكمل الأخر ويرتبط به ارتباطاً وثيقا ، إذ إن ارتفاع تقدير الذات لدى طالبات هذه الصفوف قد سبب في استقرار نفسي لدى الطالبات ساعد في تقيمهن لجوانب الحياة بشكل جيد ومتفائل يضاف الى ذلك ما يتعلق بجودة الحياة والتي تتمثل في التطور الحاصل على مستوى التعليمي الجامعي من حيث استعمال وسائل تكنولوجية التعليم في الكليات إضافة الى الإشراف الأكاديمي الجيد من قبل الأساتذة، يضاف الى ذلك الرضا الحاصل لدى الطالبات على نظام القبول والتسجيل وأيضا ما وفرته الكليات من فرص الحصول على المصادر العلمية والمتطلبات الصحية وغيرها،الأمر الذي ساعد على توفر الجو المناسب للطالبات وارتفاع جودة الحياة وتقدير الذات.

---

[١] – هول و ليندزي:نظريات الشخصية،(ترجمة) فرج أحمد وقدري حفني،القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للنشر والتوزيع١٩٧٨، ص ٩ ١ ١٠.

[٢]– صفوت فرج:مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالانبساط والعصابية، ، القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مجلة دراسات نفسيةك اج ١، ١٩٩١،ص ٩.

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١الاستنتاجات:-في ضوء نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها توصلت الباحثات إلى الاستنتاجات الآتية:-

١-عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات الصف الثاني في جامعة بابل.

٢-وجود علاقة ارتباط معنوية بين تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات الصفين الثالث والرابع في جامعة بابل.

٣-أظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين طالبات الصف الثاني والصف الثالث في متغيري تقدير الذات وجودة الحياة.

٤-أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين طالبات الصف الثالث والصف الرابع في متغيري تقدير الذات وجودة الحياة ولصالح طالبات الصف الرابع.

٥-تفوق طالبات الصف الرابع في متغيري تقدير الذات وجودة الحياة.

٦-صلاحية مقياسي تقدير الذات وجودة الحياة لدى طالبات جامعة بابل(عينة البحث).

٥-٢ التوصيات:-بناءاً على ما توصلن إليه الباحثات من استنتاجات فأنهن يوصن بما يأتي:-

١-التأكيد على إجراء اختبارات دورية لمقياسي تقدير الذات وجودة الحياة على الطالبات.

٢-الاهتمام بتدعيم تقدير للطالبات وذلك من خلال مناهج برامج الإعداد النفسي المنسقة مع مناهج التعليم الجامعي ليزداد إدراكهن بذاتهن.

٣- الاهتمام بتدعيم العوامل التي تؤثر في تقدير مفهوم الذات وجودة الحياة بصورة ايجابية للطالبات والتخلي عن خبرات الفشل وذلك من خلال العمل على اكتساب الخبرات والثقافة والوعي.

٤-الاهتمام بتدعيم الحاجات النفسية كالحاجة إلى الأمن والحب واحترام الذات وتقديرها.

٥-إجراء العديد من الدراسات والبحوث وبمواضيع تتناول متغيرات أخرى تتعلق بطالبات الجامعات العراقية ومقاييس نفسية وتربوية أخرى.

المصادر العربية والأجنبية

-أحمد عكاشة:الطب النفسي المعاصر،القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية،١٩٩٨.

-إحسان الأغا.البحث التربوي وعناصره ، مناهجه وأدواته, ط٤,الجامعة الإسلامية,غزة،٢٠٠٢.

-حسن مصطفى عبد المعطي.الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر،المؤتمر العلمي الثالث،الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة،جامعة الزقازيق،٢٠٠٥.

-حسين على محمد فايد:وجهة الضبط وعلاقتها بتقدير الذات وقوة الأنا لدى متعاطي المواد،مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب،العدد ٤٢، القاهرة ، ١٩٩٧.

-سالم سليم الغنبوصي.تقدير الذات لدى طلاب قسم التربيةالرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الجامعي،الجامعة الأردنية،مجلة دراسات،عدد خاص ببحوث مؤتمر الرياضة نموذج للحياة المعاصرة،٢٠٠٤.

-سالم سليم الغنبوصي.جودة المناخ الجامعي من وجهة نظر طلبة كلية التربة بجامعة السلطان قابوس،وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، مسقط، ١٧-١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦.

-صفوت فرج:مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتهما بالانبساط والعصابية،القاهرة،رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مجلة دراسات نفسية، ك١، ج١ ،١٩٩١.

-صفوت فرج .القياس النفسي، ط٣، القاهرة، الأنجلو المصرية،١٩٩٧.

-عبد الرحيم بخيت:دور الجنس في علاقته بتقدير الذات،بحوث المؤتمر الأول لعلم النفس،الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩٨٥.

-عبد الخالق موسى جبريل:تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا،مجلة دراسات،السلسلةأ،العلوم الإنسانية،عمان،عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية ،١٩٩٣.

-علي محمد الديب:العلاقة بين تقدير الذات ومركز التحكم والانجاز الأكاديمي في ضوء حجم الأسرة وترتيب الطفل في الميلاد،مجلة الدراسات النفسية،سبتمبر، العدد الأول،١٩٩١.

-علي مهدي كاظم&عبد الخالق نجم البهادلي.جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين(دراسة ثقافية مقارنة),مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة, الدنمرك،٢٠٠٥.

- لبنى الطحان:تقدير الذات وعلاقته ببعض المخاوف لدى الطفل الأصم، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس،١٩٩٥.

-مصطفى فهمي:الصحة النفسية، دراسة في سيكولوجية التكيف،القاهرة،المطبعة العربية الحديثة،١٩٧٩.

-مصطفى محمود الإمام(وآخرون):التقويم والقياس, بغداد،دار الحكمة للطباعة والنشر,١٩٩٠.

-هانم عبد المقصود:نمو القدرة الابتكارية وعلاقتها بنمو تقدير الذات، رسالة ماجستير،كلية التربية،جامعة عين شمس،١٩٨٣.

-هول و ليندزي:نظريات الشخصية،(ترجمة) فرج أحمد وقدري حفني،القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للنشر والتوزيع،١٩٧٨.

- Bishop , M. , &Feist-price , S. Quality of life in rehabilitation counseling : Making the philosophical practical . Rehabilitation Education 15(3),2001.
- Carlson, J & Hyde, M, Personality and political recruitment, actualization or compensation Journal of psychology,1980.
- Diener , E. , suh , E.M. , Lucas , R.E. , & Smith H.L . Subjective well-being : Three decades of progress . psychological Bulletin , 1999, 125.
-Harnish, D.L: Self-Esteem in Children, British Journal of Education Psychology,(70),2000 .
- Kristen ,C.K,et.al: Gender Differences in Self-Esteem,Ameta Analysis ,Psychological Bulletin,125,(4) ,1999.
- Laurence , D: The Development of self-esteem questionnaire. Journal of Education Psychology, vol 1981,No.(7).
-Michalos , A.C. Global report on student well-being : Volume Life satisfaction and happiness . New York : Springer-verlag, 1991.

الملحق(١) يبين أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياسي البحث عليهم

ت	الاسم	التخصص	اللقب العلمي	مكان العمل
١	د.محمد جاسم الياسري	اختبارات وقياس	أستاذ	جامعة بابل– كلية التربية الرياضية
٢	د.محمود داود	طرائق تدريس	أستاذ	جامعة بابل–كلية التربية الرياضية
٣	د.عامر سعيد	علم النفس الرياضي	أستاذ	جامعة بابل –كلية التربية الرياضية
٤	د.ياسين علوان	علم النفس التربوي	أستاذ	جامعة بابل –كلية التربية الرياضية
٥	د.فاهم الطريحي	علم النفس	أستاذ	جامعة بابل– كلية التربية الرياضية
٦	د.حسين ربيع	علم النفس	أستاذ	جامعة بابل –كلية التربية الرياضة
٧	د.عبد السلام جودت	علم النفس	أستاذ مساعد	جامعة بابل –كلية التربية الرياضة
٨	د.حيدر عبد الرضا	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	جامعة بابل– كلية التربية الرياضة
٩	د.محمد نعمة	علم النفس الرياضي	مدرس	جامعة بابل –كلية التربية الرياضة

الملحق(٢)مقياس تقدير الذات لدى طالبات جامعة بابل

عزيزتي الطالبة:–المعلومات التي تكتب في هذا المقياس تحاط بالسرية التامة ولا تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

تعليمات:

–الغرض من هذا المقياس هو مدى فهمك لنفسك.

–لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خطأ ، فكوني صريحةً واختر الإجابة التي تناسب حالتك.

–المطلوب منك قراءة العبارات جيداً ثم ضع علامة(x) تحت الإجابة التي تناسب حالتك بما يتفق مع مشاعرك الحقيقية.

ت	الفقرات	بدائل الإجابة			
		موافق بشدة	موافق	غير موافق بشدة	غير موافق
١	أنا شخص ذو قيمة مثلي مثل بقية الناس.				
٢	كثيراً ما يراودني شعور بأنني إنسانة فاشلة.				
٣	لدي الكثير من الصفات التي تجعلني افخر بنفسي.				
٤	لدي القدرة على أنجاز الإعمال بجودة عالية				
٥	ليس لديه ما يستحق إن افخر به .				
٦	فكرتي عن نفسي ايجابية بشكل عام.				
٧	اشعر إنني شخص غير نافع على الإطلاق.				
٨	أتمنى إن يكون لدي احترام اكبر لذاتي.				
٩	أنِا راضية تماما عن نفسي.				
١٠	اشعر إنني اقل قدراً من غيري.				

الملحق(٣)يبين مقياس جودة المناخ الجامعي وعلاقته بالتحصيل الجامعي لطالبات جامعة بابل

ت	الفقرات	لا أوافق بشدة	لا أوافق	غير متأكد	أوافق	أوافق بشدة
١	التفاعل مع زملائي داخل غرف الدراسة ايجابي للغاية					
٢	يتيح الأستاذ حرية التعبير ويتقبل أراء الطلبة.					
٣	أستطيع تكوين علاقات جيدة مع الأساتذة من خلال الحوار والنقاش في قاعات الدراسة.					

٤	أدى نظام الإشراف الأكاديمي إلى تكوين علاقات جيدة بيني وبين المشرف الأكاديمي					
٥	اشعر بالرضا عن مستوى التدريس					
٦	تتيح لي الأنشطة الجماعية ذات الصلة بالمقررات الدراسية فرض التعارف على طلبة جدد					
٧	يتبع الأساتذة وسائل تقويم جيدة لقياس الأداء الأكاديمي للطلاب					
٨	اشعر بجو دراسي مريح في الكلية.					
٩	تساعد الأساليب المتبعة على إتقان التعلم .					
١١	اشعر بعدالة في تقدير درجات التحصيل الدراسي للطلبة.					
١٢	استعمال وسائل تكنولوجيا التعليم يجعل الدراسة بالكلية سهلة للغاية					
١٣	اشعر بالرضا عن جودة المناخ الأكاديمي في الكلية.					
١٤	اشعر إن دراستي في الكلية تسير وفق نظم وإجراءات واضحة .					
١٥	أرى إن عمليات القبول والتسجيل تجري وفق ضوابط محددة.					
١٦	اشعر بالرضا عن الإجراءات التي تقدم بها الخدمات الاجتماعية بالجامعة.					
١٧	اشعر بالرضا عن الإجراءات المتبعة في الحصول على المصادر الدراسية.					
١٨	اشعر بالرضا عن تنظيم المصادر الدراسية وتوفرها.					
١٩	تتصف إجراءات تنفيذ البرنامج الدراسي بالوضوح					
٢٠	تقدم الخدمات الطلابية بالكلية بطريقة جيدة.					
٢١	أستطيع الوصول إلى المسؤولين في الكلية بسهولة.					
٢٢	أرى تنظيم الفعاليات بالكلية على مستوى عال من التنسيق.					
٢٣	اعتقد إن الإجراءات الإدارية بالكلية ذي جودة عالية .					
٢٤	اعتقد إن إجراءات تقديم الخدمات بالكلية ذات جودة عالية.					
٢٥	تقوم الكلية بالتعرف على مشكلات الطلبة بشكل دوري.					
٢٦	الكثير من الإجراءات العقابية التي تفرضها الجامعة على المخالفين من الطلبة لا تنفذ.					
٢٧	تتوافر وسائل نقل مناسبة من الكلية واليها.					
٢٨	اشعر بالرضا عن الخدمات الصحية .					
٢٩	توفر الكلية أماكن للراحة في أوقات الفراغ					
٣٠	تحسن لجان الأنشطة التي تشكلها الكلية العلاقة بين الطلبة والأساتذة.					
٣١	تقوي لجان الأنشطة بالكلية العلاقات بين الطلبة والكادر الإداري بالكلية.					
٣٢	تساعد الأنشطة بالكلية على تكوين علاقات اجتماعية طيبة مع زملائي.					
٣٣	توفر الدراسة في الكلية جو اجتماعي مريح للطلبة.					
٣٤	تتيح أساليب التحضير للأنشطة بالكلية فرص التعرف على أصدقاء جدد.					
٣٥	يضاعف نظام الجماعات الطلابية من عدد أصدقائي.					
٣٦	اشعر إن أعضاء هيئة التدريس يعاملون الطلبة بكل احترام.					
٣٧	اشعر إن الكادر الإداري يعاملون الطلبة بكل احترام.					
٣٨	يؤثر الاختلاط سلبا في طلبة الكلية.					
٤٠	أرى إن مناخ العلاقات الاجتماعية بالكلية ذو جودة عالية.					