

جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الفردية للشخص لدى طلبة المرحلة المتوسطة

أ.م.د. عنان غازي محمود

جامعة بغداد / كلية التربية للعلوم الصرفة – ابن الهيثم / قسم علوم

الحياة

anan.gh.m@ihcoedu.uobaghdad.edu.iq

الملخص:

يهدف البحث الى معرفة العلاقة بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية لدى طلبة المرحلة المتوسطة، تكونت عينة البحث من (٢٣٠) طالباً وطالبة، وتكون اداة البحث من مقياس جودة الحياة المكون من (٤٢) فقرة موزعة على ستة ابعاد، ومقياس سمات الفرد الشخصية المكون من (٣٩) فقرة ، وتم تطبيقهما على عينة البحث وبعد جمع البيانات ومعالمتها احصائياً أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بجودة الحياة بحدود الوسط، كان أكثر أنواع سمات الفرد الشخصية الاجتماعية شيوعاً بين الطلبة المشمولين بالبحث وبنسبة (٢٨,١ %)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة الارتباطية بين متغيري جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).
الكلمات المفتاحية: (الجودة، الحياة ، سمات الفرد الشخصية).

**Quality of life and its relationship to the individual
characteristics of the person among middle school students**

dr. Anan Ghazi Mahmoud

**University of Baghdad / College of Education for Pure
Sciences - Ibn Al-Haytham / Department of Life Sciences**

Abstract :

The research aims to find out the relationship between the quality of life and the personality traits of the individual among middle school students. The research sample consisted of (230) male and female students, and the

research tool consisted of the quality of life scale consisting of (42) items distributed over six dimensions, and the personality traits scale consisting of (39) paragraphs, and they were applied to the research sample. After collecting the data and treating it statistically, the results showed that the research sample enjoys the quality of life within the average. The most common types of individual social personality traits among the students included in the research at a rate of (28.1%), and there are significant differences A statistic in the correlation between the variables of quality of life and the personality traits of the individual according to the variable of sex (male-female).

Keywords: (quality, life, personality traits of the individual).

مشكلة البحث:

يواجه طلاب المرحلة المتوسطة مشاكل نفسية واجتماعية مختلفة ، لكنهم قد يختلفون فيما بينهم في كيفية تعاملهم مع أنفسهم عندما يتعرضون لهذه المشاكل. قد ينجح بعضهم في ذلك ، وقد يفشل البعض الآخر. (نيف ٢٠٠٣) يرى أن البعض يتعامل مع تجارب الفشل والإحباط التي يتعرضون لها بتعاطف إيجابي مع أنفسهم ، والانفتاح التام على تجاربهم باليقظة الذهنية والاتزان العاطفي والسيطرة على المشكلات ، بدلاً من إنكارها ، أو معالجتها. بطريقة إيجابية. على العكس من ذلك ، الأفراد الآخرون الذين لا يملكون القدرة على المصالحة والتعاطف مع أنفسهم ، وخاصة أولئك الذين يفشلون في مواجهة تجاربهم المؤلمة ؛ ونتيجة لذلك ، يعيشون في حالة من القلق والاكتئاب والتوتر ، وتتسم شخصياتهم بالركود الفكري والعزلة الاجتماعية والنقد الذاتي. (Neff 2003.121).

إن انخفاض مستوى جودة الحياة 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 بالاكنتاب والتشاؤم وانخفاض مستوى أداء الفرد بالإضافة إلى المؤشرات الفيسيولوجية الدالة على القلق والاكنتاب, 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). كما تعد عدم القدرة على السيطرة على الخبرات المؤلمة وعدم الاتزان الانفعالي في مواجهة المواقف التي يتعرض لها الفرد وضعف التفاعل الاجتماعي كل هذه العوامل يولد فجوة كبيرة بين ما ينظر الفرد لنفسه وما يطمح اليه ان يكون في المستقبل ينعكس سلبا على سلوكه في المجتمع الذي يعيش فيه سواء دراسي او مهني او اسري مما تتضح ملامحة السلبية على شخصية الفرد من خلال خبرته واتزانه النفسي والاجتماعي.

ونظراً لعدم وجود دراسات محلية وعربية . في حدود علمنا ، فإن هذه الدراسة تحاول التحقق من العلاقة بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية . وعليه يمكن صياغة اشكالية البحث في التساؤل الآتي:

- هنالك علاقة بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية لدى طلبة المرحلة المتوسطة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث).

أهمية البحث :

تعد المرحلة المتوسطة من أهم المراحل التعليمية وتستحق عناية واهتمام مستمرين على كافة مستوياتها المختلفة ، خاصة وأن المرحلة المتوسطة فيها طاقات وإمكانات غير محدودة في العطاء والبناء والقدرات التي تؤهلهم لشغل مناصب متقدمة في مختلف المستويات. مجالات. من هذا المنطلق لابد من تحديد مستوى بعض سمات الفرد الشخصية الإيجابية ، والتي تعد من سمات الفرد الشخصية المهمة التي يجب

أن تتوفر على مستوى عالٍ للطلاب حتى يتمكنوا من مواجهة التحديات الأكاديمية والاجتماعية المفروضة عليهم. من بيئة الجامعة حتى يتمكنوا من الاستمرار في النجاح.

يمكن لأي شخص أن يتكيف ويتوافق مع مجتمعه إذا ركز على الجوانب الإيجابية أو المضيئة في حياته ونشر الأمل والتفاؤل والسعادة والرضا عن النفس والطف والرحمة ، وعدم انتقادها باستمرار والوعي والسيطرة على التجارب و المواقف التي يتعرض لها ، ويتمتع بعلاقات مع الذات والآخرين. وله سمات تدل على الإيجابية والتوازن العاطفي ، تتمثل في نوعية الحياة والتفاؤل والسعادة والأمل والرضا عن النفس والآخرين ، مما يوفر للفرد فرصاً للنمو والتقدم. الظروف المعاصرة التي توصف بأنها تنتج الظروف لجميع أشكال الضيق وأشكال الضيق العاطفي .

ويعد مفهوم جودة الحياة مفهوماً يتضمن الكثير من المكونات الذاتية والاجتماعية وينظر اليه على انه مظلة عامة تندرج تحتها كل عناصر الصحة النفسية الايجابية على السبيل المثال الى أي مدى قدرتهم على السيطرة على حياتهم الشخصية؟ وان حياتهم لها معنى وقيمة والى مدى امتلاكهم لعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الأخرى ومدى شعورهم بالرضا عن الحياة والشعور بالسعادة (رجيعة ٢٠٠٩ ص ٢٢) .

إنَّ جودة الحياة هي الجانب الايجابي للصحة النفسية والتي يمكن والتي يمكن تعريفها اجرائيا من خلال ضبط الذات, السعادة ,الاندماج الاجتماعي, تقدير الذات الاتزان الانفعالي ,المرغوية الاجتماعية والميل الى تفضيل علاقات ايجابية متبادلة مع الاخرين، وهناك العديد من الدراسات التي درست متغير جودة الحياة مع العديد من المتغيرات منها دراسة (جاسم ٢٠١٨) بإيجاد علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة و الذكاء المنظومي الطلبة وكذلك دراسة (رجيعة ٢٠٠٧) الذي وجد علاقة

ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والتحصيل الاكاديمي لدى مرتقي الذكاء الاجتماعي من الطلبة وايضا دراسة (ابو حلاوة٢٠٠٩) بايجاد علاقة بين المعنى الشخصي وجودة الحياة والذكاء الانفعالي عند المراهقين).
إضافة إلى ذلك، فإن سمات الفرد الشخصية وجودة الحياة وهو ما يتطلب معرفة بأن جودة الحياة يمكن النظر إليها من خلال تصورات السمات المعروفة للشخصية، ويمكن أن نجد تداخلاً بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية .
وتكمن الأهمية في:

- ١- تتبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية متغيراتها والتي تبدو ذات تأثير بالغ في نمو الأفراد نفسياً واجتماعياً وخاصة لدى الطلبة الذين هم بحاجة الى دعم ومساندة.
- ٢- انها تقدم محاولة متواضعة لفهم جودة الحياة علاقتها بسمات الفرد الشخصية لدى طلبة المتوسطة تلك الشريحة المهمة في المجتمع لما لهذه المتغيرات من أهمية كبيرة للتعرف على الخصائص التي تميز سلوك الطلبة ويؤثر في توافقهم ونجاحهم في الدراسة والحياة.
- ٣- إن معرفة العلاقة بين متغيرات البحث قد يسهم في زيادة الفهم والوعي ومن ثم تزويد المتخصصين في ميدان التربية والارشاد في رفع مستوى الصحة النفسية للطلاب الجامعي وزيادة فاعليتهم الشخصية والاجتماعية في مختلف النواحي.

أهداف البحث: يهدف الى:

١. معرفة جودة الحياة لدى طلبة المرحلة المتوسطة.
٢. معرفة سمات الفرد الشخصية لدى طلبة المرحلة المتوسطة.
٣. الفروق في العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية تبعاً للمتغير الجنس (ذكور - اناث).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بـ:

١. طلبة المرحلة المتوسطة (الصف الثاني) في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد الرصافة/ الاولى.
٢. جودة الحياة .
٣. سمات الفرد الشخصية .
٤. العام الدراسي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ م.

تحديد المصطلحات:

جودة الحياة :

(هو شعور إيجابي بالرفاهية حيث يتم رصده من خلال المؤشرات السلوكية التي تشير إلى مستويات عالية من رضا الفرد عن نفسه وعن حياته بشكل عام ، وسعيه المستمر لتحقيق الأهداف الشخصية المقدره ذات القيمة والمعنى بالنسبة له، واستقلاليتته في تحديد اتجاه ومسار حياته، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين واستمراريتها فيها. ترتبط جودة الحياة أيضاً بالشعور العام بالسعادة والسلام والطمأنينة النفسية). (رجيعة: ٢٠٠٩، ١٧٥)

التعريف النظري:

(مجموعة من المؤشرات التي يمكن ملاحظتها وقياسها بشكل مباشر ، مثل: ظروف العمل ، ومستوى الدخل ، والوضع الاجتماعي والاقتصادي ، ومقدار الدعم المتاح من شبكة العلاقات الاجتماعية).

التعريف الاجرائي:

(هي الاجراءات التي يتمتع بها طلبة الصف الثاني المتوسط من خلال ممارسة حياتهم داخل وخارج والمدرسة).

سمات الفرد الشخصية :

(إن التنظيم الديناميكي داخل الفرد من هذه الأنظمة Scophysical هو الذي يحدد أسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة).

(كرميان:٨،٢٠٠٧)

التعريف النظري:

(هي بعض الصفات التي يمكن من خلالها تمييز الفرد عن غيره والتي يمكن تناولها على شكل عدة حالات، حيث تظهر لدى كل شخص سمة أو أكثر تميزه عن غيره من الأشخاص المحيطين به وتجعله يتفوق عليهم مهما كانت الأوضاع).

التعريف الاجرائي:

(هي مجموعة الفروق التي يختلف بها طلبة الصف الثاني المتوسط واحد عن الاخر وتظهر في ادائهم المدرسي والحياتي).

إطار النظري - دراسات سابقة

مفهوم جودة الحياة :

يعرّف الباحثون نوعية الحياة بأنها شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع احتياجاته من خلال ثراء البيئة والخدمات المتقدمة المقدمة له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع إدارة الوقت الجيدة. والاستفادة منها. ، وقد حددت مؤشرات جودة الحياة ب :

١- المؤشر النفسي.

٢- المؤشرات الاجتماعية.

٣- المؤشرات المهنية.

٤- المؤشرات الجسمية والبدنية. (منسي ، كاظم : ٢٠٠٦ ، ص ٦٥،٦٤).

إنّ مفهوم جودة الحياة (Psychological Well-Being) يُعد مفهوماً ديناميكياً، وكذلك يتضمن كثيراً من المكونات الذاتية والاجتماعية والنفسية، وقد تم النظر إليه على أنه المظلة التي تندرج تحتها كل عناصر الصحة النفسية الإيجابية. (رجيعه، ٢٠٠٩: ١٧٥).

وأشار (بونهارت ١٩٥٩) إلى أن سعادة الفرد وإحساسه بجودة حياته تعتمد على كفاءته وقدرته على التحكم في حياته العاطفية وإدارتها. (حسن ،: ٢٠٠٧ ص٥) ويشير ايكمان (Ekman ١٩٧١) تشمل نوعية الحياة شعور الفرد بالحب والأمان والراحة والرضا النفسي ، وينعكس ذلك في تعابير الوجه التي تظهر علامات الابتسام أو الضحك.. (Jordan matthewprutkin ,2002pp ٤-٩)

ويؤكد (Diener at el ، ١٩٩٩) على أن جودة الحياة من المفاهيم التي توازي مفهوم الصحة النفسية الإيجابية وقد أكدوا على فرض التباين في جودة الحياة بتباين الثقافات، وبالتالي فإنها تُعد دالة في جزء منها للعوامل الثقافية والاجتماعية (Dienerat,el, ٦٥٨: ١٩٩٩).

وأن مفهوم جودة الحياة يتميز بأنه:

- مفهوم له دلالة إيجابية ومقبول بالنسبة للبيئات التعليمية والرعاية الاجتماعية والصحية، وهو كذلك يتيح التعاون بين الخبراء المتخصصين في مجالات مختلفة.
- ليس مصطلحاً طبياً وهو يعطي كذلك دوراً إيجابياً لكل شخص بداية من الآباء وحتى الخبراء المهنيين في تحقيقه لدى الأطفال.
- يتضمن التركيز على كل افراد المجتمع وليس فقط على ذوي المشكلات النفسية والسلوكية منهم.

▪ يتمشى مع الاتجاهات الحديثة في مجال علم النفس مثل مجال علم النفس الإيجابي.

▪ مصطلح مقبول من قبل العاملين في مجال الصحة النفسية، وبالتالي يستطيعون دمج كافة المداخل التي تؤدي الى تنميته وتحسينه في أعماله (Stewart Brown, ٢٠٠٠: ٣٤).

يمكن تعريف جودة الحياة بوصفها العامل الثاني المكون للصحة النفسية إجرائياً من خلال رصد المؤشرات السلوكية الدالة على الرضا عن الحياة والسعادة النفسية والحالة الوجدانية الإيجابية، بمعنى آخر يُعد عامل الضيق والكر الانفعالي ممثلاً للصحة النفسية السلبية بينما تمثل جودة الحياة المكون الإيجابي منها (كريمة، ٢٠١٤: ٥٣). ترى (Ryff, ١٩٨٩) أن شعور الفرد بجودة الحياة انعكاس لدرجة إحساسه بالسعادة التي حددها بالعوامل الستة، ويضم كل عامل مجموعة من السمات تمثل نقاط التقاء لتحديد معنى جودة الحياة الذي يتمثل في وظيفة الأفراد الإيجابية لتحسين حياتهم في مراحلها المختلفة، هذه الأبعاد هي:

- الاستقلالية.

- التمكّن البيئي (السيطرة على البيئة).

- التطور الشخصي.

- العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

- الهدف من الحياة.

- تقبل الذات.

- مفهوم سمات الفرد الشخصية

ونستخلص من تعاريف السمات مايلي :-

- ١- بأنها مجموعة من الصفات الجسمية او العقلية أو الانفعالية أو الانفعالية أو الاجتماعية
- ٢- ان السمات التي يتميز بها الفرد فطرية وراثية او مكتسبة متعلمة
- ٣- ان السمات وحدات اساسية في تنظيم الشخصية وهي خصائص متكاملة للشخصية
- لأنستطيع رؤيتها ولكن نستنتج وجودها من خلال سلوك الفرد
- ٤- ان السمة ذات دوام نسبي على خلاف الحالة المؤقتة سريعة الزوال
- ٥- ان السمات مرتبطة بصورة ايجابية بعضها ببعض الآخر
- ٦- ان من الممكن تعديل وتغيير السمات عن طريق الخبرة التعليمية للكائن الحي
- ٧- ان السمات اهم وحدات بناء الشخصية وهي وحدة متوسطة بين العادة ونمط الشخصية

(غنام، ٢٠٠٥، ص٢٥-٢٦)

دراسات سابقة:

عنوان الدراسة	اسم الباحث ومكان وسنة الدراسة	الهدف والعينة	الأداة	الوسائل الاحصائية	النتائج
السلوك القيادي وعلاقته بجودة الحياة لدى رؤساء الأقسام العلمية في جامعة واسط من وجهة نظر التدريسيين	السويدي (٢٠٠٨) العراق	تهدف الى معرفة السلوك القيادي وعلاقته بجودة الحياة لدى رؤساء الأقسام العلمية في جامعة واسط من وجهة نظر التدريسيين	استبانة	برنامج الحزمة الاحصائية spss	أظهرت النتائج ان عينة البحث تتمتع بالسلوك القيادي وايضاً بجودة الحياة ووجود علاقة اجابية بين المتغيرين

أظهرت النتائج أن العينة تتمتع بنسبة جيدة بالتوجه نحو السيادة ونسبة قليلة من سمات الفرد الشخصية وعلاقة بينهما كانت عكسية	برنامج الحزمة الاحصائية spss	استبانة	تهدف الى معرفة التوجه نحو السيادة وعلاقته بسمات الفرد الشخصية لدى طلبة الجامعة	الكبيسي (٢٠١٠) العراق	التوجه نحو السيادة وعلاقته بسمات الفرد الشخصية لدى طلبة الجامعة
---	---------------------------------------	---------	--	--------------------------	--

منهج البحث وإجراءاته

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وكونه وصفي لأنه يصف لنا أسباب حدوث الظاهرة كظاهرة الشفقة بالذات. وكونه ارتباطي، لأنه يكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات، والتنبؤ بتأثير متغير على متغير آخر.

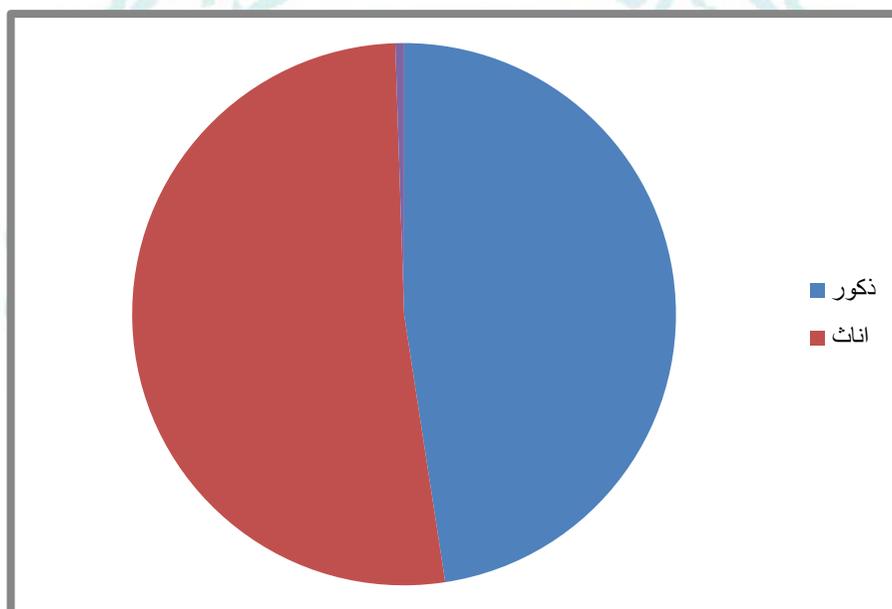
مجتمع الدراسة وعينتها :

يتكون من طلبة المرحلة المتوسطة (الثاني المتوسط)، حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية من هذا المجتمع للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) وعددهم (٢٥٠) طالب وطالبة، وذلك بتطبيق مقاييس الدراسة على هذه العينة، وبعد استبعاد الإجابات الناقصة والبالغ عددها (١٢) استجابة لعدم استكمال البيانات، أصبحت العينة النهائية للدراسة (٢٣٠) طالباً وطالبة، بواقع (١٢٠) طالبة و (١١٠) طالباً، والجدول التالي يوضح لأفراد العينة حسب متغيرات الدراسة.

جدول (١)

أفراد عينة البحث

المرحلة والصف	المتغيرات		العينة
الصف الثاني المتوسط	الجنس	ذكور	١١٠
		إناث	١٢٠
	المجموع		٢٣٠



شكل (١) يوضح نسب (الذكور - إناث)

أدوات البحث:

تم استعمال مجموعة من الادوات لتحقيق اهداف الدراسة و هي كالاتي:

١. مقياس جودة الحياة : مقياس (رايف 'Ryff') لجودة الحياة. (PWB)

١- يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (٤٢) فقرة، موزعة على ستة أبعاد،

هي: الذاتية: الفقرات ١, ٧, ١٣, ١٩, ٢٥, ٣١, ٣٧.

- ٢- الاتقان البيئي: الفقرات ٢, ٨, ١٤, ٢٠, ٢٦, ٣٢, ٣٨.
 - ٣- النمو الشخصي: الفقرات ٣, ٩, ١٥, ٢١, ٢٧, ٣٣, ٣٩.
 - ٤- العلاقات الإيجابية: الفقرات ٤, ١٠, ١٦, ٢٢, ٢٨, ٣٤, ٤٠.
 - ٥- الهدف في الحياة: الفقرات ٥, ١١, ١٧, ٢٣, ٢٩, ٣٥, ٤١.
 - ٦- تقبل الذات: الفقرات ٦, ١٢, ١٨, ٢٤, ٣٠, ٣٦, ٤٢.
- ويوجد أمام كل عبارة سلم متدرج سداسي (وافق بشدة ،وافق أحياناً ، اوافق غالباً, اوافق نادراً, لاوافق, لا اوافق بشدة) وتتم حساب الدرجة الكلية للمفحوص بجمع درجاته على مجالات المقياس. علماً أن الدرجة المرتفعة للمقياس مؤشر على ارتفاع جودة الحياة للطالب . وقد قامت الباحثة ببعض الإجراءات الإحصائية لجعله ملائماً لعينة بحثها.
- استخراج الصدق بعدة أنواع منها:
- أولاً- الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على لجنة مختصة في علم النفس ، وعددهم (٦) محكمين، وذلك لمعرفة آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس ومدى انتماء الفقرات إلى كل مجال، وكذلك وضوح صياغتها ومدى ملائمتها على طلبة الجامعة. وفي ضوء تلك الآراء تعديل بعضها ليصبح ملائماً .
- ثانياً- صدق البناء (الاتساق الداخلي):
- تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة من الطلبة مكونة من (١٠٠) طالب وطالبة وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مجال والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي ينتمي إليه، وذلك كما هو موضح في جدول (٢)

جدول (٢) يوضح معامل الارتباط للفقرات والدرجة الكلية للمقياس

رقم البند	معاملات الارتباط						
1	0,36	12	0,61	23	0,42	34	0,57
2	0,43	13	0,33	24	0,58	35	0,52
3	0,40	14	0,43	25	0,51	36	0,43
4	0,38	15	0,49	26	0,61	37	0,38
5	0,58	16	0,57	27	0,31	38	0,40
6	0,59	17	0,61	28	0,48	39	0,58
7	0,46	18	0,42	29	0,42	40	0,37
8	0,32	19	0,39	30	0,58	41	0,43
9	0,41	20	0,51	31	0,59	42	0,38
10	0,38	21	0,37	32	0,42		
11	0,62	22	0,61	33	0,66		

ويتضح من الجدول أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠,٠١) ومستوى (٠,٠٥)

وهذا يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق فيها في تطبيق الدراسة

الحالية.

جدول (٣)

يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة

الأبعاد	معامل الارتباط
الذاتية	0,48 (**)
الالتقان البيئي	0,62 (**)
النمو الشخصي	0,58 (**)
العلاقات الايجابية	0,44 (**)
الهدف في الحياة	0,52 (**)
تقبل الذات	0,48 (**)
الدرجة الكلية للمقياس	0,54 (**)

أما الثبات فقد استخرج بطريقة إعادة الاختبار حيث تم تطبيق مقياس جودة الحياة لعينة من طلبة المتوسطة قوامها (٦٠) طالباً وطالبة وبعد مضي أكثر من أسبوعين طبق المقياس مرة أخرى على نفس العينة وتم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين وبلغ معامل الثبات (٠,٧٧)، وبلغ ايضا بمعادلة جتمان (٠,٧٤).

٢- مقياس سمات الفرد الشخصية: أعد هذا المقياس (ختام غنام ٢٠٠٥) والمبني على نظرية البورت جوردن ، ويتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (٣٩) فقرة وهو مقياس متدرج (١-٥) يمثل الفئات التالية من الترتيب (لاتنطبق إطلاقاً، لا تنطبق علي بدرجة كبيرة - تنطبق إلى حدٍ ما - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق تماماً، ويتكون المقياس من أربعة أبعاد، هي: السيطرة، مسؤولية ، الاتزان الانفعالي، الاجتماعية.

وللتأكد من صلاحية مقياس سمات الفرد الشخصية لجوردن على العينة المستهدفة، تم تطبيقه على عينة من الطلبة بلغ عددهم (١٠٠) طالب وطالبة ، وذلك لاستخراج الصدق والثبات .

أولاً. الصدق : قامت الباحثة باستخراج الصدق لمقياس سمات الفرد الشخصية بعدة طرائق منها:

أ-الصدق الظاهري: اعتمدت الباحثة في سبيل التحقق من صدق المقياس على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس والإرشاد النفسي بكلية التربية، جامعة البصرة، حيث حصل على موافقة لا تقل عن نسبة (٨٨%) من آراء الأساتذة الذين تم عرض المقياس عليهم.

صدق الاتساق الداخلي: ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (٤)

يوضح معاملات الارتباط بين درجات كل بند لمقياس سمات الفرد الشخصية والدرجة الكلية لكل مجال

الأبعاد	معاملات الارتباط بين كل بعد وبنوده الخاصة	مستوى الدلالة
السيطرة	(0,43 – 0,82)	0,01
المسؤولية	(0,42 – 0,75)	0,01
الاتزان الانفعالي	(0,40 – 0,72)	0,01
الاجتماعية	(0,33 – 0,83)	0,01

ويتضح من الجدول أعلاه أن معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) وهذا يدل على الصدق الإحصائي للمقياس.

ثانياً . ثبات الاختبار:

أ- إعادة الاختبار: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من الطلبة قوامها (٦٠) طالب وطالبة، وبعد مرور أسبوعين تم تطبيق المقياس مرة ثانية، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات بين التطبيق الأول والثاني، حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٧٦) .

ب- طريقة الفا كرونباخ :

استخدمت الباحثة طريقة أخرى لحساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس فأتضح أن معاملات الفاكرونباخ كالاتي (السيطرة, ٠,٦٦, المسؤولية, ٠,٧١, عدم الاتزان الانفعالي, ٠,٦٥, الاجتماعية, ٠,٦٣) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة معقولة من الثبات.

وبعد التأكد من صدق وثبات الادوات قامت الباحثة بتطبيق المقياسين على عينة من طلبة (٢٣٠) وكما موضح في جدول (١).

الوسائل الاحصائية: استعملت الباحثة برنامج الحزمة الاحصائية spss

عرض النتائج وتفسيرها

تم تحليل البيانات إحصائياً وفقاً لما تم ذكره آنفاً، ومن ثم عرض النتائج التي تم الحصول إليها ومناقشتها، وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات المشكلة، والتحقق من اهداف الدراسة على النحو التالي :

الهدف الثاني: ما مستوى جودة الحياة لدى الطلبة المرحلة المتوسطة؟

وتحقيقاً لهذا الغرض تام حساب المتوسط الحسابي للعينة وكان (١٤٩.٦٤) درجة وبتحرف معياري مقداره (٩.٤٥) درجة وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط النظري (١٤٧) يلاحظ أنه اعلى بقليل من المتوسط عند اختبار الفرق بين المتوسطين وجد أنه دال إحصائياً عند (٠.٠٥) وكما هو موضح في الجدول (٥)

جدول (٥) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس جودة الحياة

المتغير	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط فرضي	القيمة التائية	القيمة الجدولية	الدلالة الاحصائية
جودة الحياة	230	149.64	9.45	147	2,3995	1,96	دالة

يتضح من الجدول أعلاه أن عينة البحث تتمتع بجودة الحياة بحدود الوسط, إذ كان متوسط درجاتهم أعلى بقليل من المتوسط الفرضي , وهذا يدل على أنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥)

ولتوضيح أكثر أي مستويات جودة الحياة يتمتع بها افراد العينة قامت الباحثة باستخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والاوزان النسبية لكل بعد وكما موضح في الجدول(٦)

جدول (٦) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل مجال من مجالات

جودة الحياة

الترتيب	الوزن النسبي	الدرجة العظمى	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد الفقرات	مجالات جودة الحياة
3	60,59%	42	2,540	25,45	7	الذاتية
5	55,71%	42	3,211	23,34	7	الاتقان البيئي

1	%65,16	42	2,289	27,37	7	النمو الشخصي
2	%64,54	42	3,263	27,11	7	العلاقات الايجابية
6	%52,97	42	3,240	22,25	7	الهدف من الحياة
4	%57,42	42	3,165	24,12	7	تقبل الذات
	%59,29	252	25,95	149.64	26	المقياس ككل

يتضح من الجدول أعلاه أن النمو الشخصي لدى طلبة المرحلة المتوسطة جاء بالمرتبة الاولى بمتوسط حسابي قدره (٢٧,٣٧) ووزن نسبي (٦٥,١٦ %) اما العلاقات الايجابية جاءت بالمرتبة الثانية بوسط حسابي قدره (٢٧,١١) ووزن نسبي (٦٤,٥٤ %) ومن ثم الذاتية جاءت بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي قدره (٢٥,٤٥) ووزن نسبي (٦٠,٥٩) وايضا التقبل عند الطلبة كان في حدود المقبول بوسط حسابي قدره (٢٤,١٢) ووزن نسبي (٥٧,٤٢ %) واحتلت التقان البيئي والهدف من الحياة المراتب الدنيا من مقياس جودة الحياة اذ كانت متوسطاتهم الحسابية (٢٣,٣٤) و(٢٢,٢٥) على الترتيب بوزن نسبي اقل من المتوسط. كما كانت الدرجة الكلية للمقياس بحدود ادنى من الوسط بوزن نسبي (٥٩,٢٩) ووسط حسابي (١٤٩,٦٤) اعلى بقلي من الوسط الفرضي.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن طلبة المتوسطة في هذه المرحلة العمرية يتميزون بنوع من الاستقلالية والسيطرة على حياتهم الشخصية، والثقة بالنفس والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، تكوين علاقات تتسم بالدفء والرضا عن طريق خلق ظروف مناسبة للاحتياجات الشخصية، وارتفاع مستوى التقدير الذاتي والتعامل مع المواقف بطريقة إيجابية، والسعي إلى تحقيق أهدافهم وطموحاتهم في الحياة رغم ان بعد وضوح الهدف جاء في المرتبة الاخيرة على مقياس جودة الحياة الطلبة لكنهم يسعون لتحقيق الاهداف

ووضوحها في المستقبل كل ذلك يؤدي إلى إحساسهم بجودة الحياة وهذه النتيجة تتفق وتتقارب مع دراسة (رجب،٢٠٠٩) التي أظهرت تمتع الطلاب بجودة الحياة .

اذ يرى (Smith,٢٠١٢) في ضوء تحديات ومصاعب الحياة التي يواجهونها هم قادرين ان يحددوا مستويات نموهم المعرفي والاجتماعي, مع زيادة التحسن والتطور حين تكون بيئة التعليم العالي معززة ومساندة بنشاط للطلاب الجامعيين, كذلك إن اهتمام التعليم العالي بمجالات تقبل الذات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والتمكن البيئي يؤدي إلى تحسين إمكانات الطلاب ومستواهم المعرفي (Smith,٢٠١٢:٢٦).

وكذلك تتفق هذه النتيجة مع التوجه النظري (لكارول ريف,١٩٨٩) التي ترى أن شعور الفرد بجودة الحياة انعكاس لدرجة إحساسه بالسعادة التي حددتها بالعوامل الستة, ويضم كل عامل مجموعة من السمات تمثل نقاط التقاء لتحديد معنى جودة الحياة التي تتمثل في وظيفة الفرد الإيجابية لتحسين جوانب حياته في مراحلها المختلفة. (Ryff,1989:1072)

الهدف الثالث: ما مستوى سمات الفرد الشخصية لدى طلبة المرحلة المتوسطة؟
وللإجابة على هذا السؤال تم استخراج النسبة المئوية لكل بعد من ابعاد سمات الفرد الشخصية وكما موضح في الجدول (٧) .

جدول (٧) يوضح سمات الفرد الشخصية لطلبة المرحلة المتوسطة

النسبة المئوية	العدد	سمات الفرد الشخصية
21,8%	52	السيطرة
23.5%	56	المسؤولية
26.4%	63	الاتزان الانفعالي
28,1%	67	الاجتماعية

يتضح من الجدول أعلاه أن الاجتماعية كان أكثر أنواع سمات الفرد الشخصية الاجتماعية شيوعاً بين الطلبة المشمولين بالبحث وبنسبة (٢٨.١%) ومن ثم الاتزان الانفعالي (٢٦,٤%) اما المرتبة الثالثة جاءت سمة المسؤولية بنسبة (٢٣.٥%) واخيرا احتلت سمة السيطرة المرتبة الاخيرة بنسبة (٢١.٨%) وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (صوالحة والعبوشي ٢٠١٧). وتتفق هذه النتيجة مع جميع نظريات الشخصية التي تؤكد على وجود سمات الفرد الشخصية لدى الافراد بنسب متفاوتة وهذا يتفق وفق مبدأ الفروق الفردية ويعود هذا التباين في سمات الفرد الشخصية لاختلاف العوامل المؤثرة فيهم مثل البيئة والثقافة واساليب التنشئة الاجتماعية وهذه النتيجة تؤكد على اهمية هذه العوامل في التأثير في سمات الفرد الشخصية وهو ماكد عليه البورت جوردن وغيره.

ويمكن تفسير النتيجة وفق الاطار النظري المتبناة وفق نظرية جوردن البورت والتي تفسر ان مرحلة الشباب تتمتع بمجموعة من الخصائص والسمات التي تنمي الشخصية لديهم منها بناء علاقات اجتماعية والسعي الى التكيف مع التغيرات الاجتماعية والدراسية والفسولوجية والتأكيد على متغير وسمة السيطرة على الذات والتكم بها لمواجهة المواقف المتغيرة سلبا او ايجابا ومن ثم القدرة على إصدار واتخاذ قرارات مهمة في حياته تساعده على تجنب والتصدي للمواقف الصعبة وبالتالي التأكيد على الاحساس بالمسؤولية تجاه نفسه واتجاه الاخرين مما يؤثر المفترض ايجابا مع مدى قدرته على الاتزان اوالثبات لانفعالي لمواجهة أي تغيرات تطرا على المواقف التي يمر بها.

الهدف الثالث: التعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية تبعاً لمتغير الجنس (ذكر - انثى).

لتحقيق هذا الهدف استُخدم كلُّ من معامل الارتباط والاختبار الزائى وظهرت النتائج كما موضح في الجدول (٨).

جدول (٨) الاختبار الزائى (Zr) لمعرفة الفروق في العلاقة تبعاً لمتغير الجنس

الدالة	القيمة الزائية		القيمة المعيارية لمعامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط	العدد	الجنس
	الجدولية	المحسوبة				
دال إحصائياً	1,96	5,19	0,820	0,660	110	ذكر
			1,376	0,881	120	إنثى

يتضح من الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة الارتباطية بين متغيري جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)، إذ بلغت القيمة الزائية المحسوبة (٥,١٩) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يعني وجود فروق في العلاقة الارتباطية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، أي أنّ معامل الارتباط لدى الإناث أعلى من معامل الارتباط لدى الذكور.

تفسر الباحثة هذه النتيجة بأن جودة الحياة وسمات الفرد الشخصية بوصفها متغيرات أكثر انتشاراً عند الإناث من الذكور في الوسط الجامعي، بسبب عوامل عدة وأكثرها هي العوامل الاجتماعية والنفسية، إذ يكون لدى الإناث القدرة على رؤية الأحداث بصورة كلية وشاملة والتعامل الإيجابي مع الذات، على نحو يؤدي إلى

الاعتماد على النفس وتكوين علاقات إيجابية متبادلة مع الآخرين, ورُيما يعود سبب انخفاض الشفقة بالذات وجودة الحياة لدى الذكور انهم يكابرون ولا يحنون على انفسهم ويلومون انفسهم وينتقدوها نتيجة الظروف المحيطة التي يتعرضون لها من تدهور الوضع الأمني وما تعرض له البلد من أزمات, وكذلك صعوبة تقبل الذات ووضع أهداف والعمل على تحقيقها, مما أثر في الطالب سلباً وجعله غير قادر على الشفقة واللطف على ذاته ولا يتمتع بجودة الحياة , مما ينعكس سلباً على حياتهم بصورة عامة, وتتفق هذه النتيجة مع دراسة(السويدي٢٠٠٨) (الكبيسي ٢٠١٠).

التوصيات :

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة توصي الباحثة:

- ١- تصميم وتطبيق برامج ارشادية لتنمية وتحسين وتنمية جودة الحياة للطلبة.
- ٢- ضرورة عقد ورش عمل او جلسات ارشادية لتعزيز النمو النفسي السليم ومساعدة الطلبة في للتوجه نحو الحياة وتوضيح الهدف من الحياة.
- ٣- عقد ندوات هدفها توعية الطلبة بأهمية رفع مستوى الشعور بجودة الحياة من اجل تمتعهم بصحة نفسية سوية.
- ٤- اشراك الطلبة في الانشطة التي تهدف الى تحديد واضح لسمات الفرد الشخصية منها تنمية المسؤولية وتكوين علاقات اجتماعية مع الاخرين تتسم بالاتزان الانفعالي ومساعدته في السيطرة ومواجهة مواقف الحياة الضاغطة.

المقترحات:

- ١- إجراء دراسة مماثلة على طلبة الجامعة.
- ٢- اجراء دراسة مماثلة مع متغيرات اخرى (العطف على الذات، تنظيم الذات، المنظومة القيمية).

المصادر

العربية والاجنبية

١. أبو حلاوة, محمد السعيد (٢٠٠٧) جودة الحياة المعنى والابعاد ورقة عمل مقدمة الى فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية, جامعة كفر الشيخ.
٢. أبو حلاوة, محمد السعيد (٢٠١٠): جودة الحياة المفهوم والابعاد, ورقة عمل مقدمة ضمن إطار فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية جامعة كفر الشيخ, كلية التربية بدمنهور, جامعة الاسكندرية.
٣. جاسم, سارة جبار (٢٠١٨) الذكاء المنطومي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة جامعة البصرة.
٤. حسن, نادية جودت ٢٠٠٧ جودة الحياة وعلاقتها بتقبل الذات لدى طلبة جامعة كربلاء. (مسحوب من الانترنت)
٥. خصاونة, امنة حكمت (٢٠٢٠) مستوى الشفقة بالذات وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة اربد من وجهات نظرهم, مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية. مجلد (١١) عدد (٣١) صص ٥٠-٦٤
٦. رجيعة, عبد الحميد عبد العظيم (٢٠٠٩): التحصيل الأكاديمي وإدراك جودة الحياة لدى مرتفعي ومنخفضي الذكاء الاجتماعي من طلاب كلية التربية بالسويس, مجلة كلية التربية-جامعة الاسكندرية, المجلد ١٩, العدد (١), ص ١٧٢-٢٢٧.
٧. سليم, عبد العزيز إبراهيم أحمد (٢٠٠٩): فعالية برنامج علاجي في خفض حدة الإعاقة النوعية للغة وأثره في تحسين جودة الحياة لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية, اطروحة دكتوراه منشوره, كلية التربية بدمنهور, جامعة الاسكندرية.

٨. السويدي، محمد حسين (٢٠٠٨) السلوك القيادي وعلاقته بجودة الحياة لدى رؤساء الاقسام العلمية في جامعة واسط من وجهة نظر التدريسين (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة واسط.
٩. الصالح, قاسم حسين صالح (٢٠٠٨) الشخصية بين التنظير والقياس "مطبعة جامعة بغداد وزارة التعليم العالي.
١٠. صوالحة, عونية عطا والعبوشي,نوال (٢٠١٧) دراسة وصفية لمستوى بعض سمات الفرد الشخصية لطلبة جامعة عمان الاهلية وعلاقتها ببعض المتغيرات مجلة العلوم النفسية (العدد ١٩ صص ١٦١-٢٠٢).
١١. عبدالله, محمد قاسم(٢٠٠٥): مدخل الى الصحة النفسية ، عمان ، ط٢ ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ، ص٨٥.
١٢. العبيدي,عفراء ابراهيم (٢٠١٧): الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ,مجلة العلوم الاجتماعية العدد ٢٦ صص ٤١-٥٥.
١٣. عدس,قطامي ,عبدالرحمن,نابغة (٢٠٠٢): مبادئ علم النفس. عمان ,دار الفكر للطباعة والنشر ص١٩٨.
١٤. غنام,ختام عبدالله(٢٠٠٥):سمات الفرد الشخصية والولاء التنظيمي لدى معلمات المرحلة الاساسية في المدارس الحكومية فيمحافظة نابلس,رسالة ماجستير غير منشورة ,جامعة النجاح الوطنية.
١٥. القيق,منار سميح (٢٠١١) سمات الفرد الشخصية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة غزة,رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الازهر ، غزة.

١٦. الكبيسي، عبدالله محمد (٢٠٢٠) التوجه نحو السيادة وعلاقته بسمات الفرد الشخصية لدى طلبة الجامعة (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.

١٧. كريميان، صلاح (٢٠٠٧) سمات الفرد الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا ، رسالة دكتوراه الاكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.

١٨. منسي، محمود. كاظم، علي مهدي (٢٠٠٦) مقياس جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس ، واقع ندوة علم النفس وجودة الحياة. من (١٧-١٩ ديسمبر). جامعة مسقط.

19. Deiner E, Suh, M, Lucas, R & Smith, H (1999): Subjective well-being three decades of progress. psychological Bulletin, V125N(2), pp.267-302
20. Furnham , A. et al (2008) Ability , demography learning style , and personality trait correlates of student preference for assessment method, Educational psychology , vol (28) No(1) P. 12-27
21. Jordan Mathew prutkin, 2002: History Of Quality Of Life Measurments. yale University , New Haven. ct. journal of Human social. v74N(6)
22. Neff, K. D., Kirkpatrick, K. & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and its link to adaptive psychological functioning. Journal of Research in Personality, 41, 139-154.
23. 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: pp85–95.
24. Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-being, *Journal of Happiness Studies*, 9, pp13-39.
25. Ryff Carol, D, and Corey Lee M. Keyes 1995 The Structure of Psychological Well-Being Revisited *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, Vol. 69, No. 4, 719-727
26. Stewart-Brown, S (2000). **Parenting, well-being, health and disease. In Buchanan, A & Hudson, B. (eds). Promoting Children's Emotional Well-being.** Oxford: Oxford University press.

