

## الملخص

سعى البحث الحالي إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم ولتحقيق ذلك طُبّق مقياس جودة الحياة لطلبة وطالبات الجامعة إعداده: (سهير ميهوب، ٢٠١٥) على ٤٠٠ طالباً وطالبة (٢٠٠ من الكليات الادبية، و ٢٠٠ من الكليات العلمية). وقد أشارت النتائج بشكل عام إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين من أبعاد الجودة هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة العواطف، ومتوسط في بعدين، هما: جودة الصحة العامة، وجودة الصحة النفسية . كما أشارت النتائج إلى وجود تأثير دال إحصائياً في متغير النوع، وفي التفاعل الثنائي بين النوع والتخصص؛ حيث كان الطلبة والطالبات في الكليات العلمية أعلى في جودة الصحة العامة، وجودة العواطف، في حين كان الطلبة والطالبات في الكليات الادبية أعلى في جودة الصحة النفسية، وأما في متغير النوع فقد كان الذكور أعلى في جودة الصحة العامة، وجودة العواطف.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة.

## الفصل الاول

### مقدمة

لقد بات توجيه الاهتمام إلي الشباب ولاسيما طلبة وطالبات الجامعة ،من الناحية النفسية ، والاجتماعية من العوامل الهامة لبناء شخصية الفرد وبصفة خاصة في هذه المرحلة ،كونها الأساس لبناء الشخصية المتكاملة حيث تعد جودة الحياة هدفا أساسيا لكل شخص ، وتعتبر دراسة جودة الحياة من الدراسات الحديثة نسبياً في مجال الطب والصحة العامة والطب النفسي وعلم النفس والتربية، كما أن الاهتمام المتزايد بجودة الحياة، والرغبة في تقليل الآثار السلبية للمرض والإعاقة، عكست أقصى تطلعات العاملين في هذه المجالات. كما أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة في العالم العربي. (كتلو، عبدالله، ٢٠١١ حيث تمر المجتمعات اليوم بمرحلة سريعة التغير في جميع مجالات الحياة وعلى كافة الأصعدة، تولدت الى شعور بالتوجس عنها حالة من الرباك وعدم الاستقرار في النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعية، و من المستقبل بصورة جعلت من السمتاع بالحياة أمرا صعب المنال لكل فئات وشرائح المجتمع. ومع استشراف المستقبل وتطلعاته في القرن الحادي والعشرين يطرح العالم مفاهيم جديدة وتوجهات جادة وتحديات

ضاغطة في إطار ما يعرف بـ "الجودة الشاملة" و"معايير الجودة" ... وغير ذلك فيما يتعلق بآفاق العمل والانتاج. أن مواجهة ولقد تبي هذه التحديات التي يعرفها العصر وتحقيق مستويات عالية من الجودة كما وكيفاً كما أن جودة الحياة وتغلب الشخص على العقبات التي تواجهه يكون صعب من دون تقديم خدمات مساندة ودعم إيجابي والبحث عن المعنى وتحقيقه ، حيث يؤكد فرانكل (Frankl, 1990:48) أن معنى الحياة هو الشيء الأساسي الذي يساعد الإنسان على البقاء حتى في أسوأ الظروف، كما يساعده على تجاوز ذاته والتوجه بإيجابية في الحياة والتوجه نحو المستقبل بتفاؤل من خلال اكتشافه للجوانب الإيجابية والقدرات والإمكانات التي بداخله بدلاً من تركيزه على الجوانب السلبية في شخصيته.

لذا تطور اهتمام علم النفس في السنوات الأخيرة فمن خلال البحث في الموضوعات التي يؤكدون من خلالها على إيجابية الشخصية الإنسانية الأصلية كالمفهوم الذي في متناولنا الآن (جودة الحياة) أو ما يطلق عليه معنى الحياة فضلاً عن مفاهيم الحب والمسؤولية وغيرها.

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

ويشدد علم النفس الإنساني على ضرورة إن تكون الحياة الداخلية والخارجية للإنسان أكثر عمقا وتوافقا مما يجعله أفضل قدرة على التعامل الكفاء مع اقصى ظروف الحياة المحيطة به . وينسجم هذا التوجه مع دعوة سيلجمان Seligman الرئيس الأسبق للرابطة النفسية الاميريكية APA إلى أن يعمل علم النفس على دراسة ما يجعل الحياة جديرة بالعيش من خلال شعور الإنسان بجودتها أو معناها لاستثمار وجوده الأصيل في بناء وابتكار ما يفيد الأجيال الحاضرة واللاحقة.

حيث يعد مفهوم جودة الحياة أو معنى الحياة من بين الاهتمامات الوجودية للإنسان، التي حاولت تحويل مسار علم النفس إلى إن يجعل حياة الناس تتوجه إلى السعادة وإشاعة الحب والعدالة الاجتماعية بدلا من التركيز على الشذوذ والأمراض النفسية لدى الشخصية الإنسانية. وطالبة الجامعة يمثلون شريحة مهمة في أي مجتمع، ويتوقف القياس الجيد لجودة الحياة على الوصف الدقيق للحياة الجيدة، والتعرف على مستويات الجودة. ومرحلة التعليم الجامعي من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات الطلبة لجودة حياتهم، وطلبة الجامعة يمرون بمرحلة نمائية مهمة في حياتهم، حيث يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

الأسري، ومن ثم فإن نظرتهم لجودة الحياة تؤثر في أدائهم الدراسي، وفي دافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم، وبناء على ذلك فإن محاولة فهم تقدير الطلاب لجودة الحياة وإدراكهم لها يعد خطوة مهمة في سبيل ذلك.

ويعتقد الباحثين بأن مفهوم جودة الحياة يرتبط ارتباطاً وثيقاً مع الكثير من المفاهيم ومن أهمها تقبل الذات الذي ينتج عن النمو المتكامل للشخصية الإنسانية بجوانبها النفسية والعقلية والاجتماعية والجسمية . ومما لا شك فيه إن مفهوم تقبل الذات يعد مؤشراً كبيراً في تفسير السلوك الإنساني والتنبؤ به ، وربما يكون متغيراً يمكن التنبؤ به من خلال علاقته ببعض المتغيرات الأخرى كما إن خبرات الفرد سواء كانت خبراته الأسرية أو المدرسية أو الحياتية فإنها تؤثر تأثيراً كبيراً على تقبله لذاته ولهذا فإن هدف البحث الراهن يعد محاولة للإجابة على السؤال التالي :

( هل هناك اختلاف في جودة الحياة لدى طلبة وطالبات الجامعة )  
فضلاً عن دراسة تلك العلاقة مع بعض المتغيرات منها التخصص والجنس.

## أهمية البحث

أولاً : تتضح أهمية دراسة جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في النقاط الآتية:

- إن معرفة مقومات جودة الحياة لدى طلبة الجامعة يساعد في الوقوف على مستوى جودة الحياة لدى فئة عمرية مهمة هم طلبة الجامعة .
- على الرغم من أن عقد التسعينيات من القرن العشرين هو عقد الجودة الشاملة فإن مصطلح جودة الحياة مصطلح مازال حديثاً (بداية القرن الحادي والعشرين)، وأنه لا توجد دراسات تناولت هذا المفهوم لدى الفئة المستهدفة في هذا البحث.

ثانياً: تعكس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة حالتهم الصحية النفسية والجسمية. بالإضافة إلى أن استخدام مقياس جودة الحياة له نتائج تقييمية.

ثالثاً: تتبثق أهمية البحث من أهمية الشباب الذين يمثلون ثروة كل أمة تتشد التقدم والرقي ، ومن الطاقة الحيوية التي لها القدرة على رسم ملامح الحركة والتجدد لشعب يطمح للتطور في حياته وحضارته.

يعد الطالب الجامعي وسيلة التربية وغايتها حيث تعد شريحة الشباب وخاصة طلبة وطالبات الجامعة من أهم شرائح المجتمع وأكثرها وعياً وثقافةً بوصفهم وسيلة التغيير والبناء والتقدم , لذا فإن رعايتهم أمر لا بد منه شرط إن تشمل جميع جوانب شخصياتهم (العقلية والنفسية والاجتماعية) ( الشمري , ٢٠٠١ , ص ٢ ) ويؤكد اريكسون Erikson إن هذه المرحلة (المرحلة الجامعية) تمر بأزمة الهوية , فهناك صراع بين خبرات الطالب الجامعي ومطالب المجتمع , مما يؤدي إلى الشعور بالتوتر وعدم الاتزان , وهذا يتطلب التأكيد على مواجهة تلك المشكلات التي يعانيها من خلال البرامج التربوية التي تستهدف الاهتمام بشخصياتهم من جميع جوانبها ليتحقق منها الإنسان والشعور بالرضا عن الحياة وتوفير المعنى لحياتهم (فاروق, ٢٠٠١ , ص ٣١) إن الاهتمام بشريحة الطلبة وطالبات الجامعيين يعني الاهتمام بالمجتمع ومستقبله إذ يقع على عاتقها مسؤولية قيادة ذلك المجتمع مستقبلاً. لذا يتوجب على المسؤولين رعايتهم من خلال تطوير طاقاتهم المبدعة فمنها من تتحول طاقاتهم إلى طاقات تدميرية وعدوانية تجلب الدمار لنفسها وللمجتمع في آن واحد وهناك دعوات يؤكدون على الوقوف والتعرف على المشكلات التي تواجه حياة الطلبة وطالبات , ومساعدتهم على التوافق مع الآخرين والاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية وحب الآخرين وحب العمل وغيرها

(العطار، ١٩٩٥، ص ١١٠). وإن الاهتمام بشخصية الطلبة وطالبات الجامعيين يعني الاهتمام بمستقبل البلد والأمة الإنسانية عموماً بكل نواحيها المتطلعة والهادفة إلى الازدهار، وهذا يتحقق من خلال تفعيل العملية التربوية داخل المدرسة وتطوير أداء المؤسسات التربوية التي يتم من خلالها توفير كل ما تتطلبه تلك العملية في بناء جيل متوافق نفسياً واجتماعياً قادراً على إن يجعل الحب غاية ووسيلة في سعيه لذلك (المسعودي، ٢٠٠٦، ص ٤)

#### أهمية دراسة مفهوم جودة الحياة

يُندرج مفهوم جودة الحياة ضمن المفاهيم الإيجابية في علم النفس وخصوصاً في التوجه الإنساني الوجودي بعد إن حرر فرانكل V.Frankl هذا المفهوم من أصوله الفكرية والفلسفية ومنحه إمكانية التوظيف الإجرائي موضوعاً جديراً بالبحث العلمي في علم النفس بعد الحرب العالمية الثانية وبتأثير منها .

ويرى كل من Adamson & Lyxell 1996 إن مفهوم المعنى أو جودة الحياة من المفاهيم التي يهتم بها المراهقون ، إذ توصلوا إلى إن معظم أسئلة عينة بحثهما ممن هم في عمر (١٨-٢٠) سنة كانت عن حياتهم المستقبلية مثل الموت ، الدين ، فلسفة الحياة . وكذلك توصلوا إلى انه حتى أولئك المراهقين الذين لا يعانون



من مشكلات الوحدة النفسية كانوا يحدثون البالغين في موضوعات وجودية وأفكار لها صلة بحياتهم (Lyxell 1996 p & Adamson 18). ويرى ونغ وستيلر (Stiller (1999 & Wong) إن العمل يعد مصدرا مهما في مفهوم جودة الحياة ومعناها الحقيقي ، إذ من خلاله يشعر الإنسان انه منتج ومفيد بشكل ما لذاته وللآخرين ( : p011 Stiller , 1999 & Wong) وقد مثل العمل في مستوى دافعية الانجاز الذي جاء ضمن احد مجالات مقياس المعنى الشخصي لفوننغ (Wong 2003 p.88) ويؤكدون أبحاث الشيوخة وحالات الاعتلال الصحي إن للمعنى أو الشعور بجودة الحياة قدرة على تزويد الأفراد بضرورة اختيار برنامج صحي بوصفه هدفاً حياتياً ذا قيمة (Wong 2000 p.14) وأشار فرانكل (Frankl) 1982 إلى إن القيم الروحية والإيمان بالله من المصادر المهمة لمعنى الحياة والسعادة فيها وتعطي الفرد القدرة على تحمل الشدائد (فرانكل ١٩٨٢ ص ٩٥) وأشار (بونهارت ١٩٥٩) إلى إن سعادة الفرد وشعوره بجودة حياته تعتمد على كفاءته وقدرته على ضبط حياته الانفعالية وأدائها، فقد تجعل مشاعره وانفعالاته تعيسة أو سعيدة وتتحقق جودة الحياة من خلال قدرة الإنسان على إن يغير نظرته للحياة أو إن يعدل عاداته وطرق تفكيره السلبية .

ويشير ايكمان (Ekman 1971) إلى إن جودة الحياة تتضمن شعور الفرد بالحب والأمن والراحة والرضا النفسي ،وهذا ينعكس على تعبيرات الوجه التي تظهر عليها علامات الابتسام أو الضحك.

ويشير كمال ١٩٨٣ إلى إن الانفعالات المهمة مثل الحب في حياة الفرد قد تؤدي إلى شعور الفرد بجودة حياته ، (Diener & Lucas,1999.p28).

ويرى ايمونز (Emons 1986) إن مجرد وضع الفرد لأهداف قيمة والكراهية والسعادة والغضب هي المصادر المحركة للعلاقات الإنسانية ولا يمكن لهذه الانفعالات إن تنتهي دون إن تترك أثرا في نفسية الإنسان وفي قابليته على التفاعل العاطفي (كمال ١٩٨٣ ص ١٣٨) وأشار فروم From 1960 إلى إن جودة الحياة وسعادتها تنشأ من الحياة المنتجة، أي إن الفرد عندما يكون منتجا فإنه سيكون سعيدا متمتعاً بصحة نفسية جيدة (فروم ١٩٦٠ ص ١٥١) وأشار دذاينر (Diener 1984) إلى ان وجود أهداف معينة ما ترتبط بالارتياح والقناعة والسعادة وخاصة إذا اختار الأفراد أهدافاً تتلاءم مع مواردهم وإمكاناتهم (Diener,1984,p141).

وأظهرت دراسة لوكاس (Lucas 1986) إن الطلاب ذوي القيم الانجازية يشعرون بجودة الحياة وسعادتها وارتياح في الأيام التي يكون فيها انجازهم الدراسي جيداً (Lucas, 1999, p: 285 & Diener) .

وقد بينت دراسة بشير (Beecher,1990) إن العلاقات الحميمة والصداقة والناجحة تعمل على تقرير الرضا النفسي عن الحياة والشعور بالسعادة (Beecher, 1990, p:22) تشير دراسة رايف (Ryff, 1981) إن النساء لديهن قدرة على الإحساس بجودة الحياة إذا توفرت لهن ظروف بيئية اجتماعية جيدة (Ryff,1998 , p:16) ويرى هاسك (Hask,1985) إن الفرد السعيد له القدرة على المشاركة الاجتماعية والتواصل الاجتماعي (Dinner,1984 p.12) ويؤكد ثوماس (Thomas 1979) إلى إن جودة الحياة تؤدي إلى التكامل النفسي والاجتماعي والتي بدورها تجعل الأفراد يتمتعون بصحة نفسية وقدرة على إقامة صلات اجتماعية تتسم بالرضا ، ، ، (Thomas) (p.67 ١٩٧٩).

وأشارت دراسة اليس (Ellis 1980) إن الأفراد يكونون سعداء لأن لديهم انجازات وأهداف يفتخرون بتحقيقها ، فالفرد القادر على الانجاز سيؤدي ذلك إلى شعوره بالإحساس بالسعادة والرضا عن حياته ، (Ellis, 1980, p:490) .

وأشارت دراسة العراقي ١٩٨٤ إلى إن العقائد الدينية تجعل الإنسان يشعر بجودة حياته، (العراقي ، ١٩٨٤ ، ص ٢١٩). وأظهرت دراسة (Leath,1999) إن ممارسة الهوايات الترويحية والأنشطة الرياضية هي المصدر الأول لجودة الحياة وتوفر المعنى في حياة الطلبة وطالبات الجامعيين فيما مثلت الصحة المصدر الثاني في حياة المسنين،. (Leath , 1999 ,p:20) وتتضمن العلاقات الاجتماعية بوصفها مصدرا لخبرة المعنى عند الإنسان كلا من التفاعلات العائلية والعلاقات مع الأصدقاء ،أو بشريك عاطفي ، (Devogler ,1986, p:90 & Ebersole).

وتوصلت دراسة شانتال (Shantall 1999) عن طريق مقابلات مع ناجين من معسكرات الاعتقال (معسكر الموت) وعن طريق تحليل مذكرات سجناء معروفين أيام النازية إلى إن بإمكان المعنى إن ييسر تحمل المعاناة القاسية والنظر إليها بتحدي يجب انجازه والخروج بأدنى مقدار من الخسائر والأضرار النفسية والبدنية، (Shantall, 1999, p:118) .



## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم



ويرى فرانكل (Frankl 1982) إلى إن الفراغ الوجودي ليس مرضاً بالمعنى الطبي لكنه حالة فقدان المعنى تجعل الحياة ليست ذات جدوى وتجعل الفرد يشعر بالوحدة وانعدام قيمة الحياة بأهدافها ودوافعها، (فرانكل، ١٩٨٢، ص ١٤٢).

### أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :-

١. تعرف مستوى جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم.
٢. التعرف على دلالة الفروق في مستوى مفهوم جودة الحياة وفق متغيري (التخصص - الجنس).

### أسئلة البحث:

١. هل توجد فروق دالة احصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم؟
٢. هل يوجد فروق دالة في أبعاد جودة الحياة وفقاً للجنس والتخصص؟



حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على طلبة وطالبات الفرقة الثانية والثالثة والرابعة بجامعة الفيوم للأقسام العلمية والادبية للعام الدراسي ٢٠١٦م في جامعة الفيوم

مصطلحات البحث:

أولاً: جودة الحياة : عرفها "فروم 1960 Fromm" :- يقصد بجودة الحياة : "شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية .

((إحساس ينشأ من الحياة المنتجة وتتحصر في إحساس الإنسان للواقع الملموس وفي اكتشاف نفسه واتحاده بغيره مع احتفاظه بخصائص شخصية في آن واحد ، وهي حالة تنجم عن ارتباط المرء بالعالم ارتباطاً منتجاً))، (فروم ، ١٩٦٠ ، ص ١٩٥٢).

- " ولمان 1973 Wilman " :- ((تقليل حالة التوتر من خلال إشباع الغرائز والدوافع وإنهاء من الخير والرفاه وحسن الاختيار ))، (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٢١).

- " جيكلولا 1974 Chekola :- ((اجتماع عدد اللحظات السعيدة، وتعتمد على الانجاز المستمر في الحياة))، ( Diener, 1984 , p:2060).

- " بدوي ١٩٨٢ :- ((حالة تنشأ عن إشباع الحاجات والرغبات الإنسانية كما وكيفاً وقد تسمو إلى مستوى الرضا النفسي))، (بدوي ، ١٩٨٢ ، ص ٩١).

- " الهابط ١٩٧٨ :- ((الإحساس بالرضا أي إن يكون الفرد سعيداً بنفسه وبالأخرين ويشعر بالرضا عن ذاته ومجتمعته ، وهذه السمة مرتبطة بتوافقه حيث لا يمكن إن يكون الفرد سعيداً راضياً إلا إذا كان هناك توافقاً في وظائفه المختلفة وقادراً على مواجهة الأزمات النفسية التي تصادفه في حياته))، (الهابط ، ١٩٨٥ ، ص ٢٦).

- " ارجايل (Argyle 1987) :- ((يمكن وصفها انعكاساً لدرجة الرضا عن الحياة أو يوصفها انعكاساً لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وشدة هدف الانفعالات))، (يونس ١٩٧٢ ، ص ٢٥).

- ( جابر والكفاني ١٩٩٠ ) :- (( حالة من المرح والهناء والرضاء والإشباع وهي تنشأ من إشباع الدوافع وتستمر إلى مستوى الرضا النفسي)) ، ( جابر والكفاني ، ١٩٩٠ ، ص ١٤٨٥).

- " فرانكل 1964 V.frankl ":- (( هي قدرة الفرد على إن يكشف و بشكل مسؤول المعاني الحياتية المتأصلة في سلوكه وفي مواقفه ))،  
(Frankl, 1964, p: 132).

- " باتستا والموندد (Almond 1973 & Battista):- (( هي الدرجة التي يرى فيها الفرد نفسه محققا أو في خضم عملية التحقيق لإطواره المرجعي أو أهدافه الحياتية )) (Almond & Battista 1973) p:420 .

- " انتوفسكي (Antonovsky 1999):- (( هو درجة دافعية الفرد في الحياة )) ، (Leath , 1999 , p:7) .

- " رايف (Ryff 1989 p.1074):- (( التأكيد على الاستيعاب الواضح لغرض الحياة والإحساس بالاتجاه والقصدية بوصفها مؤشرات للشعور بان الحياة ذات هدف )) ، (Ryff , 1989, p:1074) .

- " سسيمان نقلا عن ادلر (Adler):- (( درجة اعتقاد الفرد إن متطلبات الحياة تمثل تحديات جديرة بالاستثمار (pmihtm) ))

com/cst. <http://www.waynerisser>



- "كرومباخ وموليش (Moholich(1969 & Crumbugh))" بأنها: - ((الحالة التي يكون فيها المرء ملتزماً ومنجزاً لهدفه وذا قناعة بالحياة ومنضبطاً ولديه الحماسة والدافعية للحياة )) ، (Maholich, 1969, p:204 & Crumbaugh) .

#### التعريف النظري للباحثين:-

(( تعني جودة الحياة شعور الفرد بالسعادة والرضا وتحقيق المعنى في الحياة وتحقيق الأهداف لمفرداتها بكل جوانبها )) .  
وفي ضوء إجراءات البحث الحالي عرف الباحثين جودة الحياة بأنها ((الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجاباته على فقرات مقياس جودة الحياة )) .

#### المفهوم الفلسفي لجودة الحياة

تناولت الفلسفة مفهوم جودة الحياة بوصفه دافعاً أساسياً للسلوك الإنساني ،فأن جميع الفلاسفة الإغريق قدموا أفكاراً تتفق حول معنى هذا المفهوم على انه يأتي من معرفة الحقيقة ومن تطهير الإنسان نفسه في الانفعالات المكبوتة أو المؤلمة التي تأتي من خلال وجوده مع أشخاص آخرين .أو نقيض ذلك وهو العزلة والتفكير الفردي المنعزل ( p:12 , ١٩٩٥ ، myers) وأشار أرسطو بأن على الفرد أن يتحلى بالفضائل حتى يصل بحياته إلى السعادة ويشعر بجودتها .ويرى أن للإنسان مجموعة كبيرة من القدرات يستعملها للوصول إلى غايته في الحياة ، (Diener , 1984 , p:55) .

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

أما الفلاسفة العرب والمسلمين أشاروا إلى أن جودة الحياة هي السعادة الأرضية التي ترتبط بالمال والحياة للوصول بالإنسان إلى غاياته وملذاته التي اعتبرها الفارابي ملذات زائلة . وأشار ابن سينا إلى أن جودة الحياة تأتي من خلال قدرات الفرد وتدبره لأمواله العائلية إذ يرى أن سياسة النفس أصعب على الفرد من أي سياسة فهو يقول ( إذا ما نجح الرجل في سياسة نفسه فإنه يستطيع أن يؤسس مدينة بأكملها ) (الزبيدي ، ١٩٨٩ ، ص ٩٢ ) .



## الفصل الثاني

### جودة الحياة من منظور نظريات علم النفس

إن جميع نظريات أو مدارس علم النفس قد تناولت مفهوم جودة الحياة على مختلف منطلقاتها النظرية، إذ هذه النظريات القديمة والحديثة جاءت لدراسة سلوك الإنسان ، ووضوح المناهج والأساليب التي تمكن الإنسان من تحقيق جودة حياته باعتبارها هدفاً أساسياً ليصل إليه .

وسنتناول في بحثنا هذا بعض النظريات وليست جميعها لا لأن البعض لم يتناوله بل اختصاراً للموضوع وما يغطي حاجة البحث لذلك.

#### أولاً: مدرسة التحليل النفسي

١- (فرويد 1856-1939) . Freud) يري فرويد - صاحب مدرسة التحليل النفسي- أن جودة الحياة هي الشعور بالسرور والسعادة ، وتخفيف الآلام وهو هدف أساسي للسلوك البشري ، وأيضاً تعني إشباع الغرائز إذ أن مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي. كما يعتقد أن الحياة مليئة بالآلام والتوترات نتيجة عدم قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد عنها الصراعات والتوترات النفسية المتعددة ( فرح ، ١٩٨٩ ، ص ٢٥ ) واعتقد فرويد





## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم



أن غريزة الحياة أو مبدأ السرور principle هو دافع  
لديمومة الحياة والرضا عنها ( myers,1986,p:380 ) وإضاف  
فرويد إلى أن خبرات الطفولة الأولى بشقيها المؤلم والساار تكون مهمة  
في التأسيس للحياة مستقبلاً (Yogi,1978,p.14 ) .

٢- أدلر (1937-1870 Adler) يقول أدلر (( أن الهدف النهائي  
لنشاط الإنسان وكفاحه هو أن يحقق التفوق)) ( صالح ، ١٩٩٨ ،  
ص ٩٥ ) .

**والتفوق يأتي على نوعين :**

أولاً: يتخذ شكل الرغبة في القوة والسيطرة على الآخرين وهو هدف  
خاطئ يمارسه الفرد العصبي .

ثانياً : يتخذ شكل الكفاح من اجل التفوق نحو الكمال بطريقة تحقيق  
(جودة الحياة والسعادة فيها وهو هدف صحيح يمارسه الأفراد  
الأصحاء)) (المصدر السابق ، ١٩٨٧ ، ص ١٩٦) .

٣- اريك فروم E.fromm (١٩٨٠-١٩٠٠ ) يعتقد فروم fromm  
أن الأمراض النفسية تنتج عن الصراع القائم بين سعي الإنسان  
المشروع لتحقيق أهدافه في الحياة ، وبين النظم والقوانين القائمة في  
مجتمعه التي تعارض هذا السعي ، (كمال ، ١٩٨٣ ، ص ١٢١) .



وأشار أن جودة حياة الإنسان تنشأ من إنتاجه ، وإحساس الإنسان بالواقع الملموس واتحاده مع غيره مع احتفاظه بخصائص شخصيته في آن واحد . وهي إحساس الفرد بالطاقة الحيوية الفياضة التي تنجم عن ارتباطه بالعالم الخارجي ارتباطاً منتجاً ، ( فروم ، ١٩٦٠، ص ١٥١).

وأكد فروم على الجانب الاجتماعي للإنسان إذ إنه أساس جودة الحياة وسعادتها إذ يرى إن الإنسان اجتماعي بطبيعته وإن غالبية مشكلاته ناتجة عن انفصاله وتفرده في مجتمعه . والشخصية السوية هي الشخصية الاجتماعية المنتجة التي توفر المتعة النفسية (السوداني، ١٩٩٠، ص ٥٨).

#### ثانياً : المدرسة الإنسانية : Ahumansitic perspective

١ - نظرية الحاجات (ابرهام ماسلو ١٩٠٨-١٩٧٠ A.Maslow)  
يعد ماسلو زعيم المدرسة الإنسانية والمنظر الرئيس فيها (شلتز ، ١٩٨٣ ، ص ٢٨٧ ) إذ تزعم هذا الاتجاه الجديد في علم النفس أطلق عليها ماسلو القوة الثالثة (Third force) بين التحليل النفسي والسلوكي وهو يؤكد على القيمة الذاتية للشخص ( جلال ، ١٩٨٥ ، ص ١١٥).

وقد أكد ماسلو في نظريته ان هناك مجموعة حاجات أساسية  
Basic needs وحاجات نمو Growth needs الذي وضعها بشكل  
هرمي متصاعد حسب الأهمية (Engler,1985,p307).

وان جودة الحياة تتوقف على مستوى إشباع تلك الحاجات  
العليا يؤدي ذلك به الى الشعور بالسعادة العميقة وسمو في العقل  
واثراء حياة الفرد الداخلية، (الخفاجي، ١٩٩٤، ص ٨) .

٢- الاسلوب الوجودي ( فرانكل Frankl ) من أهم التأثيرات التي  
مارستها الوجودية على فروع المعرفة هو تأثيرها في علم النفس  
وتطبيقاته في مجال العلاج النفسي ويعتقد علماء النفس الوجوديين  
وأولهم فرانكل Frankl باعتباره الأكثر تأثيرا في ظهور علم النفس  
الوجودي أن هناك مجموعة مبادئ لعلم النفس الوجودي هي :

١- إن الشخص له كينونته الخاصة ووجوده المتميز عن الآخرين  
والذي يعكس اتجاهاته وقيمه الخاصة

٢- الإنسان ليس حاله تابعه لحالات أخرى ، بل يجب أن ننظر إليه  
على انه نتاج قدرته في تطوره ونموه الذاتي .

٣- يواجه الفرد خلال حياته ما يمليه عليه المجتمع من محو لشخصيته الذي  
يصل إلى مرحلة الاغتراب والشعور بالذنب والوحدة والقلق ، ويشير الدباغ  
إلى إن الوجودية قدمت جملة من نقاط الانطلاق لعلم النفس هي:



## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم



١- أن الانفعالات ليست فكره ، بل هي جزء من وجود الفرد وهو دائم الإحساس بها

٢- أن الطبيعة الإنسانية تمنح الفرد الحرية في اختيار ماله وما عليه .

٣- يشعر الإنسان بالذنب عندما لا يستطيع إدراك إمكاناته وقدراته بالشكل الذي يجعله قادراً على تحقيق أهدافه .

٤- أن إدراك الفرد لفكرة الموت وقبوله به كونه أمر لا مفر منه، يجعله قادراً على أن يحيى ويتصرف بحرية وسعادة .

٥- القلق الوجودي يجعل الإنسان قادراً على كشف حقائق وجوده في العالم الخارجي والسعي وراء توافر المعنى لحياته .

٦- يرفض الوجوديون فكرة العوامل البيولوجية عند فرويد حول الجنس sex والموت Death باعتبارها قوة محفزه للسلوك ، بل أن السلوك يخضع لشعورهم بالقلق والحرية، (النواب ، ١٩٩٨ ، ص٢٠٣) .

وينقسم الوجود البشري الى : الوجود البشري الأصل والوجود البشري الزائف ، والوجود البشري الأصل يتطلب وجوداً مشاركاً مع الآخر.. وأن الانفصال عن الآخر يجعل الوجود البشري بعيداً عن تحقيق أهدافه في توفير المعنى للحياة ، ( Cruickshank, 1960, p:63 ) .



ويشير هيدجر إلى أن الموجود البشري لا يرضى أن يكون زائفاً بل دائماً يبحث عن التحرر من قبضة الهم وتحقيق الذات الخلاقة للموجود الأصلي الذي يعني وعي الموجود البشري بوصفه حراً ومتجهاً نحو المستقبل من خلال التصميم والقرار، والموجود البشري الأصلي يسعى ويصنع وجوده بواسطة الشعور بالقلق الذي هو (أحد أكثر الإمكانيات قوة وأعظمها أصالة في إظهار الوجود) أما الوجود البشري الزائف يهرب من ذاته ويسقط في الهم ، (الجاف ، ٢٠٠٠ ، ص٦٣)

ويدعو هيدجر إلى مواجهة المستقبل المجهول بالشجاعة والتحدي والقبول لفكرة الموت لأنها تساعد الموجود البشري على ان يعيش بشكل أكثر أصالة إما إذا تقاعس وأبدى شيئاً من الضعف والتردد فإنه سيعيش وجوداً زائفاً ، (الشمري ، ٢٠٠٣ ، ص٤٨) .

يؤكد (صالح ١٩٨٧) أن الشخصية الأصلية هي التي تدرك تماماً تلك الافتراضات الوجودية المتعلقة بطبيعة الإنسان ، فالموجود البشري الأصلي يستطيع ممارسة وإشباع حاجته السيكلوجية ، وهو تكامل يدي الاستعداد للتغيير، وقادراً على الفعل المؤثر الذي يميزه عن الآخر كما انه يقبل حاضره وماضيه للتوجه من خلالها إلى مستقبله دون تردد يدفعه بذلك شعوره بالقلق الذي يعد دافعاً معززاً له ، (صالح ، ١٩٩٨٧ ، ص٢٠٨) .



ويشير (العزة وآخرون) إن الوجود البشري الأصلي يعتمد التجربة والتصور والحكم كما انه يحترم معطيات الماضي والحاضر وتوجهه الأساسي يكون نحو المستقبل من خلال شعوره بالقلق الذي يدفعه بشجاعة نحو تلك المواجهة إما الوجود البشري الزائف فإنه لاعب أدوار يعظم القواعد الاجتماعية والحاجات البيولوجية . وسلوكه نمطي يتضمن غالباً استغلال الآخرين ويشعر بعدم الأمن ويخاف من المستقبل كما انه يشعر بالذنب .

ويشير " بارك park " إلى أن مفهوم الأصالة و اللا أصالة أو الشخصية الأصلية والشخصية الزائفة ، له جذور تمتد إلى بداية تاريخ ظهور علم النفس الوجودي أو الوجودية نفسها ( park,2001,p.60 ) ويشير بارك أيضاً إلى أن الوجود الأصلي يتطلب من الفرد أن يضع خططاً لوجوده ويطور أهدافاً لحياته ثم يجربها من قبله ، ولكي لا يقع في الوجود الزائف الذي يفرض عليه إن يستسلم لليأس ويتخلى عن واجبه وعليه إن يعيد تنظيم وتوحيد حياته من خلال وضع أهداف يتم اختيارها بحرية ، (المصدر السابق p.28) .

ويصنف بارك park شخصية الوجود البشري صنفين :

الوجود البشري الأصل الوجود البشري الزائف

- ١- يمتاز بالسمو وتجاوز التنشئة الثقافية
- ٢- يخلق أنماطاً أكثر ارتقاء لمواجهة الموقف
- ٣- يمتاز بالتفردية والتعرف الذاتي والخلق الذاتي
- ٤- يخلق معانيا وأهدافا
- ٥- لا يمارس ادوار اجتماعية معه سلفا
- ٦- يعتمد على نفسه
- ٧- يعتمد بحسب ما يملكه من خبرات.
- ٨- يجمع بين الماضي والحاضر والمستقبل للحصول على نتائج متكامله
- ٩- يعترف أزمات الوجود
- ١٠- شخص موحد
- ١١- أكثر تركيزا
- أ- إنسان متلقٍ فقط
- ب- تحكمه الأنماط الحضارية ويكون ضحية الظروف
- ج- يعتمد على أنماط حضارية مألوفة
- د- يكون تابعا

هـ - يؤدي أدواراً اجتماعية معده سلفا

و - يعتمد كثيرا على الآخرين

ز - يعتمد بما يعتقدّه الآخرون

ح - منهمك بالوقت الحاضر

ط - ينكر ازمات الوجود

ي - شخص متجزء

ك - اقل تركيزاً (المسعودي، ٢٠٠٦، ص ٤٥)

### كيفية تحقيق جودة الحياة ودور الإرشاد النفسي الإيجابي:

اهتم علم النفس الإيجابي منذ بداية عهده بدراسة وتحليل  
فعالية صيغ التدخل الإيجابي التي تقوم على أساس تحسين وزيادة  
رضا الفرد عن جوانب حياته...ويقوم على فرضية منطقية تنطلق من  
كيفية تعلم 66الفرد كيف يحقق لنفسه حياة صحية ونفسية مقنعة  
وجيدة وممتعة أيضا. إذ يؤكد Seligman & Csikszentmihalyi  
أن علم النفس الإيجابي يجب أن يركز على تحديد دور العوامل  
الوقائية وتفعيلها، مع تطوير خصال الأفراد الإيجابية وكذلك تطوير  
كل مؤسسات التطبيع الاجتماعي والنظم 67 الاجتماعية السائدة في  
مختلف البلدان والثقافات. هذا من جانب، ومن جانب آخر فإن جودة  
الحياة كما يرى (ليتوين) Litwin أن ال تقتصر على 68 تدليل

الصعاب والتصدي للعقبات والأمور السلبية فقط، بل تتعدى ذلك إلى تنمية النواحي الإيجابية (Orte et al). بتوجيه نظر الباحثين إلى أهمية البحث في ٦٩ وفي هذا الإطار قام (أورت وآخرون) بتحسين جودة الحياة من خلال المساندة الاجتماعية، وبرامج للتدخل وتنمية الصحة النفسية التي تتضمن تنمية تقدير الذات والتفائل والرضا عن الحياة، وفعالية الذات، ومعنى الحياة، وكذلك تحسين الرعاية الصحية للفرد، والعمل على إعداد برامج وقائية عاجية. أن خدمات الإرشاد النفسي تعتبر جزء من حركة اجتماعية عالمية تسعى إلى ٧٠ وترى أحمد وحسين التأكيد على جودة الحياة التي يحياها الإنسان، والتأكيد على قيمته وكرامته، وضرورة أن يحيا حياة عادلة تنتم بالسعادة والبعد عن مصادر الشقاء والاضطراب، ويتعدى هدف الإرشاد في علم النفس الإيجابي التخلص من أعراض الاضطراب النفسي إلى تحقيق أهداف أسمى كنشر جودة الحياة وازدهارها. تزداد أهمية هذا الطرح بالنظر إلى كون جودة الحياة ليست مكونا فطريا، بل تحتاج إلى جهود أن جودة الحياة تستلزم دائما الارتباط بين عنصرين ال غنى ٧١ مختلفة لتتميتها، حيث ترى جميل وعبد الوهاب عنهما: أولهما هو وجود فرد مالم، وثانيهما البيئة الجيدة، التي يعيش فيها هذا الفرد، لذلك نجد أن هناك العديد من المعوقات التي تمنع الفرد من الوصول إلى الإحساس بجودة الحياة، و كثيرا ما يترتب على إحساس الفرد بانخفاض مستوى

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

جودة الحياة أو الرضا من الحياة مشكالت عديدة في حياته، كالكتئاب والعزلة 72 الاجتماعية والوحدة النفسية. ووفقا للتباع المنهج الوقائي توصل Seligman إلى أن تعليم الأطفال في العاشرة من العمر مهارات التفكير والسلوك المتفائل يخفض معدل الاكتئاب إلى النصف عندما يصلون إلى البلوغ، وقدم مع مجموعة عمل أفكارا حول الوقاية

## الفصل الثالث

### الدراسات السابقة

أولاً : الدراسات التي تمت حول جودة الحياة :

دراسة فرجاني (١٩٩٢) عن نوعية الحياة في الوطن العربي. أهداف الدراسة: تحديد مفهوم وقياس جودة الحياة في البلدان العربية في السياق الدولي. أدوات الدراسة: من خلال اعتماد مشروع ميثاق حقوق الإنسان والشعب في الوطن العربي أساساً لبلورة مفهوم عربي لجودة الحياة عن طريق انتقاء مفردات أساسية في الدراسة وإعادة ترتيبها وتصنيفها، وتفصيل بعضها أو الإضافة إليه عند الضرورة مع مراعاة عدم التفرقة بين الحقوق المدنية والسياسة والاقتصادية والاجتماعية والثقافية. على أن تكون التفرقة بين المستويين الفردي والجمعي في حقوق الإنسان الأساسية وحرية مع الاعتماد على الوطن العربي، كنطاق الدلالة للحقوق والحریات. نتائج الدراسة: توصل الباحث لمكونات المفهوم العربي لجودة الحياة ومنها

١. الحقوق الفردية: أ- السلامة الشخصية: (حظر التعذيب والإيذاء البدني والنفسي، والمعاملة غير الإنسانية، والعقوبات القاسية أو المهينة أو المحطّة بالكرامة)، ب- حرية الرأي والتعبير والبحث عن المعلومات والأفكار والحصول عليها ونقلها، ج- حرية الفكر والعقيدة والتعبير عنها، د - حرية الحياة الخاصة.

دراسة أبو النور (٢٠٠٠): الهدف في الحياة وبعض المتغيرات النفسية المرتبطة به لدى عينة من طلبة الجامعة. أهداف الدراسة: دراسة الهدف من الحياة كبعد من أبعاد جودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية. نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أن كل أفراد العينة يضعون هدفاً للحياة. لا توجد فروق دالة بين الإناث والذكور. هناك علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين الهدف من الحياة وكل من الطموح والمرغوبة الاجتماعية، وتأكيد الذات. (أبو النور، ٢٠٠٠، ص ١١٤-١١٣).

أوضحت بعض الدراسات (مثلاً، Hajiran, 2006; Picher, 2006) أن الحياة الجيدة والسعادة ينعكسان على دور الإنسان في حياته، وأن معدلات الشعور بالسعادة لدى الراشدين في أوروبا هي الأعلى على مستوى العالم، وذلك لتعاملهم الموضوعي مع جودة الحياة التي يستطيع التعايش معها سكان أوروبا وبخاصة في المنزل والمهنة، ولكن لا يمكن إهمال دور الحاجات وتكاليف الحياة والتاريخ الاقتصادي أيضاً. وتوصلت دراسة صالح (1990) إلى أن جودة الحياة ترتبط بمستوى المعيشة، مثل: الدخل والاستهلاك والخدمات الاجتماعية المتاحة، كما ترتبط بنمط الحياة التي يعيشها الفرد. وتتبدى جودة الحياة في أي مجتمع بالعديد من المؤشرات

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

الموضوعية، مثل: نظافة البيئة، وسهولة المواصلات، وتوافر السلع، وزيادة الدخل، وتوافر فرص التعليم والعمل، وتوافر الخدمات الصحية المناسبة، وحرية التعبير وحرية الاعتقاد، وتوافر أماكن الترفيه والاستجمام، والعدالة الاجتماعية وتكافؤ الفرص لدى كل المواطنين، كما تتبدى جودة الحياة أيضاً بالعديد من المؤشرات الذاتية للأفراد في المجتمع، مثل: السعادة، والرضا عن الذات وعن الآخرين، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والوعي بمشاعر الآخرين، وضبط الانفعالات، والضبط الداخلي للسلوك، والمسئولية الشخصية والمسئولية الاجتماعية، والمشاركة في الأعمال التعاونية، والولاء والانتماء للأسرة والمدينة والوطن، والتوافق الشخصي والاجتماعي والصحي والأسري والمهني، والتفاؤل.

وقام فرجاني (١٩٩٢) بتحديد وقياس مفهوم جودة الحياة في البلدان العربية في السياق الدولي، وذلك من خلال اعتماد مشروع ميثاق حقوق الإنسان والشعب في الوطن العربي أساساً لبلورة مفهوم عربي لجودة الحياة عن طريق انتقاء مفردات أساسية في الدراسة وإعادة ترتيبها وتصنيفها، وتفصيل بعضها أو الإضافة إليه عند الضرورة مع مراعاة عدم التفرقة بين الحقوق المدنية والسياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية، مع الاعتماد على الوطن العربي،



كنطاق الدلالة للحقوق والحريات. وتشكل الحقوق المتضمنة في المفهوم المقترح منظومة متضافرة من المكونات، تعني أنها تتسم بالاتساق الداخلي، وبعدم إمكان التضحية ببعضها من أجل البعض الآخر. والافتراض الأساسي الذي تستند إليه الدراسة هو أن الحقوق والحريات المتضمنة في هذا المفهوم تشكل عناصر مفهوم عربي لجودة الحياة، بمعنى أن هذه العناصر تكون معايير الحكم على تغير جودة الحياة في الوطن العربي .

واستهدفت دراسة العادلي (٢٠٠٦) معرفة مستوى إحساس طلبة كلية التربية بالرسائق بجودة الحياة، ومعرفة طبيعة الفروق في متغيري الجنس والتخصص الدراسي. بلغ حجم العينة (٥١) طالبا و(١٤٧) طالبة، وباستخدام مقياس صمم لهذا البحث أظهرت النتائج أن مستوى إحساس جميع أفراد العينة وكذلك الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس الأمر الذي يعكس مستوى عاليا من الإحساس بجودة الحياة. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في التخصص الدراسي تم تحديدها بالفروق بين متوسط درجات طلبة تخصص الدراسات الاجتماعية ومتوسط درجات طلبة بقية التخصصات المشمولة .

وأبرزت دراسة رضوان (2005) إسهامات علم النفس التطبيقي في بعض مجالات الحياة وجودتها من خلال جودة البيئة، وجودة الحياة الأسرية، وجودة الحياة التعليمية؛ حيث تتمثل جودة الحياة التعليمية في جودة المنهج وجودة إعداد المعلم، وجودة الإدارة التعليمية.

ويقترح أبوسريع وشوقي وأنور ومرسي (٢٠٠٦) نموذجاً لتفسير وتقدير جودة الحياة يعتمد على تصنيف المتغيرات المؤثرة في تشكيل جودة الحياة موزعة على بعدين متعامدين، يشمل البعد الأفقي قطبي توزيع محددات جودة الحياة حسب كمونها داخل الشخص أو خارجه، وتسمى "بعد المحددات الشخصية الداخلية في مقابل المحددات الخارجية" Internality vs. externality dimension، ويمثل البعد الرأسي توزيع تلك المحددات وفق أسس قياسها وتقدير مدى تحققها، والتي تتوزع ما بين أسس ذاتية يقدرها الفرد من منظوره الشخصي كما يدركها ويشعر بها، إلى أسس موضوعية تشمل الاختبارات والمقاييس ومقارنة الشخص بغيره أو بمتوسط جماعته المعيارية، أو اعتماداً على معايير كمية وكيفية أخرى مثل الملاحظة ومقاييس التقدير، ويسمى "بعد الذاتية في مقابل الموضوعية" Subjectivity vs. objectivity dimension.

## الفصل الرابع

### منهجية البحث

#### (١) عينة البحث

تم اختيار عينة عشوائية حجمها ٤٠٠ طالباً وطالبة من طلبة وطالبات جامعة الفيوم، وقد روعي في اختيارها تمثيلها لمتغيرات البحث (النوع، والتخصص). والجدول (١) يتضمن توزيع عينة البحث.

#### الجدول (١)

##### عينة البحث موزعة حسب النوع والتخصص

| النوع   | أدبي | علمي | المجموع |
|---------|------|------|---------|
| ذكر     | ١٠٠  | ١٠٠  | ٢٠٠     |
| أنثى    | ١٠٠  | ١٠٠  | ٢٠٠     |
| المجموع | ٢٠٠  | ٢٠٠  | ٤٠٠     |

تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة وطالبات الجامعة الذي أعدته: د. سهير ميوب (٢٠١٥)، والذي يتكون من (٤٠) فقرة، وأمام كل فقرة مقياس تقدير رباعي (لا، إلى حد ما، كثيراً، كثيراً جداً)، تتوزع فقرات المقياس على أربعة أبعاد (جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والبحث، وجودة الصحة النفسية)،

#### المعالجة الإحصائية

للإجابة عن أسئلة البحث تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

١. المتوسط الحسابي Mean والانحراف المعياري Standard Deviation.

٢. اختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample T-test.

٣. تحليل التباين الثلاثي متعدد المتغيرات Three-way

Multivariate Analysis.

٤. معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient.



## الفصل الخامس

### عرض ومناقشة نتائج البحث:

للإجابة عن السؤال الأول الذي ينص على: "ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة وطالبات الجامعة تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، لكل محور من محاور جودة الحياة الأربعة، وتمت مقارنة متوسط العينة بالمتوسط النظري للمقياس البالغ ٣.٥ باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة.

#### ١. نتائج السؤال الأول :

تراوحت المتوسطات الحسابية للعينة بين ٣.١٨ (محور جودة العواطف) و ٤.٠٨ (محور جودة الحياة الأسرية)، ثلاثة متوسطات أقل من المتوسط النظري، وثلاثة متوسطات أكبر من المتوسط النظري، وبعد اختبار دلالتها باستخدام اختبار "ت" لعينة البحث، تبين أن جميع المتوسطات الحسابية دالة عند مستوى  $\geq 0.001$ ، ما عدا متوسط محور جودة الصحة العامة فقد كان غير دال. والجدول (٢) يتضمن خلاصة نتائج اختبار "ت" للعينة.



**الجدول (٢):**

**المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار "ت" لعينة البحث (ن = ٤٠٠) في**

**مقياس جودة الحياة**

| أبعاد مقياس جودة الحياة            | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" المحسوبة | الدلالة الإحصائية |
|------------------------------------|-----------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| ١. جودة الصحة العامة               | ٣.٤٤٩٨          | ٠.٤٨١٥٣           | ١.٥٤٤-            | غير دالة          |
| ٢. جودة الحياة الأسرية والاجتماعية | ٤.٠٧٨٥          | ٠.٥٥٤٥٩           | ١٥.٤٣٨            | ٠.٠٠١             |
| ٣. جودة العواطف (الجانب الوجداني)  | ٣.١٨٢٢          | ٠.٦٣١٠١           | ٧.٤٥٣-            | ٠.٠٠١             |
| ٤. جودة الصحة النفسية              | ٣.٢٠٢٣          | ٠.٤٨١٤٤           | ٩.١٥١-            | ٠.٠٠١             |

يتضح من الجدول (٢) وجود تفاوت في مستويات جودة

الحياة، وفيما يلي توضيح لذلك:

• تبين ثلاثة محاور من حيث مستوياتها ، إذ كان متوسطها

الحسابي أعلى من المتوسط النظري، وهي محور: جودة الحياة

الأسرية، محور جودة الصحة العامة، ومحور جودة العواطف،

وجودة الصحة النفسية .

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

وأما السؤال الثاني للبحث المتمثل في: "ما دور متغير النوع والتخصص في أبعاد جودة الحياة الأربعة؟"، فقد تمت الإجابة عنه باستخدام الخطوة الأولى في تحليل التباين متعدد المتغيرات (حساب قيم ويلكس Wilks Lambda لتحديد دلالة المتغيرات بغض النظر عن دلالة أبعاد جودة الحياة). والجدول (٣) يتضمن خلاصة ذلك.

### الجدول (٣):

نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات لأبعاد جودة الحياة للمتغيرات الثلاثة

| الدلالة الإحصائية | درجات حرية الخطأ | درجات حرية الفرضية | قيمة "ف" المحسوبة | قيمة ويلكس لمبدأ | مصدر التباين |
|-------------------|------------------|--------------------|-------------------|------------------|--------------|
| ٠.٠٠١             | ٣٨٧              | ٦                  | ٤.٤٥٤             | ٠.٩٣٥            | النوع (ب)    |
| غير دالة          | ٣٨٧              | ٦                  | ١.٤٣٩             | ٠.٩٧٨            | التخصص (ج)   |
| غير دالة          | ٣٨٧              | ٦                  | ٠.٥٨١             | ٠.٩٩١            | (ج) × (ب)    |

يتضح من الجدول (٣) أن قيم "ف" المحسوبة على قيم ويلكس لمبدأ وجود فروق دالة إحصائية في متغير التفاعل الثنائي بين النوع والتخصص، ومن أجل تحديد اتجاه الفروق في أبعاد جودة الحياة الدالة، تم استخدام الخطوة الثانية في تحليل التباين الثلاثي متعدد المتغيرات (تحديد أبعاد جودة الحياة الدالة في التأثيرات الدالة في الخطوة الأولى). والجدول (٤) يتضمن خلاصة ذلك.

**الجدول (٤):**

خلاصة نتائج تحليل التباين الثلاثي المتعدد للتأثيرات الدالة طبقاً لقيمة "ف" المحسوبة

| مصدر التباين   | أبعاد جودة الحياة               | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة "ف" المحسوبة | الدلالة الإحصائية |
|----------------|---------------------------------|----------------|--------------|----------------|-------------------|-------------------|
| النوع          | الصحة العامة                    | ٢.٢٨٤          | ١            | ٢.٢٨٤          | ٩.٦٤٣             | ٠.٠٠٠٢            |
|                | جودة الحياة الأسرية والاجتماعية | ٠.٠٢٩٠         | ١            | ٠.٠٢٩٠         | ٠.٠٦٥             | ٠.٨٠٠             |
|                | جودة العواطف (الجانب الوجداني)  | ٦.٧٦٨          | ١            | ٦.٧٦٨          | ١٥.٧٨٦            | ٠.٠٠٠١            |
|                | الصحة النفسية                   | ٠.١٨٣          | ١            | ٠.١٨٣          | ٠.٧١٩             | ٠.٣٩٧             |
| النوع × التخصص | الصحة العامة                    | ٠.٠٦٥٣         | ١            | ٠.٠٦٥٣         | ٠.٢٧٥             | ٠.٦٠٠             |
|                | الحياة الأسرية                  | ١.٠٦٤          | ١            | ١.٠٦٤          | ٣.٢٣٢             | ٠.٠٧٣             |
|                | العواطف                         | ٠.١٢٩          | ١            | ٠.١٢٩          | ٠.٣٠٠             | ٠.٥٨٤             |
|                | الصحة النفسية                   | ١.٣٦٩          | ١            | ١.٣٦٩          | ٥.٣٨٧             | ٠.٠٢١             |
| الخطأ          | الصحة العامة                    | ٩٢.٨٤١         | ٣٩٢          | ٠.٢٣٧          |                   |                   |
|                | الحياة الأسرية                  | ١٢٩.٠٢٤        | ٣٩٢          | ٠.٣٢٩          |                   |                   |
|                | العواطف                         | ١٦٨.٠٥٩        | ٣٩٢          | ٠.٤٢٩          |                   |                   |
|                | الصحة النفسية                   | ٩٩.٦١٥         | ٣٩٢          | ٠.٢٥٤          |                   |                   |



يتضح من الجدول (٤) وجود تأثير دال إحصائياً لكل من النوع في ثلاثة أبعاد، وأن بعداً واحداً فقط دال في التفاعل الثنائي بين النوع والتخصص، وأربعة أبعاد دالة في التفاعل الثنائي بين النوع والتخصص.

#### ثانياً - مناقشة النتائج وتفسيرها

استهدفت البحث الحالي إجراء دراسة مقارنة بين طلبة وطالبات الجامعة بالفيوم في إدراكهم لجودة الحياة بمجالاتها الأربعة (جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة العواطف، وجودة الصحة النفسية)، ومعرفة دور متغير النوع، والتخصص.

أشارت نتائج السؤال الأول للبحث إلى تفاوت المستوى بين الطلبة والطالبات ؛ حيث كان مستوى جوانب الجودة الأربعة تتراوح بين المستوى المنخفض إلى المستوى المرتفع لدى الطلبة والطالبات.

فقد جاء محور جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، في المستوى المرتفع لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم ، وهذا يعكس بلا شك ما يشعرون به من جوانب في الحياة الأسرية والاجتماعية تتمثل في شعورهم بالتقارب من والديهم، ورضاهم عنهم، وحصولهم على دعم عاطفي من أسرهم وأصدقائهم وجيرانهم، ومن وجود شخص في

الأسرة يتقنون به، ومن شعورهم بالفخر للانتماء لأسرهم، ووجود أصدقاء مخلصين يقدمون الدعم والمساندة لهم وقت الحاجة، وكذلك من التعامل السهل مع الآخرين، والعلاقات الجيدة بالزملاء.

من جانب آخر تميز الطلبة والطالبات بمستوى مرتفع في محور **جودة العواطف** ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة العادلي (٢٠٠٦) التي. تعكس هذا.

أما محاور الجودة التي كان مستواها منخفضاً لدى الطلبة والطالبات محور **جودة الصحة النفسية**، وهذا الانخفاض لم تؤيده الدراسات السابقة (مثلاً: حسن والمحرزى وإبراهيم، ٢٠٠٦). إن هذا المستوى المنخفض ربما يعكس طبيعة المرحلة الدراسية والعمرية التي يمر بها الطلبة والطالبات، لاسيما الطلبة والطالبات الذين يسكنون القسم الداخلي، والطلبة وطالبات الذين على أبواب التخرج، فنجدهم يشعرون بالقلق والاكتئاب، وعدم الأمن، والعصبية وعدم الاتزان الانفعالي، وعدم القدرة على ضبط الانفعالات، والشعور بانخفاض الروح المعنوية.

وأشارت نتائج السؤال الثاني إلى أن متغير النوع دال في نفس المحاور الثلاثة السابقة لمصلحة الذكور. وأما متغير التخصص فلم يكن دال إحصائياً. أما التفاعلات الثنائية، فقد كان التفاعل بين النوع والتخصص فقط دال في محور واحد فقط (الصحة النفسية) لمصلحة فئة الطلاب الذكور من ذوي التخصص الأدبي. وأما التفاعل بين النوع والتخصص فقد كان دال في أربعة من محاور الجودة، اثنان منها (الصحة العامة، والعواطف) لصالح الطلاب الذكور من ذوي التخصص الأدبي.

إن دلالة متغير النوع لمصلحة الذكور في ثلاثة أبعاد لجودة الحياة يتفق مع ما توصلت إليه دراسة العادلي (٢٠٠٦) من وجود فروق دالة في متغير النوع لمصلحة الذكور، وتختلف مع ما توصلت إليه دراسة إبراهيم وصديق (٢٠٠٦) التي أشارت إلى عدم دلالة متغير النوع في جودة الحياة. وأما عدم دلالة متغير التخصص فإنه يتفق مع ما توصلت إليه دراسة إبراهيم وصديق (٢٠٠٦)، ويختلف مع دراسة كل من: حسن والمحرزى وإبراهيم (٢٠٠٦)، ودراسة العادلي (٢٠٠٦) اللتان توصلتا إلى وجود فروق في متغير التخصص.

إن دلالة التفاعل الثنائي في نفس المحاور التي كانت دالة في متغير النوع، وكذلك في التفاعل الثنائي، تشير إلى التأثير المشترك للمتغيرات الديموجرافية معاً في جودة الحياة. وبالتالي من الصعوبة بمكان تقديم تفسيرات مقنعة لنتائج السؤال الثاني في ظل شحة وندرة الدراسات السابقة في هذا المجال، فالموضوع بحاجة إلى المزيد من الدراسات لتكوين بنية معرفية يمكن الاستناد إليها في مثل هذه المواقف.

# جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

## مقياس جودة الحياة

إعداد/ د: سهير ميهوب

يرجى وضع إشارة (✓) أمام العبارة التي تناسب رأيك:

| م                                | العبارات                                           | لا | إلى حد ما | كثيراً جداً |
|----------------------------------|----------------------------------------------------|----|-----------|-------------|
| المحور الأول (جودة الصحة العامة) |                                                    |    |           |             |
| ١                                | أشعر ببعض الآلام في جسمي.                          |    |           |             |
| ٢                                | عندما أمرض أشعر بأنني عبئ كبير على أسرتي.          |    |           |             |
| ٣                                | أعاني من ضعف في الرؤية.                            |    |           |             |
| ٤                                | لدي إحساس بالحيوية والنشاط.                        |    |           |             |
| ٥                                | أشعر بالرضا عن حالتي الصحية.                       |    |           |             |
| ٦                                | الخدمات الصحية التي تقدم لي ترضيني.                |    |           |             |
| ٧                                | الاطباء المعالجون يجيبون عن تساؤلاتي بصراحة تامة.  |    |           |             |
| ٨                                | أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المختصين. |    |           |             |
| ٩                                | استطيع الاسترخاء بدون مشكلات                       |    |           |             |
| ١٠                               | أقلق لتدهور حالتي الصحية.                          |    |           |             |

**جودة الحياة لدى طلبة وطالبات  
جامعة الفيوم**

| م                                                   | العبارات                                         | لا | إلى حدّ | كثيراً | كثيراً جداً |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----|---------|--------|-------------|
| <b>المحور الثاني (جودة الصحة النفسية)</b>           |                                                  |    |         |        |             |
| ١١                                                  | أشعر بأنني عصبي أغلب الوقت.                      |    |         |        |             |
| ١٢                                                  | أشعر بالحزن بدون سبب واضح.                       |    |         |        |             |
| ١٣                                                  | أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب.       |    |         |        |             |
| ١٤                                                  | أشعر بأنني محبوب من الجميع.                      |    |         |        |             |
| ١٥                                                  | لأخاف من الموت.                                  |    |         |        |             |
| ١٦                                                  | أنا لست سعيد.                                    |    |         |        |             |
| ١٧                                                  | أشعر بالوحدة النفسية.                            |    |         |        |             |
| ١٨                                                  | أشعر بأنني على درجة عالية من الاتزان الانفعالي.. |    |         |        |             |
| ١٩                                                  | أستطيع ضبط انفعالاتي.                            |    |         |        |             |
| ٢٠                                                  | لا أشعر بالقلق على المستقبل.                     |    |         |        |             |
| <b>المحور الثالث جودة العواطف (الجانب الوجداني)</b> |                                                  |    |         |        |             |
| ٢١                                                  | أشعر بأنني محبوب من الجميع.                      |    |         |        |             |
| ٢٢                                                  | أشعر بالاكئاب.                                   |    |         |        |             |

جودة الحياة لدى طلبة وطالبات  
جامعة الفيوم

| م                                             | العبارات                                        | لا | إلى حدٍّ ما | كثيراً جداً |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|----|-------------|-------------|
| ٢٣                                            | اشعر بالود والتقارب مع من حولي.                 |    |             |             |
| ٢٤                                            | أمتلك القدرة على اتخاذ القرار المناسب.          |    |             |             |
| ٢٥                                            | أنا راضي عن نفسي.                               |    |             |             |
| ٢٦                                            | أنال أشعر بالسعادة مطلقاً.                      |    |             |             |
| ٢٧                                            | اشعر بالأمن طول الوقت.                          |    |             |             |
| ٢٨                                            | لا اشعر بالرضا عن علاقتي بمن حولي .             |    |             |             |
| ٢٩                                            | روحي المعنوية منخفضة.                           |    |             |             |
| ٣٠                                            | لاحصل على الدعم العاطفي المناسب من أسرتي.       |    |             |             |
| المحور الرابع جودة الحياة الاسرية والاجتماعية |                                                 |    |             |             |
| ٣١                                            | لديّ أصدقاء مخلصين.                             |    |             |             |
| ٣٢                                            | لا احصل على الدعم والمساندة من أصدقائي وجيراني. |    |             |             |
| ٣٣                                            | اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي.                    |    |             |             |
| ٣٤                                            | لأجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.                 |    |             |             |
| ٣٥                                            | أشعر بأن من حولي غير راضين بما أقدمه لهم.       |    |             |             |

جودة الحياة لدى طلبة وطالبات  
جامعة الفيوم

| م  | العبارات                                  | لا | إلى حد ما | كثيراً جداً |
|----|-------------------------------------------|----|-----------|-------------|
| ٣٦ | أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.          |    |           |             |
| ٣٧ | علاقاتي بمن حولي سيئة للغاية.             |    |           |             |
| ٣٨ | علاقاتي بمن حولي جيدة للغاية.             |    |           |             |
| ٣٩ | أصدقائي يمدون لي يد العون.                |    |           |             |
| ٤٠ | استمتع بمزاولة ادواري داخل المنزل وخارجه. |    |           |             |





## المراجع المستخدمة

أولاً : المراجع العربية

(١) إبراهيم، محمد عبد الله؛ وصديق، سيدة عبد الرحيم (٢٠٠٦). دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة (ص ص ٢٧٧-٢٨٨). جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، ١٧-١٩ ديسمبر.

(٢) أبو سريع، أسامة سعد؛ وشوقي، مرفت أحمد؛ وأنور، عيبر محمد؛ ومرسي، صفاء إسماعيل (٢٠٠٦). أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة (ص ص ٢٠٥-٢٢٨). جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، ١٧-١٩ ديسمبر.

(٣) الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٥). نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي. وقائع المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوية للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة (ص ص ٣-١١). جامعة الزقازيق- مصر، ١٥-١٦ مارس.



٤) الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٦). استراتيجيات تحسين جودة الحياة من أجل الوقاية من الاضطرابات النفسية. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة (ص ص ١-١٩). جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، ١٧-١٩ ديسمبر.

٥) حبيب، مجدي عبد الكريم (٢٠٠٦). فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة (ص ص ٧٩-١٠٠). جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، ١٧-١٩ ديسمبر.

٦) حسن، عبد الحميد سعيد؛ والمحارزي، راشد سيف؛ وإبراهيم محمود محمد (٢٠٠٦). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة وطالبات جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة (ص ص ٢٨٩-٣٠٣). جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، ١٧-١٩ ديسمبر.

## جودة الحياة لدى طلبة وطالبات جامعة الفيوم

- ٧) رضوان، فوقيّة حسن عبد الحميد (٢٠٠٥). علم النفس التطبيقي وجودة الحياة. وقائع المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوية للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة (ص ص ٩٥-١٠٤). جامعة الزقازيق - مصر، ١٥-١٦ مارس.
- ٨) سعيد، محسن المهدي؛ والبلاوي، حسن حسين (٢٠٠٦). أسس المعايير والجودة الشاملة. في رشدي أحمد طيعة (محرر). الجودة الشاملة في التعليم بين مؤشرات التميز ومعايير الاعتماد: الأسس والتطبيقات (ص ص ٢٣-٣٢). عمان: دار المسيرة.

- 9) Andalman, R. B., Attkisson, C. C., Zima, B. T., & Rosenblatt, A. B. (1999). *Quality of life of children: Use of psychological testing for treatment planning and outcomes assessment* (pp. 1383-1413). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- 10) Audin, K., Davy, J. & Barkham, M. (2003). University quality of life and learning: An approach to student well-being, satisfaction and institutional change. *Journal of Further and Higher Education*, 27, 365-382.
- 11) Dodson, W. E. (1994). Quality of life measurement in children with epilepsy. In: M. R. Trimble & W. E. Dodson (Eds.), *Epilepsy and Quality of Life* (pp. 217-226). New York: Raven Press Ltd.
- 12) Faro, B. (1999). The effect of diabetes on adolescents' quality of life. *Pediatric Nursing*, 25, 247-253.
- 13) Frisch, M. B. (1992). Use of the quality of life inventory in problem assessment and treatment planning for cognitive therapy of depression. In: A. Freeman & M. Dattilio (Eds). *Comprehensive Casebook of Cognitive Therapy* (pp. 27-52). New York: Plenum.
- 14) Hajiran, H., (2006). Toward a Quality of life Theory: Net Domestic Product of Happiness. *Social Indicators Research*, 75 (1), 31 – 43.

- 15) Karen, O., Lambour, G. & Greenspan, S. (1990). Persons in transition. In: R. L. Schalock & M. Begab (Eds.), *Quality of life perspectives and issues* (pp. 85-92). Washington: American