الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمه لخضر- الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم العلوم الاجتماعية

جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة

دراسة ميدانية على عينة من طالبات جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي

مذكرة مكملة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
في علوم التربية تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبة:
مفيدة مسعي محمد

إشراف:
أ. د/أحمد جلول

الأستاذ	الرتبة	الصفة	المؤسسة الأصلية
عمار حمامة	أستاذ محاضرب	رئيسا	جامعة الوادي
أحمد جلول	أستاذ محاضر أ	مشرفا ومقررا	جامعة الوادي
السعيد نصرات	أستاذ مساعد ب	عضوا مناقشا	جامعة الوادي

السنة الجامعية:2019/2018

شكر وتقدير

بداية الشكر لله عز وجل على نعمه وتوفيقه لنا في تسيير أمورنا، ثم الصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا

وحبيبنا محمد صلى الله عليه وسلم .

كما أخص بالشكر والدي العزيزين على دعواتهما لي .

ويسرني أن أتقدم بجزيل الشكر للأستاذ المشرف الدكتور أحمد جلول على قبوله الإشراف ومساعدته لي في

إتمام هذا البحث المتواضع .

وإلى أخواتي: نجاة، كلثوم ومنيرة، وإلى كل إخوتي على المجهودات التي بذلوها من أجلي .

وإلى الصديقات نجاة حنكة وأروى مسعي وسهيلة مكاوي، نجاة سالم

وإلى كل من ساعدني من قريب وبعيد .

ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة، ولتحقيق هذا الهدف:

أتبعنا المنهج الوصفي الاستكشافي، وإعتمدنا على استبيان جودة الحياة " لمنسى وكاظم"، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة تكونت من(70)، طالبة متزوجة من كليتي: العلوم الاجتماعية والإنسانية والعلوم الإسلامية من جامعة حمه لخضر بالوادي، تم اختيارهم بطريقة مقصودة من المجتمع الأصلي للدراسة كما استخدمنا مجموعة من الأساليب الإحصائية الموجودة ضمن الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS)، والمتمثلة في: معامل الارتباط بيرسون، ومعامل ألفا كرونباخ واختبار T TEST، حيث كشفت النتائج على ما يلي:

1-مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة منخفض.

2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير سنوات الزواج.

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي.

4-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وفي الأخير أختتمت الدراسة بمجموعة من الاقتراحات التي نراها تخدم هذا الموضوع.

RESUME DE L ETUDE:

Le but de cette étude de déterminer la connaissance de vie l'étudiantuniversitaire
Pour atteindre ces objectifs cette étude a été effectue sur un échantillon compose de 70 étudiantes maries de deux facultés desciences sociales et humaines et des sciences islamique et des sciènes islamique de l'Université de Hamalakhadardloued un choix se fait d unemethade voulu de la societeorginal d etude nous fait un ensembe des methodaesstatitiquestraouvedane un emballage statistique de science social SBSS et qui est present dans le coefficiient de relation Berson et de coefficient Alpha corn pakh, et d unecombositione ,t testes,

- Les resultate ont montre ceux-ci-

1- niveau de qualite de vie de letudiante marie est reduite.
2- Il n ya pas des differances statistique dans le niveau de qualite de vie de letudiante universitaire marie relie au changement des annes de mariage.
3- Il n ya pas de differance de statisttique dans le niveau de qualite de vie de letudiante marie lie a une facongeographique .
4- Il n ya pas de differance statistique le niveau de qualite de vie de letidiante marie lie a un changement d un niveau d enseignement .

-enfin les etudes sont arrete par un ensemble des propositions que nous les voyons necessaire au travail de ce sujet.

فهرس المحتويات

المحتويات	صفحة
شكر وتقدير	أ
ملخص الدراسة باللغة العربية	ب
ملخص الدراسة باللغة الفرنسية	ج
فهرس المحتويات	د-هـ
فهرس الجداول	و
فهرس الملاحق	ز
مقدمة	08
الجانب النظري	
الفصل الأول:الإشكالية واعتباراتها	
تحديد الإشكالية	11
فرضيات الدراسة	13
أهمية الدراسة	13
أهداف الدراسة	14
حدود الدراسة	14
التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة	14
الدراسات السابقة	14
تعقيب على الدراسات السابقة	16
الفصل الثاني: جودة الحياة	
تمهيد	18
الصعوبات التي تواجه تعريف جودة الحياة	19
تعريف جودة الحياة لغة واصطلاحا	20
أبعاد جودة الحياة	22
مظاهر جودة الحياة	24
مقومات جودة الحياة	26

الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة	**27**
قياس جودة الحياة	**30**
معوقات جودة الحياة	**31**
خلاصة الفصل	**33**
الجـانــب المـــيدانـــــي	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
تمهيد	**36**
منهج الدراسة	**37**
الدراسة الاستطلاعية	**37**
أهداف الدراسة الاستطلاعية	**37**
عينة الدراسة الاستطلاعية	**38**
أدوات الدراسة الاستطلاعية	**38**
إجراءات الدراسة الاستطلاعية	**38**
نتائج الدراسة الاستطلاعية	**38**
عينة الدراسة الأساسية	**41**
الأساليب الإحصائية	**42**
خلاصة الفصل	**43**
الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	**45**
عرض ومناقشة نتائج التساؤل العام للدراسة	**45**
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى	**46**
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية	**47**
عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	**48**
خلاصة الدراسة وقتراحاتها	**50**
قائمة المراجع	**52**
الملاحق	**55**

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الكلية والمستوى التعليمي	38
02	توزيع الدرجات عن الإجابات.	39
03	يوضح نتائج حساب الصدف التمييزي.	40
04	يبين نتائج حساب التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ).	41
05	يوضح نتائج حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية .	41
06	يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الكلية والمستوى التعليمي.	42
07	يوضح نتائج اختبار "ت لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة.	45
08	يبين قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الطالبات المتزوجات الأكثر من 5سنوات والأقل من 5سنوات زواج.	46
09	يوضح قيمةT ودلالتها الإحصائية للفروق بين المدنيين والريفيين في مستوى جودة الحياة.	47
10	يبين قيمةT ودلالتها الإحصائية للفروق بين طالبات الليسانس وطالبت الماستر.	48

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	ملحق رقم 01: نتائج الصدق التمييزي	55
02	ملحق رقم 02: نتائج حساب الثبات بطريقة التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ)	56
03	ملحق رقم 03: نتائج حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية	56
04	ملحق رقم 04: نتائج التساؤل العام	57
05	ملحق رقم 05: نتائج حساب الفرضية الجزئية الأولى	57
06	ملحق رقم 06: نتائج حساب الفرضية الجزئية الثانية	58
07	ملحق رقم 07: نتائج حساب فرضية الجزيئة الثالثة	58
08	ملحق رقم 08: استبيان جودة الحياة	59

مـــقـــــدمـــــــة

يعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة في مجال العلوم الاجتماعية والإنسانية عامة، وفي مجال علم النفس خاصة الذي كان له الأولوية في تبني هذا المفهوم وربطه بالمفاهيم النفسية، فهو يعبر عن الصحة النفسية والجسمية والانفعالية للإنسان.

فالمجتمعات المعاصرة شهدت تطورات وتغيرات كثيرة، حيث أصبحت التكنولوجيات الحديثة مسيطرة على العالم في كافة مجالات الحياة، فقد أصبح الإنسان يعيش في بيئة حضارية تغزوها التقدمات العلمية وثورة المعلومات والتنافس التكنولوجي، وظهور المصطلحات الجديدة المتمثلة في الانترنت والعولمة وغيرها، وكل هذه التطورات جعلت الفرد منهمكا في مواكبتها والسعي للوصول إلى درجة عالية من الرقي والتحضر وعدم اهتمامه بصحته النفسية والجسمية وعلاقاته مع الآخرين، مما ساهم في ظهور العديد من المواقف التي تهدد حياته ومستقبله وتقلل من تقديره لذاته، وإصابته ببعض الاضطرابات النفسية التي تعيق جودة حياته نتيجة لضغوط هذه الحياة.

ومن بين الاضطرابات الشائعة في أوساط شباب مجتمعا هي القلق والتوتر وذلك بسبب الخصائص النمائية للمرحلة العمرية التي يمرون بها، فهي مرحلة حرجة تتخللها مطالب أساسية كتحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق والحاجة للمركز الاجتماعي والحصول على مهنة، وتحقيق هذه المطالب ينعكس إيجابيا على جودة الحياة.

والشعور بجودة الحياة يعتبر أمرا نسبيا يختلف من شخص لآخر حسب مدركات الفرد لذاته النفسية والاجتماعية، كما يرتبط ببعض العوامل الأخرى كالإمكانات المادية المتاحة ومستوى المعيشة والسكن والحالة الصحية ومستوى التعليم.

تعد المرحلة الجامعية من المراحل التعليمية التي يسعى للوصول إليها العديد من التلاميذ، فبعد انتقال الطالب للجامعة ودخوله لها لأول مرة، تحدث له تغيرات كثيرة وتجارب جديدة تختلف عن المراحل التعليمية السابقة، ويجد صعوبة في التكيف مع الوضع الجديد المتمثل في: طرق التدريس، والنظام العام للجامعة وكيفية التعامل مع الرفاق والأساتذة، ولهذا يحتاج طلاب الجامعة إلى الحصول على خدمات تمكنهم من تنمية مدركاتهم لجودة حياتهم ومن ثم تحسن في أدائهم الدراسي ودافعيتهم للإنجاز وتحقيق أهدافهم.

فقد لا يستطيعون تحقيق ذلك، فيصبحون عرضة للقلق والتوتر وانخفاض مستوى رضاهم عن حياتهم الجامعية، هذا ما جعل قياس مستوى جودة الحياة أمرا ضروريا لمعرفة مدى التوافق بينه وبين البيئة التي يعيش فيها.

وعلى ضوء ما سبق اخترنا أن يكون بحثنا موسوما ب:" جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة "، ومن أجل الغوص والتعمق أكثر في تناول هذه المشكلة اتبعنا خطة تتكون من جانبين: الأول نظري والثاني تطبيقي، أما عن الجانب النظري يتضمن فصلين: الفصل الأول يتناول الإشكالية واعتباراتها والثاني جودة الحياة الذي تطرقنا فيه إلى أهم النقاط الخاصة بهذا الموضوع، ويتمثل الجانب الميداني في الفصل الثالث تضمن الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، والفصل الرابع تم فيه عرض ومناقشة نتائج الدراسة، وختمنا بحثنا بخلاصة شاملة للموضوع.

الجـــانـــب النـــظـــري

الفصل الأول: الإشكالية واعتباراتها

1-الإشكالية.

2-فرضيات الدراسة.

3-أهمية الدراسة .

4-أهداف الدراسة.

5-حدود الدراسة.

6-تعريف متغيرات الدراسة.

7-الدراسات السابقة.

8-تعقيب على الدراسات.

1-الإشكالية:

إن الأفراد معرضين لكل أنواع الضغوط النفسية والإضطرابات، وقد تصدر من الفرد سلوكات وتصرفات قد لا يفهمها البعض منا ويعجز عن تفسيرها، إلا أن هناك جوانب إيجابية يمتلكها وهي غير ظاهرة للعيان، إنما هي معنوية وتحقق له السعادة والتوافق النفسي كالتفاؤل بالحياة، والتفكير بالمستقبل الزاهر والظن الجيد بالآخرين وهذا ما ركز عليه علم النفس الايجابي الذي ظهر حديثا رغم وجوده منذ قديم الزمان، إذ أنه عرف في سنة 1998م، عقب ملاحظات العالم النفسي مارتن سيلجمان حول بحوث ودراسات العلماء السيكولوجيين والمهتمين بعلم النفس التي ركزت عن مواطن الضعف والجوانب السلبية في الشخصية الإنسانية وأهملت الجوانب الايجابية لديها، مما دفع سيلجمان للاهتمام بعلم النفس الايجابي، بحيث منحه انطلاقة قوية في مساره وأعتبره أكثر من فرع في علم النفس، فقد عرفه العديد من العلماء كل حسب وجهة نظره، فالباحثة ترى على أنه الدراسة العلمية لكل السلوكات الإيجابية لدى الأفراد ومواطن القوة لديهم بما يحقق التوافق النفسي وتحسين الأداء النفسي الوظيفي بما يتجاوز حدود الصحة النفسية العادية.

ومن بين أهم المواضيع التي تناولها علم النفس الإيجابي وركز عنها هي جودة الحياة، حيث تعد مصطلح حديثا جدا في العلوم الاجتماعية والنفسية، بعد انتقالها من المصطلح الاقتصادي جودة المنتوج وجودة السلع، إلى مصطلح نفسي فقد إلتفتت الأنظار حولها في الآونة الأخيرة وأجريت الكثير من الدراسات والبحوث التي أسفرت نتائجها على تفسيرات جلية لمفهوم جودة الحياة، كما تعتبر مقياسا يقاس به مدى تحضر المجتمعات ورقيها وتنميتها إقتصاديا واجتماعيا وثقافيا أو تخلها، فالمجتمعات التي يتمتع أفرادها بجودة حياة عالية يكون مردودها بدرجة عالية، وهذا ما يساهم في تقدمها في كافة المجالات .

ويمكن تعريف جودة على أنها: الرضا التام عن نوعية الحياة التي نعيشها بما فيها من تغيرات ومشاكل وصعوبات، من أجل الوصول إلى تحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية.

وقد عرفها كل من الباحثين منسى وكاظم بأنها: شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

(منسى وكاظم،2010،45)

ويتبين من خلال تعريف جودة الحياة أنه مفهوم شاسع، يشمل جميع الحاجات الأساسية لحياة الإنسان التي تساهم في بقاءه على وجه هذا الكون، وتتمثل في: الصحة الجسمية والنفسية، السكن، والمعيشة والوصول إلى إشباع هذه الحاجات يعد إنجازا عظيما والاستمتاع بجودة الحياة هو الشعور بحسن الحال وإشباع الحاجات التي ذكرناها. ويقاس مستوى جودة الحياة بخمسة مجالات وهي: جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الاجتماعية وجودة الحياة الأسرية وجودة الصحة العامة وجودة إدارة الوقت .

ومن بين الدراسات التي تناولت موضوع قياس مستوى جودة الحياة منها: دراسة سليمان(2008)على مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها وطبقت الدراسة على عينة بلغ عددها 694طالب وتوصل فيها إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين هما: جودة الحياة الأسرية وجودة الحياة النفسية ومنخفض في بعدين هما: جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت ومتوسط في بعد جودة الحياة العامة، وكذلك دراسة الشيان(2009) بعنوان جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة المرحلة الجامعية، طبقت هذه الدراسة على عينة عددها 500طالب وطالبة وأسفرت نتائجها إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين جودة الحياة وأبعادها المختلفة وقلق المستقبل وأبعادها المختلفة ودراسة نعيسة(2010) على جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، وقد بلغ عدد أفراد العينة 360طالب من جامعتي دمشق وتشرين وأسفرت النتائج على وجود مستوى متدني لجودة الحياة الجامعية وعدم وجود علاقة بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

إن انتقال التلميذ من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية التي تعتبر آخر مرحلة دراسية له، أصبح لديه تجربة جديدة وفيها خبرات ومعارف جديدة مختلفة عن المراحل الأخرى، وهو يمر بمرحلة عمرية يميزها النضج والثبات، حيث يفكر في هذه المرحلة في مستقبله المهني والزواج وتكوين أسرة مستقرة مما جعله يشعر بالتوتر والقلق، والإحباط إذا ما توافقت متطلباته الشخصية وما توفره البيئة التي يعيش فيها سواء الاجتماعية أو الجامعية، يؤدي ذلك إلى انخفاض في مستوى جودة الحياة لديهم والفئة المتعرضة لهذه المشكلات هي فئة الطالبات الإناث أكثر من الذكور وخاصة الطالبات المتزوجات، وهذا نتيجة تداخل الأدوار لدى الطالبة المتزوجة، فهي تقوم بدور الأم والزوجة في بيتها وبدور الطالبة في حجرات الدراسة وما يتعلق بها من واجبات، إن هذا التداخل والصراع في الأدوار

قد يكون أحد المتغيرات الهامة في جودة الحياة لدى هؤلاء الطالبات، وهو ما سنسعى للكشف عنه من خلال هذه الدراسة وذلك بطرح التساؤل التالي:

-ما هو مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة؟

ومن التساؤل الرئيسي نطرح التساؤلات الفرعية التالية وهي:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير صنوات الزواج؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي ؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي ؟

2-الفرضيات:

1-نوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير سنوات الزواج.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي .

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

3-**أهمية الدراسة:**

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تعالج مشكلة نفسية فد أثارت اهتمام العديد من العلماء والباحثين السيكولوجيين، كما تتجلى أهميتها في أنها تسلط الضوء على عينة تمثل المجتمع النسائي وهي الطالبات المتزوجات، ولقد تناولت الدراسات السابقة جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين إناثا وذكورا أما الدراسة الحالية فدرست جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة. وبذلك تساهم في إثراء الرصيد العلمي الجزائري.

4-أهداف الدراسة:

-تهدف دراستنا إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة.

-والتعرف على ما إذا كان هناك فروق في مستوى جودة الحياة بين الطالبات المتزوجات حسب سنوات الزواج والنمط الجغرافي والمستوى التعليمي.

-كما تهدف هذه الدراسة إلى المساهمة في زيادة الدراسات حول موضوع جودة الحياة

5-حدود الدراسة:

-**حد زمني:** السنة الدراسية 2018-2019م

-**حد مكاني:**أجريت الدراسة بكليتي العلوم الاجتماعية والإنسانية والعلوم الإسلامية بجامعة حمه لخضر بالوادي.

-**حد بشري:**الطالبة المتزوجة

6-التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

-**جودة الحياة:**هي شعور الفرد بالرضا عن نوعية الحياة التي يعيشها، وعلى كل ما يحيط به من مواقف وتغيرات في المجالات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والتعليمية، ويتفاعل معها بشكل إيجابي بما يحقق له السعادة والتوافق النفسي، والمعبر عنه في هذه الدراسة بالدرجة التي يتحصل عليها الفرد في المقياس المعد لهذا الغرض.

7-الدراسات السابقة:

دراسة العادلي(2006)

بعنوان إحساس الط

لبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات، وهدفت الدراسة إلى معرفة مدى إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات وأجريت على عينة عددها(476طالب وتم استخدام مقياس الإحساس بجودة الحياة من طرف الباحث، ومن الأساليب الإحصائية المستخدمة إختبار تحليل التباين الأحادي والوسط الحسابي وأظهرت النتائج أن متوسط درجات إحساس أفراد العينة ككل بجودة الحياة بشكل عالي.

(العادلي،2006،673-681)

دراسة كاظم والبهادلي(2006)

عن مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة وهدفت الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة في كل من سلطنة عمان والجماهيرية الليبية، أداة الدراسة:

مقياس جودة الحياة، وقد بلغ عدد العينة التي طبقت عنها الدراسة 400 طالب(182من ليبيا و218من عمان) وأهم النتائج المتوصل إليها أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين هما جودة الحياة الأسرية والاجتماعية ومتوسط في بعدين الصحة العامة وجودةشغل وقت الفراغ ومنخفض في بعدين الصحة النفسية والجانب العاطفي.

(نعيسة،2012،159)

دراسة سليمان(2008)

وقد هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها وطبقت الدراسة على عينة عددها 649طالب وتم إختيارهم بالطريقة العنقودية ومن النتائج المتوصل إليها أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين جودة الحياة الأسرية وجودة الحياة النفسية ومنخفض في بعدين جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت ومتوسط في بعد جودة الحياة العامة.

(سليمان،117،2008)

دراسة الشيان(2009)

بعنوان جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة ودرجة قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، وطبقت الدراسة على عينة بلغت 500طالب وطالبة متبعا المنهج الإرتباطي المقارن وتم استخدام مقياس جودة الحياة ومقياس قلق المستقبل وأهم الأساليب المستخدمة المتوسطات الحسابية واختبار "ت" وتحليل التباين الأحادي وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا سالبة بين جودة الحياة وأبعادها المختلفة وقلق المستقبل وأبعاده المختلفة.

(الشيان،6،2009)

دراسة نعيسة(2012)

بعنوان جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين وقد بلغ عدد أفراد الدراسة 360 طالب من جامعتي دمشق وتشرين وتم استخدام مقياس جودة الحياة ومن الأساليب الإحصائية المستخدمة معامل إرتباط لبيرسون وأسفرت النتائج على وجود مستوى متدني من جودة الحياة كل من جامعتي دمشق وتشرين.

(نعيسة،161،2012-162)

دراسة المشاقبة(2015)

عن جودة الحياة كمبنى لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية وتكونت العينة من 284طالب تم تطبيق عنهم مقياس جودة الحياة ومقياس قلق المستقبل ومن الأساليب الإحصائية المستخدمة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل الانحدار وأظهرت النتائج على وجود مستوى مرتفع لجودة الحياة ومستوى بسيط لقلق المستقبل لديهم.

(المشاقبة،2015،33)

دراسة يحي(2016)

بعنوان تقنين مقياس جودة الحياة لكاظم ومنسى على الطلبة الجامعيين بجامعة زيان عاشور بولاية الجلفة من أجل تقدير درجات جودة الحياة لدى الطالب ويقدر عدد العينة ب847طالب وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، ومن الأساليب الإحصائية الموظفة في هذه الدراسة اختبار بيرسون واختبار"ت" ومعامل ألفا كرونباخ وتم معالجة النتائج بنظام spss، وأهم نتائجها: تمنح بنود المقياس بمستوى عالي من الفعالية وأظهر المقياس وأبعاده الفرعية مؤشرات مرضية عموما.

(يحي،2016،4)

8-تعقيب عن الدراسات السابقة:

يتضح من خلال تطرقنا لمجمل هذه الدراسات حول موضوع جودة الحياة أن كل الدراسات توصلت إلى نتائج متباينة حسب عنوان ومتغيرات الدراسة والهدف منها، فدراسة العادلي توصلت إلى وجود مستوى عالي لإحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة، وكذلك دراسة نعيسة، التي أسفرت على وجود مستوى متدني لجودة الحياة ودراسة المشاقبة التي أظهرت على وجود مستوى مرتفع لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وهذا ما جعل الدراسة الحالية تتكامل مع هذه الدراسات ومحاولة التعرف عن مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة، واستخدمت دراسة يحي مقياس جودة الحياة لمنسى وكاظم، حيث تتوافق مع دراستنا التي استعملت نفس المقياس للحصول على البيانات حول عينة البحث، وعلى عكس الدراسات الأخرى التي اتبعت المناهج الوصفية الارتباطية والتحليلية، اتبعنا المنهج الاستكشافي.

الفصل الثاني: جودة الحياة

-تمهيد

1-الصعوبات التي تواجه تعريف جودة الحياة

2-تعريف جودة الحياة لغة واصطلاحا

3-أبعاد جودة الحياة

4-مظاهر جودة الحياة

5-مقومات جودة الحياة

6-الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة

7-قياس جودة الحياة

8-معوقات جودة الحياة

-خلاصة الفصل

تمهيد:

دارت إشكاليتنا حول مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة، وتعتبر هذه المشكلة من المشكلات الهامة التي أثارت إهتمام العديد من العلماء والباحثين في مجال علم النفس فهي تتعلق بحياة الإنسان، وإذا تحققت جودة الحياة لديه تحققت له السعادة والرفاهية والعيش بهناء، وفي هذا الفصل سنتطرق لبعض الجوانب الأساسية لجودة الحياة، وهي تعريف جودة الحياة وأبعادها ومظاهرها، وكذلك الاتجاهات المفسرة لها ومعوقاتها.....الخ

1-الصعوبات التي تواجه تعريف جودة الحياة:

يعد تعريف جودة الحياة من المهام الصعبة لعدة اعتبارات منها:

1-أن المتخصصين في كل مجال من المجالات العلمية المختلفة اعتبروا دراسة هذا المفهوم حكرا عليهم وعرفوه من وجهة نظرهم المتخصصة، وإذا ظهرت وجهات نظر متعددة وغير متفقة على تعريف محددلهذا المفهوم،فقد استخدمه البعض لمعرفة جدوى برامج الخدمات الطبية والاجتماعية أو التعبير عن الرقي والتقدم، واستخدمه آخرون لتحديد إدراك الفرد لمدى قدرة الخدمات المقدمة إليه على إشباع حاجاته.

2-أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المحيرة نظرا لاستخدامه في كثير من المواقف المختلفة وفروع العلم المتعددة، فيمكن أن يشير إلى الصحة والسعادة أو إلى تقدير الذات أو الصحة النفسية او الرضا عن الحياة، ولذا تختلف وجهات النظر وتتعدد الطرق التي يمكن أن يقاس بها، ولا يوجد محدد حول مفهوم ولحد أو طريقة واحدة قياسية.

3-أن مفهوم جودة الحياة يتغير بتغير الزمان وبتغير حالة الفرد النفسية والمرحلة العمرية التي يمر بها، فالسعادة تحمل معاني متعددة للفرد نفسه في المواقف المختلفة، فالمريض يرى السعادة في الصحة، والفقير يرى السعادة في المال، وهكذا تتغير المفاهيم مع تغير الظروف المحيطة بالفرد. (السويركي،2013،59)

4-ويذكر (العادلي،2006،38)أن مفهوم جودة الحياة يعد مفهوما نسبيا يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية استنادا إلى المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومتطلباتها، والتي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة مثل القدرة على التفكير، واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية والاجتماعية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة والأكثر أهمية، والتي تحقق سعادته في الحياة.

5-أن مفهوم جودة الحياة تحدده بعض المتغيرات الثقافية، مما يجعل هناك فروقا في التعريف بين الثقافات المتعددة، حيث يشير (ليتمان)إلى أن تعريف هذا المفهوم هو بمثابة مهمة صعبة، حيث إنه يتحدد إلى مدى كبير بالمتغيرات الثقافية ولذلك، فإن المجتمعات المختلفة تعرف جودة الحياة بطرق مختلفة، ولا يوجد تعريف نموذجي ومتفق عليه في جميع الثقافات ولدى الباحثين. (السويركي،نفس المرجع،60)

6-أن مفهوم جودة الحياة لا يقتصر على نفي المرض أو الخلو من الأمراض فقط ولكنه يمتد إلى الجوانب الايجابية، فقد اعتبرت بعض الدراسات جودة الحياة نتاجا للصحة النفسية،وأكدت على تحسين جودة الحياة كهدف واضح لبرامج الصحة النفسية، وأحد المحكات المهمة للحكم على مدى نجاح هذه البرامج، واعتبر تعريف منظمة الصحة العالمية للصحة النفسية، بأنها ليست مجرد الخلو من الأمراض، ولكنه حالة أكثر من ايجابية تبدو في الصلاحية الجسمية والانفعالية والاجتماعية أساسا لتفسير جودة الحياة .

7-ويرى كل من باري و كروسبي بأنه لا يوجد نظرية محددة لجودة الحياة ينطلق منها هذا التعريف وأن معظم الدراسات ينقصها المنهج الواضح في قياس هذا المفهوم.

8-ولذا تؤكد ساندرز وآخرون أن جودة الحياة أصبحت هدفا للعديد من الأبحاث في المجال الإكلينيكي، إلا أن هذا المصطلح يستخدم بشكل غامض ومبهم وأن بعض التعريفات لا تتبع تعريفا محددا واضحا، وربما يعود ذلك إلى الطبيعة الواسعة للمفهوم والتي تتضمن الوظائف الجسمية (القدرة على إنجاز أنشطة الحياة اليومية، مثل العناية بالنفس والتجول)والوظائف النفسية(الانفعالات ، الإدراك)والوظائف الاجتماعية(العلاقات مع الآخرين، المشاركة في الأنشطة الاجتماعية)وإدراك الحالة الصحية والألم، والرضا عن الحياة بصفة عامة .

(السويركي، 2013،61)

كما يعود الاختلاف في تحديد مفهوم جودة الحياة حسب الباحثة إلى حداثته في مجال العلوم النفسية والاجتماعية، وانتقاله من مصطلح اقتصادي إلى مصطلح نفسي مما جعل تحديد مفهوم جودة الحياة محل تضارب لآراء علماء النفس.

2-تعريف جودة الحياة لغة واصطلاحا :

أولا: الجودة لغة

الجودة:أصلها من فعل جاد، الجودة: جاد، جود، جودة، أي صار جيدا، وهو ضد الردى وجودَ الشيء :أي حسنه وجعله جيدا .

(الهنداوي،2011،32)

ويضيف (ابن منظور،1993)عن الجودة في اللغة، أصلها من الفعل الثلاثي جود، الجيد، نقيض الردى،، وجاد الشيء جودة وجودة:أي صار جيدا

(مشري،2014،224)

والجمع جياد،وجيدات: جمع الجمع وقد جاد جودة وأجداد:أتى بالجيد من القول والفعل، والجودة في الإسلام ارتبطت بمفردات ومفاهيم، لعل من أبرز هذه المفاهيم الإحسان والإتقان، فالإسلام يحثنا على إتقان العمل ويدعو للتحسين والجودة والإتقان في العمل، يقول ﷺ:"إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملا أن يتقنه".(رواه البيهقي)

(العجوري،2013، 39)

ثانيا:تعريف جودة الحياة اصطلاحا:

بالرغم من الصعوبات التي واجهت تعريف جودة الحياة وعدم اتفاق العلماء والباحثين في تحديد تعريف محدد لها، إلا أن هناك بعض الجهود الفردية التي حاولت بقدر الإمكان تقديم تعريفات مختلفة لجودة الحياة والإلمام بكل جوانبها، ومن بين هذه التعريفات نحد:

تعريف العارف بالله (1999)على أنها البناء الكلي الذي يتكون من مجموعة من المتغيرات التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للإنسان بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس الإمكانيات المتدفقة على الفرد ومؤشرات ذاتية تقيس مقدار الإشباع الذي يتحقق للأفراد.

ويرى كل من عبد الفتاح وحسن(2006) أن جودة الحياة هي درجة الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة .

وتوصلت هناء الجوهري (1994) في دراسة لها إلى أن جودة الحياة تعتبر نتاج لكل من العوامل الاجتماعية (دخل، وخدمات، وصحة، ومسكن، وتعليم) والعوامل الذاتية وهي عوامل نفسية، مثل:نوعية إدراك الفرد لمدى مناسبة هذه العوامل الاجتماعية له، وبالتالي فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية تمثل المخرجات التي تظهر من خلالها جودة حياة الفرد.(حرطاني،2013، 20)

وأضاف سليمان في تعريفه لجودة الحياة بأنها: شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال إثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه

وتعرفها شقير تعريفا شاملا: هي أن يعيش الفرد حالة جيدة متمتعا بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا، وأن يكون قوي الإرادة صامدا أمام الضغوط التي تواجهه، ذو كفاءة اجتماعية عالية، راضيا عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققا لحاجاته وطموحاته وواثقا من نفسه، غير مغرور ومقدرا لذاته، بما يجعله يعيش شعور

السعادة بما يشجعه ويدفعه لأن يكون متفائلا لحاضره ومستقبله، ومتمسكا بقيمه الدينية والخلقية والاجتماعية، منتميا لوطنه ومحبا للخير ومدافعا عن حقوقه وحقوق الغير ومتطلعا للمستقبل.

(شقير،2013،66-67)

كما يعرف إمرسون جودة الحياة بأنها رضا الفرد عن قيمه وأهدافه واحتياجاته من خلال تحقيقه لقدراته وإمكانياته أو أسلوب حياته.

ويعرفها تارتار وآخرون بأنها: مكون متعدد المظاهر يتضمن قدرة الفرد السلوكية والمعرفية، والسعادة النفسية، والقدرات اللازمة للتفاعل مع بيئته، والأدوار الاجتماعية والمهنية التي يقوم بها.

وقد عرف جون ألكسندر جودة الحياة على أنها: التجاوز عن توفير ضروريات الحياة فيجب أن توفر أساليب الراحة، أي يجب أن تتجاوز عن الحاجات الضرورية إلى الحاجات الكمالية التي تشعر الإنسان بالبهجة والسعادة في الحياة.

(العجوري،2013،39)

أما عن منظمة الصحة العالمية(1999) قامت بتعريف جودة الحياة كالتالي:هي انطباع الفرد اتجاه حياته ضمن النسق والمعايير الثقافية في مجتمعه ومستوى العلاقة بين تحقيق أهدافه وتوقعاته وفق مفاهيم معيارية محددة لديه ومن جهة نظر أخرى هي عملية الدمج والتكامل بين جوانب صحة الفرد الفسيولوجية والنفسية ومستوى عدم الاعتمادية والعلاقات الاجتماعية وعلاقة ذلك بما يبرز في المستقبل من أحداث بيئية .

(الهمص، 2010،42)

ونستنتج مما سبق من التعريفات بأن جودة الحياة هي: شعور الفرد بالرضا عن نوعية الحياة التي يعيشها، بكل ما فيها من أحداث وظروف صحية، نفسية، واجتماعية .

3-أبعاد جودة الحياة:

حسب كاورل رايف 1995أن جودة الحياة النفسية تتضمن الأبعاد التالية :

3-1-تقبل الذات:

ويشير إلى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات، والنضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات.

3-2-العلاقات الإيجابية مع الآخرين:

ويشير إلى القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الآخرين قائمة على الثقة والقدرة على التوحد مع الآخرين والأخذ والعطاء معهم.

3-3-الاستقلالية :

وتشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات، والاعتماد على الذات والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي.

3-4-الكفاءة البيئية(السيطرة على البيئة):

وتشير إلى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة، والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية.

3-5-هدف الحياة:

وتشير إلى أن يكون للفرد هدف في الحياة، ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف، مع المثابرة والإصرار.

ويرى كاريج جاكسون 2010أن جودة الحياة تتكون من ثلاثة مجالات أساسية هي:

أ-الكينونة ب-الانتماء ج-الصيرورة.

فالمقصود بالكينونة هو:الوجود البدني والوجود النفسي، والوجود الروحي، أما عن الانتماء بمعنى الانتماء المكاني والاجتماعي والمجتمعي، والصيرورة العملية

والصيرورة الترفيهية، والصيرورة التطورية

(بوعيشة،2013،84-85)

كما يمكن تقييم مفهوم جودة الحياة بثلاث ظروف هي:

1/من خلال التقدير الذاتي للرضا عن الحياة بوجه عام (السعادة أو الاستمتاع)

2/التقدير الذاتي للرضا في مجالات أو جوانب معينة (العمل، الصحة، العلاقات مع الآخرين).

3/البيانات الديموجغرافية بالنسبة لجودة الحياة: المؤشرات الاجتماعية والموارد أو العوائق.

وعادة ما يتحدد في مؤشرين:هما البعد الذاتي والبعد الموضوعي :

إلا أن غالبية الباحثين ركزوا على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لجودة الحياة ويتضمن مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل:أوضاع العمل، مستوى الدخل، المكانة الاجتماعية والاقتصادية وحجم المساندة المتاحة من شبكة العلاقات الاجتماعية .

ومع ذلك تظهر نتائج البحوث أن التركيز على المؤشرات لجودة الحياة إلا في جزء صغير من التباين في التقديرات الكلية لجودة الحياة، ومن هنا يتحدد بعدين لجودة الحياة:

1-البعد الذاتي: ويقصد به مدى الرضا الشخصي بالحياة، وشعور الفرد بجودة الحياة والسعادة.

2-البعد الموضوعي:ويشمل

*الصحة البدنية	*العلاقات الاجتماعية
*الأنشطة المجتمعية	*العمل
*فلسفة الحياة	*وقت الفراغ
*مستوى المعيشة	*العلاقات الأسرية
*الصحة النفسية	*التعليم

(شيخي،2013، 77-78)

4-مظاهر جودة الحياة:

يشير(عبد المعطي،2005)في اقتراحه لخمسة مظاهر رئيسية لجودة الحياة تتمثل في خمس حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية وهي كالتالي:

الحلقة الأولى: العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال:

1 -العوامل المادية الموضوعية: والتي تشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده إلى جانب الفرد وحالته الاجتماعية والأسرية والصحية والتعليمية، حيث تعتبر هذه العوامل عوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة، إذ ترتبط بثقافة المجتمع، وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة .

2 -حسن الحال: ويعتبر هذا بمثابة مقياس عام لجودة الحياة، ويعتبر كذلك مظهرا سطحيا للتعبير عن جودة الحياة، فكثير من الناس يقولون بأن حياتهم جيدة ولكنهم يختزنون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحونها لأحد. (السويركي،2013،70)

الحلقة الثانية: إشباع الحاجات والرضا عن الحياة:

1-إشباع وتحقيق الحاجات: وهو أحد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة، فعندما يتمكن المرء من إشباع حاجاته، فـ'ن جودة الحياة ترتفع وتزداد، وهناك حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء، كالطعام والمسكن والصحة، ومنها ما يرتبط بالعلاقات الاجتماعية كالحاجة

للأمن والانتماء والحب والقوة والحرية، وغيرها من الحاجات التي يحتاجها الفرد والتي يحقق من خلالها جودة حياته.

2- الرضا عن الحياة: ويعتبر الرضا عن الحياة أحد الجوانب الذاتية لجودة الحياة، فكونك راضيا فهذا أن حياتك تسير كما ينبغي، وعندما يشبع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته، يشعر حينها بالرضا.

الحلقة الثالثة: إدراك الفرد القوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة:

1- القوى والمتضمنات الحياتية: قد يرى البعض أن إدراك القوى والمتضمنات الحياتية بمثابة مفهوم أساسي لجودة الحياة، فالبشر كي يعيشوا حياة جيدة لا بد لهم من استخدام القدرات والطاقات والأنشطة الابتكارية الكامنة داخلهم من أجل القيام بتنمية العلاقات الاجتماعية، وأن يشغلوا بالمشروعات الهادفة، ويجب أن يكون لديهم القدرة على التخطيط واستغلال الوقت وما إلى ذلك، وهذا كله بمثابة مؤشرات لجودة الحياة.

2- معنى الحياة: يرتبط معنى الحياة بجودة الحياة فكلما شعر الفرد بقيمته وأهميته للمجتمع والآخرين وشعر بإنجازاته ومواهبه، وأن شعوره قد يسبب نقصا أو افتقادا للآخرين له، فكل ذلك يؤدي إلى إحساسه بجودة الحياة.

الحلقة الرابعة: الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة:

1- الصحة والبناء البيولوجي: وتعتبر حاجة من حاجات جودة الحياة التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، والصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي، لأن أداء خلايا الجسم ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة وسليمة.

2- السعادة: وتتمثل في الشعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات، وهي الشعور بالبهجة والاستمتاع واللذة، وهي نشوة يشعر بها الفرد عند إدراكه لقيمة ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية.

ويعرفها فينهوفن (1994) بأنها الدرجة التي يحكم فيها الشخص ايجابيا على نوعية حياته بوجه عام، وبمعنى أخر تشير السعادة إلى حب الشخص للحياة التي يعيشها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها، وقد دلت بحوث كثيرة على أن السعادة هي نتاج تفاعل مركب بين الشخص وبيئته. (السويركي،2013،71)

الحلقة الخامسة: جودة الحياة الوجودية:

وهي الوحدة الموضوعية لجوانب الحياة وهي الأكثر عمقا داخل النفس، وإحساس الفرد بوجوده، وهي بمثابة النزول لمركز الفرد، والتي تؤدي بالفرد إلى إحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودنا، فجودة الحياة الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وقيمته ومن خلال ما يستطيع أن يحصل عليه الفرد من عمق للمعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير والقيم والجوانب الروحية والدينية التي يؤمن بها الفرد، والتي يستطيع من خلالها تحقيق وجوده.

ويشير عبد المعطي، أن مظاهر جودة الحياة تتعدد وتشمل العوامل المادية وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة وإدراك الفرد الايجابي لمعنى الحياة ومدى إحساسه بالسعادة والصحة النفسية والجسمية فضلا عن جودة الحياة الوجودية وهي الأعمق تأثيرا والذي يتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة وإدراك الفرد لقوى ومتضمنات حياته، وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية، وإحساسه بمعنى السعادة، وصولا إلى عيش حياة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع .

(السويركي،2013،72)

5-مقومات جودة الحياة:

نستطيع أن نقول بأن جودة الحياة تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير حياته وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة: 1-الصحة العامة التي تعتبر فيها تأثير الصحة والمرض.

2-قدرة الإنسان الوظائف اليومية.

3-القدرة على التفكير وأخذ القرارات.

4-قدرة الإنسان واختياره لنمط الحياة وتأدية الأنشطة والقدرة على التنفيذ وأخذ القرارات.

5-التكاليف الاقتصادية والاجتماعية.

6-المعتقدات الدينية والقيم الحضارية ومعايير وأساسيات المعيشة والدخل.

7-الرضا عن أساسيات المعيشة والخيارات البيئية وجودتها.

8-الرفاهية.

(شيخي،2014 ،96)

6- الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة:لقد تم تفسير جودة الحياة من خلال عدة اتجاهات نظرية من بينها:

1- جودة الحياة حسب الاتجاه النفسي:

وبصفة خاصة فإن جودة الحياة النفسية هي أحد مكونات أو أبعاد ما يعرف بجودة الحياة بصفة عامة ويعد من المفاهيم المعقدة نسبيا إذ تسهم فيه مجموعة متنوعة من المكونات النفسية، وقد تعددت التعريفات التي طرحت مفهوم جودة الحياة النفسية فيعرفها: ستيوارت براون بأنها حالة كلية ذاتية تؤجج عندما يتوازن داخل الشخص مدى واسع من المشاعر، منها الحيوية والإقبال على الحياة، الثقة في الذات، الصراحة والأمانة مع الذات ومع الآخرين، البهجة والمرح والسعادة الهدوء،، الاهتمام بالآخرين.

كما تعرف جودة الحياة النفسية: "أنها حالة عامة من الاتزان الانفعالي تنظم إيقاع حياة في سياق علاقته الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين، نتيجة سيطرة مشاعر الإقبال، الحيوية، الثقة، المرح والهدوء، حب الآخرين والاهتمام بهم.

من خلال التعريفين السابقين يتضح لنا أن تحقيق جودة الحياة مرتبط بمدى إحساس الفرد بالأحاسيس الداخلية الايجابية، ويظهر ذلك في سلوكه الخارجي من خلال علاقته وتفاعله الايجابي مع الآخرين.

ولهذا ترى كارول رايف أن جودة الحياة النفسية تتمثل في: الإحساس الايجابي بحسن الحال، كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته، وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، استقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية. (بوعيشة،2014،74)

ونستنتج مما سبق أن جودة الحياة تعبر عن مدى إدراك أنه يعيش حياة جيدة، من وجهة نظره خالية من الأفكار اللاعقلانية والانفعالات السلبية، والاضطرابات السلوكية يستمتع فيها بوجوده الإنساني ويشعر بالرضا والسعادة، وبالصحة الجيدة ويقيم علاقات اجتماعية مع الآخرين، ويستثمر كافة قدراته وإمكانياته بما يتيح له تحقيق ذلك.

2- جودة الحياة حسب الاتجاه الاجتماعي:

يعرف أصحاب الاتجاه الاجتماعي جودة الحياة: من منظور يركز على الأسرة والمجتمع وعلاقات الأفراد، والمتطلبات الحضارية، والسكن والدخل والعمل وضغوط الوظيفة والمتغيرات الاجتماعية الأخرى، كما يرون أن جودة الحياة تحدد بالوضعية أو الحالة الاجتماعية للجماعات من جهة، وهي هدف التطور الاجتماعي من جهة أخرى فالرضا أو عدم الرضا عن جودة الحياة له علاقة بشروط العيش الجيدة كما له علاقة بشروط العيش السيئة، فالهدف من التطور أو التقدم الاجتماعي هو تحقيق وتلبية احتياجات أفراد المجتمع والجماعات قدر الإمكان.

وبالتالي فجودة الحياة مرتبطة بظروف وشروط العيش الغير محدودة للشخص والجماعة، فنوعية الحياة بمعنى الرضا عن الحياة وتلبية احتياجات الأفراد، هي مشروطة بمدى التوافق بين الطبقات الاجتماعية بعضوية أو انتماء الأفراد لهذه الطبقات، بمعنى كلما كان فيه توازن وتقارب في تلبية احتياجات الأفراد داخل مختلف الطبقات الاجتماعية كانت نوعية الحياة أفضل.

ويرى هانكس أن الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل: معدلات المواليد، معدلات الوفيات ومعدل ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع، إضافة إلى مستوى الدخل وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع لآخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله والمكانة المهنية له وتأثيره على الحياة.

ويتضح من خلال هذا الاتجاه أن جودة الحياة تعبر عن تحقيق العلاقات الاجتماعية الناجحة مع الأفراد المحيطين به، والإحساس بالانتماء داخل الجماعات التابعة لها.(بوعيشة،2014،77-78)

3- جودة الحياة حسب الاتجاه الفلسفي:

يؤكد هذا الاتجاه الفلسفي على أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار، وهنالك الكثير من المواطن التي تتطلب الجودة حتى يحصل الإنسان إلى جودة حياة، فمفهوم جودة الحياة حسب المنظور الفلسفي جاء من أجل وضع مفاهيم السعادة ضمنت الثلاثية البرجماتية المشهورة، والمتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى إعتقاد إلا إذا أثبتت نجاحها على المستوى العملي أو القيمة الفورية وليست المرجاة(النفعية) والمستوى العملي أقرب إلى مفهوم السعادة والرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر، وهذا المفهوم لب

اهتمام الفلاسفة خلال قرون كأرسطو وسقراط الذين ركزوا على مفهوم السعادة الذي كان الموضوع الرئيسي لاهتماماتهم عبر تساؤلات عديدة.

وينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي آخر على أن هذه السعادة المأمولة لا يمكن للإنسان الحصول عليها إلا إذ حرر نفسه من أسر الواقع وحلق في فضاء مثالي تدفع بالإنسان إلى التسامي على ذلك الواقع الخانق وترك العنان للحظات من خيال إبداعي، وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور مفارقة للواقع تلمسا لسعادة متخيلة حالمة يعيش فيها الإنسان حالة من التجاهل التام لآلام ومصاعب الحياة، والذوبان في صفاء روحي مفارق لكل قيمة مادية.

وعلى الرغم من وجاهة مضامين الاتجاه الفلسفي في توصيفه لمفهوم جودة الحياة، إلا أن أي قراءة متصفة لواقع الإنسان في عالمنا المعاصر يتبين بأن الاندفاع في مسار الحصول على السعادة، وفقا لهذا المنظور ببعديه المشار إليهما، لم يستطيع أن يحقق للإنسان سوى تباشير أمل واقع في رحم اليوطوبيا الحالمة، وبالتالي ظل الإنسان ينشد السعادة لكنه في المقابل لم يحصل سوى على البؤس والتعاسة.(بوعيشة،2014،78-80)

4- جودة الحياة حسب الاتجاه الطبي:

أما الاتجاه الطبي فقد أعتمد على تحديد مؤشرات جودة الحياة، ولم يحدد تعريفا واضحا لهذا المفهوم وقد زاد اهتمام الأطباء والمتخصصين في الشؤون الاجتماعية والباحثين في العلوم الاجتماعية بتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والاجتماعي لهم.

بعد عشرات السنين أقتنع العياديين في مجال الصحة العمومية بأن الحياة لا تضم فقط الحالة الوظيفية للمرضى، لكن أيضا تضم الراحة الذاتية، وهي أبعاد متمايزة الواضح أن الارتباط بين عناصر جودة الحياة متواضع جدا عند المرضى كما لدى عموم المجتمع.

إن إدراك الأعراض وتقديرها وقرار طلب الفحص والاستشارة الطبية للعلاج ترتبط أساسا بإدراك المرضى منه لحالتهم الوظيفية الحقيقية.

ويهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسمية مختلفة أو نفسية أو عقلية، وذلك عن طريق البرامج الإرشادية.

ويمكن لنا أن نستنتج من هذا الاتجاه أن تحقيق جودة الحياة مرتبط بالسلوك الصحي والإحساس بالصحة الجيدة الخالية من الأمراض والعاهات والتشوهات الجسدية.
(بوعيشة،2014،80-81)

7- قياس جودة الحياة:

يعتبر قياس جودة الحياة من المجالات التي لا زالت تحتاج إلى جهد كبير من المختصين، فعلى الرغم من وجود العديد من المقاييس إلا أن غالبيتها ليست شاملة وتواجه العديد من الانتقادات بمرور الوقت، ويصنف تورجرسون هذه المقاييس إلى ثلاثة مجموعات:

1-المقاييس النوعية: وهي المقاييس المرتبطة بموقف وظروف وعينات محددة، وأهداف محددة.

2-المقاييس العامة أو الشاملة: وهي التي تتضمن أسئلة حول الصحة العامة للفرد ومجالات حياته المختلفة.

3-المقاييس المؤسسة على النفع والفائدة وهي التي تتضمن تفضيلات الفرد في فترات معينة.

ويرى البعض بأن جودة الحياة يمكن أن تقاس من خلال مجموعتين من المؤشرات التي تشير إلى ارتفاع أو انخفاض جودة الحياة، والمجموعة الأولى عبارة عن إدراك الرضا عن الحياة ويمكن تحديدها من وجهة النظر الشخصية ويطلق عليها مجموعة جودة الحياة الذاتية، أما المجموعة الثانية فهي تتضمن خصائص الفرد في وضعه الحالي ويطلق عليها جودة الحياة الموضوعية.

ولقد لوحظ بأن معظم المقاييس تتبع الرأي الثاني، وهي تقسيم المقياس إلى مجموعتين ذاتية وموضوعية، ومن بين هذه المقاييس نذكر:

1-مقياس لوتن وزملائه(1999)

2-مقياس روجرسون(1999)

3-مقياس ليمان(1988)

4-مقياس باري وكروسبي(1993)

5-مقياس مانشستر المختصر(1999)وهو من أكثر لمقاييس استخداما وانتشارا.

6-مقياس منسى وكاظم(2006)

على أي حال جميع المقاييس التي أعدت لقياس جودة الحياة لدى بعض الفئات تم انتقادها، وذلك لشمول مصطلح جودة الحياة وعدم وجود تعريف دقيق لها، ولبناء أي مقياس لجودة الحياة يجب أن يتضمن الأسس التالية:

1-التركيز على المؤشرات الذاتية والموضوعية لجودة الحياة.

2-أأن تكون لغة المقياس بسيطة ومفهومة.

3-أن يكون المقياس عاما وشاملا.

4-أن يأخذ في الاعتبار التراث السابق في مجال قياس جودة الحياة.

5-أن يتميز المقياس بالصدق والثبات والدقة في الحصول على البيانات.

6-أن يعتمد المقياس على وجهة نظر الفرد وليس على وجهة نظر الآخرين.

7-أن تكون طرق تقدير الدرجات وتفسيرها واضحة بسيطة.

(أبو يونس،74،2013-75)

8- معوقات جودة الحياة:

إن إنسان القرن الحالي يعيش في عالم مليء بالتوترات والمشاحنات ووسائل التكنولوجيا الحديثة التي قد تكون أراحت الجسد، ولكنها أثرت بالسلب على العقل والنفس، وكثير من الأمراض التي ظهرت حديثا أو عادات أكثر ضراوة كانت عليه.

ويرى أبو حلاوة من المهم عند وصف مكامن الضعف في جودة الحياة أن نميز بين الظروف الداخلية، ويقصد بها الخصائص البدنية والنفسية والاجتماعية للفرد والظروف الخارجية ويقصد بها تلك العوامل المرتبطة بتأثيرات الآخرين، أو البيئة التي يعيش فيها ذلك الشخص، وتتضح المعوقات في الظروف الداخلية بالمرض والإعاقات والخبرات الحياتية السلبية أما الظروف الخارجية فتتضح في نقص المساندة الاجتماعية والانفعالية وظروف الحياة أو المعيشة.

ويشير سليمان أن عامل الصحة من معوقات جودة الحياة، فهنالك علاقة وثيقة بين المرض والحياة وبالتالي هناك علاقة أكيدة بين ما يعانيه الفرد من مشكلات صحية أو مشكلات اجتماعية تنعكس بدورها على الحالة الصحية وبين مدى شعور الفرد بجودة حياته، ومع هذا يوجد فرق بين مفهوم الصحة وجودة حياتنا، فالصحة هي جزء من الكل، أي هي إحدى العناصر التي تحد جودة الحياة.

وتعتبر الصحة من المكونات الهامة للشعور الذاتي بالهناء وحسن الحال فهي بحق أحد العناصر الموضوعية، وترتبط ارتباطا وثيقا بالسعادة، وتوصلت العديد من الدراسات إلى أن الصحة الجيدة ترتبط عكسها بالعناء والضيق النفسي، وتوصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين الحالة الصحية الموضوعية والتقييم الذاتي للصحة، وكلاهما يرتبطان بشكل دال بالشعور بالهناء الذاتي.(العجوري،54،2013-55)

خلاصة الفصل:

لقد حولنا من خلال هذا الفصل أن نلم بمعظم الجوانب الخاصة بجودة الحياة، وأتضح لنا أثناء تناولنا لعناصر هذا الفصل أن مجال جودة الحياة مجال شاسع يستدعي المناقشة وتسليط الدراسات علبها.

الجـــانـــب المـــيدانـــــي

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية.

تمهيد.

1-منهج الدراسة.

2-الدراسة الاستطلاعية.

2-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية.

2-2-عينة الدراسة الاستطلاعية.

2-3-أدوات الدراسة الاستطلاعية.

2-4-إجراءات الدراسة الاستطلاعية.

2-5-نتائج الدراسة الاستطلاعية.

3-الدراسة الأساسية.

4-الأساليب الإحصائية.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

تطرقنا في الفصلين السابقين إلى الجانب النظري، حيث تعرفنا في الفصل الأول عن مشكلة الدراسة وتحديد فرضياتها وتناولنا بعض الدراسات السابقة، كما تم عرض فصل جودة الحياة الذي حاولنا فيه الإلمام بأهم الجوانب المرتبطة بمفهوم جودة الحياة، أما في هذا الفصل سنتعمق في ميدان البحث، وذلك من خلال إجراء الدراسة الميدانية له سواء الدراسة الاستطلاعية أو الأساسية وسنعرض تفاصيل إجراءاتهما والنتائج المتوصل إليها، وسنتعرف على عينة الدراسة والمنهج المتبع فيها وكذلك أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستخدمين في هذه الدراسة.

1-منهج الدراسة:

يستند كل بحث علمي إلى منهج معين لتحقيق أهدافه المنشودة، وتختلف هذه المناهج بحسب نوعية الدراسة وطبيعة تساؤلاتها وفروضها.

فالمقصود بمناهج البحث العلمي تلك المجموعة من القواعد والأنظمة العامة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقائق مقبولة حول الظواهر موضوع الاهتمام من قبل الباحثين في مختلف مجالات المعرفة الإنسانية.

(عبيدات وأبو نصار ومبيضين،1999 ،35)

ويمكن تعريف المنهج العلمي أيضا: بأنه أسلوب علمي منظم ومقصود وهادف، لتحقيق أهداف البحث.

والمنهج الأنسب والذي يتوافق مع طبيعة الموضوع ونوعية الدراسة هو المنهج الوصفي الاستكشافي الذي يستهدف التعرف على المشكلة فقط، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة أو ضعيفة

(جيدير، د.ت، 26-27)

وتعرفه الباحثة بأنه: الطريق أو السبيل المؤدي للتعرف على مشكلة جديدة لم يتم تناولها من قبل، أو تكون الدراسات حولها ضعيفة جدا، وخلال دراستنا أتبعنا هذا المنهج للتعرف على مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة.

2-الدراسة الاستطلاعية:

وهي البحوث التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، وتعد كمرحلة تمهيدية تمكننا من التوصل إلى الدراسة الأساسية.

2-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية:

-التعرف على مجتمع الدراسة وتحديد العينة المطلوبة منه.

-مساعدة الباحث على صياغة فروض دراسته.

-تسهيل إجراءات الدراسة الأساسية.

-التأكد من صلاحية محتويات أدوات الدراسة ومعرفة الخصائص السيكومترية لها.

2-2-عينة الدراسة الاستطلاعية:

لعل من أهم المشاكل التي يواجهها الباحث هي اختيار العينة للبحث العلمي واختيار هذه العينة على جانب كبير من الأهمية، لأن عليها تتوقف أمور كثيرة فعليها تتوقف كل القياسات والنتائج التي يخرج بها الباحث من بحثه.

(إبراهيم،2000، 157)

والعينة هي جزء من المجتمع بحيث تتوافر في هذا الجزء نقس خصائص المجتمع والحكمة من إجراء الدراسة على العينة هي أنه في كثير من الأحيان يستحيل إجراء الدراسة على المجتمع، فيكون اختيار العينة بهدف الوصول إلى النتائج يمكن تعميمها على المجتمع ويصبح ذلك ممكنا.

(الأسدي،2008، 92)

ولهذا طبقت الدراسة الاستطلاعية على عينة بلغ عددها 30طالبة متزوجة ممثلة للمجتمع الأصلي، تم اختيارها بطريقة قصدية ووزعت العينة حسب الكلية والمستوى التعليمي، والجدول التالي بوضح ذلك:

جدول رقم(1): يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الكلية والمستوى التعليمي:

الكلية	المستوى التعليمي		المجموع
	ليسانس	ماستر	
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية	6	24	30
النسبة المئوية	%20	%80	%100

2-3-أدوات الدراسة الاستطلاعية:

للتعرف عن جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة، استخدمنا استبيان "جودة الحياة للطلبة الجامعيين"، تم إعداده من طرف علي مهدي كاظم ومحمود عبد الحليم منسى وذلك في سنة 2006 والمتكون من 60 عبارة مصنفة وفقا لستة أبعاد وهي: جودة الصحة العامة وجودة

الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف(الجانب الوجداني) وجودة الصحة النفسية وجودة شغل الوقت وإدارته.

ويحتوي هذا الاستبيان على مجموعة من البدائل التي تقابل كل عبارة وهي كالتالي:

1-أبدا /2-قليل جدا/3-إلى حد ما/4-كثيرا/5-كثيرا جدا.

وجدير بالذكر أنه لم يتم إجراء أي تغيير على هذا المقياس.

أما عن تصحيح المقياس فقد أعطيت الفقرات الموجبة التي تحمل الأرقام الفردية الدرجات (5،4،3،2،1) في حين أعطي عكس الميزان السابق للفقرات السالبة التي تحمل الأرقام الزوجية، كما هو مبين في الجدول:

جدول(2): توزيع الدرجات عن الإجابات:

البنود	أبـــدا	قليل جدا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا
البند الإيجابي	1	2	3	4	5
البند السلبي	5	4	3	2	1

2-4-إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

-لقد أجريت الدراسة الاستطلاعية في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة حمه لخضر بالوادي على عينة من الطالبات المتزوجات، وذلك في السداسي الأول للموسم الجامعي 2019/2018 بشهر نوفمبر.

2-5-نتائج الدراسة الاستطلاعية:

أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية والمتمثلة في الخصائص السيكومترية للمقياس على ما يلي:

1-الصدق:

صدق التمييز(المقارنة الطرفية):

اعتمدت الباحثة في قياس الصدق التمييزي للاستبيان على طريقة المقارنة الطرفية بعد تفريغ بيانات العينة الاستطلاعية، تم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا، ثم تقسيم العينة لفئتين: فئة عليا وفئة دنيا بنسبة 27% في كل مجموعة.

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS25) لحساب قيمة T لعينتين مستقلتين، تحصلنا على النتائج المدونة في الجدول التالي:

جدول رقم(3): يوضح نتائج حساب الصدق التمييزي:

	عدد أفراد المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	دلالة F	قيمة T	درجة حرية T	مستوى الدلالةT
عليا	8	181.25	3.01	0.004	غير دالة	11.1	14	دالة عند 0.01
دنيا	8	164.37	3.02					

من خلال الجدول رقم(3)، نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا يساوي 181.25وانحرافها المعياري يساوي (3.01)، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 164.37وانحرافها المعياري يساوي(3.02)، وأن قيمةF تساوي(0.004)، وهي غير دالة إحصائيا مما يدل على تجانس المجموعتين العليا والدنيا، في حين نجد أن قيمةT تساوي(11.1)، عند درجة حرية(14)، وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة(0.01)، بناءا على ذلك نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا، وعليه فاستبيان جودة الحياة يمكننا من التمييز بين المجموعتين، إذا يمكن القول بأن الاستبيان يتمتع بالصدق التمييزي.

2-الثبات:

-التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ):

قامت الباحثة بحساب ثبات استبيان جودة الحياة بطريفة التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ) بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية(SPSS25)، النتائج مدونة في الجدول التالي:

جدول رقم(4):يبين نتائج حساب التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ):

المقياس	عدد البنود	قيمة معامل ألفا كرونباخ	القرار
جودة الحياة	60	0.81	ثابت

من خلال الجدول رقم(4) نجد أن قيمة **ألفا كرونباخ** للاستبيان، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود الاستبيان تساوي(0.81)، وبذلك يمكن القول بأن استبيان جودة الحياة ثابت.

التجزئة النصفية:

كما قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تقسيم بنود المقياس إلى نصفين متساويين(زوجي/فردي)، ثم حساب معامل الارتباط **بيرسون** بين النصفين باستعمال نظام الحزمة الإحصائية(SPSS25)، النتائج مدونة في الجدول التالي:

جدول رقم(5):يوضح نتائج حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

المؤشرات الإحصائية	قيمةRالمحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
قبل التعديل بيرسون	0.81	28	دالة عند 0.01
بعد التعديل سبيرمان براون	0.83		

من خلال الجدول رقم(5) نلاحظ أن قيمة r المحسوبة قبل التعديل **بيرسون** تساوي(0.81)، وفي الحقيقة قيمة r المعبر عنها تعبر عن قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس توجب تصحيح معادلة الطول فتحصلنا على قيمة r الحقيقية بعد التعديل **سبيرمان** تساوي(0.83)، وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه يمكن القول بأن استبيان جودة الحياة ثابت.

3-عينة الدراسة الأساسية:

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس جودة الحياة للطلبة الجامعيين والتأكد من صلاحية بنوده، شرعنا في تطبيق الدراسة خلال شهري جانفي وفيفري من السداسي الثاني للموسم الجامعي 2019/2018.

بحيث قمنا بزيارة كليتي العلوم الإجتماعية والإنسانية والعلوم الإسلامية بجامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي، وتم فيها توزيع الاستبيانات على(70) طالبة متزوجة وكان التوزيع كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم(6): يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الكلية والمستوى التعليمي:

الكلية	المستوى التعليمي		المجموع	النسبة المئوية
	ليسانس	ماستر		
كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية	%18	%36	%54	%77.14
كلية العلوم الإسلامية	%7	%9	%16	%22.86
المجموع	%25	45%	%70	%100
النسبة المئوية	35.71	64.29	%100	%100

4-الأساليب الإحصائية:

اعتمدنا في هذه الدراسة على الأساليب الإحصائية التالية:

اختبار"ت"، T.Test:

هو اختبار بارامتري، يستخدم للمقارنة بين متوسطين تجريبيين.

(أبو النيل،1987، 231-23)

المتوسط الحسابي:

لقد استخدم لحساب متوسط المجموعتين المستقلتين لاختبار"ت"

(خيري، 1997، 41)

معامل الارتباط بيرسون: لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية،كما استخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ.

(يحي،2016، 88-89)

خلاصة الفصل:

تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية والمتمثلة في المنهج المتبع في الدراسة وهو المنهج الوصفي الاستكشافي، ثم تطرقنا للدراسة الاستطلاعية بما فيها من أهدافها وعينتها، وأدواتها وعرض نتائجها(الصدق والثبات)، ثم الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية.

الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة.

تمهيد.

1-عرض ومناقشة نتائج التساؤل العام للدراسة .

2-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى.

3-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية.

4-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.

خلاصة الدراسة وإقتراحاتها.

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل لعرض ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء الدراسات السابقة ومقارنتها بفرضيات البحث، وفي نهاية الفصل سيتم تقديم بعض الاقتراحات التي قد تكون نقطة انطلاق لبحوث أخرى.

1-عرض ومناقشة نتائج التساؤل العام للدراسة :

والذي ينص على أنه: "**ما هو مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة**"؟

تم القياس باستخدام اختبار"ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS25)، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم(7) يوضح نتائج اختبار"ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة:

المتغيرات	عدد الأفراد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
جودة الحياة	70	176.9	8.01	180	-3.24	69	دال إحصائيا عند 0.01

من خلال الجدول نجد أن عدد الأفراد يساوي(70)، وأن الوسط الحسابي يساوي(176.9)، بانحراف معياري يساوي(8.01)، وأن المتوسط الفرضي يساوي (180)، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار"ت"(3.24-) وهي دالة إحصائيا عند درجة الحرية(69)، وعليه فإن **مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة منخفض مقارنة بالمتوسط الفرضي.**

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن من مظاهر جودة الحياة التمتع بالصحة النفسية، فالطالبة المتزوجة تقوم بأدوار متعددة فهي الزوجة التي تسعى دائما لتلبية حاجات زوجها والسهر على تربية أبناءها، والطالبة في الجامعة التي تريد التفوق والتميز في دراستها، وفي ظل تعدد هذه الأدوار خلق لها مشكلات نفسية وأسرية كالقلق والتوتر، وعدم الرضا عن نوعية الحياة التي تعيشها، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة نعيسة(2012)، التي أظهرت

نتائجها على وجود مستوى متدني لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وتتعارض مع دراسة المشاقبة(2015) والتي توصلت إلى وجود مستوى عالي من جودة الحياة.

2-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على أنه: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير سنوات الزواج**".

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار"ت"، لعينتين مستقلتين، بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية(SPSS25)، فكانت النتائج كالآتي:

جدول رقم(8): يبين قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الطالبات المتزوجات الأكثر من5سنوات والأقل من 5سنوات زواج:

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	دلالة T
أقل من 5 سنوات	56	177.16	7.93	0.34	غير دالة إحصائيا	0.54	68	غير دالة إحصائيا
أكثر من 5 سنوات	14	175.85	8.54					

من خلال الجدول رقم(8)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الطالبات المتزوجات الأقل من 5 سنوات يساوي(177.16)، وانحرافهم المعياري يساوي(7.93)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الطالبات المتزوجات الأكثر من 5 سنوات يساوي(175.85)، وانحرافهم المعياري يساوي(8.54)، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي(0.34)، وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة الطالبات المتزوجات الأقل من 5 سنوات والطالبات المتزوجات الأكثر من 5 سنوات متجانستين، حيث بلغت قيمة "ت" (0.54)، وهي غير دالة إحصائيا عند درجة حرية (68)، بناءا على ذلك نرفض الفرض القائل بأنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة المتزوجة تعزى لمتغير سنوات الزواج**، ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه: **لا توجد فروق ذات دلالة**

إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير سنوات الزواج.

وهذا ما يدل بأن الطالبات المتزوجات لأكثر من 5 سنوات زواج والطالبات المتزوجات لأقل من 5 سنوات يعيشون نفس الظروف الأسرية ويعانون من نفس المشكلات التي تعرقل

تحقيق جودة حياتهم، وهذا دليل على أن سنوات الزواج فقط لا تكفي لتحقيق ذلك، لأن الطالبة المتزوجة تعاني عدة مشكلات نفسية، وهذا راجع لمجموعة المسؤوليات الموكلة إليها، فهناك توتر في علاقتها مع زوجها ومع أفراد أسرتها بسبب عدم تنظيم وقتها وكثرة انشغالاتها.

3-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

والتي تنص على أنه: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي**".

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار"ت" لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS25)، تحصلنا على النتائج المبينة الجدول التالي:

جدول رقم(9): يوضح قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين المدنيين والريفيين في مستوى جودة الحياة:

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالةF	قيمةT المحسوبة	درجة الحرية	دلالةT
مدني	51	176.80	7.82	1.34	غير دالة إحصائيا	0.16	68	غير دالة إحصائيا
ريفي	19	177.15	8.72					

من خلال الجدول رقم(9): نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة المدنيين يساوي (176.80)، وانحرافهم المعياري يساوي (7.82)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الريفيين يساوي (177.15)، وانحرافهم المعياري يساوي (8.72)، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي(1.34)، وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة المدنيين والريفيين متجانستين، في حين بلغت قيمة T تساوي (0.16)، وهي غير دالة إحصائيا عند

درجة حرية (68)، بناءا على ذلك نرفض الفرض القائل بأنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي**، ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه: **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير النمط الجغرافي.**

تعود نتيجة هذه الفرضية إلى أن الطالبة المتزوجة في المدينة والطالبة المتزوجة في الريف لديهم الحرية في التنقل للجامعة، بحيث أصبح التفكير الاجتماعي متحضرا سواء في المدينة أو الريف بسبب انتشار التكنولوجيات الحديثة التي قربت المسافات بين الأشخاص، وعلى الرغم من ذلك، إلا أنهما يعيشان في صراع بين الأدوار في الأسرة أو الجامعة، مما ساهم في انخفاض مستوى جودة الحياة لديهما.

4-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:.

تنص الفرضية على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار"ت" لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS25)، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول الآتي:

جدول رقم(10): يبين قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين طالبات ليسانس والماستر في جودة الحياة:

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمةF المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	**دلالة T**
ليسانس	26	178.80	7.16	1.52	غير دالة إحصائيا	0.22	68	غير دالة إحصائيا
ماستر	44	175.77	8.35					

من خلال الجدول رقم(10): نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة طالبات الليسانس يساوي(178.80)، وانحرافهم المعياري يساوي(7.16)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة طالبات الماستر يساوي (175.77)، وانحرافهم المعياري يساوي(8.35)، في حين نجد قيمة

اختبار التجانس F تساوي (1.52)، وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة طالبات الليسانس وطالبات الماستر متجانستين، في حين بلغت قيمة T (0.22)، وهي غير دالة إحصائيا عند درجة حرية (68)، بناءا على ذلك نرفض الفرض القائل بأنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي(ليسانس–ماستر)**، ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه: **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة تعزى لمتغير المستوى التعليمي(ليسانس–ماستر)**.

يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى توحيد أنظمة التدريس بالجامعة وتقديم نفس البرامج التعليمية لمستوى ليسانس وماستر، مما يدل على أن ليس هناك علاقة بين نوعية البرامج التعليمية ومستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية، لأنها سواء كانت طالبة ماستر أو طالبة ليسانس فهي تبقى الزوجة والأم التي تسعى دائما للقيام والإلتزام بواجباتها الأسرية، إضافة إلى إلتزامها بتقديم البحوث العلمية والحضور اليومي للمحاضرات، مما جعلها في سباق دائم مع الزمن، وذلك خلق لها شعور بعدم الرضا عن نوعية الحياة التي تعيشها.

خلاصة الدراسة وإقتراحاتها:

بعد عرض ومناقشة وتحليل نتائج الدراسة وفقا للفصول النظرية والدراسات السابقة، حيث توصلنا إلى أن مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة منخفض، كما تم رفض الفرضيات الجزئية التي تطرقنا إليها في الدراسة، حيث وجدنا عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة حسب سنوات الزواج والنمط الجغرافي(حضري-ريفي)، والمستوى التعليمي(ليسانس-ماستر).

لكل بداية نهاية، ها قد أنهينا دراستنا المتواضعة حول جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة، والمشكلة التي تعاني منها معظم الطالبات الجامعيات المتزوجات هو الصراع في الأدوار مما ساهم في انخفاض مستوى جودة الحياة لديهم.

ويمكن تقديم بعض الاقتراحات التي تتمثل في:

-أن على مستشاري التوجيه والإرشاد تقديم برامج إرشادية لتحسين مستوى جودة الحياة للطالبة الجامعية المتزوجة.

-كما يمكن استفادة زملائي الباحثين والباحثات في تخصص إرشاد وتوجيه مستقبلا من عنوان الدراسة التالي:

-دراسة مقارنة في جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة والطالبة الجامعية العازبة.

قائـــــمـــة المـــراجـــع

قائمة المراجع:

إبراهيم، مروان عبد المجيد (20000).**أسس البحث العلمي** .ط1.الأردن: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

الأسدي، سعيد جاسم (2008).**أخلاقيات البحث العلمي في العلوم الإنسانية والتربوية والاجتماعية**. العراق: مؤسسة وارث الثقافية.

أبو النيل، محمود السيد (1987).**الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربوي**. لبنان: دار النهضة العربية.

أبو يونس، إيمان محمود محمد. (2013). **الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالتفكير الناقد وجودة الحياة لدى معلمي التعليم الأساسي بمحافظات خان يونس**. رسالة ماجستير، غير منشورة. كلية التربية: فلسطين.

بوعيشة، أمال.(2013-2014).**جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر**. رسالة دكتوراه، غير منشورة. جامعة محمد خيضر بسكرة: الجزائر.

جيدير، مانيو ترجمة أبيض ملكة (د.ت).**منهجية البحث العلمي**.(د.ب).(د.ن).

حرطاني، أمينة.(2013-2014). **جودة الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء**. رسالة ماجستير، غير منشورة. جامعة وهران: الجزائر.

خيري، السيد محمد(1997).**الإحصاء النفسي**. مصر. دار الفكر العربي.

سليمان، شاهر خالد(2008).قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عنها. **مجلة رسالة الخليج العربي**. (117).117-131.

السويركيي، رمزي شحدة سعيد.(2013).**الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال/ الإعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا بمحافظات غزة**. رسالة ماجستير، غير منشورة. الجامعة الإسلامية، غزة: فلسطين.

الشيان، أحمد بن عبد الله عبد العزيز.(2009). **جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية**. رسالة دكتوراه، غير منشورة. جامعة أم القرى: السعودية.

شيخي، مريم.(2013-2014).**طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة**. رسالة ماجستير، غير منشورة. جامعة أبي بكر بلقايد، تلمسان: الجزائر.

العادلي، كاظم كريدي خلف.(2006).مدى إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته

ببعظض المتغيرات. **مجلة كلية التربية الأساسية** .50(82).673-690.

عبيدات، محمد وأبو نصار، محمد ومبيضين، عقلة(1999).**منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات**. الأردن: دار وائل للنشر.

العجوري، أحمد حسين إبراهيم (2013).**الذكاء الاجتماعي وعلاقته بجودة الحياة لدى المعلمين والمعلمات بمحافظات غزة**. رسالة ماجستير، غير منشورة . جامعة الأزهر بغزة: فلسطين.

المشاقبة، محمد أحمد خدام.(2015).جودة الحياة كمبنى لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية. **مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية**.10(1).

.49-33

مشري، سلاف.(2014).جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي(دراسة تحليلية). **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي**.(8).213-237.

منسى، محمود عبد الحليم وكاظم علي مهدي.(2010).تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة في سلطنة عمان. **مجلة أماراباك**.1(1).41-60

نعيسة، رغداء علي.(2012).جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين. **مجلة جامعة دمشق**.28(1).145-181.

الهمص، صالح إسماعيل عبد الله.(2010).**قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة**. رسالة ماجستير، غير منشورة. الجامعة الإسلامية غزة: فلسطين.

الهنداوي، محمد خالد إبراهيم (2011).**الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظات غزة:** رسالة ماجستير، غير منشورة. جامعة الأزهر غزة: فلسطين.

يحي، عبد الحفيظ.(2015-2016).**تقنين مقياس جودة الحياة لمحمود منسى وعلي كاظم على الطلبة الجامعيين**. رسالة ماجستير، غير منشورة. جامعة قاصدي مرباح ورقلة: الجزائر.

الملاحق

ملحق رقم 01: نتائج الصدق التمييزي

Statistiques de groupe

	المجموعات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الحياة_جودة	عليا	8	181.2500	3.01188	1.06486
	دنيا	8	164.3750	3.06769	1.08459

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الحياة_جودة	Hypothèse de variances égales	.004	.952	11.102	14	.000	16.87500	1.51996	13.61502	20.13498
	Hypothèse de variances inégales			11.102	13.995	.000	16.87500	1.51996	13.61491	20.13509

ملحق رقم 02: نتائج حساب الثبات بطريقة التناسق الداخلي للبنود(ألفا كرونباخ)

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.810	60

ملحق رقم 03: نتائج حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.489
		Nombre d'éléments	10[a]
	Partie 2	Valeur	.478
		Nombre d'éléments	10[b]
	Nombre total d'éléments		20
Corrélation entre les sous-échelles			.706
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.828
	Longueur inégale		.828
Coefficient de Guttman			.828

ملحق رقم 04: نتائج تساؤل العام

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الحياة_جودة	70	176.9000	8.01475	.95795

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 180					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
الحياة_جودة	-3.236-	69	.002	-3.10000-	-5.0110-	-1.1890-

ملحق رقم 05: نتائج حساب الفرضية الجزئية الأولى

Statistiques de groupe

	الزواج_سنوات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الحياة_جودة	سنوات5 من أقل	56	177.1607	7.93560	1.06044
	سنوات 5 من أكثر	14	175.8571	8.54722	2.28434

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الحياة_جودة	Hypothèse de variances égales	1.345	.250	-.163-	68	.871	-.35397-	2.16951	-4.68317-	3.97522
	Hypothèse de variances inégales			-.155-	29.444	.878	-.35397-	2.28197	-5.01808-	4.31013

ملحق رقم 06: نتائج حساب الفرضية الجزئية الثانية

Statistiques de groupe

	الجغرافي_النمط	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الحياة_جودة	مدني	51	176.8039	7.82309	1.09545
	ريفي	19	177.1579	8.72584	2.00185

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الحياة_جودة	Hypothèse de variances égales	1.345	.250	-.163-	68	.871	-.35397-	2.16951	-4.68317-	3.97522
	Hypothèse de variances inégales			-.155-	29.444	.878	-.35397-	2.28197	-5.01808-	4.31013

ملحق رقم 07: نتائج حساب فرضية الجزيئة الثالثة

Statistiques de groupe

	التعليمي_المستوى	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الحياة_جودة	ليسانس	26	178.8077	7.16111	1.40441
	ماستر	44	175.7727	8.35231	1.25916

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الحياة_جودة	Hypothèse de variances égales	1.526	.221	1.546	68	.127	3.03497	1.96288	-.88189-	6.95182
	Hypothèse de variances inégales			1.609	59.132	.113	3.03497	1.88623	-.73919-	6.80912

ملحق رقم 08:إستبيان جودة الحياة

جـامـعــة محمد الأخضـــر بن عــمـــــارة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

أختي الطالبة:

بين يديك استبيان يضم مجموعة من البنود، التي تتحدث عن نوعية حياتك ومجالاتها وصحتك الجسمية والنفسية.

نرجو منك قراءة كل عبارة بدقة، ثم ضعي علامة(**x**) في الخانة المطابقة لرأيك من الخانات الخمسة الموجودة إلى يسار كل عبارة وهي: أبدا – قليل جدا – إلى حد ما – كثيرا – كثيرا جدا.

علما أن كل ما تذكريه أن يستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ونشكرك على كل المعلومات.

البيانات العامة:

-سنوات الزواج: ☐ **أكثر من خمس سنوات** ☐ **أقل من خمس سنوات**

-النمط الجغرافي: ☐ **مدنـــي** ☐ **ريفـــي**

-المستوى التعليمي: ☐ **لسانس** ☐ **ماستـر**

الرقم	البند	أبدا	قليل جدا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط.					
2	أشعر ببعض الآلام في جسمي.					
3	أضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخيا.					
4	تتكرر إصابتي بزلة برد.					
5	لا أشعر بالغثيان.					
6	أشعر بالانزعاج نتيجة للتأثيرات الإيجابية للدواء الذي أتناوله.					
7	أنام جيدا.					
8	أعاني من ضعف في الرؤية.					
9	نادرا ما أصاب بالأمراض.					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبء كبير على أسرتي.					
11	أشعر بأنني قريب جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي.					
12	أشعر بالتباعد بيني وبين والدي.					
13	أحصل على دعم عاطفي من أسرتي					
14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
15	أشعر بأن والدي راضيان عني.					
16	علاقاتي بزملائي رديئة للغاية.					
17	لدي أصدقاء مخلصين.					
18	لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيراني.					
19	أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي.					

20	لا اجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.					
21	اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه.					
22	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي.					
23	أشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي.					
24	لدي إحساس بأنني لم أستفد شيء من تخصصي.					
25	الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي.					
26	الأنشطة الطلابية بالجمعة مضيعة للوقت.					
27	أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة.					
28	أشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية.					
29	أشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية.					
30	أجد صعوبة في الحصول على إستشارة علمية من المرشد الأكاديمي					
31	أنا فخور بهدوء أعصابي.					
32	أشعر بالحزن بدون سبب واضح.					
33	أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصابي.					
34	اشعر بأنني عصبي.					

35	لا أخاف من المستقبل.					
36	أقلق من الموت.					
37	من الصعب استثارتي انفعاليا.					
38	أقلق لتدهور حالتي.					
39	أمتلك القدرة على إتخاذ أي قرار.					
40	أشعر بالوحدة النفسية.					
41	أشعر بأنني متزن انفعاليا.					
42	أنا عصبي جدا.					
43	أستطيع ضبط انفعالاتي.					
44	أشعر بالإكتئاب.					
45	أشعر بأنني محبوب من الجميع .					
46	أنا لست شخصا سعيدا.					
47	أشعر بالأمن.					
48	روحي المعنوية منخفضة.					
49	أستطيع الإسترخاء بدون مشكلات.					
50	أشعر بالقلق.					
51	أستطيع مزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي.					
52	ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في الاستذكار.					
53	أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط.					
54	أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة.					
55	أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية.					
56	تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية.					

57	لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي.					
58	ليس لدي وقت للترويح عن نفسي.					
59	أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.					
60	لا يوجد لدي برنامج منظم لتناول الوجبات الغذائية.					