Sadaa Al-qalum Journal
مجلة صدى القلم
مجلة صدي القلم للعلوم الإنسانية والتطبيقية

مستوى جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم في ضوء بعض المتغيرات الديموغر افية

د.سامي العماري تليب
قسم التربية وعلم النفس
أستاذ مساعد - كلية الآداب والعلوم قصر الاخيار - جامعة المرقب

استلام الورقة: 2026-04-22 **قبول الورقة: 2026-05-20** **نشر الورقة: 2026-06-02**

الملخص

هدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم، والفروق تبعا لمتغيري (النوع، السنة الدراسية)، حيث تم استخدام مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم وفق نسخته المطورة والمقننة لعام (2010)، على عينة قدرت بحوالي (58) طالبا وطالبة يمثلون نسبة (13%) من مجتمع البحث الأصلي، وللتحقق من فروض البحث استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة، والاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، وتحليل التباين، وأسفرت النتائج عن: إن مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم دال احصائيا بدرجة فوق الوسط في جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغيري النوع والسنة الدراسية على جميع ابعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس .

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة، طلاب، المعهد العالي

.Abstract

This study aimed to identify the level of quality of life among students of the Higher Institute of Medical Sciences and Technology in Abu Salim, and to examine the differences according to the variables of gender and academic year. The Quality of Life Scale, developed by Mansi and Kazim (according to its revised and standardized version of 2010), was used. The study sample consisted of approximately (58) male and female students, representing (13%) of the original research population. To test the research hypotheses, a one-sample t-test, an independent samples t-test, and analysis of variance (ANOVA) were employed. The results revealed that the level of quality of life among the institute's students was statistically significant at an above-average level across all dimensions and the total score of the scale. Furthermore, the results indicated no statistically significant differences in the quality of life among the students based on the variables of gender and academic year across all dimensions and the total score of the scale.

Keywords: Quality of Life, Students, Higher Institute.

المقدمة:

تعد جودة الحياة مفهوما متعدد الأبعاد ونسبيا يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار، والقدرة على التحكم، وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة . (شقير،2012: 146)

وشهدت السنوات الأخيرة اهتماما متزايدا في مجال علم النفس، بعلم النفس الايجابي الذي يبحث في الجوانب الايجابية في حياة الفرد والمجتمع ليصل بهما إلى الرفاهية، بعد أن تجاهل علماء النفس لفترات طويلة الجوانب الايجابية لدى الإنسان و كان كل اهتمامهم بالجوانب السلبية، خاصة أن جودة الحياة هي انعكاسا للمستوى النفسي للفرد ونوعيته فما حققه الفرد من تحضر وتطور يعكس مستوى جودة الحياة الذي بلغه، كما أنها أحدى اهداف برامج الخدمات المقدمة للفرد(عبد الله ،2008: 173)، ومن موضوعات علم النفس الايجابي الرضا عن الحياة والسعادة ومعنى الحياة وفاعلية الذات وجودة الحياة.

إن جودة الحياة في جوهرها تنمية كمية ونوعية للإنسان في جوانبه الجسمية والعقلية والوجدانية حتى تصل إلى أقصى ما يمكن من قدراته مما يمكنه من إشباع حاجاته المتكاملة كالحقوق والواجبات والمشاركة الواسعة في حياة مجتمعه، وهي تعنى تمكين الانسان من تحقيق ذاته في اقتران عادل بين حقوقه وواجباته.

وتشير دراسة (بخوش و حميداني ،2016) إلى وجود مستوى متدني من جودة الحياة لدى الطلاب والذي بدوره يعكس حاجة هذه الفئة إلى المزيد من الاهتمام، ذلك أن تنمية الموارد البشرية وفرص التمكين للشباب يعد مطلباً إنسانياً وعالمياً، وهي مؤشر حيوي على تقدم الدولة وسلامة أبنائها ورفاهيتهم، والإنسان هو غاية التنمية ومنطلقها وأهم روافدها، فطلاب المعاهد العليا يمثلون شريحة مهمة في أي مجتمع ومرحلة التعليم العالي من المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات الطلاب لجودة حياتهم، فالشباب شريحة تحتل قطاعاً كبيراً من حجم المجتمع الليبي ولا يقاس أثرها بقدر حجمها فقط بل يرتفع هذا القدر بقدر الطاقة الكامنة فيها، باعتبارها فئة عمرية تتميز بحيويتها وقادرة على العمل يعول عليها في بناء المجتمع (أعجال، 2016: 23)، وبناء عليه تبين ضرورة دراسة جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم في ضوء بعض المتغيرات.

مشكلة البحث:

لاحظ الباحث بحكم تعاونه سابقا بالتدريس داخل المعهد وجود الكثير من الشكاوى من الطلاب كالشعور بالقلق والاكتئاب وعدم الشعور بالسعادة وسوء العلاقات الشخصية وعدم ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية، وعدم الرضا عن دراستهم، عليه تتبلور مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي:

- ما مستوى جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم ؟

أهمية البحث:

تكمن اهمية البحث الحالي في التعرف على:

1- إن جودة الحياة تساعد على تقييم أي تغيير في العوامل التي تعكس الحالة الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والعمرانية والثقافية والصحية للسكان، وفي فهم كيفية التصرف على المستوى الفردي والجماعي، عليه نظر لها كمدخل للاهتمام بالتنمية الإنسانية والنمو السليم المتكامل لجميع جوانب الشخصية الانسانية النفسية والاجتماعية والجسمية من خلال عمليات التعلم المستمر للعادات والمهارات والاتجاهات الايجابية.

2- إن طلاب مرحلة التعليم العالي طاقات يعتمد عليهم مستقبلا في بناء المجتمع وتطوره، وعدم الاهتمام بهم يجعلهم طاقات تدميرية، تدمر نفسها ومجتمعها في آن واحد.

3- يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث في إعداد برامج تحسين جودة الحياة لدى الطلاب لتحسين حياتهم المستقبلية.

4- يُعد هذا البحث هو الأول في تناوله جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم "حسب علم الباحث".

أهداف البحث:-

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

1- مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم.

2- دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

3- دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة).

فروض البحث:

1- مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم دال احصائيا بدرجة الوسط.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة).

حدود البحث:

_ **الحدود الموضوعية :** قياس مستوى جودة الحياة لدى عينة البحث بالاعتماد على مقياس جودة الحياة الذي أعده منسي وكاظم (2010) كأداة رئيسية لجمع البيانات وما يرتبط بذلك من وسائل إحصائية لتحليل النتائج.

_ **الحدود البشرية :** اقتصرت عينة الدراسة على طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية .أبوسليم.

_ **الحدود المكانية :** اجريت الدراسة في المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية .بلدية أبوسليم.

_ **الحدود الزمانية :** تم تطبيق البحث خلال العام الدراسي 2024م.

متغيرات البحث :تم دراسة المتغيرات الآتية:

_ متغير البحث الأساسي : مستوى جودة الحياة.

_ المتغيرات الديموغرافية والأكاديمية :النوع ، السنة الدراسية.

مصطلحات الدراسة:

جودة الحياة: يتبنى الباحث تعريف منسي وكاظم (2010، 44) لجودة الحياة والذي يشير إلى شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على اشباع حاجاته من خلال أثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه، ويعبر عنه اجرائيا بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب أثناء استجابته على مقياس جودة الحياة المعد من قبل منسي وكاظم (2010).

طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية:هم الطلاب الليبيون الدراسون بالمرحلة العليا بالمعهد وتباعيته لوزارة التعليم العالي التقني

بلدية أبوسليم: إحدى كبرى بلديات مدينة طرابلس ليبيا من حيث المساحة والكثافة السكانية.

مفهوم جودة الحياة:

يرى الغندور(54:1999) أن علم النفس له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة في جودة حياة الإنسان، وقد يرجع ذلك لكون جودة الحياة عبارة عن الإدراك الذاتي لنوعية الحياة؛ حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل والعمل والتعليم، يمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشر لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات والذي يتوقف بدرجة ما على مدة أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة له وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، ويظهر ذلك بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، والذي يؤثر بدوره في تعاملاته مع كافة المتغيرات الأخرى التي تدخل في نطاق تفاعلاته بما في ذلك أسلوبه في حل المشكلات ومواجهة المواقف الضاغطة.

كما عرفها الأنصاري (23:2006) بأنها الرغبة في الحياة أو العزوف عنها، فالفرد في مناخ الرغبة في الحياة يكون دائم التفكير في حياته ويكشف العبرة من رسالة تواجده بصورة ثرية جدا وتكون الأعمال اليومية مصدر رضا وسرور، أما مناخ العزوف عن الحياة، فعندها يفكر الفرد في الحياة، مقابل التساؤل لماذا وجد، وينحصر تفكيره في التخلص من حياته، وتصبح الأعمال اليومية مصدر ألم وحيرة وضجر وتولد السأم.

أما شقير وآخرون (96:2012) فتعرفها بأنها عيش الفرد في حالة جيدة متمتعا بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا وان يكون قوي الإرادة صامدا أمام ضغوط الحياة التي تواجهه وذا كفاية ذاتية واجتماعية عالية وراضيا عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية محققا لحاجاته وطموحاته وواثقا من نفسه ومقدرا لذاته بما يجعله سعيدا ومتفائلا لحاضره ومستقبله. بينما منظمة الصحة العالمية (OMS) 1994 ترى أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بشكل معقد بكل من الصحة الجسمية للفرد، حالته النفسية، علاقته الاجتماعية، مستوى تحكمه في ذاته، بالإضافة إلى علاقته مع العوامل الفعالة في بيته.(أبو حلاوة،5:2010)

مما سبق يلاحظ الباحث:

1- انحصار مفهوم جودة الحياة والمؤشرات التي يتضمنها في بعدين أساسيين لكل منهما مؤشرات معينة، وهما البعد الموضوعي من خلال رؤية الغندور (1999) والذي تتضمن مجموعة من المؤشرات كأوضاع العمل ومستوى الدخل والمكانة الاجتماعية والاقتصاد والتعليم، والبعد الذاتي كتعريف شقير وآخرون (2012) والذي يتضمن رضا الفرد بالقدر وشعوره بالراحة والسعادة وإدراكه لقيمة الحياة.

2- إن العنصر الأساسي في جودة الحياة هي العلاقة الانفعالية بين الفرد وبيئته، هذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر الفرد ومدركاته فالمؤشرات النفسية وخاصة الادراك تمثل المخرجات التي تظهر من خلالها نوعية حياة الفرد، عليه يمكن النظر إلى مفهوم جودة الحياة من خلال شعور الفرد بالرضا عن حياته وتحقيق ذاته، وإدراكه لقيمة الحياة التي يعيشها، اضافة إلى تأثر جودة الحياة ببعض الإمكانات المادية.

مكونات جودة الحياة:

يذكر الراسبي (2006:34 -35) أن مفهوم جودة حياة الفرد مفهوما متعدد الأبعاد عليه لابد من النظر إليه من عدة زوايا مختلفة، فهو مفهوما نسبي لدى الفرد ذاته وفقا للمراحل العمرية والظروف والمواقف التي يعيشها، كما يجب ربط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والبدنية والعقلية، ويتم إشباع هذه الحاجات عندما تمثل الحاجات وإشباعها مقومات جودة حياة الفرد.

وحصر عبد الكريم (2006:81) مكونات جودة الحياة في التالي:

1- جودة الحياة الموضوعية: وتتمثل في ما يوفره المجتمع من إمكانات مادية، إلى جانب الحياة الاجتماعية الشخصية للفرد.

2- جودة الحياة الذاتية : والتي تعني كيفية شعور كل فرد بالحياة الجيدة التي يعيشها أو مدى الرضا عن الحياة والقناعة بها، ومن ثم الشعور بالسعادة والاستمتاع بالحياة والاستقرار والطمأنينة النفسية.

3- جودة الحياة الوجودية : وتعني مستوى عمق الحياة الجيدة داخل الفرد والتي من خلالها يمكن للفرد أن يعيش حياة متناغمة، والتي يصل فيها إلى الحد المثالي في إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية، كما يعيش في توافق مع الأفكار والقيم الروحية والدينية السائدة في المجتمع.

عوامل أساسية في تشكيل جودة الحياة :

يشير جود (1994) إلى وجود أربعة عوامل لتشكيل جودة الحياة هي:

أ- حاجات الفرد (الحب والتقبل والجنس والصداقة والصحة والأمن).

ب- توقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه الفرد

ج- المصادر المتاحة لإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعيا.

د- النسيج البيئي المرتبط بإشباع هذه الحاجات. (عبد القادر، 2008 :24)

مؤشرات جودة الحياة:

حدد نور الدين(142:2019) مؤشرات جودة الحياة في التالي:

1- المؤشرات النفسية: وتظهر في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

2- المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

3- المؤشرات المهنية: وتتمّثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبه لها، والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع هذه المهام.

4- المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش مع الآلام والنوم والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية.

مجالات جودة الحياة:

صنفت مجالات جودة الحياة إلي:

المجال الجسمي: (الألم، النشاط والتعب، النوم والراحة، والوظائف الحسية)

المجال النفسي: (المشاعر الإيجابية، التفكير، التعلم، التذكر، التركيز، تقدير الذات، صورة الجسم، والمشاعر السلبية)

مستوى الاستقلالية: (الحركة والتنقل، النشاطات اليومية، الاعتماد على المواد الدوائية وغير الدوائية، القدرة على التواصل، والقدرة على العمل (التلولي، 45:2013)

العلاقات الاجتماعية:(العلاقات الشخصية، المساندة الاجتماعية، نشاطات تقديم المساعدة والدعم)

البيئة: (الحرية، السلامة البدنية، البيئة المنزلية، الرضا عن العمل، الموارد المالية، الصحة والرعاية الاجتماعية، فرص اكتساب المعلومات، المشاركة في النشاطات الترويحية، والبيئة الطبيعية)

التدين والمعتقدات الشخصية :وتتضمن(جودة الحياة إجمالا ومدركات الصحة العامة). (داهم،2015: 34)

النظريات والنماذج المفسرة لجودة الحياة:

تشير التوجهات النظرية الحديثة إلى دور المحددات النفسية في تفسير مفهوم جودة الحياة، ويوضح الباحث ذلك على النحو:

الاتجاه النفسي: إن الحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، المسكن، العمل، والتعليم يمثل انعكاس مباشر لإدراك الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة ويظهر ذلك جليا في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه، ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية منها: القيم، الإدراك الذاتي، الحاجات، مفهوم الاتجاهات، مفهوم الطموح، مفهوم التوقع، إضافة إلى مفاهيم الرضا، التوافق، الصحة النفسية، ويرى البعض أن جوهر جودة الحياة يكمن في إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة، وذلك وفقا لمبدأ إشباع الحاجات في نظرية أبراهام وماسلو. (الهمص، 2010 :43)

الاتجاه الطبي: ويهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة حياة الأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة أو النفسية أو العقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية، وتعتبر جودة الحياة من الموضوعات الشائعة للمحاضرات التي تتعلق

بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة، فقد زاد اهتمام أطباء ومتخصصي الشؤون الاجتماعية والباحثين في العلوم الاجتماعية لتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والسيكولوجي لهم. (شيخي، 2014 :82)

الاتجاه الاجتماعي: يرى المير هانكس (1984) أن الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، معدلات الوفيات، معدل ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع، مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه الفرد من عائد مادي من وراء عمله والمكانة المهنية للفرد وتأثيره على الحياة، ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا العامل عن عمله. (عبدالمقصود،58:2019).

المنظور التكاملي: قدم اندرسون (2003) شرحا تكامليا لمفهوم جودة الحياة ومعناها، معتمدا على عدة مفاهيم كالسعادة ونظام المعلومات البيولوجي وتحقيق الحاجات والحياة الواقعية فضلاً عن العوامل الموضوعية الأخرى كإطارات نظرية تكاملية لتفسير جودة الحياة.

ويشير اندرسون (2003) إلى ان إدراك الفرد لحياته يجعله يقيم شخصيا ما يدور حوله، مما يساعده في الوصول إلى الرضا عن الحياة من خلال ذلك الإدراك، فشعور الفرد بجودة الحياة يظهر من خلال ثلاث سمات مجتمعة معاً، تتمثل في التالي:

1- وضع اهدافاً واقعية قابلة للتحقيق، والسعي إلى تغيير المحيط لكي يتناسب مع الأهداف .

2- إن اشباع الفرد لحاجاته ليس بالضرورة أن يؤدى إلى الرضا عن الحياة وشعوره بجودتها، ذلك انه امر نسبي يختلف باختلاف الأفراد وبيئاتهم التي يعيشون فيها.

3- إن الإحساس بالحياة والشعور بجودتها يرتبط ارتباطا وثيقا باستغلال الفرد لإمكانياته في نشاطاته، ووضعه لأهداف ذات معنى، وبعائلة تبث فيه الاحساس بالحياة، وبعلاقاته الاجتماعية الجيدة. (شيخي، 3:65)

الدراسات السابقة:

دراسة الهمص (2010): قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة، هدفت إلى التعرف على قلق الولادة لدى الأمهات وعلاقته بجودة الحياة، والفروق في قلق الولادة وجودة الحياة تبعا لمتغيرات(عمر الأم، ونوع الأسرة، والمؤهل العلمي للأم، وعمل الأم ، والاصابة بمرض السكري، والاصابة بمرض ضغط الدم، والمعرفة مسبقا بجنس الجنين)، وقد تم استخدام استبانة قلق الولادة وجودة الحياة، على عينة قدر عدد أفرادها بـــ (203) أم من اللاتي ترددنا على قسم استقبال الولادة، اسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قلق الولادة وبين عمر الأم، ونوع الأسرة، والمؤهل العلمي للأم، وعمل الأم ، والاصابة بمرض السكري، والاصابة بمرض ضغط الدم، والمعرفة مسبقا بجنس الجنين.

دراسة عبد المنعم ، أحمد علي (2012): جودة الحياة الأسرية لدى عينة من الأبناء المراهقين، هدفت إلى التعرف على جودة الحياة الأسرية ، وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة الأسرية، مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة اختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية والجامعية، على عينة قدر عدد أفرادها بـــ (200) طالب وطالبة بالصف الأول الثانوي العام، اسفرت

النتائج عن وجود فروق جوهرية بين متوسطات درجات الأبناء الذكور ومتوسطات درجات الإناث من حيث إدراكهم لجودة الحياة الأسرية لصالح الاناث، ووجود فروق جوهرية بين متوسطات درجات الأبناء ممن ينتمون إلى مستوى اجتماعي منخفض ومن ينتمون إلى مستوى اجتماعي اقتصادي مرتفع من حيث إدراكهم لجودة الحياة الأسرية.

دراسة نعيسة، رغداء علي(2012): جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات المحافظة(دمشق واللاذقية)، والنوع الاجتماعي (ذكر، أنثى)، والتخصص (علوم نظرية، علوم تطبيقية)، وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد منسي وكاظم (2006)، قدر عدد أفراد العينة بـ(360) طالباً بينهم (180) طالباً من طلبة جامعة دمشق، و(180) طالباً من طلبة جامعة تشرين، اسفرت النتائج عن وجود مستوى متدني من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين، التأثير المشترك للمتغيرات الديموغرافية الثلاثة معا في جودة الحياة، عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

دراسة بخوش، نورس وحميداني، خرفية (2016): جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور(دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات)، هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة و مستوى الصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور بالجلفة حسب متغيرات السن، السنوات الدراسة، التخصص(علمي، أدبي) الإقامة (داخلي، خارجي)، استخدام الباحثان المذكوران أعلاه مقياس جودة الحياة لطالبات الجامعة ومقياس الصحة النفسية، على عينة قدر قوامها بـ(100) طالبة، وأسفرت النتائج عن وجود مستوى متدني من جودة الحياة الجامعية لدى طالبات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات التخصص العلمي وطالبات التخصص الأدبي في جامعة زيان عاشور في مستوى جودة الحياة لصالح طالبات التخصص الأدبي، ووجود فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى طالبات زيان عاشور باختلاف المستوى الدراسي لصالح طالبات السنوات الجامعية الأولى، لا توجد فروق بين طالبات زيان عاشور المقيمات وغير المقيمات في مستوى جودة الحياة.

المنهج والإجراءات: -

منهج البحث:

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي (المسح بالعينة) لكونه المنهج المناسب لطبيعة البحث الحالي، والذي يتطلب جمع البيانات بشكل منظم حول الظاهرة موضوع البحث ثم تنظيمها وتحليلها للخروج بمؤشرات ونتائج. (موسى، 2010: 379)

مجتمع البحث:

ينحصر مجتمع البحث في طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم سنة (أولى، ثانية، ثالثة) خلال العام الدراسي 2024م والذي قدر بـ (445) طالباً وطالبة، (223) طالب و (222) طالبة، حسب إحصائية المعهد التي تم التعامل معها.

عينة البحث:

اعتمد الباحث نسبة تمثيل العينة لمجتمع البحث بنسبة (13%)، وفي ضوء هذه النسبة تم تحديد حجم عينة البحث والذي قدر بـ (58) طالب وطالبة، (28) طالب و(30) طالبة، تعتبر عينة البحث عينة طبقية نسبية.

أداة البحث:

مقياس جودة الحياة لطلاب الجامعة إعداد (منسي وكاظم وفق نسخته المطورة والمقننة لعام،2010): ويتكون من (60) فقرة، وأمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (أبداً، قليلاً جداً، إلى حد ما، كثيراً، كثيراً جداً)، وتتوزع فقرات المقياس على ستة أبعاد، (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) لكل بعد 10 فقرات، أُعطيت الفقرات الموجبة الدرجات(1،2،3،4،5)، في حين أعطي الفقرات السالبة (5،4،3،2،1).

صدق وثبات المقياس:

1- صدق المقياس:- للتحقق من صدق المقياس تم حسابه بأكثر من طريقة، ويمكن توضيح مؤشراته على النحو التالي:

أ- صدق المقارنة الطرفية:

طبق الباحث مقياس جودة الحياة على عينة قوامها (32) طالباً، (16) منهم ذكور و(16) إناث، تم تقسيم العينة إلى مجموعتين وفقا لنظام الربعيات (27%)، فالربيع الأول يمثل الحاصلين على الدرجات المنخفضة، والربيع الثالث يمثل الحاصلين على الدرجات المرتفعة، ثم استخدام الاختبار التائي، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (1) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة

	مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة	منخفضي الدرجة	16	184.062	15.851	2.856	30	0.008
	مرتفعي الدرجة	16	200.875	17.412			

أظهر الجدول (1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الدرجة على الدرجة الكلية للمقياس، والفارق دال تجاه المجموعة الثانية، وهي مجموعة مرتفعي الدرجة، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات المتضادة.

ب- الصدق التقاربي:

ولإيجاده تم استخدام مقياس جودة الحياة إعداد (عبد الصمد، 2019)، والذي تكون من (36) فقرة موزعة على (6) أبعاد (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته)، وأمام كل فقرة مقياس تقدير ثلاثي (نعم، أحيانا، لا)، أُعطيت الفقرات على التوالي الدرجات (3،2،1)، وبينت خصائصه السيكومترية بالنسبة للصدق تمتعه بصدق المحتوى والمقارنة الطرفية، بينما الثبات بطريقة الفا كرونباخ كان (0.863)، ولإيجاد الصدق التقاربي تم حساب معاملات الارتباط بين مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم (2010) ومقياس جودة الحياة إعداد (عبد الصمد، 2019)، والجدول إذناه يظهر ذلك.

جدول(2) يوضح معاملات الصدق التقاربي

م	ابعاد الاستمارة	معاملات الارتباط	القيمة الاحتمالية
1	الصحة العامة	0.654**	0.000
2	الحياة الأسرية والاجتماعية	0.678**	0.000
3	التعليم والدراسة	0.762**	0.000
4	العواطف	0.683**	0.000
5	الصحة النفسية	0.662**	0.000
6	شغل الوقت وإدارته	0.643**	0.000
7	الدرجة الكلية للمقياس	0.789**	0.000

** عند مستوى دلالة (0.01)

أظهر الجدول (2) وجود قيم معاملات ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) لجميع أبعاد مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم (2010) ومقياس جودة الحياة إعداد (عبد الصمد، 2019) الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للاستمارة، مما يبين ترابط الادتان في قياس جودة الحياة، أي تمتع المقياس بالصدق التقاربي.

ثبات مقياس جودة الحياة:

للتحقق من ثبات المقياس تم حسابه بطريقتين:

طريقة الاعادة:

طبقت الاستمارة بتاريخ 2024/4/1 تم أعيد تطبيقها بتاريخ 2024/4/15، وتم استخدام معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين، والجدول إذناه يظهر ذلك.

جدول(3) يوضح الثبات بطريقة الاعادة لمقياس جودة الحياة

م	أبعاد مقياس جودة الحياة	معاملات الارتباط	القيمة الاحتمالية
1	الصحة العامة	0.664**	0.000
2	الحياة الأسرية والاجتماعية	0.632**	0.000
3	التعليم والدراسة	0.701**	0.000
4	العواطف (الجانب الوجداني)	0.754**	0.000
5	الصحة النفسية	0.679**	0.000
6	شغل الوقت وإدارته	0.849**	0.000
7	الدرجة الكلية للمقياس	0.876**	0.000

** عند مستوى دلالة (0.01)

ب_ **الاتساق الداخلي**: تم إيجاده عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (4) يوضح الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة

معاملات ارتباط البعد بالدرجة الكلية					
الصحة العامة	الحياة الأسرية والاجتماعية	التعليم والدراسة	العواطف	الصحة النفسية	شغل الوقت وإدارته
**0.635	**0.499	**0.868	**0.831	**0.853	**0.678

** مستوى الدلالة عند0.01

أظهر الجدول (4) وجود قيم معاملات ارتباط موجبة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية أقل من (0.01) لجميع أبعاد مقياس جودة الحياة (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) في ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس.

نتيجة الفرض الأول وتفسيرها: مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم دال احصائيا بدرجة الوسط، ولاختبار هذا الفرض استخدم الباحث الاختبار التائي للمجموعة الواحدة، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

الجدول (5) يوضح الاختبار التائي للمجموعة الواحدة لمعرفة مستوى جودة الحياة

لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم (ن=58)

ابعاد مقياس جودة الحياة	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري	قيمة t	درجة الحرية	مستوى الدلالة α	الاستنتاج
الصحة العامة	10	24.877	5.118	30	11.229	57	0.000	دون الوسط
الحياة الأسرية والاجتماعية	10	30.438	1.142	30	19.520	57	0.878	فوق الوسط
التعليم والدراسة	10	32.245	3.337	30	14.424	57	0.578	فوق الوسط
العواطف (الجانب الوجداني)	10	33.929	4.400	30	18.240	57	0.498	فوق الوسط
الصحة النفسية	10	35.491	3.475	30	10.281	57	0.458	فوق الوسط
شغل الوقت وإدارته	10	37.421	4.788	30	6.467	57	0.426	فوق الوسط
الدرجة الكلية للمقياس	60	184.431	18.330	180	17.484	57	0.426	فوق الوسط

يتضح من الجدول (5) إن مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم دال احصائيا بدرجة فوق الوسط في أبعاد المقياس (الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)،

الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس، ماعدا بعد (الصحة العامة) حيث كان دال احصائيا بدرجة دون الوسط.

تتفق نتيجة الفرض مع دراسة محسن (2018) والتي أسفرت عن وجود مستوى عالي من جودة الحياة لدى الطلاب، وتختلف مع دراستي نعيسة (2012) وبخوش وحميدان (2016) التي اسفرت عن وجود مستوى متدني من جودة الحياة لدى طلاب، ويرجع الباحث نتيجة الفرض إلى ان أسر الطلاب هم من يتولون توفير معظم احتياجاتهم، كما أن الشعور بمستوى متدني للصحة العامة امر طبيعي نتيجة لهشاشة النظام الصحي بالدولة.

نتيجة الفرض الثاني وتفسيرها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى)، ولاختبار هذا الفرض استخدم الباحث الاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (6) يوضح دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع

ابعاد مقياس جودة الحياة	مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الاستنتاج
الصحة العامة	ذكر	28	27.285	2.719	0.843	56	0.403	غير دال احصائيا
	انثي	30	27.900	2.820				
الحياة الأسرية والاجتماعية	ذكر	28	26.928	1.571	0.799	56	0.429	غير دال احصائيا
	انثي	30	29.100	1.422				
التعليم والدراسة	ذكر	28	26.928	2.747	1.185	56	0.241	غير دال احصائيا
	انثي	30	27.800	2.845				
العواطف (الجانب الوجداني)	ذكر	28	28.821	1.806	0.942	56	0.357	غير دال احصائيا
	انثي	30	29.200	1.214				
الصحة النفسية	ذكر	28	29.071	2.141	1.440	56	0.155	غير دال احصائيا
	انثي	30	29.666	0.711				
شغل الوقت وإدارته	ذكر	28	28.928	1.274	1.405	56	0.165	غير دال احصائيا
	انثي	30	29.366	1.098				
الدرجة الكلية	ذكر	28	196.821	7.822	1.655	56	0.103	غير دال احصائيا
	انثي	30	173.950	6.950				

يتضح من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى) في ابعاد مقياس جودة الحياة (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس، تختلف هذه النتيجة عن دراسة عبد المقصود وآخرون (2012)، ويرجع الباحث نتيجة الفرض إلى أن الطلاب يعيشوا في نفس المرحلة العمرية والظروف الدراسية.

نتيجة الفرض الثالث وتفسيرها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة)، ولاختبار هذا الفرض استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (7) يوضح دلالة الفروق في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير المستوى التعليمي

ابعاد الاستمارة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار (ف)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الصحة العامة	بين المجموعات	14.652	2	7.326	2.620	0.082	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	153.762	55	2.796			
	المجموع الكلي	168.414	57				
الحياة الأسرية والاجتماعية	بين المجموعات	7.991	2	2.996	1.849	.0167	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	118.854	55	2.161			
	المجموع الكلي	126.845	57				
التعليم والدراسة	بين المجموعات	5.131	2	2.566	1.100	0.340	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	128.265	55	2.332			
	المجموع الكلي	133.397	57				
العواطف (الجانب الوجداني)	بين المجموعات	5.525	2	2.762	1.075	0.349	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	141.389	55	2.571			
	المجموع الكلي	146.914	57				
الصحة النفسية	بين المجموعات	9.792	2	4.896	1.926	0.155	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	139.812	55	2.542			
	المجموع الكلي	149.603	57				
شغل الوقت وإدارته	بين المجموعات	6.794	2	3.397	1.623	0.207	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	115.137	55	2.093			
	المجموع الكلي	121.931	57				
الدرجة الكلية	بين المجموعات	268.927	2	134.463	2.426	0.098	غير دال احصائيا
	داخل المجموعات	3048.729	55	55.431			
	المجموع الكلي	3317.655	57				

يتضح من الجدول (7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير المستوى التعليمي (أولى، ثانية، ثالثة) في ابعاد مقياس جودة الحياة (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس، ويرجع الباحث نتيجة الفرض إلى أن الطلاب يعيشوا في نفس المرحلة العمرية والظروف الدراسية.

نتائج البحث:-

توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- إن مستوى الشعور بجودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم دال احصائيا بدرجة فوق الوسط في جميع أبعاد المقياس (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس.

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى) في ابعاد مقياس جودة الحياة (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس.

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلاب المعهد العالي للعلوم والتقنيات الطبية أبوسليم تبعا لمتغير السنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة) في ابعاد مقياس جودة الحياة (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، التعليم والدراسة، العواطف (الجانب الوجداني)، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) والدرجة الكلية للمقياس.

التوصيات والمقترحات:

من أهم التوصيات:

1- ضرورة الاهتمام بالإرشاد التربوي والنفسي داخل الجامعات والمعاهد العليا عن طريق تفعيل مراكز للإرشاد النفسي والتربوي لمساعدة الطلاب في فهم الحياة وادارتها.

2- إقامة الندوات العلمية لمناقشة جودة الحياة وتبادل الخبرات لزيادة مستوى الوعي والادراك بمفهوم جودة الحياة.

ومن أهم المقترحات: إجراء دراسة تستهدف الكشف عن:

1- جودة الحياة في ضوء متغيرات أخرى كالتخصص الدراسي

2- طبيعة العلاقة بين جودة الحياة وبعض المتغيرات الأخرى كالضغوط النفسية .

3- جودة الحياة لدي شرائح المجتمع الأخرى كطلاب الجامعات أو الأساتذة الجامعيين أو موظفي المصارف أو الأطباء.

المراجع

1- أبو حلاوة، محمد السعيد(2010): جودة الحياة: المفهوم والأبعاد، ورقة عمل ضمن إطار فعاليات مقدمة المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية، جامعة كفر الشيخ، كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية،10.

2- أعجال، فتحية سالم(2016): الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب جامعة سبها، مجلة جامعة سبها للعلوم الانسانية، العدد الأول، 3.

3- بخوش، نورس وخرفية، حميدان. (2016). جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور (دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة زيان عاشور الجلفة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم العلوم الاجتماعية.

4- التلولي، رفيق عبد المعطى. (2013) . فاعلية برنامج تعليمي لتنمية مهارات المواجهة ودافعية الإنجاز وأساليب العزو وأثرها على التوافق النفسي وجودة الحياة والأداء الأكاديمي لدى عينة من مصابي الحرب على غزة، رسالة دكتوراه غير منشورة، غزة.

5- داهم، فوزية. (2015) . جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة في علوم التربية: جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، 43.

6- الراسبي، خمس سالم . (2006) . تجربة وزارة التربية والتعليم في تعزيز جودة حياة المتعلمين بمدارس السلطنة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط 17- 19 ديسمبر.

7- شقير، زينب محمود وآخرون. (1996) . جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طالبات قسم التربية الخاصة وطالبات الدبلوم التربوي بجامعة الطائف، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفسASEPK العدد32

8- شيخي مريم . (2013) . طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة، دراسة ميدانية في ظل المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة تلمسان: الجزائر، 65.

9- عبدالقادر، اشرف احمد. (2008) . تحسين جودة الحياة كمنبئ للحد من الإعاقة. جامعة الزقازيق .

10- عبدالكريم، مجدي. (2006) . فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدي عينات من الطلاب العمانيون، مقدم لندوة علم النفس وجودة الحياة(17-19ديسمبر)، مسقط جامعة سلطان قابوس،81.

11- عبد الله، هشام ابراهيم (2008): جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في ضوء بعض التغيرات الديمغرافية، المجلد 14، العدد 4، الزقازيق، 173.

12- عبد المقصود ، سمر.(2019). جودة الحياة، بيروت: دار المعرفة للطبع والنشر.

13- عبد المنعم، أحمد علي. (2012). جودة الحياة الأسرية، تونس: مطبعة السلام للطبع والنشر.

14- منسي، محمود عبدالحليم وكاظم، على المهدى. (2010) . تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان، مجلة أماراباك: تصدر عن الاكاديمية الامريكية العربية للعلوم والتكنولوجية، العدد الأول.

15- موسى سلامة .(2010). مناهج البحث العلمي، تونس: مكتبة المعرفة.

16- محسن، إبراهيم نعيم . (2018) . جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية، بحث مقدم إلى قسم علم الدراسات التربوية والنفسية كجزء من متطلبات البكالوريس في العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية جامعة القادسية.

17- الأنصاري، بدر محمد . (2006). استراتيجيات تحسين جودة الحياة من أجل الوقاية من الاضطرابات النفسية، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس: سلطنة عمان، 17-19 ديسمبر.

18- نعيسة، رغداء علي . (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28، العدد الأول، 146-181.

19- نور الدين، صليحة محمد . (2019). علم النفس الإيجابي، القاهرة: مكتبة المعرفة.

20- الهمص، صالح إسماعيل عبد الله (2010): قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة. (رسالة ماجستير) غير منشورة، كلية التربية: غزة.

مقياس جودة الحياة

أخي الطالب .. أختي الطالبة:

نرجو التكرم بقراءة بنود المقياس المرفق، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعوركم الحقيقي، وما تقومون به بالفعل، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة المقياس.

وفي الوقت الذي نشكركم فيه على تعاونكم البناء معنا في هذه الدراسة العلمية، نرجو تعبئة البيانات التالية بالمعلومات المناسبة، يرجى وضع إشارة (√) في المكان المناسب:

البيانات الاولية

النوع: ذكر( ) أنثى( )

السنة الدراسية: أولى ( ) ثانية ( ) ثالثة ( )

ما درجة شعورك بالجوانب الآتية؟

م	العبارات	أبداً	قليل جداً	إلى حد ما	كثيراً	كثيراً جداً
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط.					
2	اشعر ببعض الآلام في جسمي.					
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً.					
4	تتكرر إصابتي بنزلة برد.					
5	لا اشعر بالغثيان.					
6	اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله.					
7	أنام جيداً.					
8	أعاني من ضعف في الرؤية.					
9	نادراً ما أصاب بالأمراض.					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي.					
11	اشعر بأنني قريب جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي.					
12	اشعر بالتباعد بيني وبين والديّ.					
13	احصل على دعم عاطفي من أسرتي.					
14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.					
15	أشعر بأن والديّ راضيان عني.					
16	لديّ أصدقاء مخلصين.					
17	علاقاتي بزملائي رديئة للغاية.					
18	لا احصل على دعم من أصدقائي وجيراني.					
19	اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي.					
20	لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.					

م	العبارات	أبداً	قليل جداً	إلى حد ما	كثيراً	كثيراً جداً
21	اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه.					
22	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي.					
23	اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي.					
24	لديّ إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي.					
25	الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي.					
26	الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت.					
27	أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة					
28	اشعر بان دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية.					
29	اشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية.					
30	أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي.					
31	أنا فخور بهدوء أعصابي.					
32	أشعر بالحزن بدون سبب واضح.					
33	أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب.					
34	أشعر بأنني عصبي.					
35	لا أخاف من المستقبل.					
36	أقلق من الموت.					
37	من الصعب استثارتي انفعالياً.					
38	أقلق لتدهور حالتي.					
39	أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار.					
40	اشعر بالوحدة النفسية.					
41	اشعر بأنني متزن انفعالياً.					
42	أنا عصبي جداً.					
43	أستطيع ضبط انفعالاتي.					
44	اشعر بالاكتئاب.					
45	اشعر بأنني محبوب من الجميع.					
46	أنا لست شخصا سعيداً.					
47	اشعر بالأمن.					
48	روحي المعنوية منخفضة.					
49	أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات.					
50	اشعر بالقلق.					
51	استمتع بمزاولة 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 النفس.					
59	أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.					
60	لا يوجد لديّ برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية.					

مقياس جودة الحياة إعداد (عبد الصمد، 2019)

م	العبارات	نعم	احيانا	لا
1	أشعر بالحيوية والنشاط.			
2	يؤلمني جسمي.			
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً.			
4	تتكرر إصابتي بنزلة برد.			
5	لا اشعر بالغثيان.			
6	اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله.			
7	اشعر بأنني قريب جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي.			
8	اشعر بالتباعد بيني وبين والديّ.			
9	احصل على دعم عاطفي من أسرتي.			
10	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.			
11	أشعر بأن والديّ راضيان عني.			
12	لديّ أصدقاء مخلصين.			
13	اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه.			
14	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي.			
15	اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي.			
16	لديّ إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي.			
17	الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي.			
18	الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت.			
19	أنا فخور بهدوء أعصابي.			
20	أشعر بالحزن بدون سبب واضح.			
21	أقلق لتدهور حالتي.			
22	أشعر بأنني عصبي.			
23	لا أخاف من المستقبل.			
24	أقلق من الموت.			
25	روحي المعنوية منخفضة.			
26	أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات.			
27	أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار.			
28	اشعر بالوحدة النفسية.			
29	اشعر بأنني متزن انفعالياً.			
30	اشعر بالقلق			
31	استمتع بمزاولة الأنشطة المدرسة في أوقات فراغي.			
32	أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط.			
33	أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية.			
34	تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية.			
35	ليس لدي وقت للترويح عن النفس.			
36	أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.			