مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة

دراسة ميدانية على عينة من طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة. الجزائر

د. بعلي مصطفى د. جغلولي يوسف

جامعة محمد بوضياف- المسيلة

psypsy2009@yahoo.fr/ d28youcef@yahoo.fr

الملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة، كما سعت الدراسة للإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى جودة الحياة لدى طالبات قسم علم النفس جامعة المسيلة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير السن؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة؟

وللإجابة على هذه التساؤلات تم الاعتماد على المنهج الوصفي، والاستعانة بمقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من إعداد الباحثتان هويدة محمود، وفوزية الجمالي، وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية تم تطبيقه على عينة قوامها 55 طالبة من مستوى السنة الأولى ماستر بقسم علم النفس بجامعة المسيلة، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى جودة الحياة لدى طلبات قسم علم النفس جامعة المسيلة مرتفع.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير السن.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة، طلبات الجامعة. علم النفس.

The quality of life of the students University of msila

Field study on a sample of female students psychology department at the University of msila. Algeria

Dr. BAALI MOUSTAFA Dr. DJAGHLOULI YOUCEF

Mohammed Boudiaf University-M.sila

psypsy2009@yahoo.fr/ d28youcef@yahoo.fr

Abstract: The present study aimed to identify the level of quality of life in Msila University students, as the study sought to answer the following questions:

- What level of quality of life among Students in the Department of Psychology? University of Msila.

- Are there any statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable tuition Division differences?

- Are there any statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable age differences?

- Are there any statistically significant differences in the level of quality of life due? to the variable pattern of accommodation differences

To answer these questions have been relying on a descriptive approach, and the use of scale, quality of life of university students to prepare researchers Houidh Mahmoud, and Fawzia eldjammali, and after confirmation of its properties psychometric has been applied to a sample of 55 students from the level of first-year Master of Psychology liquefied University Department, and reached study the following results:

- The level of quality of life among Students in the Department of Psychology University of Msila.

- No statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable tuition Division differences.

- No statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable age.

- No statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable pattern of residence.

Key words: quality of life, the university students. Psychology.

مقدمة:

بات البحث في مفاهيم علم النفس - خصوصاً الإيجابية منها - مطلباً إنسانياً ملحاً بعدما أعياه البحث في تلك المفاهيم السلبية، والأمراض النفسية التي أرقت الإنسانية طويلاً، تلك المفاهيم التي شحذت الشخصية الإنسانية بمشاعر الشجن، وولدت لديها الرغبة والحنين في إيجاد فرع من فروع علم النفس يهتم بذلك الجانب المنير لا المظلم في حياة الإنسان.

ويرى العارف بالله الغندور (1999، ص. 28-29) 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 على هذا المستوى والذي يتوقف بدرجة ما على مدة أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد. وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، ويظهر ذلك بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، والذي يؤثر بدوره في تعاملات هذا الإنسان مع كافة المتغيرات الأخرى التي تدخل في نطاق تفاعلاته بما في ذلك أسلوبه في حل المشكلات ومواجهة المواقف الضاغطة.

الإشكالية:

تعد الجامعة من المؤسسات الاجتماعية الهامة، التي تحمل على عاتقها مشعل وراية التعليم العالي باعتباره قمة السلم التعليمي، فالجامعة من جهة تحافظ على تراث وأصالة وثقافة المجتمعات ومن جهة أخرى تتطلع للتقدم وتطوير وازدهار تلك المجتمعات خاصة وأنها تمثل مختلف الأنظمة الاجتماعية والمصدر الأساسي للخبرة والمحور الذي يدور حوله النشاط الثقافي في الآداب والعلوم والفنون، فمهما كانت أساليب التكوين وأدواته هي المهمة الأولى للجامعة التي ينبغي أن تكون دائما في التوصيل الخلاق للمعرفة الإنسانية في مجالاتها النظرية والتطبيقية وتهيئة الظروف الموضوعية لتنمية الخبرة الوطنية التي لا يمكن بدونها أن يحقق المجتمع أية تنمية حقيقية في الميادين الأخرى (ولد خليفة، 1989، ص. 177).

فالجامعة هي النظام الأكثر استعدادا لتمويل الفرد والمجتمع بالمعارف المختلفة والخبرة في مختلف المجالات النظرية والتطبيقية بمختلف أساليبها التكوينية وأدواتها الموضوعية يمكن أن تحقق تنمية للفرد في مختلف الميادين، والجامعة ليست مجرد مؤسسة تعليمية أكاديمية تعمل على تزويد الطالب بالعلم والمعرفة وتمنح له شهادة المستقبل المهني في تنمية الجوانب النفسية والعقلية والمعرفية والاجتماعية للطالب بما أنه عنصر رئيسي وفعال فيها ودليل ذلك ما كشفت عنه البحوث النفسية والتربوية بان الطالب محور هام في العملية التعليمية وله دور بارز وأساسي ومن ثمة يجب العمل على إنمائه من جميع نواحي شخصيته وليس من الناحية العقلية فحسب بل يجب أن تكون عملية تربوية شاملة تتناول الطالب ككل (الهابط، 1983، ص.40). والطالب الجامعي كونه يمثل شريحة مهمة في المجتمع يسعى بجد واجتهاد لتكوين ذاته تكوينا سليما وبناء ذاته بناء قويا ومتوازنا ومتكاملا ويتعلم التخطيط لمستقبله وبنائه بشكل أفضل ويستطيع تحديد مسار حياته وبأن يوظف وجوده في الجامعة وكل الفرص المتوفرة فيها لخدمة أهدافه المستقبلية للوصول إلى الغد المشرق الذي ينشده وكل ذلك من خلال الايجابية والتفاؤل والطموح والنجاح الذي يولد السعاة والحب ويعطي معنى للحياة أو بمعنى آخر جودة الحياة Quality of Life هذه الأخيرة التي يتوقف قياسها الجيد على الوصف الدقيق للحياة الجيدة وشعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي

تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه (العادلي، 2006. ص .65) كلها مؤشرات تدل على جودة الحياة.

وفي نفس السياق أشار فينهوفن (Veenhoven, 2003)) إلى رأي مارتن سيلجمان حين قال: أن الفرد يصبح أكثر سعادة وتفاؤلا عندما يحاور نفسه ويتحدى أفكاره السلبية ويحللها ويقارنها بما يتمتع من نعم، وبالرغم من أن الغالبية تتفق على جودة الحياة كهدف أساسي ومطلب في حياة الأفراد إلا أن كل منهم يختلف في مضمونها ومكوناتها وذلك أن أكبر اهتمام للمجتمع وهدفه المنشود هو تحسين جودة الحياة للأفراد.

ويذكر خميس سالم الراسبي (2006، ص. 135) أن مفهوم جودة حياة الفرد مفهوم متعدد الأبعاد والجوانب، وينظر إلى جودة حياته من زوايا مختلفة، وهو مفهوم نسبي لدى الشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية والدراسية والظروف والمواقف التي يعيشها، ولكن عندما ينظر إلى ربط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والبدنية والعقلية، ويتم تلبية إشباع هذه الحاجات عندما تمثل الحاجات وإشباعها مقومات جودة حياة الفرد، وهناك العديد من الأبعاد ترتبط بجودة حياة الفرد تتمثل في:

- البعد البيولوجي (البدني): ويتعامل مع تنمية الفرد من حيث طاقاته البدنية والجسمية، ويعمل على ضمان صحته واستمرارها مدى حياته.
- البعد المعرفي (القدرات العقلية): ويتعامل في تنمية قدرات الفرد الأدائية والعقلية والمعرفية والمهارية، وتجعلها في تطور وتجدد مستمرين.
- البعد السيكولوجي (النفسي): ويتعامل هذا البعد مع تنمية قدرات الفرد الروحية والنفسية والثقة وتقدير الذات.
- البعد السوسيولوجي (الاجتماعي): ويتعامل مع تنمية المهارات الاجتماعية المختلفة لدى الفرد من تقدير المجتمع، والذات الاجتماعية الفردية والاجتماعية، وتقدير العلاقات البيئية مع الآخرين.

إذن مرحلة التعليم الجامعي من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات الطلبة لجودة حياتهم ومن ثمة فإن نظرتهم لها تؤثر في أدائهم الدراسي وفي دافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم وبناء على ذلك فإن محاولة فهم تقدير الطلاب لجودة الحياة وإدراكهم لها يعد خطوة مهمة في سبيل فهم هذه المرحلة ومتطلباتها.

واتساقاً مع ما سبق تأتي هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة وتحديدا طلبة قسم علم النفس- لذا فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد بالإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس جامعة المسيلة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير السن؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة؟

- فرضيات الدراسة:

- مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس جامعة المسيلة مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير السن.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة.

3.1. أهمية الدراسة: حيث أن الدراسة الحالية تبحث في جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة فإن أهمية الدراسة تظهر في الجوانب الآتية:

1- توجيه الاهتمام بمرحلة تعليمية مهمة وهي مرحلة التعليم الجامعي، باعتبارها المحطة الأساسية التي يمر عليها نخبة المجتمع من خلال إمداده بأبناء يتمتعون بمستوى عال من العلم والمعرفة.

2- تناولها لمتغير مهم وهو جودة الحياة باعتباره تعبير عن شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال رقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية.

3- أهمية عينة الدراسة والتي تمثل القاعدة العريضة في الهرم السكاني وهم طلبة الجامعة باعتبارهم النخبة ومستقبل أي مجتمع.

4.1. أهداف الدراسة: يمكن ذكر أهداف الدراسة الحالية كما يلي:

- التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس جامعة المسيلة.
- الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية (علم النفس، علوم التربية).
- الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة تعزى لمتغير السن.
- الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة المسيلة تعزى لمتغير نمط الإقامة.

5.1. التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة: إن المعالجة العلمية لأي موضوع تتطلب تحديد المفاهيم المستخدمة فيه، وعليه فقد تم تحديد بعض المفاهيم الأساسية في موضوع الدراسة كما يلي:

1.5.1. جودة الحياة Quality of Life: تشير الأدبيات النفسية، إلى صعوبة صياغة تعريف محدد لجودة الحياة (Titman, Smith, & Graham, 1997). فعلى الرغم من شيوع استخدامه إلا أنه لا يزال غير واضح ويتسم بالغموض وطبقاً للأشول (2005) تكمن أسباب الصعوبة إلى الأسباب الآتية:

- حداثة المفهوم على مستوى التناول العلمي.

- تطرق هذا المفهوم للاستخدام في العديد من العلوم، حيث يستخدم أحيانا للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما يستخدم للتعبير عن إدراك الأفراد لمدى قدرة هذه الخدمات على إشباع حاجاتهم.

- لا يرتبط هذه المفهوم بمجال محدد من مجالات الحياة، أو بفرع من فروع العلم، إنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم، والملفت للنظر أن أصحاب كل تخصص يرون أنهم الأحق باستخدامه سواء كان تخصصهم علم الاجتماع أو الطب بفروعه المختلفة، أو العلوم البيئية أو الاقتصادية.

- **تعرف جودة الحياة إجرائيا** في هذه الدراسة بوصفها الدرجة التي يتحصل عليها طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة على مقياس جودة الحياة المستخدم في هذه الدراسة.

2.5.1. طلبة الجامعة: يقصد بطالبات الجامعة في هذه الدراسة المتمدرسات بقسم علم النفس خلال الموسم الجامعي 2016/2015، تتراوح أعمارهم الزمنية بين 22 – 40 سنة.

الدراسات السابقة:

- استهدفت دراسة العادلي (2006) معرفة مستوى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة الحياة، ومعرفة طبيعة الفروق في متغيري الجنس والتخصص الدراسي. بلغ حجم العينة (51) طالبا و(147) طالبة، وباستخدام مقياس صمم لهذه الدراسة أظهرت النتائج أن مستوى إحساس جميع أفراد العينة وكذلك الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس الأمر الذي يعكس مستوى عاليا من الإحساس بجودة الحياة. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في التخصص الدراسي تم تحديدها بالفروق بين متوسط درجات طلبة تخصص الدراسات الاجتماعية ومتوسط درجات طلبة بقية التخصصات المشمولة بالبحث.

- أجرت فوقية أحمد عبد الفتاح ومحمد حسين سعيد (2006) بحثا عن العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية والمنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، وتكونت مجموعة البحث من (100) تلميذ وتلميذة بالصف السادس الابتدائي مقسمين إلى (50) تلميذا عاديا، (50) تلميذا ذوي صعوبات التعلم، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم في جودة الحياة لصالح التلاميذ العاديين، كما وجد اختلاف في مستوى جودة الحياة لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم باختلاف مستوى دخل الأسرة لصالح الأسرة ذات

الدخل المرتفع، ولم توجد فروق دلالة بين متوسط درجات التلاميذ في مقياس جودة الحياة بالنسبة لمتغير السن.

- وهدف بحث (Baumann, et al., 2011) إلى معرفة ارتباط جودة الحياة النفسية بتوظيف المهارات الأكاديمية بين الطلاب، والمكونة من (355) طالبا من طلاب السنة الأولى، وتوصلت النتائج إلى ارتباط جودة الحياة النفسية باكتساب مهارات تزيد فرص العمل لدى الكليات التي تمد بدورات مهنية تطبيقية متخصصة، واستخدمت كمؤشرات رئيسية لتعزيز البرامج الموجهة نحو الإرشاد وتحسين البيئة الاجتماعية والخدمات المساعدة في عمل الجامعة وتسهيل إنجاز المشاريع المهنية المستقبلية.

- وهدفت دراسة بوعيشة أمال (2013) إلى معرفة جودة الحياة لدى ضحايا الإرهاب في الجزائر، كما هدفت للكشف عن طبيعة العلاقة بين درجة التعرض للعنف الإرهابي وجودة الحياة لدى عينة من ضحايا الإرهاب في دائرة البراقي عددها 30 فرد واستخدمنا المنهج الوصفي. وفي الأخير توصلت لمجموعة من النتائج كانت: لا توجد فروق بين الذكور والإناث على مقياس جودة الحياة لدى ضحايا الإرهاب كما أكدت الدراسة وجود فروق على مقياس جودة الحياة حسب السن وحسب المستوى التعليمي.

منهج الدراسة: إن موضوع الدراسة هو الذي يفرض على الباحث استخدام منهج دون غيره لذلك تختلف المناهج باختلاف المواضيع، وحتى يتمكن الباحث من دراسة موضوعه دراسة علمية فإن تحديد المنهج المتبع في البحث يعد خطوة هامة وضرورية. وتماشياً مع طبيعة هذه الدراسة التي تبحث عن جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة فقد اتبع المنهج الوصفي الذي يعنى بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبّر عنها كيفيا بوصفها وتوضيح خصائصها، وكميا بإعطائها وصفا رقميا لها.

3.4. حدود الدراسة:

- **المجال المكاني:** أجريت هذه الدراسة بقسم علم النفس جامعة المسيلة؛ حيث افتتح هذا الأخير خلال الموسم الجامعي 2001/2000، بموجب القرار الوزاري رقم 2000/392 بتاريخ 2000/08/08، يقع القسم حاليا بالطابق الأول بالأمانة العامة سابقا، وقد شرع القسم خلال الموسم الجامعي 2009/2008 في تطبيق النظام الجديد L.M.D، وبعد إنشاء الكلية الجديدة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، طبقا للقرار الوزاري رقم: 426 المؤرخ في 2012/12/13 . تم بموجبه تأسيس قسم علم النفس كأحد الأقسام المكونة للكلية. والدراسة بالقسم بداية من السنة الثانية حيث يحوي قسم علم النفس شعبتين رئيسيتين هما: شعبة علم النفس وشعبة علوم التربية وتخصصات في طور الليسانس والماستر الأكاديمي، بالإضافة إلى التكوين فيما بعد التدرج (ماجستير) وكذا ما بعد التدرج الثاني دكتوراه النظام القديم ودكتوراه الطور الثالث.

- **المجال البشري:** يتضمن المجال البشري عينة أو مفردات الدراسة من طلبة قسم علم النفس جامعة المسيلة موزعين على شعبتين (علم النفس، علوم التربية).

- **المجال الزمني:** تم إجراء القسم التطبيقي للدراسة قبل الامتحانات الثانية للسنة الجامعية 2017/2016.

4.4. مجتمع وعينة الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة السنة الأولى ماستر بقسم علم النفس بجامعة المسيلة خلال الموسم الدراسي 2017/2016 والبالغ عددهم (144) طالب منهم (17) طالب بنسبة (11.80%) و(127) طالبة بنسبة (88.19%) موزعين على شعبتين وفقا للإحصائيات التي تم الحصول عليها من موقع كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المسيلة:

جدول رقم (01) يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب الشعب.

م	الشعبة الدراسية	عدد الطلبة		مجموع الطلبة
		ذكور	إناث	
1	ماستر شعبة علم النفس	08	45	53
2	ماستر شعبة علوم التربية	09	82	91
المجموع		17	127	144

1.4.4. كيفية اختيار العينة وحجمها: أثناء اختيار العينة تم الأخذ بعين الاعتبار اشتمالها على طلبات السنة الأولى ماستر بشعبتيه علم النفس وعلوم التربية، وتم اختيار العينة بطريقة طبقية والتي تستخدم عندما يكون هناك تباين (عدم تجانس) واضح في مجتمع الدراسة، حيث أن المجتمع مكون من، بحيث يمكن تقسيم مجتمع الدراسة طبقتين علم النفس، وعلوم التربية إلى مجموعات أو طبقات.

جدول رقم (02): يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الشعبة الدراسية.

م	الشعبة الدراسية	عدد الطلبة	%
1	ماستر شعبة علم النفس	33	60
2	ماستر شعبة علوم التربية	22	40
المجموع		55	100

أ- من حيث السن:

جدول رقم (03): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب السن.

المتغير	فئات المتغير	التكرارات	%
السن	أقل من 23 سنة	30	54.54
	من 24 سنة فأكثر	25	45.45

المجموع	55	100

ب. من حيث نمط الإقامة:

جدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب نمط الإقامة.

المتغير	فئات المتغير	التكرارات	%
نمط الإقامة	مقيمة	26	47.27
	غير مقيمة	29	52.72
المجموع		55	100

4.4. أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

4.4.1. مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة: قامت الباحثتان هويدة محمود، وفوزية الجمالي بإعداده بهدف قياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة وقد مر إعداد المقياس بعدد من الخطوات:

- تم الاطلاع على عدد من المقاييس النفسية في هذا المجال مثل: مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد منسي وكاظم 2006، ومقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد عزب 2006. وكذا مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد بيكر، شاووريب 1996 تعريب عبد المعطي 2005.
- مراجعة التراث السيكولوجي، والاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت جودة الحياة والمتمثلة في الدراسات العربية والأجنبية في هذا الصدد.
- تكون المقياس في صورته الأولية من 74 مفردة تقيس سبعة أبعاد، تم عرض المقياس على المحكمين واجراء التحليل العاملي للمقياس، حيث تم حذف عبارات منه، فصارت الصورة النهائية تتكون من 44 مفردة موزعة على سبعة أبعاد كما بالجدول الموالي:

جدول رقم (05): أبعاد مقياس جودة الحياة وأرقام عباراته واتجاهها

الرقم	البعد	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	المجموع الكلي
1	الصحة العامة	44-43-40-37-35-28-21-14-7-1	42	11
2	الرضا عن الحياة	36-29-22-15-8-2	41-38	08
3	العلاقات الأسرية	30-23-16-9-3	/	05
4	العلاقات الاجتماعية	31-24-17-10-4	/	05
5	النجاح الأكاديمي	32-25-18-11-5	/	05
6	الممارسات الدينية	33-26-19-12-6	/	05
7	شغل أوقات الفراغ	39-34-27-20-13	/	05

المجموع الكلي	41	03	44

ب. طريقة تقدير الدرجات: تتم الإجابة عبر مقياس خماسي كالتالي (أوافق بشدة، أوافق متردد، أعترض، أعترض بشدة) بحيث تكون الدرجة العظمى للمقياس (220) درجة والدرجة الصغرى هي 44 درجة، وأصبحت المفردات الموجبة عددها 41 مفردة والمفردات السالبة عددها 03 مفردات، حيث يتم في الأخيرة حساب الدرجة بطريقة عكسية.

ج- الخصائص السيكومترية:

- **الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة:** استخرجت الباحثتان دلالات الصدق والثبات للمقياس كما يلي:

أ- صدق المقياس: استخدمت الباحثتان عدة طرق لحساب صدقه من هذه الطرق:

1- طريقة صدق المحتوى: تم عرض المفردات على ستة من أعضاء هيئة التدريس بقسم الصحة النفسية وعلم النفس التربوي وعليه تم حذف المفردات التي لم يتفق عليها 83.3% من المحكمين وكانت 04 مفردات وتم الإبقاء على المفردات التي اتفق عليها المحكمون، وكذلك تم اجراء التعديلات في ضوء توجيهاتهم، وبذلك تم التأكد من أن المقياس بأبعاده السبعة يقيس بالفعل جودة الحياة لطلبة الجامعة، كما هو في صورته النهائية.

2- الصدق العاملي:

- **التحليل العاملي الاستكشافي:** تم استخدام أسلوب التحليل العاملي الاستكشافي للتحقق من الصدق العاملي لمقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة عن طريق إخضاع مصفوفة الارتباطات بين عبارات المقياس 74 عبارة لدى العينة الاستطلاعية 150 طالب وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة الإسكندرية، فأسفر التحليل العاملي عن ظهور قيم شيوع لعدد 6 عبارات أقل من 0.05 وتم حذفها وأعيد إجراء التحليل العاملي على باقي المفردات وعددها 68 واتضح أن معاملات التحقق من كفاءة المعاينة بعدد 16 عبارة أقل من القيمة المتوسطة للقبول وهي 0.70 الذي تم حذف تلك المفردات، وأعيد إجراء التحليل العاملي مرة أخرى واتضح بعد التحقق من ارتفاع معاملات الارتباط المستقيم بين عبارات البحث.

وبذلك تم التحقق من صلاحية البيانات للتحليل العاملي، والذي تم حسابه بأسلوب المكونات الأساسية، وقد أفضى إلى استخلاص خمسة عوامل بعد تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة الفريماكس Varimax، فكانت جميع التشبعات دالة على حد المقبول للتشبع، وهذه العوامل جذورها الكامنة أكبر من الواحد الصحيح، وفسرت مجتمعة نسبة 50.21% من التباين الكلي لمفردات المقياس.

3- الاتساق الداخلي: من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه إذ جاءت كلها دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على أن هناك اتساقاً داخلياً بين

مفردات البعد والمجموع الكلي لدرجات البعد الذي تنتمي إليه لمقياس جودة الحياة، مع العلم أن قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى 0.01 = 0.21.

هذا وقد تم إلى جانب ذلك حساب معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس حيث بلغت قيمة معاملات الارتباط بين 0.26 إلى 0.71 وكلها دالة عند مستوى دلالة 0.01

أ- ثبات المقياس: استخدمت الباحثتان طريقة ألفا كرونباخ Alfa Cronbach لجميع أبعاد المقياس وكانت قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس (0.88)، ممّا دل على ثبات المقياس

- الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة في الدراسة الحالية:

أ. صدق المقياس:

1- طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي): هي من أساليب حساب الصدق التكويني وصدق المحتوى، فبعد أن تم ترتيب التوزيع من أعلى درجة إلى أقل درجة للعينة الاستطلاعية والتي ضمت 55 طالبة بقسم علم النفس جامعة المسيلة، تم اختيار مجموعتين من طرفي التوزيع، تمثل إحداهما 27% من الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات، وثانيهما 27% من الذين حصلوا على أدنى الدرجات، وكان حجم كل مجموعة 15 طالبة، ثم استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وحسبت دلالة قيمة "ت" للفروق بين المتوسطات.

جدول رقم (06): يبين نتائج حساب الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة

العينة	أعلى 27% ن= 15		أدنى 27% ن= 15		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
مقياس جودة الحياة	179.33	09.78	145.20	11.52	08.74	0.01

يتبين من الجدول رقم (07) أن قيم "ت" كلها دالة إحصائياً، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفض جودة الحياة مما يدل على صدقه.

ب- ثبات المقياس:

1- طريقة التجزئة النصفية: تم تقسيم المقياس من حيث عباراته إلى قسمين فردي وزوجي وحسب معامل الارتباط بين القسمين فجاءت قيمته 0.70 وتمثل هذه القيمة ثبات نصف الاختبار فقط، لذلك تم إدخالها في معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون حيث بلغ معامل الثبات 0.82 وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

2- طريقة ألفا-كرونباخ: تم استخراج معامل ثبات مقياس جودة الحياة بهذه الطريقة للدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (07): يوضح معامل ألفا-كرونباخ لجميع أبعاد مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية

م	المتغير	معامل ثبات ألفاكرونباخ
	جودة الحياة	0.85

يتضح من الجدول رقم (08) أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.85) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

5.4. الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم معالجة البيانات باستخدام الحاسب الآلي من خلال برنامج SPSS (VER.17) الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية، وتتمثل المعالجات التي تمت للبيانات في الإحصاءات الآتية:

- التكرارات والنسب المئوية للبيانات، لإعطاء صورة سريعة عن عينة الدراسة بشكل مختصر ومبسط، وذلك بعد عرضها على هيئة جداول وأشكال بيانية.

2- إيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات الدراسة.

3- اختبار (ت) لمعرفة دلالة الفروق في المتوسطات.

1.5. عرض نتائج الدراسة: فيما يلي عرض للنتائج المترتبة على اختبار كل فرضية من فرضيات الدراسة بحسب ترتيبها.

1.1.5. عرض نتائج الفرضية الأولى: التي كان نصها: "مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة مرتفع". لاختبار هذه الفرضية تم تحديد درجة القطع والتي تعرفها شيبارد (Shepard,1984)بأنها الدرجة التي تميز بين المتمكن وغير المتمكن، أو الدرجة التي تميز بين الجيد وغير الجديد بشكل عام. بينما يعرفها هاميلتون (Hambleton, 1995) بأنها درجة على متصل السمة المقيسة، والتي تستخدم لتصنيف المفحوصين إلى فئات تعكس مستويات الكفاءة بالنسبة لمجموعة من الأهداف أو المهارات التي يقيسها الاختبار، بحيث يمكن من خلالها الحكم على مستوى أداء المفحوص بأنه متمكن أو غير متمكن.

وفي هذه الدراسة تم تحديد درجة القطع من خلال حساب المدى (5-1=4)، ثم قسمة الناتج على عدد المستويات للحصول على طول الفئة (3/4=1.33)، وإضافة هذه القيمة للحد الأدنى للبدائل وهو (1) ثم للفئة الموالية ويمكن ترجمة ذلك كما يلي:

جدول رقم (08) يوضح درجة القطع في مستوى جودة الحياة ومستوياتها

الرقم	طول الخلية	المستوى
1	5.00 ـ 3.68	مرتفع
2	3.67 ـ 2.34	متوسط
3	2.33 ـ 1	منخفض

ويوضح الجدول (09) نتائج معالجة الفرضية:

جدول رقم (09) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة

الرقم	العبارة	مجموع الدرجات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	صحتي جيدة.	222	4,03	0,76	مرتفع
2	حياتي لها معنى.	230	4,18	0,98	مرتفع
3	أجتمع مع أفراد أسرتي يومياً.	216	3,92	1,03	مرتفع
4	أنا راض عن عدد أصدقائي.	245	4,45	0,63	مرتفع
5	أشعر بالسعادة أثناء تواجدي بالجامعة.	194	3,52	0,97	متوسط
6	أواظب على الصلاة في المسجد.	164	2,98	1,04	متوسط
7	أتمتع بالحيوية والنشاط.	209	3,80	0,67	مرتفع
8	أقبل على الحياة بحماس.	210	3,81	0,66	مرتفع
9	أجامل أقاربي في المناسبات الاجتماعية.	225	4,09	0,86	مرتفع
10	يساندني أصدقائي عند مواجهتي أي مشكلة.	188	3,41	0,99	متوسط
11	أنا راض عن تخصصي الدراسي.	220	4,00	1,21	مرتفع
12	أرى أنني إنسان متدين.	214	3,89	0,76	مرتفع
13	ممارستي لهواياتي تحقق سعادتي.	224	4,07	0,87	مرتفع
14	عندما أحتاج إلى علاج فإنني أحصل عليه.	179	3,25	1,00	متوسط
15	أنا راض عن حياتي.	224	4,07	0,89	مرتفع
16	لا أستطيع الاستغناء عن أسرتي.	262	4,76	0,54	مرتفع
17	أنا راض عن طريقة معاملتي مع الناس.	237	4,30	0,60	مرتفع
18	أشعر بالرضا عما وصلت إليه في دراستي.	228	4,14	0,77	مرتفع
19	أسعى دائماً لفعل الخيرات.	242	4,40	0,56	مرتفع
20	أشارك في الأنشطة الاجتماعية.	189	3,43	0,81	متوسط
21	أنام نوماً هادئا.	191	3,47	1,05	متوسط
22	حياتي مستقرة.	204	3,70	0,95	مرتفع
23	أنا راض عن علاقات أفراد أسرتي مع بعضهم.	228	4,14	0,98	مرتفع
24	أستطيع البدء بصداقات جيدة.	218	3,96	0,81	مرتفع

25	أشعر بحسن علاقة أساتذتي معي.	211	3,83	0,81	مرتفع
26	أشعر بالسعادة كلما تقربت إلى الله.	270	4,90	0,29	مرتفع
27	أنا راض عن طريقتي في قضاء وقت الفراغ.	176	3,20	1,12	متوسط
28	توفر لي الجامعة خدمات صحية مناسبة.	126	2,29	0,95	منخفض
29	أنا أفضل حالاً من الآخرين.	188	3,41	0,85	متوسط
30	أوافق أسرتي على أسلوبها في حل المشكلات.	191	3,47	1,15	متوسط
31	أستمتع بالتحدث مع الآخرين.	223	4,05	0,67	مرتفع
32	أنا راض عما حققته من أهداف.	206	3,74	0,79	مرتفع
33	أستمتع بمشاهدة البرامج الدينية.	236	4,29	0,65	مرتفع
34	أقضي معظم وقتي في أشياء مفيدة.	188	3,41	0,87	متوسط
35	أحرص على تناول الغذاء المتوازن.	173	3,14	1,04	متوسط
36	أقبل على الحياة بتفاؤل.	209	3,80	0,89	مرتفع
37	أعطي لبدني وقت كاف للراحة.	193	3,50	1,13	متوسط
38	أفكر في تغيير أسلوب حياتي.	135	2,45	1,22	متوسط
39	أستمتع بما أقوم به من نشاطات.	213	3,87	0,79	مرتفع
40	أعتني بنفسي مهما كانت مشكلاتي.	203	3,69	1,01	مرتفع
41	الحياة روتينية غير متجددة.	156	2,83	1,21	متوسط
42	أشعر بالتعب بعد قيامي بأي مجهود.	137	2,49	1,03	متوسط
43	أحرص على إجراء فحص طبي بصفة منتظمة.	142	2,58	1,14	متوسط
44	أميل إلى تثقيف نفسي صحياً.	200	3,63	1,09	متوسط
	الدرجة الكلية		3,69	0,58	مرتفع

وبناءا على ما تقدم فإنه يمكن القول إن الفرضية الأولى تحققت والتي تنص على أن مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة مرتفع.

2.1.5. عرض نتائج الفرضية الثانية: التي نصت على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة الدراسية". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة وفق متغير الشعبة الدراسية والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (10).

جدول رقم (10): يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة تعزى لمتغير الشعبة

الشعبة الدراسية	العدد		المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	علم النفس	علوم التربية	علم النفس	علوم التربية	علم النفس	علوم التربية			
	33	22	161.06	164.72	14.11	16.53	0.88	53	غير دال

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.88) وهي قيمة غير دالة إحصائيا مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة شعبة علم النفس وطلبة شعبة علوم التربية في مستوى جودة الحياة. وبناءا على ما تقدم فإنه يمكن القول إن الفرضية الثانية لم تتحقق؛ حيث لا توجد فروق بين شعبة علم النفس وشعبة علوم التربية في مستوى جودة الحياة.

3.1.5. عرض نتائج الفرضية الثالثة: التي نصت على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير السن". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة وفق متغير السن والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (11).

جدول رقم (11) يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة وفق متغير السن

السن	العدد		المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	أقل من 23	أكبر من 24	أقل من 23	أكبر من 24	أقل من 23	أكبر من 24			
	30	25	163.10	161.84	13.13	17.40	0.30	53	غير دال

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.30) وهي قيمة غير دالة إحصائيا مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة حسب متغير السن.

وبناءا على ما تقدم فإنه يمكن القول إن الفرضية الثالثة لم تتحقق؛ حيث لا توجد فروق بين من هم أقل من 23 سنة ومن هم أكبر من 24 سنة في مستوى جودة الحياة.

4.1.5.. عرض نتائج الفرضية الرابعة: التي نصت على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة. وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت)

باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة وفق متغير السن والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (12) يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة وفق متغير نمط الإقامة

نمط الإقامة	العدد		المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	مقيم	غير مقيم	مقيم	غير مقيم	مقيم	غير مقيم			
	26	29	161.61	163.34	12.78	17.08	0.42	53	غير دال

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.42) وهي قيمة غير دالة إحصائيا مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة حسب متغير نمط الإقامة.

وبناءا على ما تقدم فإنه يمكن القول إن الفرضية الرابعة لم تتحقق؛ حيث لا توجد فروق بين المقيمين داخل الجامعة وغير المقيمين بها في مستوى جودة الحياة.

2.5. مناقشة نتائج الدراسة: إن عرض نتائج الدراسة في الجداول السابقة يحتاج إلى تفسير ومناقشة، لذا سوف نخصص العنصر الموالي لمناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات التي تم الانطلاق منها بحسب ترتيبها:

1.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الأولى: يتضح من عرض نتائج الفرضية الأولى -كما في الجدول رقم (09) - أنها قد تحققت، حيث أسفرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع في جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (كاظم والبهادلي، 2006) التي أقرت بأن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين من أبعاد الجودة هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم الدراسي، ومتوسط في بعدين هما: جودة الصحة العامة وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفض في بعدين أيضا، هما: جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي.

وتتفق هذه النتيجة كذلك مع ما جاء في دراسة (سليمان،2008)، من أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين من أبعاد جودة الحياة: هم جودة الحياة الأسرية وجودة الحياة النفسية، ومنخفض في بعدين هما: جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت ومتوسط في بعد جودة الصحة العامة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال النظر لجودة الحياة على أنها مفهوم واسع يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد، ومدى الاستقلال الذي يتمتع به، والعلاقات الاجتماعية التي يكونها، فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها، هذا الذي قد يتوفر لدى طلبة علم النفس أكثر من غيرهم من الطلبة.

2.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الثانية: يتضح من عرض نتائج الفرضية الثانية –كما في الجدول رقم (10) - أنها لم تتحقق حيث أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة حسب متغير الشعبة الدراسية.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (سليمان، 2008)، والتي انتهت إلى وجود تأثير دال إحصائيا في متغير التخصص على جميع أبعاد جودة الحياة باستثناء بعد جودة إدارة الوقت، وكان التأثير لصالح التخصصات العلمية في أبعاد جودة الحياة العامة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تشابه مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للأفراد في كل من التخصصين. كما أن جودة الحياة تتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومتضمنات حياته، وشعوره بالسعادة، وصولا إلى العيش في حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم المساندة في المجتمع.

3.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: يتضح من عرض نتائج الفرضية الثالثة –كما في الجدول رقم (11) - أنها لم تتحقق حيث أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة حسب متغير السن.

وتختلف هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (بوعيشة، 2013)، حيث توصلت إلى وجود اختلاف بين أفراد العينة على مقياس جودة الحياة حسب السن حيث أثبتت الدراسة أن الأفراد الأكثر من25 سنة تحصلوا على درجة مرتفعة على مقياس جودة الحياة بينما الأفراد الأقل من25 سنة تحصلوا على درجة منخفضة على المقياس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة الواقع الاجتماعي المتشابه الذي يعيشه كل طلبة الجامعة على اختلاف أعمارهم. كما يذكر خميس سالم الداسبي (2006، ص. 135) أن مفهوم جودة حياة الفرد مفهوم متعدد الأبعاد والجوانب، وينظر إلى جودة حياته من زوايا مختلفة، وهو مفهوم نسبي لدى الشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية والدراسية والظروف والمواقف التي يعيشها

4.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الرابعة: يتضح من عرض نتائج الفرضية الثانية –كما في الجدول رقم (12) - أنها لم تتحقق حيث أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة المسيلة حسب متغير نمط الإقامة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء واقع الإقامة الجامعية الذي يتسم بنوع من التحسن مع توفر كل الضروريات التي يحتاجها الطالب والتي جعلت من هذا الأخير لا يعرف الشعور بالغربة نتيجة ابتعاده عن الأهل خاصة مع تطور وسائل التواصل المختلفة، كما أن المقيم بالجامعة لن ينقطع عن أهله لمدة

طويلة لان المسافات بين المدن والولايات ليست بعيدة الأمر الذي لا يطرح فرضية الغربة بمعناها المتداول.

الخاتمة:

تعد جودة الحياة هدفا أساسيا لكل شخص , لذا تطور اهتمام علم النفس في السنوات الأخيرة في الموضوعات التي تؤكد على ايجابية الشخصية الإنسانية الأصيلة كالمفهوم الذي في متناولنا الآن (جودة الحياة) أو ما يطلق عليه معنى الحياة فضلاً عن مفاهيم الحب والمسؤولية وغيرها. ويشدد علم النفس الإنساني على ضرورة إن تكون الحياة الداخلية والخارجية للإنسان أكثر عمقا وتوافقا مما يجعله أفضل قدرة على التعامل الكفء مع اقسى ظروف الحياة المحيطة به . وينسجم هذا التوجه مع دعوة سيلجمان Seligman الرئيس الأسبق للرابطة النفسية الأمريكية APA إلى أن يعمل علم النفس على دراسة ما يجعل الحياة جديرة بالعيش من خلال شعور الإنسان بجودتها أو معناها لاستثمار وجوده الأصيل في بناء وابتكار ما يفيد الأجيال الحاضرة واللاحقة.

توصيات الدراسة:

أ. تنظيم محاضرات وندوات تثقيفية تدور حول زيادة الوعي بالبيئة الجامعية خاصة للطلبة الملتحقين حديثاً.

جـ العمل على الاهتمام بالمفاهيم الايجابية وتعزيزها في المجتمع عموماً والمجتمع الجامعي على وجه التحديد.

د. تصميم مناهج تعليمية لتدريس جودة الحياة ومصادرها وطرق تعلمها كفن من فنون الحياة.

هـ توظيف مختصين في علم النفس الايجابي لمساعدة المراهقين في تحسين جودة الحياة لديهم.

قائمة المراجع:

- الأشول، عادل عز الدين. (2005). نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي. وقائع المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوية للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة (ص. 3-11). جامعة الزقازيق- مصر، 15-16 مارس.

- العادلي، كاظم كريدي. (2006). مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس- سلطنة عمان، 17-19 ديسمبر.

- الغندور العارف بالله. (1999). أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة، دراسة نظرية المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جودة الحياة توجيه قومي للقرن الحادي والعشرين، جامعة عين شمس، ص ص70- 71.

- الهابط، محمد السيد. (1983). التكيف والصحة النفسية ط2 الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

- بوعيشة أمال. (2013). جودة الحياة لدى ضحايا الإرهاب في الجزائر. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد 13. جامعة قاصدي مرباح ورقلة الجزائر.

- فوقية أحمد عبد الفتاح ومحمد حسين سعيد. (2006). العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، المؤتمر العلمي الرابع، دور الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني في اكتساب ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة من 3- 4 مايو، القاهرة، جامعة بني سويف، كلية التربية، ص ص189- 270.

- 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، ص ص133- 160.

- ولد خليفة محمد العيد. (1999). التنمية والديمقراطية في الجزائر والمنطقة العربية، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

- Veenhoven, R. (2003). Happiness. Thepsychologist, 16, 128-129.