البحث الثانى عشر :

اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدي طلبة كليات عنيزة الأهلية

إعداد :

د. جيهان محمد إبراهيم

منسقة مركز الإرشاد الاسري والاجتماعي وأستاذ مساعد علم النفس

كليات عنيزة الأهلية بالمملكة العربية السعودية

اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدي طلبة كليات عنيزة الأهلية

د. جيهان محمد إبراهيم
منسقة مركز الإرشاد الاسري والاجتماعي وأستاذ مساعد علم النفس
كليات عنيزة الأهلية بالمملكة العربية السعودية

• **المستخلص** :

هدفت الدراسة الي التعرف علي اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفيسـ ي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية .كما هدفت إلي معرفة الفروق بين اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي التربوي وأيضا هدفت رصد العلاقة الارتباطية نحو الإرشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة الجامعية لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية . تكونت عيّنة الدراسة من (٢٠٠) طالبا وطالبة، منهم (١٠٢) ذكور، و (٩٨) من الإناث. تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة . تم تبنيت مقياس جودة الحياة " الصورة المختصرة(١٩٩٦) Health World) منظمة الصحة العالمية وقد قامت الباحث بإعداد مقياس اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وتم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي وقد أظهرت نتائج الدراسة بوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة لدى طلاب وطالبات الكليات. وبيّنت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي وذلك لصالح الطالبات. كما بيّنت النتائج بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس جودة الحياة وذلك لصالح الطالبات وقد خلصت الباحثة إلى عدد من التوصيات أبرزها استخدام أساليب الإرشاد الجمعي والفردي والإرشاد المعرفي السلوكي (لبعض الأفكار اللاعقلانية) لدي الطلبة الجامعة ، تفعيل دور المرشد النفسي والتربوي في الجامعات لأن الإرشاد النفسي يعد عنصرا مهم من العناصر الأساسية في العملية التعليمية في الوقت الحاضر، لذا فمن الضروري العمل على تفعيل دور المرشد للقيام بمهامه على أكمل وجه وهناك حاجة ملحة لهذه الخدمات الإرشادية.

الكلمات المفتاحية: اتجاهات ،الإرشاد النفسي والتربوي ، جودة الحياة ، طلبة كليات عنيزة الأهلية

Students' attitudes towards psychological and educational counseling and its relationship to the quality of life in the community of university faculties students

Dr. Gehan Mohamed Ibrahem

Abstract

The study aimed to identify the students' attitudes towards psychological and educational counseling and their relationship to the quality of life for students of Onaizah private colleges. It also aimed to know the differences between students' attitudes towards psychological and educational counseling, and also aimed to monitor the correlation towards psychological and educational counseling and the quality of university life among students of Onaizah private colleges. . The study sample consisted of (200) male and female students, of whom (102) were males, and (98) were females. They were chosen by simple random method. The quality of life scale was adopted by the World Health Organization (1996) Health World. The researcher prepared a scale of students' attitudes towards psychological and educational counseling, and the descriptive correlative approach was adopted, The results of the study showed that there was a statistically significant correlation between students'

attitudes towards psychological and educational counseling and the quality of life for male and female college students. The results showed that there were statistically significant differences between the mean scores of male and female college students on the psychological and educational counseling trend scale, in favor of the female students. The results also showed that there were statistically significant differences between the average scores of college students on the quality of life scale in favor of the female students. The researcher concluded a number of recommendations, most notably the use of collective and individual counseling methods and cognitive behavioral counseling (for some irrational ideas) among university students Activating the role of the psychological and educational counselor in universities because psychological counseling is an important element of the basic elements in the educational process at the present time, so it is necessary to work on activating the role of the counselor to carry out his duties to the fullest and there is an urgent need for these counseling services..

Key words : Students' attitudes towards psychological and educational counseling - the quality of life - the community of university faculties

- **المقدمة**:

يعد الإرشاد النفسي والتربوي من الخدمات الضرورية التي ينبغي أن تتوفر في المؤسسات التعليمية، بجميع مراحلها بعامة ،والتعليم الجامعي بخاصة من أجل تفعيل عمليتي التعليم و التعلم والوصول بالمتعلم إلى نمو سليم متكامل وتوافق إيجابي اجتماعي وذاتي ونفسي وتعليمي مما ينعكس علي جودة حياته سواء التعليمية والاجتماعية والصحية والبيئة..

- **مشكلة الدراسة**:

يجد المتتبع لتطور حركة الفكر والبحث في ميدان علم النفس يجد ان هذا العلم انتقل في الآونة الاخيرة من العرض النظري والفلسفي للنظريات والأفكار المختلفة الى ما يعرف بعلم النفس التطبيقي بسبب العالم الألماني فونت ،الذي ادخل علم النفس الي المعمل وبذلك لم يعد دار هذا العلم مجرد علم نظري وأفكار فلسفية ،بل امتد ليشمل الجانب العلمي لهذه النظريات والاطر الفلسفية

ينتسب الإرشاد الى علم (النفس التطبيقي Psychology Applied) كما انه يقع بشكل أوسع في مجموعة من التخصصات التي تهدف الى مساعدة الناس في مواجهة مشكلات ومواقف الحياة وتعرف بتخصصات (مهن)المساعدة وهذه المهن تشترك في مجموعة من الخصائص (الشناوي١٩٩٤، ١٣)

إن الإرشاد النفسي من أهم الخدمات التي أخذت المدرسة الحديثة على عاتقها القيام بها وذلك بهدف إيجاد التلاؤم والتوافق النفسي والاجتماعي والتربوي والمهني للمتعلمين والوصول بهم إلى أقصى غايات النمو إذا الإرشاد Counseling) هو العملية الرئيسية فـ ي عمليات التوجيه وخدماته وهو العلاق ة التفاعلية التي تنشأ بين المرشد النفسي التربوي والمسترشد بقصد تحقيق الأهداف التوجه والإرشاد (الزبون،١٩٩٦، ٣٠)

إذا كان علم النفس هو الدراسة العلمية لسلوك الإنسان والحيوان فإن المناهج والطرق التي يتبعها لا بد وأن تكون مناهجا وطرقا علمية . وثم ننتقل إلى عرض بعض المنهاج التي يستخدمها علم النفس في دراساته وخاصة في الإرشاد النفسي.

ويرى (٢٠٠١) Gysbers ,أن هناك العديد من التحديات التي تواجه الطلبة، ولها أثر كبير على التطور الشخصي، والاجتماعي، والمهني، والأكاديمي، ومع وجود هذه التحديات وغيرها في المجتمع، فإن المؤسسات التربوية تقوم بمساعدة الطلاب بفعالية مع هذه التحديات المعقدة، فمن خلال المؤسسات التعليمية، كان مرشدو المدارس وسيبقون في ممارسة جهودهم لمساعدة الطلاب على الاستجابة لهذه التحديات المعقدة عن طريق عملهم من خلال برامج الإرشاد الشاملة التي تقدمها الدولة في المدارس.

ولهذا اهتم علم النفس بعلم النفس الارشادي سواء النفسي والتربوي كأحد خدمات العملية التربوية حيث الاهتمام بطالب بشكل متكامل من جميع النواحي النفسية والاجتماعية والجسدية والفكرية لإعداده لحياة المستقبل، وليكون قادرا على التكيف مع المتغيرات التي تحدث بشكل مستمر في المجتمعات؛ نتيجة للتقدم التكنولوجي الذي أثّر في جميع مناحي الحياة فيؤدي بالتالي الي جودة الحياة التعليمية.

ويرى ويليامسون أن الإرشاد النفسي المدرسي يتم في المواقف التربوية، لدى المؤسسات التي تنمية شخصية التلميذ وتوفير فرص التعلم له، وبالتالي فالإرشاد المدرسي يعمل على معرفة تسعى إلى مصادر القوة في شخصية المتعلم ويعمل على تنميتها من أجل بناء المواطن الصالح. ومن هنا كانت الحاجه الملحة الي الارشاد النفسي والتربوي مما ينعكس علي جودة الحياة التعليمية لدي طلبة الجامعة.

ومن هنا أظهرت العديد من الدراسات أن هناك علاقة بين الارشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة .

وبناء علي ما سبق تحاول الدراسة الإجابة عن السؤال التالي :

ما اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدي طلاب كليات عنيزة الأهلية؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة التالية:

- ما الاتجاهات نحو الإرشاد النفيس التربوي لدى طلبة كليات عنيزة الاهلية ؟
- هل هناك فروق بين الاتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي التربوي تعزى إلي متغير الجنس؟
- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الاتجاهات نحو الارشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة لدى طلبة كليات عنيزة الاهلية؟

- ما مستوى جودة الحياة الجامعية لدى طلاب كليات عنيزة الاهلية ؟
- هل هناك فروق بين مستوى جودة الحياة الجامعية لدى طلاب كليات عنيزة الاهلية تعزي الي متغير الجنس؟

• **أهداف البحث**:

يتبلور الهدف الرئيسي للدراسة الحالية في تحديد اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب كليات عنيزة الأهلية، ويتفرع منه الأهداف الفرعية التالية:

- التعرف على الاتجاهات نحو الإرشاد النفيس التربوي لدى طلبة كليات عنيزة الاهلية ؟
- معرفة الفروق بين اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي التربوي.
- رصد العلاقة الارتباطية نحو الإرشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة الجامعية لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية.
- التعرف على مستوى شعور طلبة كليات عنيزة الأهلية بمستوى جودة الحياة الجامعية.
- التعرف على علاقة جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية على مستوى معرفتهم بالإرشاد.
- تقديم تصور لتحسين مستوى الإرشاد النفسي والتربوي بما يفيد في رفع مستوى جودة الحياة الجامعية.

• **أهمية الدراسة**:

تتضح أهمية هذه الدراسة من ناحية نظرية ومن ناحية تطبيقية، وفيما يلي تفصيل ذلك:

• **أولا: الأهمية النظرية**:

تتضح الأهمية النظرية لهذه الدراسة من كونها تستعرض العلاقة بين اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية، وما تفرضه الظروف المحيطة بهؤلاء الطلبة داخل الحرم الجامعي.

وبالتالي فإن ما ستسفر عنه من نتائج يعتبر إضافة جديدة في المجال العلمي في ميدان الإرشاد النفسي والتربوي.

• **ثانيا: الأهمية التطبيقية**:

تم اختيار دراسة تحديد اتجاهات الطلابأ نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية، بهدف الإسهام في توجيه هؤلاء الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي، وزيادة مستوى جودة الحياة الجامعية لديهم وترى الباحثة أن أدبيات البحث في هذا المجال تفتقر إلى دراسات

تعالج هذا الموضوع لدى طلبة كليات عنيزة بشكل خاص، وطلية المجتمع الجامعي بشكل عام على حد علم الباحثة إلى الآن.

وتظهر الأهمية التطبيقية في إعداد أداتين للدراسة واحدة للاتجاهات نحو الإرشاد النفسي والتربوي، والأخرى لجودة الحياة الجامعية ويمكن الإفادة منهما، وكذلك في توعية المختصين في الإرشاد النفسي والتربوي في وضع البرامج الإرشادية بما يحقق جودة الحياة للطلبة.

- **حدود الدراسة**:

تحددت نتائج الدراسة فيما يلي:

- الحدود البشرية: اقتصرت هذه الدراسة على طلبة كليات عنيزة الأهلية "كلية الدراسات الإنسانية والإدارية في عنيزة".
- الحدود المكانية: كليات عنيزة الأهلية، كلية الدراسات الإنسانية والإدارية في عنيزة.
- الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام ٢٠٢٠ - ٢٠٢١م.

- **منهج الدراسة**:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث أنه يمثل أنسب المناهج للتعبير عن الظاهرة النفسية المراد دراستها، والذي من خلاله استطاعت الباحثة أن تعبر عن مشكلة الدراسة كما وكيفا والوصول لاستنتاجات، وتوصيات، يمكن تعميمها على مجتمعات مشابهة لمجتمعات الدراسة.

- **مصطلحات البحث**:

تتمركز مصطلحات الدراسة على النحو التالي:

- **الاتجاهات**:

تعرف الاتجاهات بتعريفات عدة من بينها قول ألبورت Allport: "إن الاتجاه حالة استعداد عقلي أو عصبي نظمت عن طريق الخبرات الشخصية تعمل على توجيه استخدامات الفرد بكل تلك الأشياء والمواقف التي تتعلق بهذا الاستعداد". (أبو أسعد والختاتنة ٢٠١١).

ويعرفها البحث الحالي إجرائيا على أنها:" حالة نفسية ولها مكونات ووظائف وخصائص".

- **الإرشاد النفسي والتربوي**:

يعرف كوري (١٩٩٦، Corey) الإرشاد النفسي والتربوي بأنه: عملية ذات توجه تعليمي، تجرى بين شخصين يسعى المرشد المؤهل بالمعرفة والمهارة والخبرة فيها إلى مساعدة المسترشد باستخدام طرائق وأساليب ملائمة لحاجاته ومتفقة مع قدرته

كي يتعلم أكثر بشأن ذاته، ويعرفها على نحو أفضل، كي يصبح أكثر سعادة وإنتاجية".

وتعرفه الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA Association Psychological American) بأنه: "الخدمات التي يقدمها اختصاصيون في علم النفس الإرشادي وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني خلال مراحل نموه المختلفة ويقدمون خدمات لهم لتأكيد الجانب الإيجابي لشخصية المسترشد، واستغلاله لتحقيق التوافق لدى المسترشد، وبهدف اكتساب مهارات جيدة تساعد على تحقيق مطالب النمو والتوافق مع الحياة، واكتساب قدرة اتخاذ القرار، ويقدم الإرشاد لجميع الأفراد في المراحل العمرية المختلفة، وفي المجالات المختلفة، الأسرة والمدرسة والعمل".

ويعرفه البحث الحالي إجرائيا على أنه:" مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في اختبار اتجاهات الإرشاد النفسي والتربوي المقنن وفق الأداة المعدة لهذا البحث".

- **جودة الحياة الجامعية**:

على الرغم من عدم الاتفاق على تعريف واحد لمفهوم جودة الحياة الجامعية، إلا أنه عادة ما يشار في أدبيات المجال إلى تعريف منظمة الصحة العالمية (١٩٩٥) بوصفه أقرب التعريفات إلى توضيح المضامين العامة لهذا المفهوم، إذ ينظر فيه إلى جودة الحياة بوصفها " إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع: أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته" (WHOQOL Group, 1995).

ويعرفها البحث الحالي إجرائيا بأنها " مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في اختبار جودة الحياة الجامعية المقنن وفق الأداة المعدة لهذا البحث".

- **الدراسات السابقة**:

يتناول هذا الجزء استعراض الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت كلا من اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي، وجودة الحياة الجامعة على النحو الآتي:

- **أولا: دراسات ذات صلة باتجاهات الطلبة نحو الإرشاد**:

أجرى (التويجري، ٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى معرفة اتّجاهات المعلمين لبرامج التوجيه والإرشاد الطلابي وعمل المرشد الطلابي، وتكونت عينة الدراسة من معلمي المدارس في المراحل التعليمية المختلفة للتعليم العام في الرياض، وكانت

النتائج كما يلي - :إن اتّجاهات المعلمين لدور المرشد في برامج التوجيه والإرشاد الطلابي يتّصف بالإيجابية - .إن اتّجاهات المعلمين من لهم خبرة سابقة في العمل الإرشادي متفاوتى في شدتها بصرف النظر عن كون بعض المعلمين له سابق خبرة في الإرشاد أم لا - .أظهرت النتائج أن اتّجاهات معلمي المدارس المتوسطة أكثر إيجابية من مدرسي المدارس الابتدائية والثانوية - .إن اتّجاهات المعلمين نحو برامج التوجيه والإرشاد الطلابي ودور المرشد أقرب إلى الإيجابية.

توصلت دراسة (الحوارنة، إياد نايف ٢٠١٥) اتجاهات طلبة الصف العاشر الأساسي نحو الإرشاد التربوي في مدارس لواء المزار الجنوبي بمحافظة الكرك: دراسة ميدانية.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة الصف العاشر الأساسي نحو الإرشاد التربوي في مدارس لواء المزار الجنوبي بمحافظة الكرك الأردنية ، ومدى اختلاف هذه الاتجاهات وفقا لمتغيري: الجنس والخبرة السابقة في الإرشاد. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس اتجاهات طلبة الصف العاشر الأساسي نحو الإرشاد التربوي ، وتم التأكد من صدقه وثباته. وتكونت عينةٍ الدراسة التي تم اختيارها بالطريقة العشوائية العنقودية، من (٢٠٥) طالبا وطالبة، بواقع (٩٩) إناث، و(١٠٦) ذكور، من مدارس لواء المزار الجنوبي، في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٤ - ٢٠١٥م. وأشارت النتائج إلى أن المتوسطات الحسابية لاتجاهات الطلبة نحو الإرشاد التربوي في لواء المزار الجنوبي وعلى المستوى الكلي جاءت بدرجة متوسطة(٦١,٣)، وهذا يشير إلى أن الاتجاهات أقرب إلى الإيجابية.

دراسة كلا من الطويسي ،أحمد ، سماره نواف وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن اتجاهات أعضاء هيئة التدريس بجامعة مؤتة نحو برنامج التقييم الإلكتروني وتقصي درجة الرضا لديهم عن نتائج تقييم أدائهم التدريسي من قبلِ الطلبة. تكونت عينة الدراسة من (٢١٠)عضو هيئة تدريس، تم اختيارهم عشوائيا بنسبة (٥٠%) من مجتمع الدراسة. تكونت أداة الدراسة من استبانة أعدها الباحثان تألفت من مجموعة فقرات جاءت في محورين وسؤال مفتوح تستقصي أراء واتجاهات وأهم المقترحات لدى أعضاء هيئة التدريس، تم التحقق من صدق أداة الدراسة وثباتها، حيث بلغ معامل ثباتها (٠,٨٢).أظهرت نتائج الدراسة أن اتجاهات أعضاء هيئة التدريس بشكل عام إيجابية، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (α = ٠,٠٥) بين متوسط اتجاهات أعضاء هيئة التدريس نحو برنامج التقييم الإلكتروني لصالح الكليات الإنسانية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أعضاء هيئة التدريس تعزى لمتغير الرتبة الأكاديمية.

تناولت دراسة (مرزاق، سهى فتحي ٢٠١١م) تحديد اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الصف العاشر في حيفا:

وهدفت الدراسة إلى تحديد اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الصف العاشر في حيفا.

وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالب وطالبة من طلبة الصف العاشر في مدارس أم الفحم وعرعرة وكفر قرع وعارة تم اختيارهم بطريقه عشوائية.

ولأغراض الدراسة قامت الباحثة بتطوير مقياسين: الأول يقيس اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي.

وقد تم التأكد من دلالات الصدق والثبات للمقياسين. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وبعد ذلك تم تطبيق المقياسين على عينة الدراسة .

وأظهرت نتائج الدراسة بأن الدرجة الكلية لاتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي تقع ضمن المستوى المتوسط، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في الاتجاهات نحو الإرشاد النفسي والتربوي تعزى إلى متغير الجنس.

هدفت دراسة (إييو وجوشوا وايسيونج ٢٠١٠) suong & Joshua Eyo،إلى: تحديد اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو خدمات التوجيه والإرشاد، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة من المرحلة الثانوية في مدارس كروس النيجيرية، وقد قام الباحثون بتطوير أداة تقيس اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو خدمات التوجيه والإرشاد، وقد أوضحت نتائج الدراسة مستوى مرتفعا من اتجاه الطلبة نحو خدمات التوجيه والإرشاد لدى عينة الدراسة.

- **ثانيا: دراسات ذات صلة بجودة الحياة:**

استهدفت دراسة كلا من علي مهدي كاظم & عبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٥) الي معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان والجماهيرية الليبية، ودور متغير البلد (ليبيا، عمان)، والنوع (ذكر، أنثى)، والتخصص (إنساني، علمي) في جودة الحياة التي تم قياسها بمقياس ذات ستة أبعاد، وطبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة وكل من دخل الأسرة والمعدل التراكمي.ولتحقيق ذلك طبق مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة (منسي وكاظم، ٢٠٠٦) على ٤٠٠ طالبا وطالبة (١٨٢ من ليبيا، و٢١٨ من عمان).

وقد أشارت النتائج بشكل عام إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين من أبعاد الجودة هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، ومتوسط في بعدين، هما: جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفض في بُعدين أيضا، هما: جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي.

قام "جودجي وآخرين" (Judge T., et al., 2005) بدراسة بعنوان "التقويم الذاتي وعلاقته بكل من الرضا الوظيفي والاستمتاع بالحياة"، بهدف التعرف على العلاقة بين الرضا الوظيفي، والرضا عن الحياة، والاستمتاع بها وتم تطبيق الدراسة على عينتين الأولى تكونت من (١٨٣) طالبا جامعيا، والثانية تكونت من

(٢٥١) موظفاً طبق عليهم مقياس الرضا الوظيفي والاستمتاع بالحياة، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود تأثير إيجابي قوي بين النظرة الإيجابية للذات، وبين الرضا الوظيفي، وأن الأفراد ذوي النظرة الذاتية الإيجابية والذين يقيمون أنفسهم بشكل إيجابي هم أفراد قادرون على تحقيق الأهداف المرجوة منهم، وأنهم أكثر سعادة وأكثر رضا عن حياتهم وأكثر استمتاعا بها.

هدفت الدراسة كلا من عبدالحميد ،زهير وصالح ،إسماعيل (٢٠١٢) التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، والتحصيل الأكاديمي، لدى عينة مكونة من (٣٠٠)دارس من جامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، وقام الباحثان بإعداد مقياسي الدراسة وهما(الذكاء الوجداني، ومقياس جودة الحياة)، وبينت النتائج وجود علاقة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة و التحصيل الأكاديمي، ووجود علاقة بين جودة الحياة والتحصيل الدراسي الأكاديمي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مرتفعي التحصيل الأكاديمي المرتفع، ومتوسطات درجات التحصيل الأكاديمي المنخفض، في الذكاء الوجداني، وجودة الحياة لصالح ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع

كذلك قامت (خديجة عبد العزيز الغامدي، ٢٠١٢) بدراسة عن "التفكير البنائي وعلاقته بكل من الاستمتاع بالحياة والرضا الوظيفي لدى عينة من معلمات الثانوي بالطائف"، وذلك للتعرف على تلك العلاقة القائمة بين كل من التفكير البنائي والاستمتاع بالحياة والرضا الوظيفي، وذلك لدى عينة من المعلمات بلغت (٢٣٩) من معلمات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ممن تراوحت أعمارهن ما بين (٢٥ -٥٥) سنة بمتوسط عمري قدره (٣٧.٥) وانحراف معياري قدره (٥.٦) وعدد سنوات خبرة (١ – ٢٥) سنة، وقد طبقت الباحثة مقياس التفكير البنائي (إعداد إبستين، ٢٠٠١) ترجمة الباحثة، ومقياس الاستمتاع بالحياة (إعداد الباحثة) وكذا مقياس الرضا الوظيفي (إعداد الباحثة)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط دال بين الاستمتاع بالحياة وأبعاد التفكير البنائي فمثلا في (التفكير العاطفي، التفكير العملي)، على حين وجدت ارتباطا سالبا بين الاستمتاع بالحياة وكل من التفكير التشاؤمي والأحادي، وغير العقلاني والدرجة الكلية)، وذلك لدى المعلمات ذوي التخصصات العلمية، على حين يوجد ارتباط موجب بين الاستمتاع بالحياة وأبعاد التفكير البنائي (التفكير العاطفي، والعملي والدرجة الكلية) لدى المعلمات ذوي التخصصات الأدبية.

كما قام أيضاً "ماكوبي – فيتش" (McCobe – Fithch, K., 2009) بدراسة عن "تأثير أحد تدخلات علم النفس الإيجابي على السعادة والرضا عن الحياة لدى الأطفال"، والتي هدفت إلى استخدام أحد تدخلات علم النفس الإيجابي لزيادة السعادة والتوافق النفسي لدى عينة من الراشدين، ومدى إمكانية استخدام مثل هذه التدخلات مع الأطفال والمراهقين، شارك في هذه الدراسة (٥٠) من طلاب المدرسة الوسطى الثانوية، وتم تطبيق مقاييس للسعادة والرضا عن الحياة ثم

تقسيم هؤلاء المشاركين إلى مجموعتين تجريبية (٢٥) وأخرى ضابطة (٢٥) للتعرف على الأشياء الجيدة في حياة المشاركين وحصل المشاركون في المجموعة التجريبية على تعليمات عن كيفية استكمال أحد المهام المقدمة من خلال البرنامج، وأشارت النتائج إلى وجود حجم تأثير ما بين بسيط إلى معتدل في فترة المتابعة في متغير السعادة وذلك على مقياس الوجدان السلبي، كما أشارت النتائج إلى أن التدريب على علم النفس الإيجابي قد يكون له فوائد كبيرة في تحسين مستوى السعادة والرضا عن الحياة لدى طلاب المدرسة الوسطى.

تهدف دراسة بشري ،أحمد (٢٠٠٨) إلى التعرف على علاقة الذكاء الروحي بمستوي جودة الحياة، وذلك على عينة مكونة من ١٦٣ فرد من موظفي بعض المؤسسات الحكومية بمحافظة الشرقية (محاسبين بنوك، مدرسين، مهندسين كمبيوتر، محامون)، بلغ عدد الذكور من عينة الدراسة ٩٥ بنسبة ٠.٥٨٪ من العينة الكلية، وبلغ عدد الإناث ٦٨ بنسبة ٠.٤٢٪ من العينة الكلية. تراوحت الأعمار الزمنية لأفراد عينة الدراسة بين ٢٩ -٤٠ عام بمتوسط عمري قدره ٣٨.٤٥ عام، وانحراف معياري ٦.٢٠ طبق عليهم مقياس الذكاء الروحي المتكامل (تعريب وإعداد الباحثة، ٢٠٠٧)، ومقياس جودة الحياة -الصورة المختصرة-WHOQOL BREFلـ) منظمة الصحة العالمية (WHO, 1996 تعريب وإعداد الباحثة. وقد أشارت نتائج الدراسة إلي وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات أفراد العينة من الذكور والإناث على مقياس الذكاء الروحي ومقياس جودة الحياة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠.٠٠١) بين متوسط درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية للذكاء الروحي وكذلك في الأبعاد، وكانت الفروق لصالح الإناث. وكذلك وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) بين متوسط درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية لجودة الحياة وكذلك في الأبعاد الفرعية وكانت الفروق كذلك لصالح الإناث.

على حين قامت كل من "عبير محمد أنور، وفاتن صلاح عبد الصادق" (٢٠١٠) بدراسة بعنوان "دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلبة الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية" بهدف الكشف عن التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة الذين ينتمون إلى كليات نظرية وعملية، كما تهدف إلى التحقق من وجود فروق بين الطلبة الأكثر تسامحا وتفاؤلا، والأقل تسامحا وتفاؤلا في نوعية الحياة، وكذلك الكشف عن مدى الفروق وعلاقتها بعدد من المتغيرات الديمغرافية (العمر، المستوى التحصيلي للطالب، نوع التخصص، مستوى تعليم الأب، الأم)، والتي أجريت على (٣٦٧) طالبا من الطلبة الجامعيين الذكور بمتوسط عمري قدره (٢٠.٤٤) وانحراف معياري قدره (١.٣٢)، وقد أعدت الباحثتين بطارية لهذا الغرض مكونة من ثلاثة مقاييس شملت مقياس التسامح، ومقياسا لنوعية الحياة وهما من (إعداد الباحثتين)، بالإضافة مقياس التفاؤل (إعداد أحمد عبد الخالق)، وقد توصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة دالة موجبة بين التسامح ومكونيه

الفرعيين، وكل من نوعية الحياة ومكوناتها الفرعية، والتفاؤل، وكان التفاؤل أكثر تنبؤا بنوعية الحياة لدى الطلبة تلاه التسامح الكلي تم التسامح مع الذات، كما برزت فروق ذات دلالة إحصائية بين الأكثر تسامحا وتفاؤلا، والأقل تسامحا وتفاؤلا في نوعية الحياة بمكوناتها الفرعية في اتجاه الأكثر تسامحا (سواء كان في التسامح مع الذات أو التسامح مع الآخر أو في التسامح الكلي).

- **تعقيب عام على الدراسات السابقة**:

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة يتبي أن: إن معظم الدراسات أشارت إلى أن اتّجاهات الإناث نحو الإرشاد النفسي والتربوي أكثر إيجابية من اتّجاهات الذكور نحو الإرشاد، كذلك أشارت النتائج إلى التعاون في الاتّجاهات نحو العمل الإرشادي، فجاءت نتائج بعض الدراسات إيجابية نحو الإرشاد، وجاءت نتائج بعضها بأنّها أقل من المستوى المقبول اجتماعيا وتربويا .وتشترك الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في اهتمامها بخدمة الإرشاد التربوي، وفحص اتجاهات الطلبة نحوها، إلا أن من الجوانب المهم في تميز الدراسة الحالية هو تطبيقها مقياس من اعداد الباحثة ، وهي لم تطبق من قبل، الا في دراسة واحدة للباحثة سهير وتنوعت عينات الدراسة من طلاب وطالبات جامعة وتلاميذ مدارس ثانوي وغيرها ،وتنوع أدوات الدراسة وصدقها وثابتها ،وكذلك تنوعت نتائج الدراسات واختلفت عن بعضها البعض من حيث الذين هم بأمس الحاجة إلى خدمات الإرشاد النّفسي والتربوي والمهني والأسري، خاصة وأنه يعقبها اتخاذ قرار واختيار بين مسارات التعليم الثانوي وعلاقته بجودة الحياة

- **فـــروض الـــدراســـة**:

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة لدى طلاب وطالبات الكليات.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس جودة الحياة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس جودة الحياة وأبعاده وذلك لصالح الذكور.

- **الخلفية النظرية** :

- **تعريف الاتجاه**:

اختلف علماء النفس في تصورهم لمفهوم الاتجاه، ونتج عن اختلاف رؤيتهم العديد من التعريفات:

تعريف الاتجاه لغة : في لسان العرب الجهةُ: النّحو، نقول كذا على جهة كذا، و"اتَجهتُ إليك" أتجه أي توجهت. (ابن منظور، : ٤٧٧٥)

- **الاتجاه اصطلاحاً**:

حيث يُعرف السيد وعبد الرحمن (١٩٩٩، ٢٥٠ -٢٥١) الاتجاه بأنه: " تركيب عقلي نفسي أحدثته الخبرة الحادة المتكررة، وهو تركيب يتميّز بالثبات والاستقرار النسبي، ويُوجه سلوك الأفراد قريبًا من أو بعيدًا عن عنصر من عناصر البيئة".

يعرف (جلفورد افراشبر Guilford, Fruchter 1978)الاتجاه أنه حالة استعداد لدى الفرد تدفعه إلى تأييد أو عدم تأييد موضوع اجتماعي كالاتجاه نحو التعلم والاتجاه نحو الأعمال أو الاتجاه نحو الشعوب

ويؤكّد عطيفة (١٩٩٥، ص ٣٩) أن هناك علاقة قوية بين الاتجاه والميل؛ لكن يمكن التميز بينها في الجوانب التالية:

- الاتجاه – مقارنًا بالميل – أكثر عمومية.
- الاتجاه والميل يتضمّن قدرًا من المشاعر؛ لكن قدر المشاعر يكون أكبر في حالة الميل عنه في الاتجاه.
- الاتجاه يختبئ وراءه قدر لا يمكن إغفاله من المعتقدات، أما في حالة الميل فليس الأمر كذلك.
- الاتجاه والميل يشتركان في أن كلًّا منهما ينبغي أن يكون له أداؤه السلوكي المعب

- **تغيير الاتجاهات**:

بالرغم من أن الاتجاهات ثابتة نسبياً إلا أنها عرضة للتغيير، وذلك نتيجة التفاعل المستمر بين الفرد ومتغيرات البيئة، أي أن تعديل الاتجاهات يعتمد على المعلومات الجديدة التي تتعلق بموضوع الاتجاه من وجهة نظر من يحمله.(New comb, Turner and Converes, 1969 : 82)

- **قياس الاتجاهات** :

طريقة ليكرت :- Likert رأى ليكرت صعوبة وتعقيد وكبر عدد عبارات طريقة ثيرستون وكذلك ضرورة الاستئناس برأي عدد كبير من المحكمين من أجل الانتهاء إلى عدد من العبارات المقترحة التي لا يمكن استخدامها إلا في قياس موضوع محدد، ولابد من المرور بكل هذه الخطوات المعتمدة للتعرف على اتجاهات المبحوثين نحو أي موضوع جديد، لذا من الأفضل بناء مقياس موحد للتأييد والرفض، يمكن استخدامه بعد ذلك عند تقدير اتجاهات الناس نحو أي موضوع من الموضوعات، ويتألف هذا المقياس من خمس مراحل، أو من 23سبع أو من تسع، أو من إحدى عشرة نقطة بحيث تكون النقطة المتوسطة موقعاً تقع عند الاستجابة المحايدة، التي لا تجنح إلى التأييد أو الرفض. وتقدم للمبحوثين عدة عبارات تتصل بالموضوع الذي يريد أن نبحث اتجاه الناس نحوه، وأمام كل عبارة نضع المقياس ثم تجمع الدرجات المقابلة للنقاط للتوصل إلى درجة إجمالية 140-142). (1980 : ، وعبدالغفار سلامة.

• **تعريف الارشاد النفسي والتربوي** :

يعرف باترسون (Patterson١٩٩٤) , الإرشاد النفسي والتربوي هو عبارة عن عمليّة إرشادية بين المرشد والمسترشد، يحدد لها المكان والزمان، حيث يستمع فيها المرشد للمسترشد ويحاول فهم ومعرفة كيف يفكر وما هي الأمورالتي يمكن تعديلها في السّلوك بطريقة يختارها العميل،وتكون لدى المرشد جملة من المهارات والأساليب للعمل على حل مشكلة العميل والوصول إلى الحل.

• **أهمية الإرشاد النفسي**:

- تحقيق الذات: يسعى الإرشاد النفسيّ إلى مساعدة الفرد أي المُسترشد على استخدام كافّة إمكاناته وقدراته إلى أقصى حدّ، هذا يُوصل المسترشد إلى تحقيق ذاته بعد أن يقوم بإشباع حاجاته الأساسيّة؛ فالمرشد يسعى بكل الطرق لمساعدة الفرد على تحقيق ذاته، بغضّ النظر عن مستوى قدراته وإمكاناته، عادي أو مُتفوّق أو ضعيف دراسيّاً أو ناجح، أيضاً الوصول به إلى درجة يرضى فيها عن قدراتَه ومهاراته، لذلك إنّ تحقيق الذات يُعتبَر دافع أساسيّ لتوجيه السلوك وتعديله، بالتالي يستطيع الفرد من خلال ذلك تقييم ذاته وتوجيه ذاته وحياته بذكاء وبصيرته ووعي تام.
- تحقيق التكيُّف: أي أنّ الإرشاد النفسيّ يُساعد الفرد على تحقيق قِيَم المشاركة والتعاون، التكيُّف السويّ مع ذاته ومع الآخرين؛ فقد يكون التكيُّف على المستوى الشخصيّ فقط؛ أي تحقيق الرِّضا عن الذات وإشباع حاجات ومطالب النُّموّ. قد يكون التكيُّف على المستوى الاجتماعيّ؛ أي تحقيق الاستقرار في العلاقة مع الآخرين وفق القواعد والمعايير الاجتماعيّة، هُناك أيضاً التكيُّف التربويّ الذي يعني أن يُناسب قدرات ومهارات الفرد من موادّ دراسيَّة متكاملة.
- تحقيق التوافق النفسيّ: أي أنّ الإرشاد النفسيّ يُحقّق حالةً من التوازن بين سُلوك الفرد، والحالة الاجتماعيّة وظروف البيئة المحيطة به، يتحقّق هذا التوازن من خلال إشباع الحاجات الأساسيّة للمُسترشد ومُقارنتها مع مُتطلّبات البيئة المحيطة.
- تحسين العمليّة التعليميّة والتعلُّميّة: تكمن أهمّية الإرشاد النفسيّ والبرامج الإرشاديّة في تحقيق الأهداف المختلفة من مثل ما يلي: -إعطاء الطلبة المقدرة على اكتساب المهارات الحياتيّة التي تُساعدهم على مُواجهة ظروف الحياة، التعامل مع مُختلف المواقف الاجتماعيّة التي تمر بهم .
- مساعدة الطلبة على تحقيق الاستقلال الوجدانيّ المنضبط عند الوالدين والكبار. مساعدة الطلبة على تقبُّل التغيُّرات الجنسيّة والجسميّة بحيث تتزامن مع مراحل النُّموّ، توضيح الحقائق الجنسيّة خلال سنّ المراهقة.
- محاولة تعديل سلوك الطلبة المضطربين نفسيّاً، مُعالجتهم بمُختلف الطُّرق؛ حتى يصبحوا أفراد فاعلين في المجتمع الذي يعيشون فيه.
- إكساب الطالب مهارات لفهْم الذات وقبولها واحترامها، مساعدته على بناء الهويّة الذاتيّة.

- منح الطلبة المهارات الكافية؛ ذلك لاستكشاف بيئة العمل، تطوير قُدراتهم على التخطيطِ بشكل هادف لمستقبلهم المهنيّ أو التعليميّ، حيث يعتمد ذلك على مُيولهم وقدراتهم وطموحاتهم.
- منح الطلبة المهارات اللازمة، حتى يواجهوا التحدّيات والمشاكل ومحاولة حلّها، سواء كانت في بيئة العمل أو في البيئة التعليميّة.
- تمكين الطالب من مُواكبة التطوُّرات في العصر وتغيُّراته، مساعدته على التمييز بين الفعل الصحيح والفعل الخاطئ، مساعدته أيضاً على فهْم التناقضات وتحوُّلات هذا العصر، مُواجهة جميع التحدّيات.
- مساعدة الطالب على حلّ المشكلات التي تحدث قبل وقوعها.

انظر الي أهمية الارشاد النفسي عَبر المسار *https://e3arabi.com/?p=93520*

- **دور المرشد النفسي والتربوي**:

هناك ادوار عدة للمرشد النفسي في المؤسسات التربوية والتعليمية نلخص منها مياتي:

- ان يساعد الطالب في التغلب على الصعوبات النفسية.
- يقدم المرشد برامج إنمائي ة ووقائية وعلاجية وبرامج للتدخل في الأزمات والمواقف الطارئة
- ولكن في دور الرعاية يركز أكثر على الجانب الوقائي والجانب النمائي.
- ان يساعد المرشد الطلبة ذوي المشكلات الانفعالية والوجدانية في التغلب عليها وإيجاد
- حلول مرضية لهم وتناسب والواقع تجعلهم يحسون بالرضا عن أنفسهم وعن المحيط الأكاديمي
- يعمل المرشد مع المسؤولين في المدارس والجامعات ويساعدهم على فهم أفضل للطلبة.
- مساعدة الطلبة على مواجهة الضغوط والأزمات النفسية والاجتماعية وذلك من خلال أنشطة
- وبرامج وفعاليات ومن خلال مشاريع مبر مجة.
- مساعدة الطلبة الجدد على التكيف مع الجو الأكاديمي.
- تعزيز السلوكيات الايجابية والقيم الاجتماعية بين الطلبة والمسؤولين في الكلية
- مساعدة الطلبة على اتخاذ القرار.
- مساعدة الطلبة على اختيار مهنة المستقبل.
- القيام بزيارات ميدانية لبيوت الطلبة
- (القيسي ،٢٠٠٨، ٢٢)

- **منهج الإرشاد النفسي والتربوي**:

يستند الإرشاد النفسي على مبدأ أن السلوك الإنسان يمكن تغييره وتعديله ،إذ يتوصل إلى ذلك بمناهج ثلاثة:

- المنهج الإنمائي: وهذا المنهج يسعى الى تحقيق زيادة الكفاءة الفرد وتدعيم التوافق الى
- أقصى حد ممكن.
- المنهج الوقائي: هذا المنهج يسعى إلى التحصين النفسي من المشكلات والاضطرابات النفسية.
- المنهج العلاجي: ان بعض المشكلات والاضطرابات قد يكون من الصعب التنيوء بها فتحدث فعلا
- ويحتاج هذا المنهج الى تخصص أدق في الإرشاد العلاجي اذا قورن بالمنهجين الإنمائي والوقائي
- وهو اكثر المناهج الثلاثة تكلفة في الوقت والجهد والمال (زهران، ١٩٨٠ ،٣٧)

• **جودة الحياة**:Quality of Life

لغة: أصلها من فعل جاد، الجودة، جاد، جود، جودة، أي صار جيدا وهو ضد الرديء، و جود الشيء أي حسنه وجعله جيدا (البستاني، ٩٨)

اصطلاحا: فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعية، وأن ما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر، تعكس بلا شك مستوى معينا من جودة الحياة، ويقصد بجودة ودرجة توافقه مع ذاته ومع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي.

الحياة بشكل عام: جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي والمعرفي.

وتواترت المفاهيم التي تضم جودة الحياة لتشمل عدة مفاهيم متشابهة كالسعادة، والرضا

والحياة الجيدة والرضا الذاتي . (Andlmen et al, 1999: 106)

ذهبت "كارول رايف وآخرين" (Ryff, C., et al., 2006, 85 – 95) إلى أن جودة الحياة تتمثل في: "الإحساس الإيجابي بُحسن الحال كما يتم رصده بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وحياته بشكل عام، كذلك سعيه المتواصل لتحقيقه أهداف شخصية مقدرة، وذات قيمة ومعنى بالنسبة له لتحقيق استقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، ومسارها وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الاحساس العام بالسعادة والاستمتاع بالحياة والسكينة والطمأنينة النفسية

تعريف دينير (٢٠٠٩) لجودة الحياة ومفاده أن جودة الحياة " الإدراكات الحسية للفرد تجاه مكانته في الحياة من الناحية الثقافية، ومن منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته وثوابته ومعتقداته، وتشمل أوجه الحالة النفسية ومستوى الاستقلال الشخصي".

وبصورة عامة، يصف العاملون في مجال علم النفس الإيجابي هذا العلم بأنة " دراسة كافة مكامن القوة لدى البشر، دراسة كل ما من شأنه وقاية البشر من الوقوع في براثن الاضطرابات النفسية والسلوكية، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية، الاجتماعية، والمجتمعية التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة بأن تُعاش" (Crystal L. Park, 2003, P.3).

- **محددات جودة بالحياة**:

يذكر "فينهوفن" (Veenhoven ,1996) أن محددات الاستمتاع بالحياة تتحدد فيما يلي:

- الفرص المتاحة للفرد: تلك الفرص التي جاءت لتعتلي قائمة محددات الاستمتاع بالحياة والقدرة على إشباع حاجاته المختلفة والاستمتاع بالظروف المحيطة به.
- جودة المجتمع ذاته: ذلك المجتمع الذي يعيش فيه الفرد وما يقدمه هذا المجتمع من خدمات وتسهيلات للفرد تيسر حياته وتجعلها أكثر سلاسة ويسرا.
- الوظيفة الاجتماعية للفرد داخل المجتمع: وهو ما يعرف بسلوك الدور الناتج عن الوضع أو المكانة الاجتماعية التي يحتلها الفرد في المجتمع الذي يعيش فيه، والتي تعكس درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته في جميع النواحي النفسية والمعرفية والابداعية والثقافية، وكذلك حل المشكلات وتعلم أساليب التوافق والتكيف، وتبنى منظور التحسن المستمر للأداء كأسلوب حياة وتلبية الفرد لاحتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية.
- المقومات الشخصية للفرد (التأثير) *Influence*: حيث يعد التأثير بعداً أساسياً من أبعاد الشخصية الناضجة والناجحة، تلك الشخصية التي توصف "بالكارزمية" والتي يعتقد معظم الناس بأنها "هبة سماوية" كما يعكسها المعنى الحرفي للكلمة .
- ولكن "ريجيو" *(Riggio. 1987)* رأي أنها ليست كذلك حيث تناول "ريجيو" الكاريزما لا بوصفها صفة فطرية أو مورثة، وإنما بوصفها نتاج تفاعل عدة مهارات اجتماعية إذا اجتمعت معا وبشكل متوازن ينشأ عنها التأثير، ذلك البريق أو اللمعان الذي نراه لدى بعض الأشخاص دون غيرهم، وهذه المهارات بطبيعة الحال تتطور وتنمو بمرور الوقت وبما يسمح لأي شخص أن يزيد من معامل الكاريزما لديه، وبالتالي يزداد تبعا لذلك مستوى التأثير الذي يمكن أن تتركه هذه الشخصية على الآخرين. *(Riggio, R., 1987)*
- الأحداث القدرية التي تحدث في حياة الفرد أو يمر بها سواء كانت مبهجة أو محزنه: وهي تلك الأحداث التي تمتحن قدرته على التحمل والصبر على الشدائد وكلها أمور ترتبط بقوته الإيمانية، وكذا إيمانه بالقدر خيره وشره.
- التقييم الذاتي للفرد: وصفاء السريرة، أو ما يسميه البعض بالسلام الداخلي للفرد *Personal Internal Peace*.

- **بعض النظريات المفسرة لجودة الحياة** :

- **نظرية "دعونا نستمتع فقط"**:

تنسب هذه النظرية إلى "زيمرمان" (Zimmerman, 2007) والذي يرى أنه كلما تنامت رغباتنا وتزايدت تطلعاتنا مقارنة بالأجيال السابقة كلما زاد عدم استمتاعنا وعدم رضانا بمعطيات العالم لنا، أي أن هناك علاقة ارتباطية بين تطور الأجيال وعدم الرضا، أو عدم الاستمتاع بالحياة لمجابهة المتطلبات العصرية المتجددة والمتغيرة جيلا بعد جيل؛ ولهذا تقوم هذه النظرية على مبدأين أساسيين هما:

- المبدأ الأول: والذي يدعونا إلى أن نستمتع بحياتنا فقط، وهذا المبدأ يؤكد على حتمية الاستمتاع بالحياة؛ حيث إنه لا يوجد اختيار آخر، ويرى أنه يجب على الفرد أن يدرك أن كل رغبة تظهر لديه إنما هي محصلة هذا العزم الأكيد، والرغبة الأكيدة للاستمتاع بالحياة؛ ولهذا فإن على الفرد أن يردد وفق هذا المبدأ الأول من النظرية تلك المقولة التي ترى أن الفرد يمكنه أن يحقق الاستمتاع الأمثل بإنجاز ما هو مطلوب منه وليس بترك ذلك، أو العزوف عن أداء ما هو مُكلف به.
- المبدأ الثاني: والذي ارتكزت عليه هذه النظرية هو "دعونا نمتع أنفسنا"، فعلى الفرد أن يدرك أن الجميع يتجه في نفس الاتجاه؛ لذا فعلى كل فرد أن يضع أهدافه نصب عينه وخاصة الأهداف التي تحقق له الاستمتاع، وأن ينطلق صوبها لا أن يقف وينتظر أن يتحقق له هذا الهدف الاستمتاعي دونما سعى من جانبه، وعلى كل فرد أن يدرك أن شكل الاستمتاع يختلف من شخص لآخر، ولكن لا يعنينا الاختلاف في شكل الاستمتاع قدر هروب هذا الاستمتاع منا أو غيابه عنا.

من هنا تؤكد نظرية "دعونا نستمتع فقط" على أن الإنسان بطبيعته يسعى إلى الاستمتاع بالحياة، وهذا الاستمتاع شيء غير دائم فلابد للمتعة من زوال، فاللحظات السعيدة لا تدوم كثيرا أو طويلا. (Zimmerman. 2007)

- **إجراءات الدراسة** :

- **منهج الدراسة**:

نظرا لأن الهدف الأساسي للدراسة التعرف على تحديد اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كليات عنيزة الأهلية فإن الباحثة لتحقيق هذا الهدف استعانت بالمنهج الوصفي الارتباطي لجمع البيانات باستخدام أداة مقياس الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي ومقياس جودة الحياة ولمناسبة هذا المنهج لطبيعة الدراسة وعينتها

- **مجتمع الدراسة**:

تتمثل مجتمع الدراسة طلبة كليات عنيزة الأهلية الدارسين في كل من برنامج البكالوريوس في (علم النفس ،إدارة الأعمال ، والقانون ، المحاسبة) وعددهم (٣٥٤ طالبا وطالبة) ، ثم تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبا وطالبة،

منهم (١٠٢) ذكور، و (٩٨) من الإناث. تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

- **أدوات الدراسة**:

- **أولا: مقياس اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي (ملحق رقم ١)**

قام الباحثة بأعداد مقياس الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي و بالاطلاع على بعض الادبيات المتعلق بالاتجاهات : مفهومها، وطبيعتها، ومكوناتها، وخصائصها وطرق قياسها من خلال المراجع التالية : (مرعي وبلقيس، ١٩٨٤،) (جلال، ١٩٨٥ ،)، (Maranell,1974)،(٢٠٠٢ ،علام)، (١٩٧٧،زهران)، (١٩٩٨ ، عبدالرحمن) ومراجعة الدراسات السابقة، والبحوث الخاصة وعدد من المقاييس التي عنيت بقياس الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي لدى عينات مختلفة، مثل، مقياس ثرستون ، مقياس ليكرت، مقياس أوسجود ، والاستعانة بها في بناء فقرات المقياس وإخراجه في صورته الأولية مثل دراسة (سلو، ١٩٩٩) التي قام فيها ببناء مقياس لاتجاهات . وتكونت الاستبانة بصورتها الأولية من (٣٣) فقرة توزعت على ستة أبعاد:

- الاتجاهات نحو الارشاد النفسي والتربوي (٢٣) فقرة .
- الاتجاه نحو الخدمات الإرشادية التي يقوم بها المرشد في الكليات : (١١) فقرة.

وتم صياغة المقياس بعبارات إيجابية واخري عبارات سالبة

- صدق المحكمين: وذلك تم عرضه على مجموعة من أساتذة علم النفس والتربية في الجامعات السعودية ، بهدف الكشف عن مدى صدق عبارات المقياس وملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه، من حيث وضوح العبارات وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية ، وفي ضوء اقتراحات السادة المحكمين تم الاستفادة من آرائهم وقد حاز عبارات المقياس على اتفاق السادة المحكمين حيث تم حذف (٣) عبارات من المقياس
- صدق التكوين: وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس محذوفا منه درجة المفردة على عينة الدراسة الكلية والبالغة (٣٥٠) طالبا وطالبة، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع معامل الارتباط لجميع العبارات والتي كانت جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يؤكد صدق المقياس والاطمئنان على استخدامه في القياس.

- **ثانيا: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي بالطرق التالية**:

- طريقة إعادة التطبيق: وذلك بتطبيق المقياس على عينة من الطالبات والطلبة بلغت (٧٣) طالب وطالبة من كليات عنيزة الأهلية مرتين متتاليتين بلغ الفاصل الزمني بينهما ٣٠ يوما وأشارت النتائج إلى أن جميع معاملات الارتباط موجبة ومرتفعة ودالة عند مستوى (٠.٠١) مما يطمئن على ثبات المقياس.
- طريقة "ألفا كرونباخ": حيث تم حساب معامل ألفا على عينة من الذكور والإناث (١٧٩) من طلبة كليات عنيزة الأهلية وكانت معاملات الثبات مرتفعة للمجموعات الثلاث على حد سواء. ملحق (١)

- **مقياس جودة الحياة " الصورة المختصرة**(/ ١٩٩٦) (Health World **منظمة الصحة العالمية** (**ملحق رقم ٢**)

تعريب د. بشري إسماعيل أحمد (٢٠٠٨): وضع هذا المقياس منظمة الصحة العالمية(١٩٩٦) ليقدم بروفيل مختصر عن مستوي الجودة السائد في حياة الفرد . وهو يتكون من ٢٦ بند ، يتضمن بندين (٢) لجودة الحياة العامة و للصحة العامة ، و بند واحد فقط من الـ٢٤ بعد الذي تتكون منها الصورة الأصلية لمقياس جودة الحياة والذي أعدته أيضا منظمة الصحة العالمية (١٩٩٥، والمكون من ١٠٠ عبارة) ، لتصبح الصورة المختصرة شاملة و متكاملة .

- **خطوات اعداد المقياس** :

تم اعداد النسخة العربية من مقياس جودة الحياة بإتباع الخطوات التالية :

- **أولاً : ترجمة المقياس** :

قامت د بشري بتعريب هذا المقياس وترجمته إلي اللغة العربية وذلك بمساعدة أثنين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في اللغة الانجليزية ، وتم تعريب جميع عبارات المقياس ، وبعد الانتهاء من ذلك قامت بشري بعرضه علي أربعة من أساتذة علم النفس لتحكيم الصورة التي أعدت للغة العربية من حيث الصياغة اللغوية وبدائل الاجابة ومدي انتماء العبارة للبعد .

- **ثانياً: الصورة النهائية للمقياس** :

تكونت الصورة النهائية للمقياس من ٢٦ عبارة ، منها عبارتين عن جودة الحياة عامة والصحة العامة ، و٢٤ بند موزعة علي أربعة أبعاد فرعية للمقياس ، كمايلي

- البعد الأول : الصحة الجسمية تتكون من (٧)عبارات
- البعد الثانى : الصحة النفسية تتكون من (٦)عبارات
- البعد الثالث: العلاقات الاجتماعية تتكون من (٣)عبارات
- البعد الرابع : البيئة تتكون من (٨) عبارات .

- **الخصائص السيكومترية للمقياس** :

صدق المقياس : تم استخدام صدق التمايز لاختبارات قيد البحث عن طريق ايجاد الفروق بين الربيعين الأدني والأعلى وإيجاد قيمة (ت)

- **الخصائص السكومترية للمقياس في الدراسة الحالية** :

وللتحقق من صحة صدق المقياس في البحث الحالي تم عرضه على مجموعة من أساتذة علم النفس والتربية في الجامعات السعودية ، بهدف الكشف عن مدى صدق عبارات المقياس وملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه، من حيث وضوح العبارات وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية ، وفي ضوء اقتراحات السادة المحكمين تم الإستفادة من آرائهم وقد حاز عبارات المقياس على اتفاق السادة المحكمين. وقامت الباحثة بحساب ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية وكان معامل الثبات (٠.٨٣)، كما تم حساب الثبات بإستخدام معامل "ألفا كرونباخ" وكان (٠.٨٧) وتعد هذه القيم مؤشراً مرتفعاً لمدى ثبات وصدق اختبار جودة الحياة في الدراسة الحالية.

- **عرض نتائج الدراسة** :

- **الفرض الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي بين جودة الحياة وللتحقق من صحة الفرضية تم حساب معاملات الارتباط بين درجات طلبة الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي ودرجاتهم على مقياس جودة الحياة**

جدول (١) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لجودة الحياة والدرجة الكلية لمقياس اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي

متغيرات الدراسة	اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي	عند مستوى دلالة 0.01.
جودة الحياة	0.80	دالة

يوضح الجدول نتائج ومعاملات الارتباط بين المتغيرات وكذلك الدلالة الإحصائية التي يتم الإشارة إليها في مستوى الدلالة وميزة من مميزات الإصدارات لبرنامج SPSS .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياسٍ جودة الحياة بأبعاده الاربعة ومقياس الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي أيضاً.

جدول (٢) قيم معاملات الارتباط لدرجات طلاب وطالبات كليات عنيزة الاهلية على مقياس جودة الحياة والإرشاد النفسي والتربوي

الأبعاد	نحو الاتجاة الارشاد	الخدمات الارشادية	العبارات الإيجابية	الدرجة الكلية
البعد الصحة الجسدية	٠.٩٨٣	٠.٩٨٣	٠.٩٨٣	٠.٩٨٣
البعد الصحة النفسية	٠.٩٧٤	٠.٩٧٤	٠.٩٧٣	٠.٩٧٣
البعد الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية	٠.٩٩٩	٠.٩٩٩	-	٠.٩٩١
البعد البيئة	٠.٩٩١	٠.٩٩١	٠.٩٩١	٠.٩٩١
الدرجة الكلية لجودة الحياة	٠.٩٩٨	٠.٩٩٨	٠.٩٩٨	٠.٩٩٨

مستوى دالة (٠.٠١)

من الجدول (٢) يتضح أنه توجد علاقات ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين المتغيرات المذكورة بين جودة الحياة بأبعادهٍ الأربعة ، ومقياس الأتجاه نحو الارشاد النفسي والاسري بأبعاده الثلاثة ايضا. مما يدل عكس الفرض الفري حيث تبين بوجود علاقة ارتباطية.

ويشير هذا الفرض إلى أن الذين يستمتعون بحياتهم الجامعية وجودتها وذلك من خلال رضاهم عن الحياة التي يعيشونها، وكذا إدراكهم لهذا الرضا والشعور بالاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي من خلال رضاهم عن ذاتهم والأخرين

من خلال الجدول السابق يتبين أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوي الدلالة (٠.٠١) بين الارشاد النفسي والتربوي باعتباره عنصر فعال في زيادة الاستماع بجودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين كما في دراسة كلا من

عبير محمد أنور، وفاتن صلاح عبد الصادق" (٢٠١٠) وكذلك دراسة بشري أحمد (٢٠٠٨)

- **الفرض الثاني: والذي ينص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات كليات عنيزة الأهلية على مقياس جودة الحياة وأبعاده الأربعة ".**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين على النحو التالي:

جدول (٣) : قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب وطالبات كليات على أبعاد مقياس جودة الحياة

الأبعـــاد	النوع	العدد (ن)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	درجة الحرية د.ح	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
البعد الصحة الجسدية	طلاب	٨٥	٢٧.١٣	١٥.٦٤	١٤٨	١٢.٧١٧	٠.٠١
	طالبات	٩٥	٣٤.٢٨	١٧.٥٦			
البعد الصحة النفسية	طلاب	٨٥	٢٧.١٦	١٥.٦٧	١٤٨	١٢.٧٢٧	٠.٠١
	طالبات	٩٥	٣٥.٣٤	١٩.٦٣			
البعد الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية	طلاب	٨٥	٢٩.٠١	١٧.٤١	١٤٨	١٢.٨٦١	٠.٠١
	طالبات	٩٥	٣٤.٣٧	١٩.٦٨			
المجموع الكلي لمقياس الاستمتاع بالحياة	طلاب	٩٥	٨٧.٣٠	٤٨.٧٢	١٤٨	١٢.٧٦٩	٠.٠١
	طالبات	٨٥	١٨٠	٥٦.٨٧			

من الجدول (٣) يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات طلاب وطالبات كليات عنيزة على أبعاد مقياس جودة الحياة وأبعاده الاربعة وذلك لصالح الطالبات.

لعل هذا الفرق لصالح الطالبات يعود إلى رؤية الطالبات للحياة من زاوية مختلفة والتي لا تقارن برؤية هؤلاء الطلبة عينة هذه الدراسة، حيث يعد الفرق في الرؤية والابعاد متنفساً يسمح لهؤلاء الطالبات بأن يكن أكثر استمتاعاً بحياتهن أكثر من باقي الطلاب، على الرغم من أن مقومات جودة الحياة وابعادها تكاد تكون واحدة لدى كل منهما إلا أن الظروف المجتمعية الحالية جعلت من هؤلاء المستمتعين بحياتهم من الطلبة لا يصلون إلى تلك الدرجة التي وصلت إليها الطالبات على مقياس جودة الحياة وربما يعود ذلك إلى ما يلي:

إنه ليس في استطاعة الطلبة تبني أسلوب ورؤية حياة يشبع رغباتهم، ويحقق طموحاتهم واحتياجاتهم بالصورة التي حلموا بها والتي لم يصلوا إليها بعد من خلال الطموحات الغير حقيقة علي ارض الواقع . ويتفق هذا الفرض مع دراسة كلا من (خديجة عبد العزيز الغامدي، ٢٠١٢) ودراسة كلا من علي مهدي كاظم & عبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٥)

- **الفـــرض الثـالـــث: والـذي يـنص عـلـي لا توجـد فـروق ذات دلالـة إحصـائية بـين متوسـطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي .**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق على النحو التالي.

جدول (٤): قيمة ت لدلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب وطالبات كليات عنيزة على مقياس الارشاد النفسي والتربوي

الأبعـــاد	النوع	العدد (ن)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	درجة الحرية د ح	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مقياس الارشاد النفسي والتربوي	ذكور	٨٥	٢٨.١٣	١.٦٤	١٤٨	٤.٧١	دالة عند مستوى (٠.٠١)
	إناث	٩٥	٣٤.٢٨	١.٥٦			

من الجدول (٤) يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي وذلك لصالح الإناث. وهذا عكس الفرض الصفري.

حيث الاتجاه نحو الإرشاد النفسي والتربوي تحقيق الذات يسعى الإرشاد النفسيّ إلى مساعدة (المسترشِد) على استخدام كافّة إمكاناته، وقدراته إلى أقصى حدّ، وهذا ما يُوصل إلى (المسترشد) تحقيق ذاته بعد أن تمّ إشباع حاجاته الأساسيّة؛ فالمرشد يسعى جاهدا لمساعدة الفرد على تحقيق ذاته بغضّ النظر عن مستوى قدراته (عادي، أو مُتفوّق، أو ضعيف دراسيّاً، أو ناجح)، والوصول به إلى درجة يرضى فيها عن قدراته، ومهاراته؛ لذلك فإنّ تحقيق الذات يُعتبَر دافعا أساسيّا لتوجيه السلوك، وتعديله، وبالتالي يستطيع الفرد من خلال ذلك تقييم نفسه، وتوجيه ذاته، وحياته بذكاء، وكفاية، وبصيرة.

"تحقيق التوازن بين مطالب الجسم والنفس والروح، وبين مطالب الفرد والجماعة"، كما نظر إليها آخرون أيضا بوصفها" القدرة على تحقيق التوافق مع النفس والمجتمع في حين قصرها البعض الآخر على إشباع الحاجات وفي مقدمتها الحاجة إلى تحقيق الذات ولذلك نري الطالبات تفوق الطلبة في الاتجاه نحو الارشاد النفسي والتربوي وتكوين علاقات طيبة بين المرشد

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو الارشاد النفسي والتربوي وجودة الحياة لدى طلاب وطالبات الكليات.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس اتجاه الارشاد النفسي والتربوي وذلك لصالح الطالبات.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس جودة الحياة وذلك لصالح الطالبات .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات الكليات على مقياس جودة الحياة وأبعاده وذلك لصالح الطالبات.

• **ملخص البحث**:

هـدفت الدراسـة إلى تحديـد اتجاهـات الطلبـة نحـو الإرشـاد النفسـي والتربوي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعيين

وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية الدراسات الإنسانية والإدارية كليات عنيزة الأهلية تم اختيارهم بطريقه عشوائية.

ولأغراض الدراسة قامت الباحثة بتطوير مقياسين: الأول يقيس اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي ويتكون من (٢٥) فقرة، والثاني مقياس جودة الحياة ويتكون من (١٠٠) فقرة.

وقد تم التأكد من دلالات الصدق والثبات للمقياسين. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وبعد ذلك تم تطبيق المقياسين على عينة الدراسة.

وأظهرت نتائج الدراسة بأن الدرجة الكلية لاتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي تقع ضمن المستوى المتوسط، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في الاتجاهات نحو الإرشاد النفسي والتربوي تعزى إلى متغير الجنس، كذلك أظهرت النتائج بأن معاملات الارتباط بين جودة الحياة والاتجاهات نحو الإرشاد النفسي والتربوي بلغت مستوى الدلالة الإحصائية لجودة الحياة، كذلك أظهرت النتائج أن الدرجة الكلية للإرشاد النفسي والتربوي تقع ضمن المستوى المتوسط، وأخيرا أظهرت النتائج وجود مستوى أعلى من جودة الحياة الجامعية لدى الطالبات مقارنة الطلاب.

وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بأهمية مراعاة الفروق بين الجنسين في المجتمع الجامعي بصفة عامة، من حيث أثر اختلاف الجنس على مستوى جودة الحياة الجامعية، وضرورة العمل على إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول علاقة الاتجاهات نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقته بجودة الحياة، وتطبيق هذه الدراسات على مجتمعات أخرى مشابهة لمجتمع الدراسة، وعلى مراحل دراسية مختلفة.

• **التوصيات والمقترحات**

• **أولا**: **توصيات الدراسة** :

من خلال ماورد فان الباحثة توصي بما يلي:

- تفعيل دور المرشد النفسي والتربوي في الجامعات لأن الإرشاد النفسي يعد عنصراً مهم من العناصر الأساسية في العملية التعليمية في الوقت الحاضر، لذا فمن الضروري العمل على تفعيل دور المرشد للقيام بمهامه على أكمل وجه وهناك حاجة ملحة لهذه الخدمات الإرشادية.
- استخدام أساليب الإرشاد الجمعي والفردي والإرشاد المعرفي السلوكي (لبعض الأفكار اللاعقلانية)

- حث المرشدين النفسيين والتربويين في الجامعات بإعداد برامج إرشادية منوعة ومتدرجة
- ومستمرة في وقاية طلبة المدارس والجامعات من الوقوع أسير هذه المواد الخطرة.
- التركيز على الطلبة الذين يعانون من المشكلات الدراسية والاجتماعية والاقتصادية في
- الجامعات لأنهم يعدون من الفئات الهشة الذين قد يتأثرون بأصدقاء السوء.
- التعود على حب الحياة بحلوها ومرها، والرضا عنها، وحب الدراسة، وإيجاد الهدف من الحياة بوصفه هدف أسمى.
- الاستمتاع بجودة الحياة في علاقته بالتصالح النفسي لدى مراحل عمرية مختلفة.

- **ثانيا : دراسات وبحوث مقترحة**

تقترح الباحثة مايأتي:

- إجراء دراسة ميدانية للوقوف على حجم مشكلة جودة الحياة لدي المراهقين و الشباب.
- إجراء دراسة ميدانية لواقع الإرشاد النفسي في المدارس والجامعات
- إجراء دراسة ميدانية بإعداد برامج إرشادية للوقاية والعلاج والتحصين لكثير من المشاكل النفسية والتربوية لدي الشباب
- إجراء دراسة ميدانية للكشف عن الإضرار النفسية والاجتماعية والتربوية لعدم جودة الحياة:

- **أولا المراجع العربية** :

- ابن منظور (١٩٧٩): **لسان العرب**، القاهرة، دار المعارف.
- الشناوي ، محمد محروس (١٩٩٤) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي- موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي(١ ،دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع)
- الزبون ، سليم عودة (١٩٩٦) ، المرشد النفسي التربوي-مسؤولياته وواجباته، الأردن
- أبو أسعد، أحمد، االختاتنة، سامي (٢٠١١) اتجاهات علم النفس، الطبعة الأول، القاهرة: عامل الكتب الحديث.
- (الحوارنة، إياد نايف ٢٠١٥) : اتجاهات طلبة الصف العاشر الأساسي نحو الإرشاد التربوي في مدارس لواء المزار الجنوبي بمحافظة الكرك: دراسة ميدانية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد: (١٦٤ الجزء الأول) يوليو لسنة ٢٠١٥م
- مرزاق، سهى فتحي(٢٠١١م) تحديد اتجاهات الطلبة نحو الإرشاد النفسي والتربوي وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الصف العاشر في حيفا ، رسالة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي، كلية العلوم التربوية والنفسية جامعة عمان العربية ٢٠١١م.،غير منشورة
- علي مهدي كاظم & عبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٥) جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العُمانيين والليبيين "دراسة ثقافية مقارنة"، مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك، ص ص: ٦٧- ٨٧.
- السيد، فؤاد البهي؛ وعبد الرحمن، سعد. (١٩٩٩). *علم النفس الاجتماعي: رؤية معاصرة*. سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس، الكتاب (٩)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عطيفة، حمدي أبو الفتوح. (١٩٩٥). *التربية وتنمية الاتجاهات العلمية من المنظور الإسلامي*. المنصورة: دار الوفاء.

- **بشري ،أحمد (٢٠٠٨)** الذكاء الروحي وعلاقته بجودة الحياة، مجلة رابطة التربية الحديثة ، مج ١، ع ٢
- التويجري، محمد بن عبد المحسن. (٢٠٠١). اتّجاهات المعلّمين نحو برنامج التوجيه والإرشاد الطلابي ودور المرشدين الطلابي في المدرسة السعودي ة، مجلة علم النفس، العدد (٥٩) ،(٥ ،(ص ٣٥_٦٨)
- خديجة الغامدي (٢٠١٢). التفكير البنائي وعلاقته بكل من الاستمتاع بالحياة والرضا الوظيفي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة الطائف، **رسالة ماجستير غير منشورة**، المملكة العربية السعودية، كلية التربية، جامعة الطائف.
- محمد السعيد أبو حلاوة (٢٠١٠). جودة الحياة المفهوم والأبعاد، المؤتمر العلمي السابع لكلية التربية جامعة كفر الشيخ، جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية في الفترة من (١٣-١٤) أبريل ، ص ص (٢٢١-٢٥٣).
- علي مهدي قاظم، عبدالخالق البهادلي (٢٠٠٥). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين – دراسة ثقافية مقارنة، مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك، ص ص ٦٧ – ٨٧.
- عبير محمد أنور، فاتن صلاح عبد الصادق (٢٠١٠). دور التسامح والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلبة الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، **مجلة دراسات عربية في علم النفس**، مج (٩)، العدد (٣)، ص ص (٤٩١-٥٧١).
- عبد الحميد، زهير وصالح، سماعيل (٢٠١٢) الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية ، مجلة جامعة الأزهر ، سلسلة العلوم الإنسانية ، ديسمبر ٢٠١٢ ، مجلد١٤، عدد٢
- القيسي،عبدالغفار عبدالجبار(٢٠٠٨):الإرشاد النفسي التربوي ونظريات العلاج ، مجلة الثقافة الإرشادية مركز البحوث النفسية جامعة بغداد
- زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٠) التوجيه والإرشاد النفسي،ط٢ ،عالم الكتب، القاهرة.
- أحمد، حسانين أحمد ٢٠١١ .(مقياس نوعية الحياة لمنظمة الصحة العالمية: مجلة الدراسات النفسية، العدد ٤ مارس، الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع.

• ثانيا المراجع الأجنبية:

- Corey, G. (1996) Theory and practice of counseling and psychotherapy, An International Thomson Publishing Company, Washington
- McCabe-Fitch, K. (2009). Examination of the impact of an intervention in positive psychology on the happiness and life satisfaction of children. **Unpublished PhD dissertation, University of Connecticut**
- http://www.ao_academy.org/docs/third_issueI.doc
- Judge, T., Bono, J., Erez, A., & Locke, E. (2005). Core Self-Evaluations and Job and Life Satisfaction: The Role of Self-Concordance and Goal Attainment**. Journal of Applied Psychology**, ,90, 257-268.
- Judge. T. A. Bono. J. E.. Erez. A.. & Locke. E. A. (2005). Core Self-Evaluations and Job and Life Satisfaction: The Role of Self-Concordance and Goal Attainment. **Journal of Applied Psychology**. V(90). 257-268.
- https://e3arabi.com/?p=93520

- **Veenhoven, R. (2001). Quality of Life and Happiness not quit the same. Centro Scientifico Editor, Torino: Italia.**
- **Crystal L. Park (2003). The Psychology of Religion and Positive Psychology. Psychology of Religion Newsletter, Vol 2 8 , No . 4, PP. 1-20.**
- Ruff, C. and et al., (2006). Psychological well-Being and Ill-Being: Do they Have Distinct or Mirrored Biological Correlates? Psychotherapy Psychometrics, 75, 85-95.
- Riggio, R. (1987). **The Charisma Quotient.** New York: Dodd Meacl & Company
- Veenhoven. R. S.. & Bunting. B. (1996): A comparative Study of Satisfaction with Life In Europe Eotvo University Predd
- Zimmerman. M. (2007): Enjoying Life: Behold the New Lets Just enjoy! Theory of Life. Retrieved from Http//www.suite101. com/ content/let—s-just-enjoy-a11111.
- WHOQOL Group (1995). The World Health Organisation Quality of Life Assessment. **http://www.ao-academy.org/docs/ third_issue_ 1.doc**

❋❋❋❋❋❋❋