

2024

Quality of academic life and its relationship to the ability of self-learning and social skills among university students

Yossef Mohamed Eid
Onaizah Colleges, dr.yossef@yahoo.com

Follow this and additional works at: <https://scholarworks.uaeu.ac.ae/ijre>



Part of the [Higher Education Commons](#)

Recommended Citation

Eid, Y. M. (2024). Quality of academic life and its relationship to ability of self-learning and social skills among university students. *International Journal for Research in Education*, 48(4), 146-179. <http://doi.org/10.36771/ijre.48.4.24-pp146-179>

This Article is brought to you for free and open access by Scholarworks@UAEU. It has been accepted for inclusion in *International Journal for Research in Education* by an authorized editor of Scholarworks@UAEU. For more information, please contact j.education@uaeu.ac.ae.

المجلة الدولية للأبحاث التربوية

International Journal for Research in Education

المجلد (48) العدد (4) أكتوبر 2024 - Vol. (48), issue (4) October 2024

Manuscript No.: 2085

Quality of Academic Life and its Relationship to Ability of Self-Learning and Social Skills among University Students

جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة

Received	Sep 2022	Accepted	Jan 2023	Published	Oct 2024
الاستلام	سبتمبر 2022	القبول	يناير 2023	النشر	أكتوبر 2024

DOI : <http://doi.org/10.36771/ijre.48.4.24-pp146-179>

Yossef Mohamed Eid

Onaizah Colleges,

Saudi Arabia

Dr.yossef@yahoo.com

يوسف محمد يوسف عيد

كليات عنيزة-

المملكة العربية السعودية

Abstract

The aim of the current study is to study the quality of academic life and its relationship to the ability to self-learning and social skills. The descriptive method was used to investigate the correlations and variations among the variables. The sample included 129 male and female university students in the Kingdom of Saudi Arabia. To measure the study variables, the academic quality of life scale prepared by Mansi and Kazem (2010), the ability to self-learning prepared by Eid (2018), and the social skills scale prepared by Eid (2012) were used. There is a positive correlation between the quality of academic life and the ability to self-learning. Also, there is a significant positive correlation between the quality of academic life and social skills. There are no statistically significant differences between older and younger university students in the quality of academic life. There is no significant correlation between the ability to self-learning and social skills. There are no statistically significant differences between males and females in the quality of academic life, ability for self-learning, and social skills. One of the recommendations of the study is the need to help increase the university students' sense of the quality of academic life. It encourages learners to practice self-learning and social skills.

Keywords: Academic life quality, self-learning ability, social skills, university students, Academic environment

مستخلص البحث

تمثل هدف البحث الحالي في دراسة جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة مما يظهر أهمية أن تتولى الجامعة خطط استراتيجية ومبادرات فورية تعمل على تنشيط وتحفيز الهوية الجامعية لطلبة الجامعة التي ينتمون إليها وذلك عن طريق تقديم كل ما هو مميز من خدمات أكاديمية وإدارية مما يزيد من جودة الحياة الأكاديمية. المنهجية: تم استخدام المنهج الوصفي لإبراز العلاقات والفروق بين متغيرات البحث وبلغت عينة البحث الحالي (129) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة بالمملكة العربية السعودية. ولقياس متغيرات البحث تم استخدام مقياس جودة الحياة الأكاديمية إعداد منسي وكاظم (2010) ومقياس القابلية للتعلم الذاتي إعداد عيد (2018) ومقياس المهارات الاجتماعية إعداد عيد (2012). النتائج: توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي. وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية ولا توجد فروق دالة بين متوسطات الأكبر سناً من طلبة الجامعة والأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية. ولا توجد علاقة ارتباطية دالة بين القابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية. ولا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية. ومن توصيات البحث ضرورة مساهمة البرامج الجامعية في زيادة شعور طلبة الجامعة بجودة الحياة الأكاديمية. وتشجيع المتعلمين على ممارسة مهارات التعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة الأكاديمية، القابلية للتعلم الذاتي، المهارات الاجتماعية،

طلبة الجامعة، البيئة الدراسية

مقدمة

جودة الحياة الأكاديمية بتفسيراتها المختلفة عبارة عن حالة تتشكل في مجموعة من القنوات الشخصية تتضح في فكرة الإيجابية المتعمقة في سلوكيات الطالب الذي يسعى للنجاح والتفوق الأكاديمي فهي أحد المتغيرات التي تساهم في تحسين العمليات الأكاديمية والاجتماعية داخل البيئة الجامعية مما يزيد من قابلية طلبة الجامعة للقيام بمشاركة فاعلة على جميع الأصعدة والأنشطة الصفية واللاصفية التي تقدمها الجامعة، وعليه يتم تحفيز رغبات الطلاب والطالبات الأكاديمية مما يدعم أشكال متعددة من الإقبال على الدراسة والتعلم بمختلف الطرق التقليدية والحديثة والتي تعتمد على الاستقلالية في أداء المهام المختلفة مما يعزز التفاعلات الاجتماعية التي تدعم المهارات الاجتماعية وتؤكد على الثقة بالنفس وتحقيق الذات.

ونبعت فلسفة التعلم الذاتي في سياقات المجتمعات القديمة، فالفرد يتعلم ذاتياً من خلال تفاعله مع بيئته المحيطة به ومع من حوله، والمتتبع لأصول التعلم الذاتي يرى وجوده في صور عديدة ومختلفة (السالم، 2015). ويذكر Chattu et al (2020). أن جودة الحياة عبارة عن مفهوم واسع يمثل الخبرات والحالات والتقييمات والسلوكيات والقدرات وردود الفعل الانفعالية للظروف الحياتية المختلفة. ويعرف العنزي (2021 ص.108) جودة الحياة الأكاديمية بأنها "حالة شعورية جيدة يعيشها الطالب قوامها الإحساس بارتفاع الكفاءة الذاتية والمرونة في مواجهة الضغوط والصعوبات الأكاديمية وصولاً إلى حالة من الرضا الأكاديمي والتخطيط الجيد لمستقبله وذلك من خلال بيئة تتوافر فيها المساندة الأكاديمية". وتعرف القثامي وفلمبان (2019، ص.95) القابلية للتعلم الذاتي بأنها "إقبال المتعلم برغبته الذاتية سعياً وراء تحقيق أهدافه، وذلك بأن يخطط لنفسه ويضع أهدافاً لتعلمه والطريقة التي سيسلكها في تعلمه بما ينمي استعداداته وإمكانياته ويحقق النمو لشخصيته، ثم يقوم بنتائج تعلمه". ويعرف Bhandari et al. (2020، p.384) التعلم الذاتي بأنه عبارة عن "نهج تعليمي نشط يكون الطلاب فيه مسؤولين عن نتائج التعلم الخاصة بهم، ويتمثل دور المعلم كميسر وموجه ومقيم لعملية التعلم والتعلم". ويعرف Argyle (2019، p.457) المهارات الاجتماعية بأنها "مجموعة من النماذج المختلفة للسلوك الاجتماعي تساعد الفرد على العيش بحالة من التوافق الاجتماعي بشكل يكون قادراً فيه على ترك أثر إيجابي على من حوله بما تشتمل عليه من معرفة وفهم للمواقف الاجتماعية وعدم الشعور بالتوتر والقلق. وهي بمثابة تناغم وعلاقة سلسلة بين الأداء الاجتماعي والمهارات الحركية".

جودة الحياة الأكاديمية

جودة الحياة يمكن تعريفها "بأنها شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال إثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والنفسية مع

حسن إدارته للوقت والاستفادة منه (منسي وكاظم، 2006، ص.64). وتعرف بأنها "درجة شعور الفرد بالسعادة النفسية الناتجة من رضا بظروف حياته اليومية (إبراهيم، 2018، ص.1571)". وبالنسبة لمنظمة الصحة العالمية فجودة الحياة عبارة عن 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 استقلاليتها، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقاته بالبيئة بصفة عامة، فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته (أبو حلاوة، 2010، ص.227).

وهناك اتجاهان للتفسيرات النظرية لجودة الحياة تتمثل في الاتجاه الاجتماعي والذي يركز على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، معدلات الوفيات، معدلات ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية للأفراد والمجتمع، إضافة إلى مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع لآخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة، ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع زملائه تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا الفرد عن عمله. وثانياً الاتجاه النفسي والذي ينظر إلى مفهوم جودة الحياة وفقاً لمنظور نفسي على أنه البناء الكلي والشامل الذي يتكوّن من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية، وكلما انتقل الإنسان إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجة جديدة لهذه المرحلة تلح على الإشباع، مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا في حالة الإشباع، أو عدم الرضا في حالة عدم الإشباع نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة (مسعودي، 2015).

ويعرف العنزي (2021، ص.108) جودة الحياة الأكاديمية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس جودة الحياة الأكاديمية بأبعاده: الكفاءة الذاتية الأكاديمية، المساندة الأكاديمية، إدارة الوقت الأكاديمي، الرضا الأكاديمي. وأوضح (Pedro et al., 2018). بأن جودة الحياة الأكاديمية متغير يشير إلى الشعور الشامل بالرضا العام الذي يدركه الطالب أثناء تواجده بالجامعة، ويقاس بما يتوقعه الطلاب ويحتاجون إليه ويريدونه. وجودة الحياة الأكاديمية من الأبعاد التي تشكل أحد العناصر الأساسية في متغير جودة الحياة، فهي تمكن الفرد من تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والأكاديمي مع بيئته التعليمية، فإذا توفرت في هذه البيئة الخدمات المناسبة التي تسمح للطالب بإشباع حاجاته التعليمية والاستمتاع بدراسته وتحقيق ذاته، يؤدي ذلك إلى شعوره بجودة الحياة الأكاديمية (عابدين والشرقاوي، 2016). كما يعرف الحسينان (2015، ص.193) جودة حياة الطالب الجامعي بأنها "مجموعة تقييمات الطالب لجوانب حياته المختلفة، والتي تتضمن إدراكه

لصحته العامة، ورضاه عن حياته وعلاقاته الأسرية والاجتماعية، ونجاحه الأكاديمي، وشعوره بالسعادة أثناء ممارسته الدينية، واستمتاعه بشغل أوقات فراغه من خلال المنظومة الثقافية والقيمية التي يعيش فيها بما يتسق مع أهدافه للوصول إلى الكفاءة المطلوبة في حياته". ويشير (Ahangr,2010) إلى أن جودة الحياة الأكاديمية للطلاب هي حسن توظيف إمكانياته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه لتحقيق الأهداف المنشودة، وأن توافر الشخصية الإنسانية القادرة على التفكير الحر والنقد البناء والقدرة على التغيير والإبداع مع الشعور بالمسئولية تعد من ركائز النمو الاجتماعي والتعليمي والاقتصادي وتحقيق التنمية الشاملة. كما أشار (Yu & Kim, 2008) إلى أن جودة الحياة الأكاديمية مفهوم يشير إلى درجة الحاجة إلى الرضا والخبرات التي تخلق تأثيراً إيجابياً طوال فترة الدراسة الجامعية.

وتعد جودة الحياة الأكاديمية أحد أهم العوامل التي تساعد الطالب على التوافق في بيئته التعليمية، وتدفعه إلى بذل مزيد من الجهد والمثابرة سعياً نحو إشباع حاجاته الأكاديمية ومستمتعاً بدراسته وهو ما يساعده على تحقيق ذاته وبناء شخصيته، كما أنها إحدى أشكال جودة الحياة، ويعد الطالب أحد المصادر المنوط بها تقييم مستوى هذه الجودة باعتباره الهدف المنشود منها، ومن هنا جاء اهتمام البحوث النفسية بدراسة جودة الحياة الأكاديمية باعتبارها مؤشراً مهماً على مستوى المؤسسة التعليمية، وأهمية تقييم جودة الحياة الأكاديمية باعتبارها تقيماً لنوعية ومستوى الخدمات الجامعية المختلفة المقدمة للطلاب الجامعي وأهمية هذا التقييم في تحقيق التواصل بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس من ناحية وبين الطلاب والقائمين على الإدارة الجامعية من ناحية أخرى، وتتعدد تقييم جودة الحياة لدى طلاب الجامعة فمنها المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية وحسن إدارة الوقت والاستفادة منه (عبد المطلب، 2014). ويتفق مع ذلك أبو حلاوة (2010) في أن جودة الحياة تعكس وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمانية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها، والوجود الإيجابي؛ ذلك لأن جودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كما يعكسه الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة كنتاج لظروف الحياة المعيشية والحياتية للأفراد، والإدراك الذاتي لهذه الحياة؛ حيث ترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي لهذه الحياة لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل، ومستوى المعيشة، والعلاقات الاجتماعية.

وهدف دراسة جميل وعبد الوهاب (2012) إلى معرفة التفاعل بين متغيري النوع (ذكور/إناث)، والتخصص (علمي/أدبي) في أبعاد جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأيضاً معرفة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة الأكاديمية والذكاءات المتعددة لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى تفوق مجموعة الذكور على مجموعة الإناث ومجموعة القسم العلمي على مجموعة القسم الأدبي في بعد الحرص على التقدير الذاتي وإقامة

علاقات إيجابية مع الآخرين، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد جودة الحياة الأكاديمية والذكاكات المتعددة. وفي دراسة قام بها الفرا والنواجحة (2012) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتحصيل الأكاديمي، وجودة الحياة والذكاء الوجداني، وتكونت عينة الدراسة من (300) دارس من جامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين جودة الحياة والتحصيل الأكاديمي، وبين جودة الحياة والذكاء الوجداني كما أظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التحصيل الأكاديمي المرتفع، ومتوسطات درجات التحصيل الأكاديمي المنخفض في الذكاء الوجداني وجودة الحياة لصالح ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع. وعن جودة الحياة الجامعية والتحصيل الدراسي قام عبد المطلب (2014) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة الجامعية الدراسية لدى طلاب كلية التربية جامعة الزقازيق، والكشف عن مدى اختلاف تقييم الطلاب لجودة الحياة الجامعية الدراسية ومكوناتها باختلاف كل من توجه الهدف ومستوى التحصيل الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (526) طالباً وطالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى توافر كل من جودة الحياة الجامعية الدراسية ككل بدرجة متوسطة، ووجود فروق دالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي التحصيل والكفاءة الدراسية لصالح مرتفعي التحصيل. وهدفت دراسة العتيبي (2014) إلى تصميم مقياس لجودة الحياة الأكاديمية، وقد انبثق منه أربعة محاور وهي المعرفة والبراعة والشخصية والحكمة، وتم تطبيق المقياس على (224) طالبة في أربع كليات جامعية (كليتان نظريتان وهما كلية التربية بالودامي وكلية التربية بالمزاحمية، وكليتان عمليتان وهما كلية العلوم والدراسات الإنسانية بالودامي وكلية العلوم والدراسات الإنسانية بشقراء)، وقد أظهرت النتائج أنه تتوافر في المقياس المؤشرات السيكمومترية المطلوبة من الصدق والثبات والاتساق الداخلي. وهدفت دراسة الحسينان (2015) إلى التعرف إلى المكونات العاملية لمفهوم جودة حياة الطالب الجامعية لدى طلاب وطالبات جامعة المجمعة، والتعرف على مستوى جودة حياة الطالب الجامعية، والفروق في جودة حياة الطالب الجامعية التي ترجع إلى (النوع، والمستوى الدراسي، التخصص)، وبلغت عينة الدراسة (288) طالباً وطالبة من الكليات النظرية والكليات العلمية في الجامعة، وقد توصلت الدراسة إلى أن البناء العاملي لجودة حياة الطالب الجامعية ينتظم في مكونين هما: جودة الحياة الذاتية، وجودة إدارة الذات، وأن مستوى جودة حياة الطالب فوق المتوسط في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد جودة حياة الطالب الجامعية، كما كشفت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس جودة حياة الطالب الجامعية، وأبعاده المختلفة، والتي ترجع إلى اختلاف النوع فيما عدا بعدين هما جودة الحياة الدينية، وجودة الحياة الاجتماعية، وكانت الفروق فيهما لصالح الإناث، كما كشفت عن عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده المختلفة ترجع إلى اختلاف الكلية فيما عدا واحداً واحداً هو جودة الحياة الأكاديمية وكان لصالح طلاب الكليات العلمية، بينما وجدت الدراسة فروقاً دالة في الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده المختلفة ترجع إلى

اختلاف التحصيل الدراسي (منخفض/مرتفع) لصالح الطلاب مرتفعي التحصيل، ويستثنى من ذلك أبعاد: التخطيط، والرضا عن الحياة، وجودة الحياة الدينية، وجودة الحياة الاجتماعية. كما وجدت الدراسة فروقاً دالة إحصائية في الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده المختلفة ترجع إلى اختلاف المستوى الأكاديمي (الأدنى/ الأعلى) وكان لصالح الطلاب في المستويات الأعلى، فيما عدا بعدين هما: جودة الحياة الدينية، وجودة الحياة الأكاديمية.

وهدف دراسة حمادنة (2018) إلى التعرف على مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية وقد شملت عينة الدراسة (400) طالب من مختلف التخصصات العلمية والإنسانية في جامعة الملك سعود، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية جاء مرتفعاً، وفي جميع المجالات والأداة ككل، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات تقدير مستوى رضا الطلاب عن جودة الحياة الجامعية تعزى لمتغير التخصص الدراسي. وهدفت دراسة (Pedro et al., 2018) إلى التعرف على تأثير جودة الحياة الأكاديمية على الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة بالبرتغال ومدى تأثيرها على الولاء لدى هؤلاء الطلبة وأيضاً التوصية بهذه الجامعة لطلبة آخرين. وتكونت عينة البحث من 726 طالباً من طلبة الجامعة. ولقد أظهرت النتائج التأثير الإيجابي لجودة الحياة الأكاديمية على الأداء الأكاديمي للطلبة، وأيضاً على الولاء للجامعة والتوصية بها لطلبة آخرين. وهدفت دراسة (Sugara, 2018) إلى التعرف على جودة الحياة لدى طلبة قسم التوجيه والإرشاد بجامعة المحمدية بأندونيسيا. وتكونت عينة الدراسة من (151) طالباً وطالبة وشكلت عينة الذكور (48) طالباً وعينة الإناث (103) طالبة ويتراوح عمر العينة بين (19-21) سنة. ولقد أظهرت النتائج أن جودة الحياة ترتبط بإشباع الطلبة لاحتياجاتهم الأكاديمية. وأيضاً أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة لصالح الذكور.

وهدف دراسة العصيمي (2019) إلى التعرف على جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء بعض متغيرات التخصص (علمي- إنساني)، والمستوى الدراسي (الأول - الرابع) وتمثلت أدوات الدراسة في مقياسين أحدهما مقياس جودة الحياة الجامعية من إعداد (منسي وكاظم، 2010)، والآخر مقياس فاعلية الذات الأكاديمية إعداد مخيمر (2014)، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالب في مرحلة البكالوريوس، وكشفت نتائج الدراسة أن مستوى جودة الحياة الجامعية كانت بدرجة متوسطة، بينما كان مستوى فاعلية الذات الأكاديمية في مستوى مرتفع، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين درجات جودة الحياة الجامعية ودرجات فاعلية الذات الأكاديمية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في جودة الحياة الجامعية تعزى لمتغير التخصص الدراسي أو المستوى الدراسي. وهدفت دراسة Chattu et al. (2020) إلى التحقق من الفروق في مختلف مجالات جودة الحياة بين طلاب خمس كليات (الطب

وطب الأسنان والطب البيطري والصيدلة والتمريض). وأيضاً دراسة المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية والأداء الأكاديمي والتي تنبئ بالمجالات الجسدية والنفسية والاجتماعية والبيئية لجودة الحياة الحية. وتكونت عينة البحث من (535) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. ولقد أظهرت النتائج أن مجالات الصحة البدنية والصحة النفسية والبيئة أظهرت ارتباطاً كبيراً بالأداء الأكاديمي للطلاب، إلا أن المجال الاجتماعي لم يكن له مثل هذه العلاقة. وأيضاً ترتبط الجودة الشاملة للحياة ارتباطاً إيجابياً بالأداء الأكاديمي للطلاب في المهن الطبية والصحية. لذلك، تحتاج الجامعات والجهات ذات العلاقة في المهن الصحية إلى لعب دور أكبر لضمان حصول الطلاب في المهن الصحية على جودة عالية. وهدفت دراسة العنزي (2021) إلى التعرف على مستوى التمكين النفسي ومستوى جودة الحياة الأكاديمية والكشف عن العلاقة بينهما وتحديد الفروق في قياس مستوى كل من التمكين النفسي وجودة الحياة الأكاديمية وفقاً لمتغيرات (النوع/ المستوى الدراسي/ التخصص الأكاديمي) لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وتكونت عينة البحث من (258) طالباً وطالبة من جامعة الإمام، وبينت نتائج البحث وجود علاقة دالة إحصائياً بين التمكين النفسي وجودة الحياة الأكاديمية وذلك فيما عدا الارتباط بين تقرير المصير والمساندة الأكاديمية، وبين الهدف والدرجة الكلية لجودة الحياة الأكاديمية، وبين الدرجة الكلية للتمكين النفسي والكفاءة الذاتية الأكاديمية وإدارة الوقت الأكاديمي، كما اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التمكين النفسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى جودة الحياة الأكاديمية، كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المستوى الأول والثالث والخامس والسابع في التمكين النفسي وجودة الحياة الأكاديمية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والنظري في جودة الحياة الأكاديمية" ما عدا الدرجة الكلية لجودة الحياة الأكاديمية فإنه توجد فروق في الدرجة الكلية لجودة الحياة الأكاديمية لصالح التخصص العلمي.

القابلية للتعلم الذاتي

يعرف الجهني (2021، ص.137) التعلم الذاتي بأنه "عملية تعليمية مناسبة ومفضلة لإعداد المتعلمين للتعلم مدى الحياة وجعلهم على اطلاع دائم بالمستجدات والمتغيرات المحيطة بهم في مجال تخصصهم وفي جميع شؤون حياتهم". ويعرف حمدان (2007، ص.81) التعلم الذاتي في معجم مصطلحات التربية والتعليم بأنه "استخدام الفرد من تلقاء نفسه الكتب والألات التعليمية أو غيرها من الوسائل، كما يختار بنفسه نوع ومدى دراسته، ويتقدم فيها وفقاً لمقدرته بدون مساعدة معلم". وعرف المغربي (2007، ص.97) التعلم الذاتي بأنه "قدرة الدارس على التنظيم والتحكم في العلاقة التفاعلية والمتنامية بين الأنماط المتاحة من الحرية والاستقلال والاختيار والمسئولية والتنظيم والتحكم والإرشاد الذاتي واتخاذ القرار في سياق عملية التعلم؛ مما يؤدي إلى التفاعل مع

الخبرات الجديدة." وتعرفه الفتلاوي (2004، ص.115) بأنه "تعديلاً أو تغييراً في سلوك الطالب، نتيجة جهوده في التفكير، والتأمل، والخبرة، وبذل الجهد في الممارسة، سواء داخل المؤسسة التربوية، أو خارجها بدون أي مؤثر خارجي."

ولقد أصبحت عملية تنمية قدرة الفرد على أن يعلم نفسه بنفسه مطلباً حيويًا في عملية التعليم والتعلم بمفهومها المعاصر، والتعلم الذاتي من الأسس التي تعين المتعلم؛ ليعلم نفسه بنفسه، فيصبح بذلك إيجابيًا واثقًا من نفسه، متحملاً للمسئولية، مختارًا من المواد والأدوات والأساليب ما يتوافق مع قدراته ورغباته واهتماماته (النجدي وآخرون، 2003). ويشير حسن (2004) إلى أن التعلم الذاتي يستند إلى مجموعة من الأسس النفسية والاجتماعية والفلسفية في أن التعلم الذاتي يستثير دافعية المتعلم نحو التعلم. ويراعي التعلم الذاتي الفروق الفردية. والتعلم الذاتي يثير الرغبة لدى المتعلم في التعليم المستمر.

ويحدد طريبه (2009) أهداف التعلم الذاتي فيما يلي:

- اكتساب مهارات وعادات التعلم المستمر، لمواصلة تعلمه الذاتي بنفسه.
- تحمل الفرد مسؤولية تعليم نفسه بنفسه.
- المساهمة في عملية التجديد الذاتي للمجتمع.
- بناء مجتمع دائم التعلم.
- تحقيق التعلم المستمر مدى الحياة.
- تحسين المهارات اللغوية باستمرار، وتجويدها.

وفي دراسة بحثت عن الكفاءات الخاصة بالتعلم الذاتي والتي يجب على الطلاب الاتصاف بها قام. Patterson et al. (2002) بدراسة عن السمات والصفات التي تؤهل الطلاب لاكتساب المعرفة بأنفسهم وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك ست خصائص للطلاب القادرين على التعلم الذاتي وهي (التقويم الذاتي للتعلم – تقييم الذات والآخرين- إدارة المعلومات – التفكير الناقد – الاستبطان – التقييم النقدي).

ويوضح المقدم وآخرون (2001) أن التعلم الذاتي يتسم بعدة خصائص هي:

- إن التعلم الذاتي يوفر للمتعلم التغذية الراجعة التي من خلالها يعرف مدى تقدمه.
- إن عملية التعلم الذاتي تتم داخل وخارج المؤسسات التعليمية.
- أن المتعلم يميل إلى الاستقلالية في اكتساب المعلومات والمهارات.
- أن التعلم الذاتي يتم من خلال توظيف الوسائل والمستحدثات التقنية.
- أن التعلم الذاتي يجعل المتعلم أكثر دقة في اختيار وتوظيف المواد التعليمية.

● أن التعلم الذاتي يتم من خلال الدافع الذاتي للمتعلم وحسب سرعته الذاتية. ويذكر الصافي (2002) أن العلماء والباحثين يحددون بعض خصائص الأفراد القابلين للتعلم الذاتي في القدرة على فهم عميق للذات، والقدرة على اتخاذ القرار، والقدرة على التجريد والتعميم، والرغبة القوية في التعلم والاستمتاع به.

ويذكر طريبه (2009) أن هناك مهارات عامة للتعلم الذاتي يجب تزويد المتعلم بها لنخصها فيما يلي:

- تشجيع المتعلمين على إثارة الأسئلة المفتوحة.
- تشجيع مختلف أنواع التفكير وإصدار الأحكام.
- تنمية مهارات القراءة، واستخلاص المعاني ثم تنظيمها وترجمتها إلى مادة مكتوبة.
- ربط التعلم بالحياة وجعل المواقف الحياتية هي السياق الذي يتم فيه التعلم.
- إيجاد الجو المشجع على التوجيه الذاتي والاستقصاء.
- تشجيع المتعلم على كسب الثقة بالذات وبالقدرة على التعلم.
- طرح مشكلات حياتية واقعية للنقاش.

وبالنسبة للفروق بين الذكور والإناث في التعلم الذاتي توصلت بعض الدراسات دلالة هذه الفروق. ولقد هدفت دراسة الزبيدي وحمدي (2017) إلى قياس مستوى القابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في ضوء التعامل مع المستحدثات التكنولوجية الحديثة. وأظهرت النتائج أن مستوى القابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في ضوء التعامل مع المستحدثات التكنولوجية الحديثة كان بدرجة مرتفعة. كما كشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة البكالوريوس والدراسات العليا، لصالح طلبة البكالوريوس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القابلية للتعلم الذاتي تعزى لمتغير الجنس. وهدفت دراسة الرشيد (2020) التعرف على أثر التعلم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي لدى طلبة مساق تقنيات التعليم والاتصال في جامعة حائل بالسعودية. أشارت نتائج الدراسة، إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية للتدريس باستخدام التعلم الإلكتروني على تحسين مستوى مهارات التعلم الذاتي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين مهارات التعلم الذاتي تعزى لمتغير الجنس وذلك لصالح الطلاب الذكور. وأظهرت نتائج دراسة مديد (2020) تمتع الطلبة بمستوى مرتفع من التعلم المنظم ذاتياً، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير النوع (ذكور- إناث). أما متغير التخصص فكان دالاً إحصائياً لصالح التخصص الإنساني. كما أظهرت النتائج عدم وجود تفاعل بين

التخصص والنوع، وتشير النتيجة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية بين المتغيرين. وهدفت دراسة طريف والعتوم ومومني (2020) إلى الكشف عن مستويات التغذية الراجعة وعلاقة المعلم بالطلاب و التعلم المنظم ذاتيا والتعرف على القدرة التنبؤية لكل من التغذية الراجعة وعلاقة المعلم بالطلاب في التنبؤ بالتعلم المنظم ذاتيا. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التعلم المنظم ذاتيا كان متوسطا على الأداة ككل وعاليا على بُعد الاحتفاظ بالسجلات والمراقبة. كما أظهرت النتائج أن علاقة المعلم بالطلاب ساهمت في تفسير (19.7%) من التعلم المنظم ذاتيا، بينما لم يكن لمتغير التغذية الراجعة وأبعاده أي أثر في التنبؤ في التعلم المنظم ذاتيا. وفي دراسة Bhandari et al (2020) ظهر أن أنشطة التعلم الذاتي تزيد من الدافعية للإنجاز ولقد أظهرت النتائج أيضا أن أفراد العينة في حاجة إلى مهارة إدارة الوقت حتى تكون هناك استفادة قصوى أثناء القيام بالتعلم الذاتي. وأيضا أكدت نتائج دراسة (Onah et al., 2020). أن طلاب الجامعة أظهروا مستويات مرتفعة في أبعاد الدافعية للإنجاز عندما استخدموا مهارات التعلم الذاتي.

المهارات الاجتماعية

يوضح (Argyle, 2019) أن النجاح في المهارات الاجتماعية يعتمد على قدرة الفرد على تقديم نفسه في المواقف الاجتماعية المختلفة بشكل جذاب باستخدام التواصل اللفظي والتواصل غير اللفظي والتعاطف والتعاون والاهتمام بالآخرين ومستوى مناسب من الإدراك والقدرة على حل المشكلات. بينما صوفي (2005) تحدد المهارات الاجتماعية في مجموعة من الخبرات والأعمال المتعلمة والتي تمارس بشكل منتظم بحيث تسهم في تعديل السلوك، وذلك بالتخلي عن الاستجابات السلبية غير المقبولة اجتماعياً، وممارسة الاستجابات الإيجابية المقبولة اجتماعياً كال تقليد، والتعاون، والمشاركة. والعجز أو القصور في المهارات الاجتماعية يجعل الفرد غير قادر على إقامة علاقات ودية مع المحيطين به وعدم الحصول على الموقع المناسب في العمل والمكانة الملائمة بين الزملاء، وصعوبة في الإفصاح عن مشاعرهم، وصعوبة في فهم وتفسير سلوك ومقاصد الآخرين، على نحو يستدعي ردود أفعال دفاعية قد تؤثر سلباً على العلاقة معهم، كان من الممكن تجنبها في حالة الفهم الدقيق لسلوكهم، وكذلك تفاقم الشعور بالفشل، وصعوبة الاندماج مع جماعة الأقران (شوقي، 2003).

وفي تفسير النظرية السلوكية للمهارات الاجتماعية تم صياغة فكرة أن عقل الطفل عبارة عن صفحة بيضاء يمكن أن تنقش عليها الأفكار والقيم والاتجاهات والخبرات المختلفة، والطفل لدى السلوكيين ذو طبيعة فطرية اجتماعية غير مشكلة، ولكنها قابلة للتشكيل بشكل مطلق من خلال السلوكيات والتفاعلات والمواقف والخبرات المختلفة، حيث تعد عملية التنشئة الاجتماعية عملية التشكيل في إطار التعزيز أو العقاب الوالدي (Subotnik, 2012).

ويعرف Lynch & Simpson (2010) المهارات الاجتماعية بأنها السلوكيات التي تعزز التفاعل الإيجابي مع الآخرين والبيئة. وتشمل هذه المهارات إظهار التعاطف والمشاركة في الأنشطة الجماعية، والتواصل مع الآخرين، والتفاوض، وحل المشكلات. ويوضح مرسى (2006) المهارات الاجتماعية بأنها عبارة عن مجموعة من الأنماط السلوكية والمعرفية التي يتعلمها الفرد نتيجة الخبرات التي يكتسبها من المواقف التي يمر بها أثناء التفاعل الاجتماعي مع عناصر بيئته، والتي يوظفها لحماية نفسه من التعرض للضغوط النفسية التي قد تنشأ من فشله في تحقيق التوافق السليم أثناء هذا التفاعل.

ويوضح Argyle (2019) أن الذكور يتميزون بمستويات مرتفعة من المهارات الاجتماعية أكثر من الإناث. وتزداد المهارات الاجتماعية بزيادة العمر. وهناك علاقات واضحة بين الذكاء والتواصل اللفظي والذكاء الاجتماعي مما يبرهن على أن الذكاء يؤثر في المهارات الاجتماعية.

ويوضح الديب (2010) ان المهارات الاجتماعية يمكن صياغة مكوناتها فيما يلي:

- المهارات الاجتماعية-الشخصية: وتتضمن قدرة الطفل على التفاعل بشكل إيجابي مع المواقف الذاتية والاجتماعية سواء بالمنزل أو المدرسة أو مختلف البيئات الخارجية العامة.
- مهارات المبادرة التفاعلية: وتتمثل في إمكانية المبادرة بالدخول في حوار مع الآخر والمساهمة في شيء ما مع الآخرين بإرادة ذاتية.
- مهارات الاستجابة التفاعلية: ويقصد بها القدرة على الاستجابة الملائمة لمبادرة الغير والمشاركة في أي نشاط مطلوب.
- المهارات الاجتماعية ذات العلاقة بالبيئة الاجتماعية: وتتضمن القدرة على إبداء المهارات اللازمة في إطار التعامل مع مواقف وأحداث البيئة المدرسية.
- المهارات الاجتماعية ذات الصلة بالبيئة الاجتماعية المحلية: وتشير إلى القدرة على التعامل بمهارة مع مجريات البيئة الخارجية من جيران ورفاق وخدمات عامة في المحيط الخارجي.

ويذكر الزيدي (2021) أن المعاملة الوالدية تؤثر في تكوين الشخصية الاستقلالية فالميل إلى الأساليب السلبية في المعاملة قد يؤدي بالأبناء إلى كثرة المطالب، وانعدام الثقة بالنفس والاعتماد الشديد على الآخرين. ويكتسب الطفل مهارات عديدة التي يجب أن يهتم بها الوالدان في البيت والمعلمات في الروضة والمدرسة لتتوسع نشاط الطفل البدني ولأنه مهم في نمو الطفل ونضجه اجتماعيا. فمن هذه المهارات المهارة الاجتماعية، استهدف البحث التعرف إلى: (مستوى

الاستقلالية- مستوى المهارات الاجتماعية- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغيري الاستقلالية والمهارات الاجتماعية لدى أطفال الرياض). خرج البحث بالنتائج وهي لا يتمتع أفراد العينة بالاستقلالية بينما أظهرت أن أفراد عينة البحث يتمتعون بالمهارات الاجتماعية ولا توجد علاقة ارتباطية بين الاستقلالية والمهارات الاجتماعية.

وقد هدفت دراسة رجيعه والشافعي (2002) إلى فحص العلاقة بين المهارات الاجتماعية والتوافق الدراسي والاكتماب النفسي لدى طلاب الجامعة مع بيان أثر الجنس والفرقة الدراسية والتخصص الدراسي على الاكتماب ومحاولة التنبؤ بالاكتماب في ضوء المهارات الاجتماعية (التعبير الانفعالي - الحساسية الانفعالية - الضبط الانفعالي - التعبير الاجتماعي - الحساسية الاجتماعية - الضبط الاجتماعي - المراوغة الاجتماعية) والتوافق الدراسي. وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (520) من الجنسين من طلاب الفرق الدراسية (الأولى، والرابعة، الدراسات العليا) الذين ينتمون إلى تخصصات علمية وأدبية. وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المهارات الاجتماعية (التعبير الانفعالي - الحساسية الانفعالية - الضبط الانفعالي - التعبير الاجتماعي - الحساسية الاجتماعية - الضبط الاجتماعي - المراوغة الاجتماعية) والتوافق الدراسي والاكتماب لدى طلاب الجامعة وهذه النتيجة تعني أن الأشخاص المكتئبين يعانون من نقص في المهارات الاجتماعية عموماً، وكذلك من نقص في الحساسية الانفعالية والضبط الانفعالي حيث يعانون من نوبات من البكاء والحزن ويميلون إلى الصمت، ولذلك لا يعبرون بشكل جيد عن مشاعرهم نحو الآخرين وهذه المشاعر ذاتها تتصف بالسلبية والعزوف عن التفاعل الاجتماعي.

مشكلة البحث وتساؤلاته

جودة الحياة الأكاديمية التي يشعر بها الطالب والتي تساهم في تطورها المؤسسة التعليمية أحد المتغيرات المحورية ذات التأثير المباشر في نجاح العملية التعليمية وهذا هو الهدف المنشود من الجهود الكبيرة المبذولة من المؤسسات الحكومية والمدنية المهتمة بالعملية التعليمية. وتتمثل مشكلة البحث الحالي في التعرف على المتغيرات التي تزيد من نسبة نجاح الأهداف والمخرجات التعليمية من خلال البحث عن مستوى من التجويد للعملية التعليمية بما يساهم في زيادة شعور الطلبة بجودة الحياة الأكاديمية وأيضاً علاقة ذلك بالقابلية للتعليم الذاتي كأحد الاتجاهات العالمية القديمة والحديثة فحديثاً تنادي كثير من المنظمات التعليمية بتشجيع المتعلمين على الاعتماد على أنفسهم والاستقلالية في عملية التعلم وعدم الاتكالية والاعتمادية على المعلم والإدارة التعليمية. وأيضاً دراسة المهارات الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية فمن خلال شعور الطالب بجودة الحياة الأكاديمية داخل البيئة التعليمية التي يعيش بداخلها سينعكس ذلك على تفاعلاته الاجتماعية وإدارته لهذه المواقف وإقباله أو أحجامه عن مختلف التفاعلات الاجتماعية.

ومن خلال تفاعلات الباحث مع طلاب الجامعة وأيضاً من خلال الدراسات النظرية اتضحت مشكلة البحث في دراسة جودة الحياة الأكاديمية وبعد البحث في المتغيرات المرتبطة بها تم التوصل لدراسة القابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية. وهناك عدد من الدراسات السابقة التي تقترح دراسة هذه المتغيرات كدراسة العنزي (2021) ودراسة الرشيد (2020) ودراسة العصيمي (2019) ودراسة (Argyle, 2019) ودراسة الحسينان (2015). وفي هذا السياق يؤكد Chattu et al., (2020). أن هناك حاجة ماسة إلى مزيد من الاهتمام بجودة الحياة الأكاديمية للطلاب الذين يظهرون أداءً أكاديمياً ضعيفاً لوضعهم في المسار الصحيح. وانبثقت من مشكلة البحث الحالي مجموعة من التساؤلات نوضحها فيما يلي:

1. هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة الجامعة؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟
3. هل توجد فروق دالة بين متوسطات طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية؟
4. هل توجد علاقة ارتباطية بين القابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟
5. هل توجد فروق دالة بين متوسطات الذكور ومتوسطات الإناث من طلبة الجامعة في القابلية للتعلم الذاتي والأمن النفسي والمهارات الاجتماعية؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى دراسة جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ويتمثل ذلك في دراسة العلاقات بين جودة الحياة الأكاديمية ومتغيرات البحث، ويتفرع من هذا الهدف عدد من الأهداف الفرعية:

1. دراسة العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة الجامعة.
2. التعرف على العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.
3. دراسة الفروق بين طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية.
4. توضيح الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في جودة الحياة الأكاديمية ولقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية.

أهمية البحث

تظهر أهمية البحث الحالي في دراسة أحد الموضوعات الهامة والتي تسعى كثير من الجامعات إلى تحقيقها وهي زيادة شعور طلبة الجامعة بجودة الحياة الأكاديمية بما ينعكس على السمعة الطيبة لهذه الجامعة. وتوضح أهمية البحث الحالي في النقاط التالية:

1. إثراء المكتبة العربية بأحد الأبحاث التي تهتم بجودة الحياة الأكاديمية مما قد يفتح المجال لعدد الأبحاث المستقبلية التي قد تتعمق في هذا المتغير.
2. نشر ثقافة جودة الحياة الأكاديمية مما قد يساهم في تحسين الخدمات المقدمة للطلبة داخل المؤسسات التعليمية المختلفة.
3. توضيح علاقة القابلية للتعلم الذاتي ببعض المتغيرات النفسية مما يساهم في تصميم برامج إرشادية تعمل على تنمية هذه المتغيرات الإيجابية لتحسين مستويات التعلم الذاتي وتحفيز قابلية المتعلمين لمجالات التعلم المتنوعة.
4. يركز البحث الحالي على فئة طلبة الجامعة بالمملكة العربية السعودية وهي من الفئات التي تحتاج إلى دراسات بحثية متعددة وفي مجالات مختلفة.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بعدد من المتغيرات تتمثل في دراسة جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالقابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية. وتمثلت الحدود البشرية في تطبيق أدوات البحث على طلبة الجامعة دون طلبة التعليم العام. وبالنسبة للحدود الزمانية تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 1443هـ. وأقتصر تطبيق البحث على طلبة كليات بريدة بالقصيم دون الجامعات الأخرى بالمملكة العربية السعودية.

مصطلحات البحث

جودة الحياة الأكاديمية

يعرف العنزي (2021، ص.108) جودة الحياة الأكاديمية بأنها "حالة شعورية جيدة يعيشها الطالب قوامها الإحساس بارتفاع الكفاءة الذاتية والمرونة في مواجهة الضغوط والصعوبات الأكاديمية وصولاً إلى حالة من الرضا الأكاديمي والتخطيط الجيد لمستقبله وذلك من خلال بيئة تتوافر فيها المساندة الأكاديمية".

ويعرف الباحث جودة الحياة الأكاديمية بأنها حالة من الشعور بالرضا عن البيئة والعملية التعليمية التي يدرس فيها الطالب قوامها حرص المؤسسة التعليمية على توفير كل الإجراءات التي تدعم قابلية الطالب للتعلم والدراسة والمشاركة في مختلف الأنشطة الصفية واللاصفية بما يدعم شعوره بتحقيق الذات.

وتعرف جودة الحياة الأكاديمية إجرائياً في البحث الحالي بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس جودة الحياة الأكاديمية إعداد منسي وكاظم (2010).

القابلية للتعليم الذاتي

يعرف الجهني (2021، ص.137) التعلم الذاتي بأنه "عملية تعليمية مناسبة ومفضلة لإعداد المتعلمين للتعليم مدى الحياة وجعلهم على اطلاع دائم بالمستجدات والمتغيرات المحيطة بهم في مجال تخصصهم وفي جميع شؤون حياتهم".

ويعرف الباحث القابلية للتعليم الذاتي بأنها استثارة داخلية نتيجة شعور الفرد بالمسؤولية الذاتية تجاه عملية التعلم فهي رغبة شخصية وحالة إشباع تساعد الفرد على إنجاز عمليات التعلم بمفرده واستخدام المصادر العلمية المختلفة للحصول على المعلومات مع قدرته على تنظيم الذات وحل المشكلات وشعوره بالاستقلالية لتحقيق الذات.

وتعرف القابلية للتعليم الذاتي إجرائياً في البحث الحالي بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس القابلية للتعليم الذاتي إعداد عيد (2018).

المهارات الاجتماعية

يعرف Argyle (2019, p.457) . المهارات الاجتماعية بأنها مجموعة من النماذج المختلفة للسوك الاجتماعي تساعد الفرد على العيش بحالة من التوافق الاجتماعي بشكل يكون قادراً فيه على ترك أثر إيجابي على من حوله وذلك بما تشتمل عليه من معرفة وفهم للمواقف الاجتماعية وعدم الشعور بالتوتر والقلق.

ويعرف الباحث المهارات الاجتماعية بأنها أنماط متعددة من التفاعلات الاجتماعية القائمة على قدرة الفرد على التعبير عن نفسه وعلى مرونته الفكرية وقدرته على التحكم في المواقف الاجتماعية المختلفة بما يمكن الفرد من تأكيد ذاته وشعوره بتقدير ذات إيجابي.

وتعرف المهارات الاجتماعية إجرائياً في البحث الحالي بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس المهارات الاجتماعية إعداد عيد (2012).

منهجية وإجراءات البحث

منهجية البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لإبراز العلاقات والفروق بين متغيرات البحث، ولقد أعتمد الباحث في جمع البيانات المتعلقة بالبحث الحالي وفقاً للمنهج الوصفي على مقياس جودة الحياة الأكاديمية ومقياس القابلية للتعليم الذاتي ومقياس المهارات الاجتماعية لجمع المعلومات ثم تحليلها إحصائياً والتوصل لنتائج وتفسيرها وربطها بالإطار النظري والدراسات السابقة التي تم عرضها.

مجتمع وعينة البحث

تكون مجتمع الدراسة من طلبة كلية العلوم الإدارية والإنسانية والبالغ عددهم (1670) طالباً وطالبة بكليات بريدة الأهلية بمنطقة القصيم بالمملكة العربية السعودية. وتكونت العينة من (129) طالباً وطالبة وتراوح عمر عينة البحث بين (20-23) سنة بمتوسط عمر (22 سنة وشهر) وبلغ عدد عينة الطلاب (60 طالباً) وبالنسبة للطلبات بلغ عددهن (69 طالبة).

أدوات البحث

مقياس جودة الحياة الأكاديمية.

مقياس جودة الحياة الأكاديمية إعداد (منسي وكاظم، 2010). ويتكون المقياس من (20) عبارة موزعة على بعدين هما: بعد التعلم والدراسة، وبعد إدارة الوقت، وتم اشتقاق هذين البعدين من مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم (2010) ويتكون كل بعد من 10 عبارات وتتم الإجابة عن كل عبارة من عبارات المقياس من خلال العبارات الموجبة التي تحمل الأرقام الفردية وتأخذ الدرجات (1-2-3-4-5) في حين اعطي عكس الميزان السابق للعبارات السالبة التي تحمل الأرقام الزوجية.

صدق المقياس.

بهدف التحقق من الصدق الظاهري للمقياس تم عرض الصورة الأولية من المقياس على ستة من الخبراء والمتخصصين في القياس والتقويم، والإرشاد النفسي، والطب النفسي. وأسفرت نتائج تحكيم آراء الخبراء عن اتفاقهم 100% على صلاحية تعليمات الإجابة وعلى مقياس التقدير الخماسي الموجود أمام كل عبارة. واتفاقهم بنسب تتراوح بين 83-100% على صلاحية العبارات مع اقتراح تعديلات في صياغة 10 عبارات تم الأخذ بها جميعاً (منسي وكاظم، 2010). وللتحقق من صدق مقياس جودة الحياة الأكاديمية في البحث الحالي تم استخدام الصدق التمييزي عن طريق حساب الربيعيات، ولقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (9,08) حيث تبين أن القيمة الاحتمالية (0,00) أصغر من مستوى الدلالة ل (ت) المحسوبة > (0,05)، وهذا يعني أن المقياس صادق فيما يعبر عنه داخل البيئة السعودية. ولقد اعتمدت دراسة آل الشيخ (2020) والتي تم تطبيقها بالمملكة العربية السعودية على مقياس منسي وكاظم (2010)، ولقد تم التحقق من صدق هذا المقياس باستخدام الصدق الظاهري عن طريق مجموعة من المحكمين بجامعة الملك سعود وأظهرت النتائج أن هذا المقياس صادق فيما يعبر عنه.

ثبات المقياس .

ذكر منسي وكاظم (2010) أن قيمة ثبات بعد التعلم والدراسة عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ بلغت (0,77) وبلغت قيمة ثبات البعد الثاني بعد إدارة الوقت (0,85)، وبالنسبة

لمقياس جودة الحياة بشكل عام بلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ (0,91) مما يؤكد أن المقياس يتميز بدرجة عالية من الثبات. وللتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة الأكاديمية في البحث الحالي تم استخدام طريقة التجزئة النصفية ولقد بلغت قيمة معامل الثبات (0,785) وهي قيمة مقبولة تدل على ثبات مقياس جودة الحياة الأكاديمية بالبيئة السعودية. وفي دراسة آل الشيخ (2020) تم حساب معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل ولقد بلغت (0,95) وهي قيمة مقبولة إحصائياً.

مقياس القابلية للتعلم الذاتي.

مقياس القابلية للتعلم الذاتي من إعداد (عيد، 2018). ويتكون المقياس من (30) عبارة. يجيب الطالب على المقياس من خلال الحصول على الدرجات (1,2,3,4,5) بالنسبة للإجابات (كثيراً، غالباً، أحياناً، قليلاً، نادراً) بالترتيب.

صدق المقياس.

قام عيد (2018) بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين من خبراء التربية بقسم علم النفس وقسم مناهج طرق التدريس للتأكد من مدى تمثيل بنود هذا الاختبار لما يعبر عنه، ولقد تكون مقياس القابلية للتعلم الذاتي في صورته الأولية من (35) عبارة وتم حذف (5) عبارات أعترض عليها 50% من المحكمين ليصل المقياس في صورته النهائية إلى (30) عبارة، ولقد بلغت نسبة الاتفاق على جميع عبارات المقياس في صورته النهائية أكثر من 80%، والعبارات التي أعترض عليها 50% من المحكمين والتي قام بحذفها الباحث هي (13,17,23,26,32)، ولقد قام الباحث بتعديل العبارات التي أوصى المحكمون بتعديلها وهي (5,6,7,11,16,22,29) في الصورة الأولية للمقياس. وللتحقق من صدق مقياس القابلية للتعلم في البحث الحالي تم استخدام الصدق التمييزي عن طريق حساب الربيعيات، ولقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (22,13) حيث تبين أن القيمة الاحتمالية (0,00) أصغر من مستوى الدلالة ل (ت) المحسوبة $> (0,05)$ ، وهذا يعني أن المقياس صادق فيما يعبر عنه داخل البيئة السعودية.

ثبات المقياس.

تم حساب ثبات مقياس القابلية للتعلم الذاتي بطريقة إعادة الاختبار عن طريق تطبيق المقياس مرة ثانية بفارق زمني يزيد عن أسبوعين على (22) طالباً من طلبة الجامعة وبلغت قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني (0,941) وهي قيمة ارتباط قوية ودالة تدل على ثبات الاختبار الحالي في قياس القابلية للتعلم الذاتي أثناء الظروف المتباينة.

مقياس المهارات الاجتماعية.

مقياس المهارات الاجتماعية من إعداد (عيد، 2012). ويتكون المقياس من (24) عبارة مقسمة على ثلاثة أبعاد هي:

1. الضبط الانفعالي (استقبال الانفعالات - التعبير عن الانفعالات- التحكم في الانفعالات) ويمثل هذا البعد (10) عبارات هي (1- 3- 6- 7- 8- 9- 10- 12- 15- 18).
 2. التفاعلات الاجتماعية (العلاقات الاجتماعية مع الآخرين) ويمثل هذا البعد (8) عبارات هي (2- 4- 5- 11- 16- 20- 23- 24).
 3. السلوكيات غير اللفظية (الايماءات والحركات الجسمية) ويمثل هذا البعد (6) عبارات (13- 14- 17- 19- 21- 22).
- ويحتوي المقياس على (3) عبارات سلبية هي (7- 12- 17) وتدرج الاجابة على عبارات المقياس كالتالي (دائما - كثيرا - أحيانا - نادرا - لا) وموزعة عليها الدرجات كالتالي (4- 3- 2- 1- صفر) والعكس مع العبارات السلبية.

صدق المقياس.

يذكر عيد (2012) أنه تم التحقق من صدق المقياس الحالي عن طريق صدق المحتوى بعرضه على عدد من أساتذة الجامعة بكلية الدراسات العليا للتربية بجامعة القاهرة وعدد من الأساتذة بكلية بريدة وتم حذف العبارات التي اعترض عليها 50% من المحكمين ليصل عدد عبارات المقياس إلى (24) عبارة من أصل (30) عبارة في الصورة الأولى للمقياس. وللتحقق من صدق مقياس المهارات الاجتماعية في البحث الحالي تم استخدام الصدق التمييزي عن طريق حساب الربيعيات، ولقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (15,76) حيث تبين أن القيمة الاحتمالية (0,00) أصغر من مستوى الدلالة ل (ت) المحسوبة $> (0,05)$ ، وهذا يعني أن المقياس صادق فيما يعبر عنه داخل البيئة السعودية.

ثبات المقياس.

أشار عيد (2012) إلى أنه تم حساب ثبات مقياس المهارات الاجتماعية بطريقة الفا كرونباخ على عينة مكونة من (32) طالباً وطالبة منهم (21) طالباً و(11) طالبة من طلبة الجامعة وبلغت قيمة الفا (0,605) وأيضاً تم حساب ثبات مقياس المهارات الاجتماعية بطريقة التجزئة النصفية على عينة التقنين وبلغت قيمة الارتباط بين نصفي الاختبار (0,464) وفي دراسة عيد (2017) بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (0,820) وهي قيم مقبولة تدل على ثبات هذا الاختبار في قياسه للمهارات الاجتماعية في الظروف المختلفة.

طريقة تحليل البيانات

تم تحليل الإحصاء في البحث الحالي عن طريق برنامج "SPSS" "21" وقام الباحث باستخدام ارتباط بيرسون (Pearson's correlation) للبحث في العلاقات الارتباطية وتم استخدام اختبار "ت" (t-Test) للبحث في الفروق بين متغيرات البحث.

نتائج البحث وتفسيراتها

يعرض الباحث هنا ما تم للإجابة عن تساؤلات البحث، ونتيجة للمعالجات الإحصائية لبيانات البحث ظهرت النتائج التالية:

أولاً: هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة الجامعة؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "معامل ارتباط بيرسون" لحساب العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي لدى عينة البحث والتي تتكون من (129) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة.

جدول 1

الارتباط بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي

الارتباط	ن	قيمة الارتباط	الدالة
جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي	129	0.341	0.000

يتضح من قراءة النتائج بالجدول رقم (1) وجود ارتباط دال موجب بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة الجامعة. ونستنتج من هذه العلاقة الارتباطية الدالة الموجبة أن شعور الطالب بمستوى مناسب من جودة الحياة الأكاديمية يساهم في زيادة رغبة وقابلية الطالب في التعلم الذاتي مما يدعم استقلالية الفرد وتوقعه وقناعته أنه يمتلك القدرة على حل المشكلات والوصول إلى الحقائق بمختلف المصادر الحديثة دون الاعتماد على الآخرين بشكل صريح وانتظار التوجيه منهم. فالشعور بالرضا عن الخدمات الأكاديمية المقدمة من خلال الجامعة يساهم في إقبال الطالب على مصادر التعلم المختلفة وحضور الجلسات التعليمية المتنوعة. وهذا الشعور يدعم الأفكار الإيجابية لدى الطالب ويجعل منه فرداً ناجحاً وفعالاً داخل أنشطة الجامعة فهو يعتمد على نفسه في إنجاز المهام المطلوبة منه والبحث والحصول على المعلومات المختلفة مما يشعره بالكفاءة الذاتية والقدرة على النجاح في مختلف المجالات الأكاديمية.

ويؤكد هذا ما ذكره كلا من (Pedro et al.2018) وعابدين والشرقاوي (2016) ودراسة العصيمي (2019) في أنه مع توافر الخدمات المناسبة في البيئة التعليمية فأن ذلك يسمح للطلاب بإشباع حاجاته التعليمية والاستمتاع بدراسته وتحقيق ذاته، ويؤدي ذلك إلى شعوره بجودة الحياة الأكاديمية. ويشير Ahangr (2010) إلى أن جودة الحياة الأكاديمية للطلاب يتم تفعيلها عن طريق حسن توظيف إمكانياته العقلية والإبداعية وهذا بدوره يشعر الطالب بأهميته داخل هذه البيئة التعليمية مما يساهم في إثراء وجدانه وزيادة دافعيته لتحقيق الأهداف المنشودة من خلال البيئات

التعليمية المختلفة التقليدية منها والتكنولوجية الحديثة وأيضا زيادة عدد المهارات المتعلقة بالتعلم الذاتي.

ثانياً: هل توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "معامل ارتباط بيرسون" لحساب العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية لدى عينة البحث والتي تتكون من (129) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة.

جدول 2

جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية

الارتباط	ن	قيمة الارتباط	الدلالة
جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية	129	0.207	0.018

يتضح من قراءة النتائج بالجدول رقم (2) وجود ارتباط دال موجب بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. ومن هذه النتيجة تتضح العلاقة الارتباطية الدالة الموجبة بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية وهذا يؤكد على أن جودة الحياة الأكاديمية تؤثر وتتأثر بالمهارات الاجتماعية وعليه فعندما يعيش الطالب حالة من السعادة بتوافر الأنشطة الاجتماعية والأكاديمية المطلوبة داخل البيئة الجامعية فإن ذلك يؤدي إلى زيادة التفاعلات الاجتماعية والمشاركة في الأنشطة اللاصفية التي يتم عقدها من خلال العمادات والإدارات المختلفة بالجامعة. ولكي يكتسب طلبة الجامعة الدافعية الضرورية اللازمة لقضاء أكبر وقت بنطاق الجامعة وأيضا المشاركة في الأنشطة الصفية واللاصفية يلزم ذلك تسخير موارد الجامعة المختلفة في زيادة شعور هؤلاء الطلبة بجودة الحياة داخل هذه البيئة الجامعية بما ينعكس على حالة عامة لدى هؤلاء الطلاب والطالبات من مشاعر الرضا والسعادة أثناء دراستهم وتواجدهم داخل البيئة الجامعية وزيادة تفاعلاتهم الاجتماعية وهذا بدوره يؤثر على مستوى مهارتهم الاجتماعية.

ويؤكد Argyle (2019) أن النجاح في المهارات الاجتماعية يعتمد على إدراك المواقف والقدرة على حل المشكلات وهذا يؤدي إلى الشعور بالرضا عن الذات وأيضا يدعم ذلك الشعور بالرضا عن البيئة الأكاديمية. وجودة الحياة الأكاديمية تساهم في زيادة شعور الفرد بالكفاءة في التعامل مع المواقف التعليمية المختلفة مما يساهم في شعوره بالراحة والرضا عن البيئة التي يعيش فيها وقد يشعر بجودة هذه البيئة وخصوصاً البيئة الجامعية. وتوضح صوفي (2005) أن المهارات الاجتماعية تمثل الخبرات والأعمال المتعلمة والتي تمارس بشكل منتظم بحيث تدعم السلوكيات

الإيجابية، وذلك بالتخلي عن الاستجابات السلبية غير المقبولة اجتماعياً، وممارسة الاستجابات الإيجابية المقبولة اجتماعياً.

ثالثاً: هل توجد فروق دالة بين متوسطات طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "اختبار ت" لحساب الفروق بين متوسطات طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية. ويمثل الطلبة الأكبر سناً الأعمار (20 - 21 سنة) والطلبة الأصغر سناً الأعمار (22 - 23 سنة).

جدول 3

متوسطات طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية					
المتغير	الأصغر سناً (ن=62)		الأكبر سناً (ن=67)		الدلالة
	م	ع	م	ع	
جودة الحياة الأكاديمية	59.29	11.93	59.83	14.95	0.379
					0.228

من نتائج الجدول الحالي رقم (3) يتضح عدم وجود فروق بين متوسطات طلبة الجامعة الأكبر سناً ومتوسطات الأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية.

ويتضح من نتيجة هذا التساؤل أن جودة الحياة الأكاديمية لا تتأثر بعامل ومتغير العمر لعدم وجود فروق بين طلبة الجامعة الأكبر سناً والأصغر سناً في جودة الحياة الأكاديمية ويتفق مع ذلك العنزي (2021) حيث بينت نتائج دراسته عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المستوى الأول والثالث والخامس والسابع في جودة الحياة الأكاديمية وأيضاً تتفق دراسة العصيمي (2019) في أنه لا توجد فروق بين طلاب المستوى الأول وطلاب المستوى الرابع في جودة الحياة الأكاديمية مما يدعم نتيجة هذا التساؤل في عدم وجود علاقة ارتباطية بين العمر وجودة الحياة الأكاديمية. وتعارض نتيجة هذا التساؤل مع دراسة الحسينان (2015) حيث اظهرت النتائج وجود علاقة بين جودة الحياة الأكاديمية والمستوى الدراسي.

رابعاً: هل توجد علاقة ارتباطية بين القابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "معامل ارتباط بيرسون" لحساب العلاقة بين القابلية للتعلم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى عينة البحث والتي تتكون من (129) طالب وطالبة من طلبة الجامعة.

جدول 4

القابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية

الارتباط	ن	قيمة الارتباط	الدالة
القابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية	129	0.101	0.253

يتضح من قراءة النتائج بالجدول رقم (4) عدم وجود ارتباط دال بين القابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. وتحليل ما تم ذكره في الإطار النظري والاطلاع على الدراسات السابقة يتضح أن القابلية للتعليم الذاتي تعطي الفرد فرصة للاعتماد على نفسه في أداء المهام المطلوبة منه والحصول على كم مناسب ومفيد من المعلومات. وأيضا الاستقلالية في دراسة مجموعة متنوعة من الموضوعات ذات الصلة بدراسته أو قد يتعلم شيئا جديدا بمفرده وهذا قد يبعد الفرد عن حوله لفترة زمنية محددة مما قد يؤثر سلباً على تفاعلاته مع الآخرين وعلى مهاراته الاجتماعية. وهذا قد يفسر عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين القابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية. وبالنظر للأبعاد الخاصة بمقياس المهارات الاجتماعية إعداد عيد (2012) نجد أن البعد الأول بعنوان الضبط الانفعالي ويشتمل على (استقبال الانفعالات - التعبير عن الانفعالات- التحكم في الانفعالات) والبعد الثاني يمثل التفاعلات الاجتماعية والتي تشتمل على (العلاقات الاجتماعية مع الآخرين) والبعد الثالث وهو السلوكيات غير اللفظية ومن عرض هذه الأبعاد نجد وفرة السلوكيات والتفاعلات التي تتطلب حضور اجتماعي وتختلف أبعاد مقياس القابلية للتعليم الذاتي إعداد عيد (2018) عن ذلك في التركيز على الاعتماد على الذات والاستقلالية.

وتشير دراسة طريف والعتوم ومومني (2020) إلى أن مهارات التعلم الذاتي تساهم بمستوى ضعيف في تحسين العلاقات والمهارات الاجتماعية وذلك بالبحث في العلاقات بين الطالب الممارس للتعليم الذاتي والمعلم الذي يدرس له. وهذا يؤكد نتيجة هذا التساؤل في عدم وجود علاقة دالة بين القابلية للتعليم الذاتي وبين المهارات الاجتماعية.

خامساً: هل توجد فروق دالة بين متوسطات الذكور ومتوسطات الإناث من طلبة الجامعة في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام "اختبارات" لحساب الفروق بين متوسطات الذكور ومتوسطات الإناث من طلبة الجامعة في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية.

جدول 5

متوسطات الذكور ومتوسطات الإناث من طلبة الجامعة في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية

المتغير	الذكور (ن=60)		الإناث (ن=69)		قيمة "ت"	الدلالة
	م	ع	م	ع		
جودة الحياة الأكاديمية	58.9	11.76	60.15	144.95	0.535	0.594
القابلية للتعليم الذاتي	122.18	26.88	117.14	34.32	0.934	0.352
المهارات الاجتماعية	69.26	11.77	68.92	10.14	0.174	0.862

من نتائج الجدول الحالي رقم (5) يتضح عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية.

وربما يتضح من نتيجة هذا التساؤل أن جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية لا ترتبط بالنوع من حيث إذا كان الفرد ذكر أو أنثى إنما تعود للخصائص الشخصية الخاصة بكل فرد ومدى شعوره بالرضا عن الخدمات الأكاديمية داخل بيئته الجامعة وقدرته على الاستقلالية والرغبة في اكتساب كم مناسب من المعلومات وأيضا النماذج السلوكية الإيجابية المختلفة التي يمارسها مع الآخرين.

وتتفق نتائج دراسة مديد (2020) مع نتيجة هذا التساؤل في عدم ظهور فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير النوع (ذكور- إناث) في جودة الحياة الأكاديمية. وعلى النقيض تختلف دراسة الرشيد (2020) بوجود فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الاجتماعية تعزى لمتغير النوع وذلك لصالح الذكور. ويختلف ذلك مع ما ذكره (Argyle, 2019) في أن الذكور يتميزون بمستويات مرتفعة من المهارات الاجتماعية أكثر من الإناث.

خلاصة البحث

خلص البحث الحالي إلى أن جودة الحياة الأكاديمية متغير من المتغيرات التي تؤثر وتتأثر بالقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية. ويمثل هذا المتغير قوة حقيقة في زيادة قابلية ورغبة الطلاب والطالبات في الإقبال على عمليات التعليم والتعلم بأشكالها المختلفة. وأيضا رضا هؤلاء الطلبة عن البيئة الأكاديمية التي يعيشون فيها يساهم في ممارسات متنوعة للأنشطة التي تتيحها الجامعة الصفية منها واللاصفية مما يدعم نمو وتطور المهارات الاجتماعية.

ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي لدى طلبة الجامعة ويؤكد ذلك على أهمية شعور الطلبة بجودة الحياة الأكاديمية داخل البيئة الجامعية حتى تزداد لديهم الرغبة في ممارسة مهارات التعلم الذاتي. ولذا من الضروري أن تتولى الجامعة خطط استراتيجية ومبادرات فورية تعمل على تنشيط وتحفيز

الهوية الجامعية لطلبة الجامعة التي ينتمون إليها وذلك عن طريق تقديم كل ما هو مميز من خدمات مباشرة وغير مباشرة تقليدية وعن بعد لهؤلاء الطلاب والطالبات مما يدعم الأفكار الإيجابية عن الجامعة وإداراتها ومنسوبيها.

وأظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأكاديمية والمهارات الاجتماعية ويشير ذلك إلى أن شعور الفرد بمستوى جيد من الحياة الأكاديمية يساهم في زيادة تفاعلاته مع الآخرين وتدعيم مهاراته الاجتماعية داخل هذه البيئة الجامعية وهذا يؤكد على أن طلبة الجامعة لن يشاركوا بفاعلية في أنشطة الجامعة إلا إذا كان لديهم شعور بالرضا عن حياتهم الأكاديمية داخل هذه الجامعة.

وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القابلية للتعليم الذاتي وبين المهارات الاجتماعية وربما يعود ذلك كما تم ذكره من قبل إلى طبيعة ومحتوى كل متغير منهم حيث تبعث القابلية للتعليم الذاتي على الاستقلالية والاعتماد على الذات وتشجع المهارات الاجتماعية على الانخراط مع الآخرين في تفاعلات اجتماعية مختلفة. وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. وربما يعود ذلك لواقع الحياة في الوقت الحاضر وخصوصاً بعد أزمة تفشي فيروس كورونا والتي غيرت كثيراً في طبيعة ومكونات المجتمعات البشرية وأيضاً في الفروق بين الذكور والإناث من خلال بعض الخصائص الأكاديمية والاجتماعية.

توصيات البحث

من خلال النتائج التي توصل إليها البحث الحالي تتضح العلاقة الدالة بين جودة الحياة الأكاديمية والقابلية للتعليم الذاتي والمهارات الاجتماعية مما قد يقدم توصيات تؤكد على أنه يفضل تحسين جودة الحياة الأكاديمية لطلبة الجامعة عن طريق تجويد الخدمات التعليمية والإدارية المقدمة للطلبة والذي بدوره يزيد من القابلية للتعليم الذاتي وأيضاً يساهم في زيادة المهارات الاجتماعية. وأيضاً يمكن صياغة مجموعة من التوصيات في النقاط التالية:

- حث أعضاء هيئة التدريس بالجامعات على تطبيق الممارسات الحديثة التي تزيد من الشعور بجودة الحياة الأكاديمية.
- ضرورة تشجيع طلبة الجامعة على ممارسة مهارات التعلم الذاتي وتضمن ذلك ضمن متطلبات تقديم المناهج الدراسية.
- من الضروري التعرف على طلبة الجامعة الذين يعانون من مشكلات نفسية ومساعدتهم على تخطي هذه المشكلات مما يزيد من مشاعر جودة الحياة الجامعية لدى هؤلاء الطلبة.

- حث مراكز الإرشاد النفسي بالجامعات العربية على تقديم برامج تدريبية لتنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة مما يزيد من الشعور بجودة الحياة الأكاديمية.
- حث أعضاء هيئة التدريس بالجامعات على تشجيع الطلبة على ممارسة مهارات التعلم الذاتي تدريجياً.
- ضرورة تضمين برامج طويلة الأمد تساهم في زيادة جودة الحياة الأكاديمية ضمن الخطط الاستراتيجية للجامعات العربية.

تضارب المصالح

أفاد الباحث بعدم وجود تضارب في المصالح فيما يتعلق بهذا البحث، والملكية الفكرية، ونشر هذا البحث.

المراجع

- إبراهيم، فاطمة (2018). الذكاء الثقافي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية*، جامعة بابل، العراق، 39، 1569-1587.
- أبو حلاوة، محمد السعيد (2010). *جودة الحياة المفهوم والأبعاد*. المؤتمر العلمي السابع لكلية التربية جامعة كفر الشيخ، جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية في الفترة من 13-14 أبريل، 221-253.
- آل الشيخ، نوف (2020). جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية: دراسة مطبقة على عينة من طالبات جامعة الملك سعود وجامعة الفيصل في مدينة الرياض. *مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت*، 48 (4)، 65-95.
- جميل، سميرة وعبد الوهاب، داليا (2012). جودة الحياة في ضوء بعض الذكاءات المتعددة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية من تخصصات مختلفة. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (ASEP)* 22(1)، 67-106.
- الجهني، عبيد الله (2021). تأثير التعلم الذاتي لدى طلبة الدراسات العليا على فاعلية التعليم عن بُعد في ظل جائحة كورونا (جامعة الطائف أنموذجاً). *مجلة كلية التربية (أسبوت)*، 3 (37)، 131-156.
- حسن، محمد مجاهد نصر الدين. (2004). *أثر وحدة كمبيوترية مقترحة في تنمية مهارات استخدام شبكة المعلومات الدولية لدى طلاب المدارس الثانوية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- الحسينان، إبراهيم عبد الله (2015). جودة حياة الطالب الجامعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، دراسة على عينة من طلاب جامعة المجمعة. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*، 41، 185-238.
- حمادنة، همام سمير (2018). مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية. *المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي*، 11 (35)، 63-84.
- حمدان، محمد (2007). *معجم مصطلحات التربية والتعليم*. عمان: دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع.
- الديب، هالة فاروق (2010). *تنمية المهارات الاجتماعية باستخدام الوسائط المتعددة لدى الأطفال المعاقين عقلياً*. الاسكندرية: مؤسسة حورس الدولية.
- رجيعه، عبد الحميد والشافعي، إبراهيم (2002). *المهارات الاجتماعية والتوافق الدراسي وعلاقتها بالاكْتئاب لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات*. دراسة تنبؤية، المؤتمر السنوي التاسع، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 312 – 340.
- الرشدي، بندر عبد الرحمن بن مطني (2020). أثر التعلم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي لدى طلبة تقنيات التعليم والاتصال في جامعة حائل. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 1 (28)، 141-161.
- الزيدي، بيان وحمد، نرجس (2017). مستوى القابلية للتعلم الذاتي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية في ضوء متطلبات التعامل مع المستحدثات التكنولوجية الحديثة. *دراسات العلوم التربوية*، 44، 43-61.
- الزيدي، قيس رشيد خواف (2021). الاستقلالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى أطفال الرياض. *مجلة الكلية الإسلامية الجامعة*، 59، 379 - 407.

السالم، وفاء بنت عبد الله بن محمد (2015). *صبيغة مقترحة لفلسفة التعلم الذاتي بالتعليم العام بالمملكة العربية السعودية في ضوء بعض التجارب العالمية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

شوقي، طريف (2003). *المهارات الاجتماعية والاتصالية، دراسات وبحوث نفسية*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

صوفي، نجلاء (2005). *تصميم برنامج أنشطة لعب لإكساب أطفال الرياض الصم بعض المهارات الاجتماعية*. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان.

طريه، محمد عصام. (2009). *استراتيجيات التعلم والتعليم الفعال*. عمان: دار الإساء للنشر والتوزيع.

طريف، ساجدة مطلب والعتم، عدنان ومومني، عبد اللطيف (2020). *القدرة التنبؤية لكل من التغذية الراجعة وعلاقة المعلم بالطالب في التعلم المنظم ذاتيا*. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 1(28)، 905-929.

عابدين، حسن، والشرقاوي، فتحي (2016). *مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية*. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، 26(6)، 153-234.

عبد المطلب، السيد الفضالي (2014). *جودة الحياة الجامعية في ضوء كل من توجه الهدف والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية*. دراسات تربوية ونفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق، 83(1)، 71-126.

العتيبي، لفا محمد (2014). *تصميم مقياس جودة الحياة الأكاديمية لطلاب الجامعة*. مجلة القراءة والمعرفة، 148(1)، 241-280.

العصيمي، فيصل طلال (2019). *جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلاب جامعة أم القرى*. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. 114(1)، 299-348.

العنزي، فراحان (2021). *التمكين النفسي وعلاقته بجودة الحياة الأكاديمية لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية*. مجلة العلوم التربوية، 2(28)، 192-91.

عيد، يوسف محمد (2012). *توقعات الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالثقة بالنفس والمهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة بالمملكة العربية السعودية*. مجلة كلية التربية بجامعة المنصورة، 81(1)، 259-291.

عيد، يوسف. (2017). *قلق الكلام والأمن النفسي والمهارات الاجتماعية لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك خالد*. مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق، 5(19)، 33-66.

عيد، يوسف. (2018). *التفوق الدراسي وعلاقته بالقابلية للتعلم الذاتي والدافعية للإنجاز وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى طلاب الجامعة بالمملكة العربية السعودية*. مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق، 22(1-37).

الفتلاوي، سهيلة محسن كاظم (2004). *تفريد التعليم في إعداد وتأهيل المعلم: أنموذج في القياس والتقويم التربوي*. عمان: دار الشروق.

الفراء، اسماعيل صالح والنواجحة، زهير عبد الحميد (2012). *الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية*. مجلة جامعة الأزهر بغيره، سلسلة العلوم الإنسانية، 14(2)، 57-90.

القثامي، نوره وفلمبان، غدير (2019). أثر التفاعل بين نمط بيئة التعلم الإلكتروني ومستوى القابلية للتعلم الذاتي على التفكير الناقد والتحصيل في مادة الرياضيات لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 3(6)، 91-123.

مديد، ماجد فرحان. (2020). *التعلم المنظم ذاتيا وعلاقته بالتفكير التحليلي لدى طلبة الجامعة*. رسالة ماجستير، جامعة تكريت. كلية التربية للبنات، العراق.

مرسي، جلييلة (2006). فعالية برنامج تدريبي لإكساب بعض المهارات الاجتماعية لتخفيف حدة الضغوط النفسية لدى الطالبات المستجدات بكلية التربية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، القاهرة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، 16 (51)، 213-263.

مسعودي، أمحمد (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي، دراسة تحليلية. *مجلة العلوم الإنسانية*. جامعة وهران، الجزائر، 20، 220-203.

المغربي، أحمد (2007). *التعلم الذاتي المستقل*. القاهرة: دار الفجر.

المقدم، محمد؛ ومحمد، ناجح؛ وعلي، السعيد (2001). مستوى القابلية للتعلم الذاتي لدى الطلاب المعلمين بكليات التربية بمصر في ضوء متطلبات التعامل مع المستحدثات التكنولوجية. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، 103، 53-109.

منسي، محمود عبد الحليم وكاظم، علي مهدي (2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلاب الجامعة في سلطنة عمان. *مجلة أماراباك، الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا*، 1، 41-64.

منسي، محمود وكاظم، علي (2006). *مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة*. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، مسقط، 17-19 ديسمبر، 63-78.

النجدي، أحمد وعبد الهادي، مني وراشد، علي. (2003). *طرق وأساليب واستراتيجيات حديثة في تدريس العلوم*. القاهرة: دار الفكر العربي.

Abdeen, H., & El Sharkawy, F. (2016). Self-regulation skills and psychological resilience and their relationship to the quality of academic life among students of the Faculty of Education, Alexandria University (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education, University of Alexandria*, 26 (6), 153-234.

Abdul Muttalib, A. (2014). The quality of university life in the light of both goal orientation and academic achievement among students of the College of Education (in Arabic). *Educational and Psychological Studies*, College of Education, Zagazig University, 83, (1), 71-126.

Abu Halawa, M. (2010). *Quality of life concept and dimensions* (in Arabic). The Seventh Scientific Conference of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, Quality of Life as an Investment in Educational and Psychological Sciences, in the period from April 13-14, 221-253.

Ahangr, R. (2010). A study of resilience in relation. cognitive styles and decision-making styles of management students, *Journal of Business Management*, 46, 953-961.

- Al-Enezi, F. (2021). Psychological empowerment and its relationship to the quality of academic life among a sample of students at Imam Muhammad bin Saud Islamic University (in Arabic). *Journal of Educational Sciences*, 2(28), 192-91.
- Al-Farra, I. & Al-Nawajihah, Z. (2012). Emotional intelligence and its relationship to quality of life and academic achievement among students at Al-Quds Open University in Khan Yunis educational district (in Arabic). *Journal of Al-Azhar University in Gaza, Humanities Series*, 14, (2), 57-90.
- Al-Fatlawi, S. (2004). *Individualizing education in teacher preparation and qualification: A model for educational measurement and evaluation* (in Arabic). Amman: Dar Al Shorouk.
- Al-Hussainan, I. (2015). University student quality of life and its relationship to some demographic variables, a study on a sample of Majmaah University students (in Arabic). *Educational Journal*, Faculty of Education, Sohag University, 185, 41-238.
- Al-Juhani, O. (2021). The effect of self-learning among postgraduate students on the effectiveness of distance education in light of the Corona pandemic (Taif University as a model) (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education (Assiut)*, 3 (37), 156-131.
- Al-Maghrabi, A. (2007). Independent self-learning (in Arabic). Cairo: Dar Al-Fajr.
- Al-Najdi, A., Abdel-Hadi, M. & Rashid, A. (2003). *Modern methods, methods and strategies in teaching science* (in Arabic). Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Osaimi, F. (2019). The quality of university life and its relationship to academic self-efficacy among Umm Al-Qura University students (in Arabic). *Arabic studies in education and psychology*. (114), 299-348.
- Al-Otaibi, L. (2014). Designing a measure of the quality of academic life for university students (in Arabic). *Reading and Knowledge Journal*, (148), 241-280.
- Al-Qathami, N. & Flemban, G. (2019). The effect of the interaction between the type of e-learning environment and the level of self-learning ability on critical thinking and achievement in mathematics for secondary school students (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 3(6), 91-123.
- Al-Rashidi, B. (2020). The effect of e-learning in improving self-learning skills among students of educational and communication technologies at the University of Hail (in Arabic). *Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies*. 1(28), 161-141.
- Al-Salem, W. (2015). *A suggested formula for self-learning philosophy in general education in the Kingdom of Saudi Arabia in the light of some international experiences* (in Arabic). Unpublished master's thesis, College of Social Sciences, Imam Muhammad bin Saud Islamic University.

- Al-Sheikh, N. (2020). The quality of life of the university student: a study applied to a sample of female students at King Saud University and Al-Faisal University in the city of Riyadh (in Arabic). *Journal of Social Sciences*, Kuwait University, 48 (4), 65-95.
- Al-Zaidi, Q. (2021). Independence and its relationship to social skills among kindergarten children (in Arabic). *Journal of the Islamic University College*, 59, 379-407.
- Al-Zubaidi, B. & Hamdi, N. (2017). The level of self-learning ability among students of the Faculty of Educational Sciences at the University of Jordan in the light of the requirements of dealing with modern technological innovations (in Arabic). *Educational Science Studies*, 44, 43-61.
- Argyle, M. (2019). Social skills. *Companion Encyclopedia of Psychology*, 1, 454-481.
- Bhandari B, Chopra D. & Singh K. (2020). Self-directed learning: assessment of students' abilities and their perspective. *Advances of Physiological Education*, 44, 383-386.
- Chattu, V. K., Sahu, P. K., Seedial, N., Seecharan, G., Seepersad, A., Seunarine, M., Sieunarine, S., Seymour, K., Simboo, S., & Singh, A. (2020). An exploratory study of quality of life and its relationship with academic performance among students in medical and other health professions. *Medical Sciences (Basel, Switzerland)*, 8(2), 23. <https://doi.org/10.3390/medsci8020023>
- Eid, Y. (2017). Speech anxiety, psychological security, and social skills among students of the Department of Special Education at King Khalid University (in Arabic). *Journal of Special Education*, Zagazig University, 5 (19), 33-66.
- Eid, Y. (2018). Academic excellence and its relationship to self-learning ability, achievement motivation, and self-efficacy expectations among university students in the Kingdom of Saudi Arabia (in Arabic). *Journal of Special Education*, Zagazig University, 22, 1-37.
- Eid, Y. (2012). Expectations of self-efficacy and its relationship to self-confidence and social skills among university students in the Kingdom of Saudi Arabia (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education*, Mansoura University, 81, 291:259.
- El Deeb, H. (2010). *Developing social skills using multimedia among children with mental disabilities* (in Arabic). Alexandria: Horus International Foundation.
- Hamadneh, H. (2018). The level of satisfaction of non-Saudi students at King Saud University with the quality of university life (in Arabic). *Arab Journal of University Education Quality Assurance*, 11 (35), 63-84.
- Hamdan, M. (2007). *A glossary of education terms* (in Arabic). Amman: Knowledge Treasures House for publication and distribution.

- Hassan, M. (2004). *The effect of a proposed computer unit on developing the skills of using the international information network for secondary school students* (in Arabic). Unpublished master's thesis, Faculty of Education, Al-Azhar University.
- Ibrahim, F. (2018). Cultural intelligence and its relationship to the quality of life among university student (in Arabic). *Journal of the College of Basic Education for Educational and Human Sciences*, University of Babylon, Iraq, 39, 1569-1587.
- Jamil, S. & Abdel-Wahab, D. (2012). Quality of life in the light of some multiple intelligences among secondary school students from different disciplines (in Arabic). *Arab Studies in Education and Psychology*, (ASEP), 22(1), 67-106.
- Lynch, S. & Simpson, C. (2010). Social skills: laying the foundation for success. *Dimensions of Early Childhood*, 2 (38), 3-12.
- Madeed, M. (2020). *Self-regulated learning and its relationship to analytical thinking among university students* (in Arabic). Master's thesis, University of Tikrit. College of Education for Girls, Iraq.
- Mansi, M. & Kazem, A. (2010). Developing and codifying a quality of life measure for university students in the Sultanate of Oman (in Arabic). *Amarabac Journal, American-Arab Academy of Science and Technology*, 1 (1), 41-64.
- Mansi, M. & Kazem, A. (2006). Quality of life measure for university students (in Arabic). Proceedings of the Symposium on Psychology and Quality of Life, College of Education, Sultan Qaboos University, Muscat, 17-19 December, 63-78.
- Masoudi, A. (2015). Quality of life research in the Arab world, an analytical study (in Arabic). *Humanities Journal*. Oran University, Algeria, 20, 203-220.
- Morsi, J. (2006). The effectiveness of a training program to provide some social skills to reduce psychological stress among new students at the College of Education (in Arabic). *Egyptian Journal of Psychological Studies*, Cairo, Egyptian Society for Psychological Studies, 16 (51), 213-263.
- Muqaddam, M. & Muhammad, s. & Ali, A. (2001). The level of self-learning ability among student teachers in the faculties of education in Egypt in the light of the requirements of dealing with technological innovations (in Arabic). *Journal of the College of Education*, Al-Azhar University, 103, 53-109.
- Onah, D.F.O., Pang, E.L.L. & Sinclair, J.E. (2020). Cognitive optimism of distinctive initiatives to foster self-directed and self-regulated learning skills: A comparative analysis of conventional and blended learning in undergraduate studies. *Educ Inf Techno*. 25, 4365–4380. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10172-w>
- Patterson C, Crooks D, Lunyk-Child O. (2002). A new perspective on competencies for self-directed learning. *J Nurs Educ*. 41(1):25-31.

- Pedro, E., Alves, H., & Leitão, J. (2018). "Does the quality of academic life mediate the satisfaction, loyalty and recommendation of HEI students?". *International Journal of Educational Management*, 32(5), 881-900.
- Regaih, A. & al-Shafi'i, I. (2002). *Social skills, academic adjustment, and their relationship to depression among university students in the light of some variables* (in Arabic). A predictive study, the ninth annual conference, Cairo, Psychological Counseling Center, Ain Shams University, 312-340.
- Shawky, T. (2003). *Social and communication skills, psychological studies and research* (in Arabic). Cairo: Dar Gharib for printing, publishing and distribution.
- Sophie, N. (2005). *Designing a play activities program to provide deaf children in Riyadh with some social skills* (in Arabic). Master's thesis, Faculty of Education, Helwan University.
- Subotnik, L. (2012). *Improving student behavior through social skills instruction*. Master's Action Research Project, saint Xavier university, U.S.A: Illinois.
- Sugara, G. (2018). Student Quality-of-Life in Academic Culture Perspective. *Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counselling*, 2(1), 47-60.
- Tarabay, M. (2009). *effective teaching and learning strategies* (in Arabic). Amman: Dar Al-Isra for publication and distribution.
- Tarif, S., Al-Atoum, A. and Momani, A. (2020). The predictive power of feedback and the teacher-student relationship in self-regulated learning (in Arabic). *Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies*, 1 (28), 905-929.
- Yu, G. B., & Kim, J. (2008). Testing the mediating effect of the quality of college life in the student satisfaction and student loyalty relationship. *Applied Research in Quality of Life*. 3(1), 1–21.