

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الجبيلي بونعامة خميس مليانة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الموضوع

# الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجبيلي بونعامة خميس مليانة

مذكرة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على شهادة الماستر علم النفس وعلوم تربية

تخصص: إرشاد وتوجيه

تحت إشراف الأستاذ:

إعداد وتقديم الطالبان :

- د / زين العابدين عبد الحفيظ

- حاج قدور جميلة

- ناصري حليلة

لجنة المناقشة :

رئيساً	د/الود نوري
ممتحناً	د/جيلالي ميزايني
مشرفاً	- د / زين العابدين عبد الحفيظ

السنة الجامعية: 2023/2022

# \*- كلمة شكر -\*

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة ووفقنا لإنجاز  
هذا البحث نتوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من  
ساعدنا من قريب ومن بعيد وتذليل ما واجهنا من  
صعوبات ونخص بالذكر الأستاذ المشرف عبد الحفيظ زين  
العابدين الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة  
التي كانت عوناً لنا في إتمام هذا البحث.

كما نسجل عظيم شكرنا إلى هيئة المناقشة الذين تكرموا  
بالموافقة على مناقشة هذا الإنتاج العلمي ونتقدم بالشكر  
لجميع الأساتذة الأفاضل الذين قدموا لنا المساعدة من  
خلال توجيهاتهم ونصائحهم وكذا نشكر الزملاء الذين  
ساعدونا في التطبيق.

# \*- إهداء -\*

الحمد لله وحده والصلاة على من لا نبي بعده أما بعد الحمد لله الذي وفقنا  
لثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا هذه ثمرة الجهد والنجاح  
بفضله تعالى.

أهدي ثمرة جهدي هذا إلى أعز وأغلى إنسانة في حياتي، التي أنارت دربي  
بنصائحها، وكانت بحرا صافيا يجري بفيض الحب والبسمة، إلى من زينت  
حياتي بضياء البدر وإلى من منحني القوة والعزيمة، لمواصلة دربي وكانت  
سبب في مواصلة دراستي، إلى الغالية علي وحبيفة قلبي.

أمي

إلى روح أبي الطاهرة

إلى من هم ملاذي ورمز فخري واعتزازي فأنا منهم وهم مني شقيقاي. إلى  
أصدقائي من كسب صحبتكم عاش أحلى الأزمان ومن كسب مثلكم نسي كل  
الأحزان فقلبي يحترمكم ودعوات ربي أن يحفظكم ويرعاكم وعلى نهر الجنة  
بإذنه ألقاكم.

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور المشرف "زين العابدين عبد  
الحفيظ" على كل ما قدمه لنا من توجيهات ومعلومات ساهمت في إثراء  
دراستنا، وإلى أعضاء لجنة المناقشة.

\*\*\* جميلة حاج قدور \*\*\*

# \*- إهداء -\*

الحمد لله الذي وفقنا وهدانا وأنار لنا دربنا وهون علينا الصعب وكان لنا خير عون  
فله الحمد والشكر....

أهدي تخرجي إلى الصدر الحنون أعظم مخلوق أنعم الله علينا بوجوده إلى قرة عيني  
إلى من يطرب اللسان بذكر اسمها التي أرجو أن أكون قد نلت رضاها أمي الغالية "أم  
الخير" أتمنى لها دوام الصحة والعافية ويزقها الله الشفاء العاجل ويطيل عمرها  
ويحفظها لي ومعى دائما وأبدا...

إلى من كان شمعة تحترق لتضيء طريقي الناصح الخائف على فلذة كبده الذي  
أفتخر بذكر وحمل اسمه إلى الذي تضحج المجالس بحسن سيرته أبي الغالي  
"بلقاسم"...

إلى روح خالي الطاهرة الذي طالما كان محبا للنجاح .....

إلى سند العائلة أخي العزيز "نذير سدد الله خطاه وأصلح أمره وإلى أختاي الغاليتين  
اللاتي طالما كانتا الكتف الذي أستند عليه "هدى وعبلة «سدد الله خطاهم . إلى رمز  
البهجة والبراءة أحفاد العائلة كوثر، يقين، دينة ووتين.

وأخص بالذكر رفيقتا دربي وصديقتاي ومصدر قوتي «عفاف ونجود "أدام الله  
عشرتنا.

وإلى الأستاذ المشرف "عبد الحفيظ زين العابدين" الذي رسم لنا طريق النجاح  
ونشكره على دعمه المستمر وتفانيينا في أن يتم العمل على أحسن وجه.

\*\*\* ناصري حليلة \*\*\*

## الملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة بجامعة الجيلالي بونعامة ، و لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي ، بحيث تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية المكون من 47 بنداً موزع على ثلاثة ابعاد هي الالتزام و يضم 16 بند و بعد التحكم و يضم 15 بند، و بعد التحدي و يضم 16 بند . و مقياس جودة الحياة المكون من 56 بند موزعة على ستة ابعاد تمثلت في الصحة العامة و يشمل 8 بنود، بعد الصحة العامة و يشمل 8 بنود، بعد الرضا عن الحياة و يشمل 10 بنود، بعد العلاقات الاسرية و الاجتماعية و يشمل 9 بنود، بعد الصحة النفسية و يشمل 10 بنود، بعد النجاح الاكاديمي و يشمل 9 بنود و البعد الأخير بعد شغل أوقات الفراغ و يشمل 10 بنود.

بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة تم تطبيقها على عينة متكونة من 150 طالب و طالبة من جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة ، و تم التحقق من فرضيات الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية Spss للعلوم الاجتماعية

أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- ✓ عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية و جودة الحياة لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة .
  - ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.
  - ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الكليات
  - ✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس
  - ✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الكليات.
- الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، جودة الحياة، طلبة الجامعة.

## **Summary**

The current study aims to reveal the relationship between psychological hardiness and quality of life at the University of Djilali Bounaama.

The sample of the study included (150) university students at the University of Djilali Bounaama, Khemis Miliana, and the psychological hardiness scale "Mkhaimer" was used, and the quality of life scale prepared by the researcher "Douida Asia" and the descriptive approach was applied. The study found the following results:

\_ There is no statistically significant correlation between psychological hardiness and quality of life among the students of Khemis Miliana University, and therefore the hypothesis is not verified.

\_ Other There are no statistically significant differences in the level of psychological hardiness among the students of Khemis Miliana University due to the gender variable (male / female), and therefore the hypothesis is not verified.

There are statistically significant differences in the level of quality of life among students of Khemis Miliana University due to the gender variable (male/female).

\_ There are no statistically significant differences between the mean scores of Khemis Miliana University students due to the college variable in psychological hardiness.

\_ There are statistically significant differences between the mean scores of Khemis Miliana University students due to the college variable in the quality of life.

Keywords: psychological hardiness, quality of life, university students.

فهرس المحتويات

الرقم	فهرس المحتويات	الصفحة
01	شكر	
02	الإهداء	
03	ملخص الدراسة باللغة العربية	
04	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	
05	فهرس المحتويات	
06	فهرس الجداول	
07	فهرس الأشكال	
08	فهرس الملاحق	
09	مقدمة	أ
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة		
01	الإشكالية	04
02	فرضيات الدراسة	05
03	أهداف الدراسة	05
04	أهمية الدراسة	05
05	تحديد مصطلحات الدراسة	06
	1_ الصلابة النفسية	06
	2_ جودة الحياة	06
06	الدراسات السابقة	07
07	التعقيب على الدراسات السابقة	10
الفصل الثاني: متغيرات الدراسة		
	الصلابة النفسية	12
	تمهيد	12
01	مفهوم ونشأة الصلابة النفسية	12

13	تعريف الصلابة النفسية	02
13	أهمية الصلابة النفسية	03
14	أبعاد الصلابة النفسية	04
15	خصائص ذوي الصلابة النفسية	05
16	خصائص منخفضي ومرتفعي الصلابة النفسية	06
17	النظريات المفسرة للصلابة النفسية	07
19	مقاييس الصلابة النفسية	08
20	جودة الحياة	
20	التطور التاريخي لمفهوم جودة الحياة	01
20	مفاهيم جودة الحياة	02
21	مكونات جودة الحياة ومؤشراتها	03
22	مجالات جودة الحياة	04
23	مظاهر جودة الحياة	05
24	النماذج والنظريات المفسرة لجودة الحياة	06
26	جودة الحياة في الجزائر	07
28	خلاصة الفصل	
الفصل الثالث: منهجية الدراسة وإجراءاتها		
30	تمهيد	
30	الدراسة الاستطلاعية	01
30	مجتمع الدراسة	02
31	عينة الدراسة	03
32	أدوات الدراسة	04
35	حدود الدراسة	05
36	المعالجة الإحصائية	06
الفصل الرابع: عرض ومناقشة فرضيات الدراسة		

38	تمهيد	
38	عرض ومناقشة الفرضية الأولى	01
39	عرض ومناقشة الفرضية الثانية	02
41	عرض ومناقشة الفرضية الثالثة	03
43	عرض ومناقشة الفرضية الرابعة	04
44	عرض ومناقشة الفرضية الخامسة	05
49	الاستنتاج العام	
51	التوصيات	
53	قائمة المراجع	
58	الملاحق	

#### فهرس الجداول

الصفحة	فهرس الجداول	الرقم
31	عينة الطلبة من حيث الجنس	01
31	عينة الطلبة من حيث الكلية	02
33	دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس الصلابة النفسية	03
33	معامل ثبات ألفا لكرو نباخ لمقياس الصلابة النفسية	04
35	دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس جودة الحياة	05
35	معامل ثبات ألفا كرو نباخ لمقياس جودة الحياة	06
38	معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في الصلابة النفسية ودرجاتهم في جودة الحياة	07
39	دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في الصلابة النفسية	08
41	اختبار تجانس تباينات درجات المجموعات لمتغير الصلابة النفسية حسب الكلية	09

41	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة جامعة خميس مليانة في الصلابة النفسية حسب متغير الكلية	10
42	دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في الصلابة النفسية حسب متغير الكلية	11
43	دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في جودة الحياة	12
45	اختبار تجانس تباينات درجات المجموعات لمتغير جودة الحياة حسب الكلية	13
45	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة جامعة خميس مليانة في جودة الحياة حسب متغير الكلية	14
46	دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في جودة الحياة حسب متغير الكلية	15
46	المقارنات البعدية بطريقة شيفية لاتجاه الفروق في جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة حسب متغير الكلية	16

#### فهرس الاشكال

الرقم	فهرس الأشكال	الصفحة
01	نموذج كوبازا الأول الخاص بالعلاقة بين الضغوط والأمراض	17
02	نموذج فنك في الصلابة النفسية	15

#### فهرس الملاحق

الرقم	فهرس الملاحق	الصفحة
01	استمارة المعلومات العامة	58
02	مقياس الصلابة النفسية	59
03	مقياس جودة الحياة في صورته الأولى	62
04	مقياس جودة الحياة في صورته النهائية	66
05	نتائج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss لفرضيات الدراسة	70

# مقدمة

أصبح الإنسان يعيش في زمن كثرت فيه الضغوطات والصراعات، وأن التغييرات التي تحدث في حياته تبعاً لهذه المؤثرات لم تكن تغييرات عادية بل معقدة ومركبة ومتسارعة مما يزيد من تأثيراتها المباشرة وغير المباشرة على البناء النفسي والصحة النفسية للفرد، كما وأنها من الممكن أن تسبب له الإحساس بخلل في صحته النفسية، وهذا ما يجعله يبحث عن مصادر نفسية تساهم في تحصيله النفسي وتدعيم ميكانيكيات التوافق النفسي لديه، ومن أهم العوامل النفسية التي تساعد الفرد على التوافق مع المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في الحياة اليومية، الصلابة النفسية وعلى الرغم من استخدام هذا المصطلح في سياقات الطب والمرض وما تبع ذلك حتى في مجال الإدارة، فهو متغير ينمو مع مراحل طفولة الفرد المبكرة حيث تتأثر فيها الشخصية بمؤسسات التنشئة الاجتماعية.

فالصلابة النفسية تعد من مصادر المقاومة والوقاية النفسية للأحداث الضاغطة التي تزود الفرد بروح التحدي وتقوي من عزيمته فينظر إلى الحياة بشكل إيجابي وهذا يرجع لخاصية الصلابة وتأثيرها على عدة متغيرات يركز عليها علم النفس الإيجابي ومن أهمها جودة الحياة. ويذكر السمادوني (2017) في هذا السياق أن متغير الصلابة النفسية يعد من المتغيرات التي تعمل على تحسين جودة الحياة وعن الحياة بشكل عام.

فالصلابة النفسية حسب كوبازا (Kobasa) اعتقاد علم للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية وإن تمتع الفرد بالصلابة النفسية يجعله يحتفظ بصحته النفسية والجسمية عند مواجهة الضغوط. حيث يعد موضوع الصحة النفسية من الموضوعات الحيوية في علم النفس، باعتباره مصدر اهتمام من المتخصصين في العلوم النفسية والطبية والتربوية. حيث يسعى الإنسان إلى أن يحقق أعلى درجة من درجات الصحة النفسية والتوافق النفسي. ولقد أقرت منظمة الصحة العالمية بأنه لا توجد صحة بمعزل عن الصحة النفسية. وأن هذا الإحساس الإيجابي الصحي النفسي هو القاعدة والأساس للعافية والوظيفة الفعالة من أجل الفرد والمجتمع، فاستمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية والنجاح في عمله ورضاه عنها، والإقبال على الحياة والتفاؤل، تعد من مؤشرات الصحة النفسية التي كثيراً ما تتداخل مع مفهوم جودة الحياة، (يعقوب، 2006، ص60) الذي يعتبر مفهوماً حديثاً حيث ظهر في الكثير من الدراسات النفسية والاجتماعية والاقتصادية وحتى الطبية. ولقد عرفت كارول رايف (Rayf) وآخرون 2006 جودة الحياة بأنها الإحساس بحسن الحال، والذي يتحدد بالدلائل السلوكية التي تدل على ارتفاع مستوى رضا الفرد على ذاته، وعن حياته بشكل عام واستقلاليته في تحديد مساره حياته، كما يرتبط ذلك بالشعور العام بالسعادة والطمأنينة، ويرى كل من منسي وكاظم 2006 أن جودة الحياة تعبر عن حسن صحة الإنسان الجسدية والنفسية ونظافة البيئة المحيطة والرضا عن الخدمات التي تقدم له مثل التعليم وشيوع روح المحبة والتفاؤل بين الناس فضلاً عن الإيجابية وارتفاع الروح المعنوية والانتماء للوطن. (دودين، 2014، ص14)

ومرحلة التعليم الجامعي هي إحدى أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مداركات المتعلمين لجودة حياتهم، لأن طلبة الجامعة يمرون بمرحلة نمائية مهمة في حياتهم، فهم يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة والزواج والاستقرار الأسري، ومن ثم فإن نظرتهم لجودة حياتهم تؤثر في أدائهم الدراسي وفي دافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم.

## مقدمة

ومن هنا ارتأينا أن ندرس العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة وقد تم برمجة هذه الدراسة ضمن فصول مقسمة إلى جانبين، جانب نظري واخر تطبيقي، وقد قسمنا الجانب بدوره إلى مجموعة من الفصول،

الفصل الأول:

تناولنا فيه المشكلة واعتباراتها متطرفين في ذلك إلى إشكالية الدراسة وفرضياتها مع الأهداف والأهمية والتعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة مستنديين فيها على الدراسات السابقة الموجودة في المجال، والتي تناولت متغيرات الدراسة ثم التعليق عليها.

أما الجانب الثاني فهو مخصص للشق التطبيقي حيث يحتوي على فصلين.

الفصل الثالث: وعنوانه بالإجراءات المنهجية للبحث حيث تطرقنا فيه إلى الدراسة الاستطلاعية ومجتمع وعينة وأدوات وحدود الدراسة (المكانية والزمانية والبشرية) إضافة إلى الخصائص السيكو مترية للمقاييس في الدراسة الحالية مختتمين الفصل بالمعالجة الإحصائية.

الفصل الرابع:

وشمل هذا الفصل عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها

وجانب ميداني استعملنا فيه الإجراءات المعروفة في البحث الميداني، واستخدمنا فيه البرامج الحديثة في الإحصاء ودراسة الفرضيات. بغرض الوصول إلى نتائج أكثر دقة.

# الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1/الإشكالية.

2/فرضيات الدراسة.

3/أهداف الدراسة.

4/أهمية الدراسة.

5/تحديد مصطلحات الدراسة.

6/الدراسات السابقة.

7/التعقيب على الدراسات السابقة.

شهد العالم في الآونة الأخيرة تسارع في إيقاع الحياة نتيجة سعي الفرد لتحسين حياته والوصول لأهدافه وتحقيق النجاح في مختلف المجالات، حيث كان يسعى أساسا الى تحقيق المعنى الإيجابي فهو لا يسعى لغرض واحد فقط، كتهيئة أفضل الظروف الاجتماعية لعيشها، لان هذا وحده لا يحقق السعادة والرضا، ولكن اهتمامه الرئيسي هو أن يكون لحياته معنى ومغزى.

ولإنسان في حالة دائمة الى موائمة مستمرة بين مكوناته الذاتية والظروف الخاصة لمواجهة مختلف الازمات وتحقيق التوازن في دراسة زيد الخير، هومن بين المصادر النفسية والاجتماعية التي حظيت باهتمام كبير من طرف الباحثين نجد كل من الصلابة النفسية وجودة الحياة لانهما يعدان من أهم الأساسيات التي تسمح للفرد بالتعامل مع الأحداث الضاغطة وكيفية إدراكها اعتبر العلماء على رأسهم كوباسا (Kobasa) 1982 أن مصطلح الصلابة النفسية شكل مكون جيدا في شخصية الإنسان، وظيفتها مساعدة الفرد في تحقيق ذلك المعنى. (2016، ص5).

واعتبرها «جونسو» (Jounso) أنها القدرة على التحمل أثناء الأزمات، وأن الضغوط التي تواجه الفرد تجعله في صراع دائم من أجل تحقيق راحته الذاتية. فالصلابة النفسية تعتبر مرحلة يكتسبها الفرد بعد مروره بمجموعة من ضغوطات ما يجعله يتمتع بحياة إيجابية أو ما يسمى بجودة الحياة (محمود 2016)

حيث يؤكد (2006, picher, hajiran) أن الحياة الجيدة و السعيدة تنعكس على دور الإنسان في حياته ، هذا ماكدته دراسة شيك حول ارتباط جودة الحياة بالسعادة النفسية (دويده،2016،ص8). باعتبار الصلابة النفسية واحدة من الجوانب الأساسية التي تلعب دورا هاما في جودة حياة الفرد، فمن يعانون من الانخفاض فيها يكونون عرضة للأضرار النفسية والصحية على المدى الطويل، بينما الذين لديهم ارتفاع فيها يكونون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط النفسية، إذا يشكل ذلك لديهم حماية وأمانة ضد تلك الضغوط النفسية، كما أنها تعتبر القدرة على فهم الظروف الخارجية بدقة واتخاذ القرار المرغوب فيه في الوقت المناسب (لعزالي،2021، ص 257)

وبأن مختلف أنواع الضغوطات النفسية تظهر بكثرة في الأوساط التعليمية ومن أهمها الوسط الجامعي، حيث يسعى الطلبة إلى تحقيق التفوق والتميز، وكذا شعورهم بالخوف من المستقبل (كالبطالة والإخفاق) من خلال الواقع الذي يعيشونه، وهذا ما أكدته دراسة "عيسو وفعال" (2018) تحت موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السرطان والتي توصلت إلى وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة.

انطلاقا من كل ما سبق جاءت هذه الدراسة لتحاول التعرف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، والتي تتلخص إشكاليتهما في التساؤل الرئيس التالي:

-هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة؟

## الفصل الاول : الاطار العام للدراسة

وتفرعت عنها التساؤلات التالية:

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الكليات؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الكليات؟

### 2/الفرضيات:

- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

### الفرضيات الفرعية :

- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الكليات.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الكليات.

### 3/أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق جملة من النقاط وهي:

- ✓ معرفة طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة.
- ✓ الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة الجيلالي بونعامة تبعاً لمتغير الجنس.
- ✓ الكشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة تبعاً لمتغير الكليات لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة.

## الفصل الاول : الاطار العام للدراسة

### 4/أهمية الدراسة:

- \_تناول الدراسة لمتغير الصلابة النفسية والذي يعد جوهر في الصحة النفسية للفرد.
- \_تعد الدراسة الحالية دراسة تشخيصية لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الجليلي بونعامة
- \_تناول الدراسة لشريحة اجتماعية مهمة وهي طلبة الجامعة والذي تعد عماد المستقبل.
- \_الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في وضع برامج إرشادية لتقوية الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الجليلي بونعامة.

### 5/تحديد مصطلحات الدراسة:

في هذا العنصر سنقوم بتحديد مصطلحات الدراسة التي تمثلت في:

#### 1/الصلابة النفسية:

التعريف في اللغة: صلب أي شديد صلب الشيء صلابة فهو صلب وصلب أي شديد(عثمان عبد الله،2020، ص98)

التعريف الاصطلاحي: عرفها سوزان "كوبازا" "Kobasa" وأخرون بأنها اعتقاد عام للفرد في قدرته على استخدام كل مصادره النفسية والبيئية المتاحة من اجل إدراك وتفسير ومواجهة ضغوط الحياة، وهي تتكون من ثلاثة خصائص: الالتزام\_ التحكم والتحدي.(زيد الخير،2021، ص5)

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يتحصل عليها طالب جامعة جليلي بونعامة من خلال تطبيق مقياس الصلابة النفسية المعد من طرف مخيمر.

#### 2/جودة الحياة:

- اصطلاحا : يرى فرانك بأن جودة الحياة هي حسن توظيف امكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانية ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع ، ويتم هذا من خلال الأسرة والمدرسة والجامعة وبيئة العمل ومن خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي " التعليم والتثقيف والتدريب " ( شيخي 2014، ص06 )

اجرائيا : هي مجموعة الدرجات التي يحصل عليها الطالب من خلال تطبيق مقياس جودة الحياة المعد من طرف الباحثة "دويدة أسية".

### 6/الدراسات السابقة :

#### أ\_ الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية :

1\_دراسة مريم (2016): الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة، لدى عينة مكونة من (307) طالب وطالبة جامعية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وجودة الحياة، ووجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية، ووجود فروق دالة بين الطالبات في الصلابة النفسية وفقاً لتخصص الدراسي ولصالح طلبة علم النفس وإدارة الأعمال، كذلك وجود فروق في الصلابة النفسية وفقاً للمعدل التراكمي ولصالح جيد جداً وممتاز، يمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال الالتزام والتحدي.

2\_ دراسة عيسو وقجال(2018): هدفت الدراسة إلى دراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السرطان، وتأثير مرحلة اكتشاف المرضى عليها، استعملت المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قصدية المكونة من 40 مصاب بالسرطان 21 مريضاً اكتشفوا في وقت مبكر و19 مريض في الوقت المتأخر، وبعد تطبيق مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى مرضى السرطان، كما وجدت فروق في مستوى الصلابة النفسية وكذا جودة الحياة والتي تعزى إلى مرحلة اكتشاف المرضى وكانت لصالح الاكتشاف المبكر.

3\_دراسة العبدلي خالد (2012): هدفت الدراسة على التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين، وكذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وكذا معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط والتحقق من وجود فروق بين الصلاب المتفوقين والعاديين في الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، تكونت عينة الدراسة من (200) طالباً من طلاب الثانوية، تم اختيارهم عشوائياً واعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، من بين النتائج المتحصلة عليها في الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين غالبية أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها من جهة أخرى، لدى الطلاب المتفوقين والعاديين، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين ووجدت فروق حقيقية بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

4\_دراسة الشمري (2015): الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضى الوظيفي لدى المعلمين لمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي، ومعرفة الفروق في

## الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

الصلابة النفسية وفقا لمتغيرات (الخبرة \_ المرحلة الدراسية \_ مقدار الدخل الشهري \_ التخصص)، ومعرفة مدى اسهام الصلابة النفسية في التنبؤ في الرضا الوظيفي، شملت العينة (236) معلما، و اشارات النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي، ووجود فروق في بعد الالتزام فقط ولصالح المتخصصين في التربية الخاصة ، ووجود فروق بين مرتفعي الصلابة النفسية ومنخفضي الصلابة النفسية و لصالح مرتفعي الصلابة، كذلك تسهم الصلابة النفسية اسهاما دالا في التنبؤ بالرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة.

### الدراسات الأجنبية:

5\_دراسة ستبسون (stepson.1995): ذكرت هذه الدراسة من طرف "عودة محمد (2010)، وهي لصاحبها ستبسون، هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين الصلابة النفسية و استراتيجيات المواجهة، تكونت عينة الدراسة من (147) فردا من الجنسين العاملين في البنوك و المحاماة، و طبق عليهم مقياس دليل النظرات الشخصية وقائمة طرق المواجهة. حيث أظهرت الدراسة أن الإناث أكثر صلابة من الذكور، وأكثر اعتمادا على المساندة الاجتماعية، وأن المحامين أكثر استخداما لأسلوب التصدي للمشكلة مقارنة بالعاملين في البنوك.

6\_دراسة عبد الله أبو طالب إسماعيل (2016): بعنوان الذكاء العاطفي ،الصلابة النفسية والتدخين: عوامل وقائية لدى المراهقين، وقد جرت الدراسة على عينة مكونة من (550) طالبا ثانويا في طهران (أعمارهم بين 19/16 سنة)، وقد تم استخدام النمذجة بالمعادلات الهيكلية لاختبار الفرضيات، حيث أسفرت النتائج على أن المعدلات المرتفعة للذكاء العاطفي والصلابة تعتبر عوامل وقائية مساعدة في التقليل من التدخين، إضافة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية متوسطة دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي والصلابة النفسية (0.42)، وقد أوصلت الدراسة بضرورة الاهتمام برفع الذكاء العاطفي والصلابة النفسية لدى هؤلاء الطلبة من أجل تعزيزها كعوامل وقائية ضد التدخين من المدخنين وغير المدخنين.

### ب\_ الدراسات المتعلقة بجودة الحياة

#### 1\_دراسة رغداء علي نعيسة (2012):

بعنوان جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين : هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى الطلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات البلد المحافظة: دمشق واللاذقية والنوع الاجتماعي ذكرانثى والتخصص علوم نظرية علوم تطبيقية للتعرف على جودة الحياة لدى عينة من هاتين الجامعتين وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة جامعة من إعداد منسي وكاظم (2006) بلغ عدد أفراد العينة ككل 360 طالبا بينهم 180 طالبا من طلبة جامعة دمشق و180 طالبا من طلاب جامعة تشرين ومن أهم النتائج، وجود مستوى متدني من جودة الحياة الجامعية لدى طلب كل من جامعتي دمشق وتشرين، التأثير المشترك للمتغيرات الديموغرافية ثلاثة معا في جودة الحياة، عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

## الفصل الاول : الاطار العام للدراسة

2\_دراسة العادلي والكردي (2014): إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات ، هدفت الدراسة إلى معرفة مدى إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة، ومعرفة طبيعة الفروق بين الطلبة في الاحساس بجودة الحياة وفقا لمتغير الجنس والتخصص الدراسي ، حيث شملت عينة الدراسة 476 طالب وطالبة، اختير بالطريقة العشوائية التطبيقية بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتمثلت أداة الدراسة في مقياس جودة الحياة من إعداد الباحث، وظهرت النتائج أن : متوسط درجات إحساس الأفراد العينة ككل بجودة الحياة، وكذلك أفراد العينة من الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس الذي يعكس مستوى عالي من الإحساس بجودة الحياة، وجود فروق إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عن مقياس الإحساس بجودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وجود فروق إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عن مقياس الإحساس بجودة الحياة تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

3\_دراسة عبد الباري ماخ ماضي (2016)عنوان الدراسة: مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة ذي قار، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة، والكشف عن الفروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس، التخصص، المرحلة (الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة)، حيث طبقت الدراسة على عينة متكونة من (500)طالب وطالبة، موزعين على مختلف المراحل والتخصصات اختيروا بطريقة عشوائية بسيطة، معتمدين على المنهج الوصفي، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد تمثلت في مقياس جودة الحياة من إعداد بشرى عناد مبارك(2008) حيث أسفرت نتائج الدراسة عن :

أفراد عينة الدراسة لا يتمتعون بمستوى مقبول في جودة الحياة .

عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس.

عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص .

### الدراسات الأجنبية:

4\_دراسة ستيفان دلازاري (2009): Steven A.de lazzari: طبيعة العلاقة بين الذكاء الاجتماعي و المعنى الشخصي و الرضا عن الحياة و جودة الصحة النفسية، تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف طبيعة أبعاد العلاقة بين الذكاء الاجتماعي و المعنى الشخصي من جهة و الرضا عن الحياة و جودة الصحة النفسية من ناحية أخرى لدى عينة من المراهقين في مرحلة المراهقة الوسطى و مرحلة المراهقة المتأخرة ، و تكونت عينة الدراسة من 155 تلميذ من المدارس الكاثوليكية الكبرى (71) منهم من الصف الثامن و 84 تلميذ من الصف الثاني عشر) و طبقت على العينة حزمة من الاستبيانات بروفيل المعنى الشخصي إعداد ونج (1998) و استبيان الذكاء الانفعالي إعداد (سكتي سكتي) و آخرون (1998) ، و مقياس الرضا عن الحياة إعداد دينرو وآخرون (1985) و مقياس مؤشرات

## الفصل الاول : الاطار العام للدراسة

جودة الحياة النفسية إعداد (دينير Dinar) و آخرون (1998)، وقد خلصت الدراسة إلى نتائج أيدت الفروض الرئيسية و اختتمت الدراسة بمناقشة دلالات نتائجها بالنسبة لمجال الإرشاد النفسي و التعليم بصفة عامة.

5\_ دراسة ديلماس و دوجوي (Dejoy,Delmas,2000) هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية و استراتيجيات المواجهة و جودة الحياة في العمل لدى الممرضات الفرنسيات اللاتي يعملن في وحدات العناية المركزة و فحص متوسط استراتيجيات المواجهة بين الصلابة النفسية و جودة الحياة في العمل و ذلك على عينة قوامها (138) ممرضة ،توصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين استراتيجيات المواجهة و الإحساس بالالتزام نحو العمل و جودة العلاقة بين الصلابة النفسية و جودة الحياة لدى عينة الدراسة .

### 7/التعقيب على الدراسات السابقة:

اتفقت الدراسات السابقة على هدف مشترك وهو معرفة العلاقة بين متغيرات الصلابة النفسية و جودة الحياة باختلاف المتغيرات مع بعضهم البعض ووجود دراسة تجمع بينهم. كدراسة مريم 2016 التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و جودة الحياة لدى طلبة جامعة الملك سعود.

اتفقت الدراسات السابقة في عينتها حيث تطبيق الدراسة على عينة من الطلبة كدراسة العدلي و الكردي باستثناء دراسة العبدلي خالد 2012 و دراسة و دراسة عبد الله أبو طالب إسماعيل 2016 التي طبقت على عينة من تلاميذ الثانوية.

استخدمت أغلب الدراسات السابقة الاستبيان كأداة للقياس و جمع النتائج مثل دراسة رغداء علي نعيسة 2012، باستثناء دراسة عبد الله أبو طالب التي استخدمت النمذجة بالمعادلات الهيكلية لاختبار الفرضيات. وظفت الدراسات السابقة المنهج الوصفي كدراسة البدي خالد 2012 باستثناء دراسة العدلي و الكردي التي استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي و دراسة رغداء علي نعيسة التي لم تذكر المنهج.

## الفصل الثاني: متغيرات الدراسة

تمهيد

أولاً: الصلابة النفسية

- 1/ مفهوم نشأة الصلابة النفسية.
- 2/ تعريف الصلابة النفسية.
- 3/ أهمية الصلابة النفسية.
- 4/ أبعاد الصلابة النفسية.
- 5/ خصائص ذوي الصلابة النفسية.
- 6/ خصائص منخفضي ومرتفعي الصلابة النفسية.
- 7/ النظريات المفسرة للصلابة النفسية.
- 8/ مقاييس الصلابة النفسية.

ثانياً: جودة الحياة

- 1/ التطور التاريخي لمفهوم جودة الحياة.
- 2/ مفاهيم جودة الحياة.
- 3/ مكونات جودة الحياة ومؤشراتها.
- 4/ مجالات جودة الحياة.
- 5/ مظاهر جودة الحياة.
- 6/ النماذج و النظريات المفسرة لجودة الحياة.
- 7/ قياس جودة الحياة
- 8/ جودة الحياة في الجزائر.

خلاصة

تمهيد:

تعتبر الضغوط شعور غير طبيعي، يشعر به الإنسان في أوقات و مواقف مختلفة تتطلب منه التوافق مع بيئته، حيث أن الصلابة النفسية تؤثر على القدرات التكيفية، وتساعد الإنسان على التوافق الشخصي والاجتماعي و المني و الزوجي، وهذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر النفسية كالقلق و الاحباط والعدوان وغيرها، وبالتالي لا نستطيع الهروب منها أو أن نكون بمنأى عنها ، لأن ذلك يعني نقص فعاليات الفرد وقصور كفاءته، ومن ثم الإخفاق في الحياة فلا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد ضغوط و باعتبار الصلابة النفسية مجموعة السمات التي تتمثل في اتجاه أو اعتقاد يقوم به الفرد فهي تخفف من حدة الضغوط التي يوجهها الفرد وهي تعمل أيضا كجدار يحمي و يقي الفرد من الاصابة بكل من الاضطرابات النفسية والجسدية. ظهر مؤخرا في علم النفس اتجاه يسمى بعلم النفس الإيجابي الذي جاء استجابة لتأكيد العلماء على أهمية تبني نظرية إيجابية عند النظر إلى الفرد، كبديل على التركيز الكبير الذي أولاه العلماء للجوانب السلبية من حياة الأفراد، و من بين المفاهيم التي جاء بها هذا الاتجاه نجد جودة الحياة التي تعتبر مفهوما متعدد الأبعاد و نسبيا يختلف من شخص إلى اخر من الناحيتين النظرية و التطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة و مطالها، و التي يحدد من خلالها الفرد الأشياء المهمة التي تحقق له السعادة في الحياة، وسنحاول في هذا الفصل التطرق لأهم الجوانب المتعلقة بمفهوم بجودة الحياة .

### 1/ مفهوم ونشأة الصلابة النفسية

تركي (2021) . أول من تناول مصطلح الصلابة النفسية هما سوزان كوبازا ومادي (Kobasa & Madi) عندما قاما بالبحث بمحاولة لفهم كيف أن هناك افراد يعيشون وضعيات ضاغطة ويحافظون على صحتهم أو يبقون بصحة، حيث توصل لمفهوم الصلابة النفسية من خلال عدة دراسات أجرتها للكشف عن الخصائص التي يتمتع بها الأفراد الذين لديهم قدرة على تحمل المواقف الضاغطة .

حيث نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد الأمريكية سوزان و كوبازا ( Kobasa ) أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها مادي بجامعة شيكاغول (و. م. أ.) والتي انتهت منها سنة 1977.(أحمد بن عبد الله، 2012، ص12)

كما عرف فنك (Funk 1992) الصلابة النفسية بأنها خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر. (بن عبد الله، 2012، ص16)

و من خلال مراجعة الدراسة التي قامت بها كوبازا (Kobasa) حول الأشخاص الذين يتمتعون بصحة نفسية وجسدية عالية بالرغم من تعرضهم إلى مشاكل وضغوطات حياتية، أرجعت هذا إلى شخصية الفرد المتماسكة القوية. واهتمت بدراسة مختلف العوامل التي تساعد الأشخاص على التأقلم مع الظروف الضاغطة دون

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

تعرضهم إلى أزمات ومشاكل نفسية، حيث استنتجت بأن هذا الدور ما هو إلا الصلابة النفسية التي عرفتها من خلال خصائصها الثلاثة المتمثلة في الالتزام التحم و التحدي، والتي تعتبر من السمات الوقائية لشخصية التي تساعد في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية.(زيد الخير،2021)

ويرى بعض العلماء أن مفهوم الصلابة النفسية يضرب بجذوره العميقة في النظرية الوجدانية في الشخصية، والتي تؤكد أن الإنسان قادر وليس ساكن وقد تأثرت "كوباسا" (Kobasa) في هذا الصدد بأفكار كل من "مادي" و "رول ماي" (Rool May) و "ألبرت" (Allport) و"فكتور فرانكل" "Vector frankl" والتي تؤكد على أن للإنسان ليس كائننا "أستاتيكيًا" ساكنًا، وإنما هو في حالة دائمة من التحول و النمو الشخصي.(زيد الخير،2021، ص64)

### 2/تعريف الصلابة النفسية

\_ تعريف شبلي تايلور (2008) الصلابة النفسية هي خاصية يتسم بها الفرد من مظاهر الشعور بالالتزام و الايمان بالقدرة على ضبط الذات والاستعداد للمواجهة والتحدي، وتعتقد بأن هذه السمة تشكل مصدرا مفيدا في التعامل مع الأحداث الضاغطة وتطلق عليها قوة العزيمة.(تايلور، 2008، ص720).

\_واعتبرها مادي وآخرون بأنها مجموعة من الخصائص الشخصية التي تعمل كمقاومة للأحداث الحياة الشاققة.(يوشكيمية، 2016، ص172)

-ويعرفها دخان و الحجار (2006)اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استخدام المصادر النفسية و البيئية كي يفسرويدرك ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.(تركي،2021،ص36)

### 3/ أهمية الصلابة النفسية

تعتبر الصلابة النفسية واحد من أهم القواعد الأساسية التي تقي الإنسان من مختلف ضغوط الحياة وتجعل الشخص أكثر قابلية لمواجهة مختلف المشاكل الحياتية التي تواجهه، وقد قدم كل من "كوباسا" و "مادي" Koubasa& madi "عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل من الصلابة النفسية ملجئ يخفف من درجة وحدة الضغوط النفسية التي تواجه الفرد حيث فسروا أن ما يتعرض له الإنسان من ضغوط ومصاعب في حياته تؤدي به الى الشعور بالإرهاق و التعب الحاد وما ينجر عنه من مختلف الأمراض النفسية والجسدية، وبالتالي تأتي الصلابة النفسية لتعديل هذا الأمر من خلال استخدام عدة طرق تساعد على التخفيف من ضغوطات الحياة. (عوالي، 2016)

وتكمن أهمية الصلابة النفسية من خلال توفر مكوناتها الثلاثة معا التحكم، الالتزام التحدي في التخفيف من التهديد الذي تحمله الضغوط وذلك بالتقييم و الإدراك الايجابي لها، مما يترتب عنه استخدام الاستراتيجيات الايجابية للمواجهة ويجعل وقع الأحداث على الفرد أقل خطرا وتهديدا.(يوسفي،2013، ص240)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

وأضاف كل من هولاهان وموس "Holhan & Moos" أن مسار البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المواجهة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للأحداث الضاغطة.(بوشكيمه،2016، ص177)

### 4/أبعاد الصلابة النفسية

تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها "كوبازا" Koubasa " والتي أشارت إلى ان الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير على مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهذه الأبعاد هي: الالتزام و التحكم والتحدي.

1.4. الالتزام: يعتبر مكون من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة.(بوشكيمه،2016 ، ص187)

حيث قالت "عوالي" أن الالتزام يجعل الفرد يستعمل قدراته الاستنباطية وكفاءته لبدأ النشاط واستغلاله و استعداده لاستعمال المصادر الخارجية و الاندماج مع الأفراد في مجالات التعامل المختلفة بدلا من الانعزال و الانسحاب.(2016)

### أنواع الالتزام:

أ\_ الالتزام تجاه الذات: ويعبر عن اتجاه الفرد نحو ذاته، وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الايجابية على نحو مميز عن الاخرين.

ب\_ الالتزام تجاه العمل: ويكون من خلال اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهمته، سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وتحمله مسؤولياته بنظمه ومبادئه.(محمد القضاة، 2017، ص37)

2.4.التحكم أو الضبط: يقصد بالتحكم قناعات الضبط الداخلية للإنسان، أي خبرة الانسان بأنه يملك تأثيرا محددا أو وتضحأ على أحداث حياته، فهو يشير إلى اعتقاد الأشخاص الذين لهم القدرة على القيام بدور نشط وفعال و عندهم مسؤولية الشخصية عما يحدث لهم.(على درب، 2014 ، ص2)

ويعني التحكم الاستقلالية و القدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الأزمات، كما يشير إلى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، وهذا الفرد يرى أن الضغوط ليست أمورا ثابتة ولكنها متغيرة.(عوالي، 2016، ص53)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

لقد حدد(Thompson, 1986) خمسة أنواع مختلفة من التحكم وهي:

- ✓ التحكم في السلوك(كالتجنب).
- ✓ التحكم في المعرفي (كإعادة التقييم لاستراتيجيات التعامل).
- ✓ التحكم في القرار (كالاختيار المتعلق بالنتائج المحتملة الوقوع).
- ✓ التحكم في المعلومة (كالقدرة على الوصول إلى المعلومة المتعلقة بمصدر الضغط).
- ✓ التحكم الاسترجاعي (كالقدرة على منع وقوع الحدث). (Ogden ,J, 2014, P376)

ويعرفه "كوباذا و" بوستي ( Koubasa& Pousti ) بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف ظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث يمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها.(تركي، 2021، ص 45)

4.3.التحدي: تعرف كوباذا (Kobasa 1983) التحدي بأنه: اعتقاد الفرد بتقبل التغيير في الحياة بدلا من الاستقرار والثبات، واعتبار هذا التغيير فرصة للنمو وحافز مثيرا للاستفادة منه و استكشافه بدلا من اعتباره نوعا من التهديد.(عوالي، 2016، ص56)

ويعرف " راتوس ونيفيد ( Ratsou & Nivid ) بأنه الشعور بالتحدي تجاه التجارب الجديدة والفرص، والاعتقاد بأن التحدي يعتبر أمرا عاديا في الحياة ولا يمثل أي تهديد لأمن الأفراد.(زيد الخير، 2021، ص75)

ويتضح من ذلك ان التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة باعتبارها أمور طبيعية لابد من حدوثها لنموه وارتقائه.(مفتاح محمد، 2010، ص130)

### 5/خصائص ذوي الصلابة النفسية

الأفراد المتمتعين بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص التالية:

- ✓ التفاعل الاجتماعي الايجابي مع الاخرين.
- ✓ استثمار مصادر المساندة الاجتماعية بشكل جيد ومفيد.
- ✓ القدرة على الصمود والمقاومة.
- ✓ لديهم انجاز أفضل.
- ✓ ذوي وجهة داخلية للضبط.
- ✓ أكثر اقتدارا ويميلون للقيادة والسيطرة.
- ✓ التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة.
- ✓ يتمتعون بصحة نفسية وبدنية أفضل.(عوالي، 2016، ص72)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

### \_خصائص منخفضة ومرتفعي الصلابة النفسية

#### 1\_خصائص مرتفعي الصلابة النفسية:

يشير "عودة" من خلال الدراسات التي أجراها "كوباسا" (Kobasa) توصل إلى أن ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتميزون بعدد من الخصائص وهي كالتالي:

- ✓ القدرة على الصمود والمقاومة.
- ✓ لديهم إنجاز أفضل.
- ✓ ذو وجهة داخلية للضبط.
- ✓ أكثر اقتدار ويميلون للقيادة والسيطرة.
- ✓ أكثر مبادأة ونشاطا وذو دافعية أفضل.
- ✓ ويصنف "حمادة لؤلؤة" و"عبد اللطيف حسن" أن الأفراد الذين يمتازون بصلابة نفسية بأنهم:
- ✓ ينظرون إلى التغيير على أنه تحد عادي بدلا من ان يشعروا بالتهديد.

يجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار.(عوالي،2016،ص73)

#### 2\_خصائص منخفضة الصلابة النفسية:

في دراسة تركي، يتصف ذوي الصلابة النفسية المنخفضة بعدم الشعور بهدف و لا أي معنى لحياتهم ولا يستطيعون أن يتفاعلوا بإجابيه مع بيئتهم ويتوقعون التهديد المستمر وليس لديهم قناعة أو أي اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء كما انهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم.

ويتضح مما سبق أن ذوي الصلابة النفسية المنخفضة يتصفون بما يلي:

\_عدم القدرة على الصبر وعدم تحمل المشقة.

\_عدم القدرة على تحمل المسؤولية.

\_ قلة المرونة في اتخاذ القرارات.

\_سرعة الغضب والحزن الشديد.

عدم القدرة في التحكم على الذات.(2021)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

### 6/النظريات المفسرة للصلابة النفسية

#### 1\_نظرية كوبازا " Kobasa "

لقد صاغت "كوبازا" Koubasa نظريتها في الصلابة النفسية والتي تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية واحتمالات الإصابة بالأمراض، وقد اعتمدت في صياغتها على عدد من الأسس النظرية التي تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال "ماسلو" و "روجرز" "Maslou & Roujarz" .. إلخ والتي أشارت بأن وجود هدف للفرد يسعى إليه يجعله قادرا على تحمل وتقبل احباطات الحياة المختلفة، من خلال استغلال امكانيته الشخصية بثورة جيدة.

كما اعتمدت كوبازا " Kobasa " على نموذج الم عرفي "للازروس" Lazarous " والذي يرى أن ما ستعرض له الفرد من خبرات حادة وظروف مؤلمة لها تأثير سلبي على الاستجابة السلوكية للمواقف الذي تسببه الأحداث الضاغطة. (ابن عبد الله، 2012) حيث ناقشت نظريتها من خلال عدد من العوامل الرئيسية.

\_البيئة الداخلية للفرد.

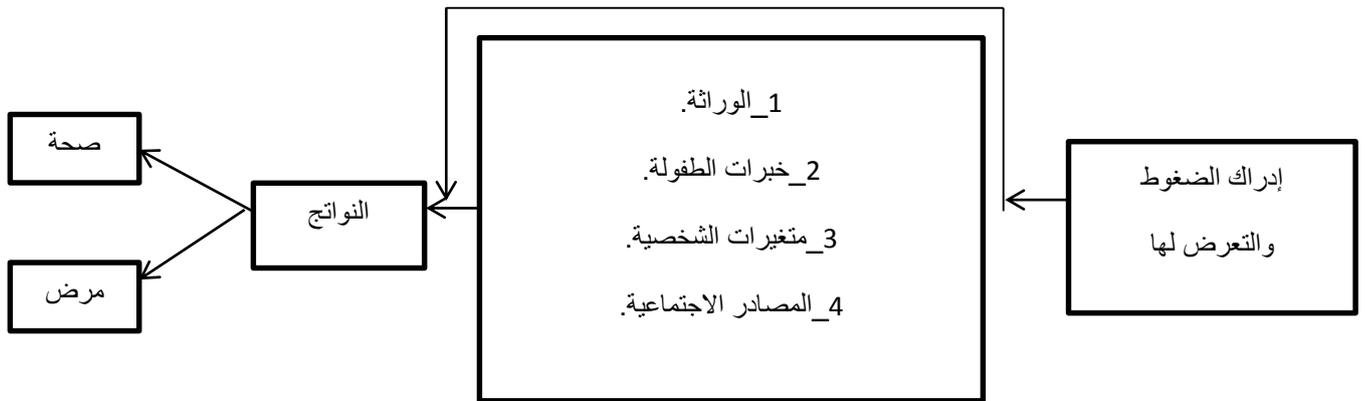
\_الأسلوب الإدراكي المعرفي.

\_الشعور بالتهديد والإحباط.(تركي، 2021، ص47)

و من المقاولات التي اعتمدت عليها كوبازا هي مقاومة لازا روس، وهي أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الاول

طريقة إدراك الفرد للمواقف واعتباره ضغط قابلا للتعايش. (زيدالخير، 2012، ص78)

#### نموذج "كوبازا" (Kobasa) في الصلابة النفسية



شكل(1):نموذج كوبازا الأول الخاص بالعلاقة بين الضغوط والأمراض.

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

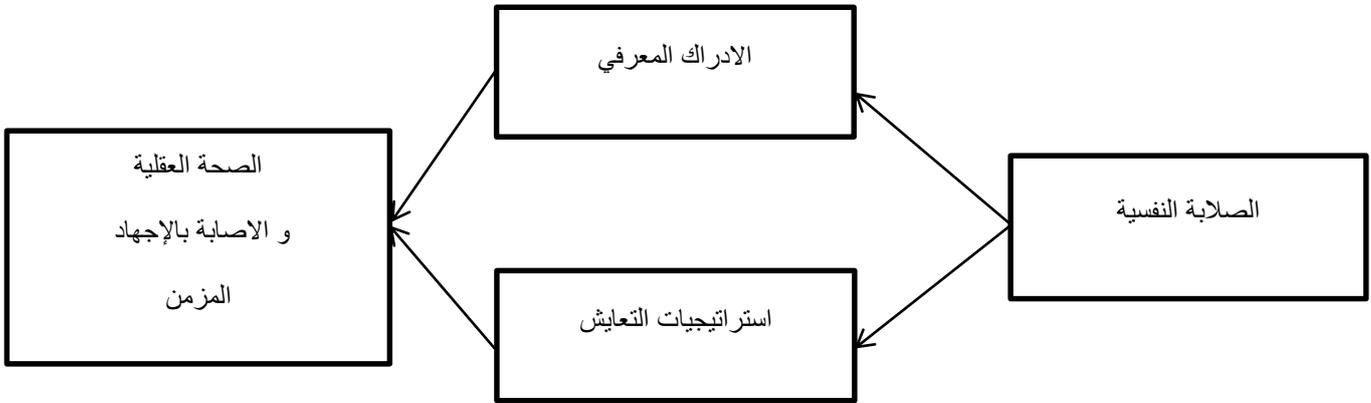
يوضح نموذج كوبازا (Kobasa) نقلا عن العيافي أحمد (1433هـ) وجود علاقة مباشرة بي إدراك الضغوط والتعرض لها و بين نواتجها ووجود علاقة غير مباشرة بين إدراك ال ضغوط والتعرض لها وبين نواتجها.(بوشكيمه،2016، ص203)

### 2\_نموذج فنك(Funk) المحلل لنظرية كوبازا (Kobasa)

قدم فنك هذا النموذج المطور في مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات، من خلال الدراسة التي أجراها للكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية و الإدراك المعرفي و التعايش الانفعالي و الصحة العقلية، على عينة قدرت ب(167 جندي)، وقد اعتمد في دور الصلابة النفسية على بعمل قياس لمتغير الصلابة و الادراك المعرفي للأحداث الشاقة الواقعية قبل دورة التدريبات العنيفة والتي قدرت مدتها ب6 أشهر.(بوشكيمه،2016)

وتوصل "فنك" إلى ارتباط الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، وارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية، وذلك من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال، أما بعد التحكم فقد ارتبط إيجابا بالصحة العقلية، وذلك من خلال استخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش.(زيد الخير،2021، ص81)

طرح "فنك" نموذجه المعدل لنظرية "كوباسا" للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها ويوضحه في الشكل التالي:



الشكل(02): نموذج فنك في الصلابة النفسية(بوشكيمه،2016، ص209)

### 3\_نظرية متلازمة التكيف العام:

ومنظورها هو "هانز سييلي"، وهي وسيلة استجابات فيسيولوجية تقابل الجسم من خلال الضغوطات للتكيف معها، وحدد لها ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغوطات، وينقل العامري(2016) عن هانز سييلي أن هذه المراحل هي:

\_مرحلة الإنذار و التنبيه: وهي استجابة أولية يقوم فيها الجسم باستدعاء كل قواه لمواجهة الخطر.

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

\_مرحلة المقاومة: باستمرار الموقف الضاغط تأتي هذه المرحلة فتختفي التغيرات الأولى وتظهر تغيرات جديدة تدل على الملائمة مع الموقف.

\_مرحلة الاستنزاف (الإعياء): حيث تلي المرحلة الثانية، فكلما طالقت فترة التهديد فإن الفرد لا يستطيع المقاومة و التغلب على الضغوطات، وبالتالي يصل الى حالة الاستنزاف والإعياء.(زيد الخير، 2021)

### 7/مقاييس الصلابة النفسية

#### 1\_مقياس الصلابة النفسية ل"فنك"

(the unabridged hardiness scale.1982)

لقد أعد هذا المقياس الذي يعرف ب (S.H.U) من طرف "فنك" (funk,1982) ولقد اقترح سنة (1982) بضرورة تغيير المقاييس التي تقيس الصلابة النفسية وتحسينها، ويتكون هذا المقياس من (5) بنود كما قام تبعا للمقياس الأصلي بإعداد صورتين مختصرتين:

the unabridged hardiness scale: ويتكون من 20 بند.

Hardiness revised scale: يحتوي على 36 بنود وكل النسختان تقيسان المجموع الكلي للصلابة النفسية.(عوالي، 2016 ،ص84)

#### 2\_مقياس الصلابة النفسية المختصر للراشدين

أعد هذا المقياس من طرف "ماك نيل" (1982) Mc Neil يحتوي على 20 بند تم تطبيقه على عينة تفوق 223 فرد سنهم يفوق 60 سنة دراسة بعنوان أثر الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة و السعادة لدى مهندسين متقاعدین وجاءت النتائج بصدق والثبات المقياس.(تركي، 2021، ص58)

#### مقياس الصحة النفسية المرتبط بالصحة

صمم المقياس من طرف "بولاك" (1984) Pollack استخرج من نسخة لمقياس الصلابة لكوباز Koubasa(1979) يقيس أبعاد الصلابة في الأمراض المزمنة ومنذ ذلك الوقت يقيس هذا المقياس التكيف مع الأمراض المزمنة، وطبق كذلك على عينة من المرضى و المرضي.(تركي، 2021، ص59)

مقياس الوضعية الإرجاعية أو المرونة: أعد هذا المقياس من طرف كل من "بارتون" و "إيرسانو" و "رايت" و "إنغراهام" (Ingraham "Rayt" Irsanou" Bartoun) ويعود إلى الجيل الثالث لقياس الصلابة النفسية ويتكوم من (15) بند ويقاس كل بعد من أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) (5) بنود، كما أنه يتمتع بخصائص سيكو مترية جيدة، ولقد أظهرت الدراسة التي قام بها كل من "إوار كارديم" و جاسانا هيدك

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

كزيفيك" (Iwarkardim Jasana Hidk Knzfik) و آخرون في سنة (2012) على (597) عمال من شركات مختلفة أن مقياس (DRS) يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة.(عوالي، 2016)

### جودة الحياة

#### 1. التطور التاريخي لمفهوم جودة الحياة :

قد عرف مصطلح جودة الحياة تطورا خلال الآونة الأخيرة. عندما غير الباحثين وجهتهم حيث أصبحوا أكثر اهتماما بالجانب الإيجابي للفرد ، فقد ظهر مصطلح جودة الحياة أول مرة في الفلسفة الإفريقية، وافترض أرسطو أن السعادة المسبقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي يحقق حياة سعيدة( الهمص ،2010 ص46 ) وقد اعتمد الباحثون على أسلوب البحث الاستكشافي ( المنهج التاريخي ) من خلال 25 سنة سابقة للاطلاع على الأبحاث المنشورة و المقدره بعدد 20 بحثا في الفترة الزمنية ( 1980-1990) ذات العلاقة بموضوع البحث ( جودة الحياة ) وفي الفترة الزمنية الممتدة ( 1990 – 1995 ) كان هناك ما يقارب 158 بحثا علميا منشورا عن هذا الموضوع ليضلل حجمها إلى 360 بحثا، وفي آخر 5 سنوات 2000 – 2005 بلغ عدد الأبحاث العلمية المنشورة في هذا الموضوع إلى 627 بحثا، حيث أشاروا في دراستهم الى أن هناك تصاعدا ملحوظا وسريعا في البحث العلمي والتعلق بمتغير جودة الحياة (الصنداوي، 2011، ص33).

ومن بين أهم الباحثين الجزائريين الذين اهتموا بدراسة موضوع جودة الحياة وساهموا فيه نجد البروفيسور حبيب" تيليون" الذي قام منذ 2002 بإنجاز بحوث ودراسات حول هذه الأخيرة وتحصل في 2015 على جائزة الجمعية الدولية للبحث في جودة الحياة التي يقع مقرها في الولايات المتحدة الأمريكية والتي جاءت تشجيعا له ولفريقه( خيدر، 2020، ص. 61 ).

وبناء على هذا التطور يتضح أن الجودة ضرورة ومطلب أساسي في عالم اليوم ، ومن هذا المنطلق اكتسبت دراسة مفهوم جودة الحياة من المنظور النفسي أهمية كبيرة نتيجة ادراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار لحقيقة أن الحياة لا تقاس بالأرقام والإحصائيات، وإنما هي في حقيقتها استجابات ومشاعر، فالزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسن مستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية لا يؤدي بالضرورة إلى اتساع حاجاتها المتنوعة وارضاء طموحاتها الشخصية وكذلك تأكيد قيمة الإنسانية ( مشري، 2014، ص223 ).

#### 2/- مفاهيم جودة الحياة :

##### المفهوم اللغوي:

قاموس أكسفورد : درجة عالية من النوعية أو القيمة، فالجودة عبارة عن مجموعة من المعايير الخاصة بالأداء الممتاز والتي تقبل المناقشة أو الجدل.

##### المفهوم الاصطلاحي:

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

1. تعريف جوران (Guran) هي الملائمة للاستعمال ( أي أنه كلما كانت الخدمة أو السلعة المصنعة ملائمة لاستخدام المستهلك كلما كانت جيدة، وهو الذي يجعل الجودة أكثر قربا من الزبون الذي يقيم بالاستعمال).
  2. ونجد تعريف آخر للكروسي ( crosby ) يعرف الجودة على أنها المطابقة للمتطلبات وهذا يجعل الجودة أكثر قربا من الإنتاج في خصائصه (عدنان، 2015، ص159)  
و تعرف أيضا على أنها تكامل الملامح و الخصائص لمنتج أو خدمة ما، بصورة تمكن من تلبية احتياجات و متطلبات محددة أو معروفة ضمنا أو هي مجموعة من الخصائص و المميزات لكيان ما تعبر عن قدرتها، على تحقيق المتطلبات المحددة أو المتوقعة من قبل المستهلك. (أحمد يوسف دودين، 2014، ص25).
  3. أما التعريف الأخر يشير على أنها دراسة كافة مكامن القوة لدى البشر ودراسة كل ما من شأنه وقاية البشر من الوقوع في الاضطرابات النفسية والسلوكية، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية والاجتماعية والمجتمعية التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة أن تعاش. (بنية، 2019، ص19).
- من خلال التعريفات السابقة، نجد أن جودة الحياة ليس المفهوم النفسي بل تعددت إلى مجالات أخرى متنوعة منها: الاجتماعية والاقتصادية.
- ### 3- مكونات جودة الحياة ومؤشراتها :

إن الشعور بجودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية، استنادا إلى المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقييم الحياة ومتطلباتها، والتي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مكونات جودة الحياة مثل القدرة على التفكير ، واتخاذ القرارات التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة والأكثر أهمية، والتي تحقق سعادتهم في الحياة. (بوعامر، 2022)

وهناك مجموعة من العناصر تتحكم في تحديد مؤشرات جودة الحياة نذكر منها :

- ✓ القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- ✓ القدرة على التحكم.
- ✓ الصحة الجسدية والعقلية.
- ✓ الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- ✓ المعتقدات الدينية.
- ✓ القيم الثقافية والحضارة.
- ✓ الأوضاع المالية والاقتصادية والتي يحدد على أساسها كل شخص، ما هو الشيء أهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة التي يحيهاها. (الهمص، 2010)

وحدد فلوفيد (fallowfied) مؤشرات الجودة الحياه فيما يلي :

المؤشرات النفسية : تتبدى في درجة شعور الفرد في القلق والاكتئاب، و القدرة على التوافق مع المرض والشعور بالسعادة والرضا.

المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلا من ممارسة الفرد الأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

المؤشرات المهنية: وتقدر بدرجة رضا الفرد عن مهنتهم وحبه لها، والقدرة على تنفيذ عن تنفيذ المهام وظيفته، وقدره التوافق مع واجبات عمله. (منسي وكاظم، 2006).

المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد من وعن حالته الصحية والتعايش مع الآلام، والقدرة على النوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية. (بوعامر، 2022، ص40).

### 4/- مجالات جودة الحياة:

أكد الباحثون على أن جودة الحياة نظام معقد يضم عدة مجالات وهي كالآتي :  
المجال النفسي: يرى الباحثين أن جودة الحياة تتضمن جميع المشاعر والحالات العاطفية الإيجابية ويرى البعض الآخر أن هذا المجال يعتمد على غياب المؤثر السلبي مثل القلق والاكتئاب.

#### المجال البدني:

يدمج الباحثين تحت هذا المجال الصحة البدنية و القدرات الادائية، حيث تتضمن الصحة البدنية كل من الطاقة، الحيوية ،التعب ،النوم، الراحة، الآلام، الاعراض، و المؤشرات البيولوجية و تتضمن القدرات الأدائية الوضع الوظيفي، تنقل الفرد، الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء والاستقلالية النسبية.

#### المجال الاجتماعي:

يرى جريفن (jrviven) 1988 انه يجب الاهتمام أكثر بنوعية العلاقات الاجتماعية للأفراد أكثر من الاهتمام بكمية كهذه العلاقات، وهو ما يحدد عنده المجال الاجتماعي لجودة الحياة ، أما فلاناجون (flanajon) 1982 فهو يهتم أكثر بكمية العلاقات الاجتماعية ، حيث يرى أن هذا المجال يندرج ضمن طريقة الفرد في تقييم الوظائف الاجتماعية (تقدير الذات الاجتماعية، الإحساس بتحقيق الذات النجاحات و الفشل )، وكذلك أهمية التطرق الى فعالية الشبكة الاجتماعية (التكوين، الكثافة، التشتت الجغرافي، وتيرة الاتصال بين الافراد، كثافة العلاقات).

الرضا عن العيش: حيث يرى بافو (1991pavo) أن الرضا عن العيش هو عبارة عن عملية معرفية تهدف إلى المقارنة بين حياة الأفراد و بين معايير المرجعية (القيم، والمثل العليا)، فهو يعبر عن التقييم الكلي الذي يقوم به الفرد عن حياته.

و يذهب دينر (diner) 1994 إلى أن هذا المفهوم يهدف إلى الحكم الشعوري و الشامل الذي يطلقه الفرد عن حياته، ويظهر هذا ضمن مجالات محددة مهنية، عائلية، الصحة، الذات.

#### السعادة :

يتمثل هذا المفهوم في التعددية الوظيفية، فهو يتكون من ثلاث مكونات مستقلة فيما بينها: انفعال إيجابي (المتعة)، مكون معرفي تقييمي (الرضا)، و مكون سلوكي (التفوق).

#### الرفاهية الذاتية:

فهي تختصر في ثلاث مفاهيم ألا وهي مفهوم ذاتي أي التقييم الذاتي الذي لا يعتمد على متطلبات الحياة الموضوعية يعتمد على التقييم الإيجابي الشامل للحياة التي يعيشها الفرد، تهتم بضرورة توفر المؤشرات الإيجابية، دون اهتمامه بغياب الانفعالات السلبية. (بهلول، 2009، ص52\_54)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

إن مجالات جودة الحياة كثيرة ومتعددة لتشمل جميع الجوانب الخاصة بالفرد سواء كانت هذه الجوانب ذاتية أو بيئية، إلا أنها كلها لها نفس الأهمية في حياته لأنها تلعب الدور الأساسي في صيرورة حياة الإنسان بشكل خاص وعام.

### 5/- مظاهر جودة الحياة:

يشير حسن عبد المعطي في اقتراحه لخمس مظاهر رئيسية لجودة الحياة، تتمثل في خمس حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية وهي كالتالي:

#### الحلقة الأولى: العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال

العوامل المادية الموضوعية: والتي تشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده، إلى جانب الفرد وحالته الاجتماعية، والصحية، والتعليمية، حيث تعتبر هذه العوامل عوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة إذ ترتبط بثقافة المجتمع وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة حسن الحال ويعتبر هذا بمثابة مقياس عام لجودة الحياة ويعتبر كذلك مظهرا سطحيًا للتعبير عن جودة الحياة، فكثير من الناس يقولون بأن حياتهم جيدة ولكنهم يخزنون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحونها لأحد.

الحلقة الثانية: إشباع الحاجات والرضا عن الحياة.(عبد المعطي،2005،ص20).

إشباع وتحقيق الحاجات : وهو أحد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة، فعندما يتمكن المرء من اشباع حاجته فإن جودة حياته تزداد وترتفع وهناك حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء، كالطعام، والسكن والصحة، ومنها ما يرتبط بالعلاقات الاجتماعية كالحاجة لأمن، والانتماء، والحب، والقوة، والحرية، وغيرها من الحاجات التي يحتاجها الفرد والتي يحقق من خلالها جودة حياته.

الرضا عن الحياة ويعتبروا أحد الجوانب الذاتية لجودة الحياة، فكونك راض فهذا يعني أن حياتكم تسير كما ينبغي وعندما يشبع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته يشعر حينها بالرضا.(دويدة،2016، ص41)

#### الحلقة الثالثة: إدراك الفرد للقوى المتضمنات الحياتية والحساسية بمعنى الحياة.

القوى المتضمنات الحياتية قد يرى البعض أن إدراك القوى و المتضمنات الحياتية بمثابة مفهوم أساسي لجودة الحياة، فالبشر كي يعيش حياة مده لابد لهم من استخدام القدرات، والطاقات، والأنشطة الابتكارية الكاملة داخلهم، من أجل القيام بثمانية العلاقات الاجتماعية، وأن ينشغل بالمشروعات الهاتف ويجب ان يكون لديهم الفترة على تخطيط واستغلال الوقت وما إلا ذلك وهذا كله بمثابة مؤشرات جودة الحياة.

معنى الحياة يرتبط معنى الحياه بجودة الحياة، فكلما شعر الفرد بقيمته وأهميته للمجتمع والآخرين وشعر بإنجازاته ومواهبه، وأن غيابه قد يسبب نقص أو افتقادا للآخرين له كلما أحس الفرد بجودة الحياة التي يحياها.

#### الحلقة الرابعة: الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة.

الصحة والبناء البيولوجي، إذا تعكس النظام البيولوجي وسلامة الصحة الجسدية لأن أداء خلايا الجسم ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة.(عبد المعطي،2005، ص22)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

السعادة: وهي شعور بالبهجة والاستمتاع واللذة، وهي نشوى يشعر بها الفرد عند إدراكه لقيمة ومتضمنات حياته، مع استمتاعه بالصحة الجسدية، وبمعنى آخر تشير السعادة إلى حب الشخص للحياة التي يعيشها واستمتاعها بها وتقديره الذاتي لها.

### الحلقة الخامسة: جودة الحياة الوجودية.

وهي الوحدة الموضوعية لجوانب الحياة، وهي أكثر عمقا داخل النفس وإحساس الفرد بوجوده. وهي أيضا بمثابة النزول لمركز الفرد، والتي تؤدي بالفرد إلى إحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجود بناء وجودة الحياة.

الوجودية: هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وقيمه، ومن خلال ما يستطيع أن يحصلوا عليه من عمق للمعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير، والقيم، والجوانب الروحية والدينية، التي يؤمن بها الفرد والتي يستطيع من خلالها تحقيق وجوده.(دويده، 2016، ص42).

### 6/- النماذج والنظريات المفسرة لجودة الحياة:

شير كامل الشريبي إلا أن هناك نماذج عدة مفسرة لجودة الحياة أهمها:

1/ نموذج ايفانس (Evans) 1994: بني على الوجد التكاملية الأطر النظرية، حيث يتضمن:

سمات شخصية: تقدير الذات التفاؤل الانبساطية، وهي سمات نابعة من الداخل .

الهناء الشخصي: الانفعال الإيجابي أو السلبي، أو يكون داخلي المصدر ومكون انفعالي الرضا العام عن الحياة او يكون داخلي المصدر ومكون معرفي.

محصلة جودة الحياة: جودة الحياة السلوكية وتكون الخارجية المصدر ومكون معرفي جودة الحياة متصلة بالصحة وتكون داخلية أو خارجية المصدر وتمثل الجوانب المعرفية والوجدانية.

2/ نموذج فين وهوفن ( Vean hoven ): وهو مكون من أربعة مفاهيم مرتبه، وهي:

أ. فرص الحياة تنقسم إلى بعدين:

- الجودة في البيئة الخارجية

- الجودة المنبثقة من الداخل

ب. نتائج الحياه تنقسم إلى:

الفائدة والمنفعة في البيئة الخارجية: وهي تشير إلى جودة الحياة من خلال المحصلة .

تقويم وتقدير الحياة: الجودة المنبثقة من الداخل، وتشير إلى جودة الحياة كما يراها الفرد.

3/ نظريه فانجودت وآخرون 2003:

تعتبر هذه النظرية من أهم التصورات التي طرحت لتحديد أبعاد جودة الحياة في إطار التوفيق بين البعدين الذاتي والموضوعي إذ صاغوا ما يعرف بمتصل جودة الحياة و طرحوا في ضوءه ما يعرف بالنظرية التكاملية لجودة

الحياة في ضوء بعدين ولكل منهما مجموعة من المؤشرات، وهي:

-جودة الحياة الذاتية وتمثل في الرفاهية الشخصية والسعادة.

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

-جودة الحياة الموضوعية تتمثل في السلامة البدنية تحقيق الإمكانيات إشباع الاحتياجات.

(GRAISA,JACKSON,2010)

### نموذج كاريبج جاكسون: karipj jakson

لقد صاغ الباحث مفهومًا شاملاً لجودة الحياة تحت مسمى الثلاثة بي the 3 B لتحديد مجالات المفهوم،

وهي:

- ✓ الكينونة تضم الوجود البدني النفس الروح.
- ✓ الانتماء تضم الانتماء البدني الاجتماعي المجتمعي.
- ✓ الضرورة تضم ضرورة العملية الترفيهية التطورية.

### نموذج فيلبي و بيرى : felce et perry1995

يعتبر نموذج ثلاثي العناصر يعكس التفاعل بين ظروف الحياة الرضا عن الحياة، القيم الشخصية

ونستعرضها بالترتيب فيما يلي:

1. ظروف الحياة: تتضمن الوصف الموضوعي للأفراد والظروف المعيشية له.
2. الرضا الشخصي عن الحياة: تتضمن ما يعرف بالإحساس بحسن الحال والرضا عن الحياة.
3. القيم الشخصية والطموح الشخصي: تتضمن القيمة أو الأهمية النسبية التي يسقطها الفرد على مختلف ظروف الحياة.(عبد الكريم،2015).

### 7 قياس جودة الحياة:

يعتبر قياس جودة الحياة من الموضوعات التي اهتمت بها الدراسات حديثاً وقد ظهرت العديد من المقاييس في العديد من المجالات الخاصة كالطب والتي استهدفت قياس جودة الحياة عند المرضى والتي تصلح كذلك في مجالات مختلفة كالمقاييس الذي أعدته منظمة الصحة العالمية والذي يعد من أشهر المقاييس التي صممت في المجال الطبي لتقدير جودة الحياة عند الأفراد في مواقف متعددة ومقارنتها عبر الثقافات المختلفة.

و يرى جيل وفينستي 1992 gill أن مقاييس جودة الحياة قد تطورت منذ السبعينات وأصبحت تتسم ببعض الخطوات الهامة في الأعداد مثل اختيار البنود وحذف البنود غير المناسبة، والاختيار القبلي للمقياس، و التقييم الكمي، إلا أن بعض المقاييس ينقصها الصدق الظاهري.

ويصنف تورجرسون (Torgerson) 1999 هذه المقاييس إلى ثلاثة مجموعات :

☐ المقاييس النوعية:

وهي المقاييس المرتبطة بمواقف و ظروف وعينات محددة، وأهداف محددة ، مثل المقاييس التي تتضمن أسئلة

حول بعض الأعراض التي يهدف العالج للتخلص منها

☐ المقاييس العامة أو الشاملة:

وهي التي تتضمن أسئلة حول الصحة العامة للفرد ومجالات حياته المختلفة.

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

المقاييس المؤسسة على النفع أو الفائدة:

والتي تتضمن أسئلة عامة تدور حول تفصيل الفرد في فترات معينة، وقد تضمنت جهود قياس جودة الحياة مجموعتين من المؤشرات الأولى إدراك الرضا عن الحياة باعتبارها دالة شخصية يمكن تحديدها من وجهة النظر الشخصية، ويطلق عليها .

مجموعة جودة الحياة الذاتية، أما المجموعة الثانية فهي تتضمن خصائص الفرد في وضعه الحالي ويمكن قياسها بصورة موضوعية، ويطلق عليها جودة الحياة الموضوعية (عبد النبي ، ، 5117 ص 215) في حين قسم ويكالد أنواع قياس جودة الحياة إلى ثلاث أنواع :

عالمي، عام .خاص

وضع" رايف وكيز" علماء في علم النفس الإيجابي نموذج لجودة الحياة يعرف باسم نموذج العوامل الستة. وتعددت الأدوات والمقاييس المستخدمة في قياس جودة الحياة وذلك بتعدد المؤشرات النفسية المرتبطة بها، من جهة ويأتي في مقدمة هذه المتغيرات، الرضا عن الحياة عن بعض ميادين الحياة والحاجات النفسية. كاختبار" مانشستر" للتقييم المختصر لنوعية الحياة: وقد تم تطوير اختبار" مانشستر" للتقييم المختصر لنوعية الحياة ليكون بمثابة أداة مكثفة بغرض تقييم جودة الحياة ، بالتركيز على عامل الرضا عن الحياة بصفة معدلة وفيما يلي عرض لبعض المقاييس التي يمكن أن تستخدم لمقياس جودة الحياة لفريتش وهو يقيس الرضا عن الحياة ، جودة الحياة ويتضمن مقياس الجودة الذاتية 14 مجال للحياة مثل العمل و الصحة، ووقت الفراغ، العالقات مع الأصدقاء والأبناء،

ومستوى المعيشة وفلسفة الحياة والعالقات مع الأقارب والجيران والعمل... الخ حيث يطالب من المفحوص وتقدير الرضا في مجال معين من الحياة وكذلك قيمة أو أهمية ذلك المجال بالنسبة للسعادة العامة للفرد. القياس العالمي:

وصمم أسلوبه العام من أجل قياس جودة الحياة بصورة متكاملة وشاملة، وهذا قد يكون وسؤالا وحيدا يتم سؤاله للشخص لحساب مقياس جودة الحياة بصورة عامة لهمثل مقياس "فلانجان" لجودة الحياة الذي يسأل الناس عن رضاهم عن 15 مجالا من المجالات.

القياس العام:

تم تحديده ليكون بصورة شاملة مثل احتمالية تأثير المرض أو أعراض هذا المرض على حياة المرض ويطبق المقياس الخاص على مجموعة كبيرة من السكان، والميزة الكبرى لهذا القياس هي تغطيته.

المقياس الخاص بالمرضى:

تم تطويره لمراقبة ردة الفعل للعلاج حالات خاصة وهذه الخطوات محصورة لمشاكل المقياس الخاص بالمرضى: تميز مجموعة خاصة مع المرضى ، حيث يكون لهؤلاء المرضى حساسية للتغيير وكذلك قلة التصور لديهم في الربط مع تعريف

معنى جودة الحياة (شيخي مريم، 2013، ص90).

8/- جودة الحياة في الجزائر:

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

في تقرير التنمية البشرية الذي يصدر عن برنامج الأمم المتحدة والذي يقوم على ثلاثة أعمدة هي الدخل الصحي التعليم هذا التصنيف الذي يقيم جهود 189 بلدا وإقليميا في هذا المجال صنفت الجزائر سنة 2017 في المرتبة 85 عالميا بمؤشر قدره 0.754 والمرتبة الثالثة افريقيا والأولى مغاريا متقدمة بشكل كبير على تونس والمغرب وليبيا وموريتانيا وهذا المؤشر يضعها ضمن التنمية البشرية العالمية انطلاقا من هذه التقارير السنوية العالمية. وفي تقرير التنافسية العالمية لسنة 2018 الذي تعطي 137 دولة ويرتكز على متطلبات أساسية مثل البيئة التحتية والاستقرار الاقتصادي والصحة والتعليم الأساسي وكذلك الكفاءة فقد صنفت الجزائر في المرتبة 86 بمؤشر 4.07 بعد المغرب.

انطلاقا من هذه التقارير السنوية العالمية ذات طابع علمي الذي تهدف إلى ترتيب الدول العالم من حيث من حيث مؤشرات ومعايير مختاره تتبناها الجهات التي تصدر هذه التقارير يفترض أن تكون جودة الحياة في الجزائر مرتفعة لكونها بلدا غنيا من حيث الموارد الاقتصادية حيث تعتبر من أكثر الدول المصدرة للبتترول والغاز والمعادن إضافة الى غناها بالموارد البشرية حيث زاد نسبة الشباب مرتفعة إضافة الى البيئة التحتية الجيدة في التعليم الصحة الخدمات والطرق إلا أن هذه المؤشرات العالمية للتنمية تضع الجزائر في مراتب مختلفة مقارنة امكانياتها ومواردها. أما عن الدراسات المحلية في هذا المجال فقد قام تلوين و بلغوميدي (2009) بدراسة كشفت عن العلاقة بين التدين ومعنى الحياة والرفاه الذاتي لدى الطلبة الجزائريين، ودلت النتائج على أهمية ارتباط بين المعتقدات الدينية والرفاه الذاتي ويشير تلوين ومزيان في أحدث مشاركة لهما في كتاب بحور جودة الحياة والمؤشرات الاجتماعية والصادر عن الجمعية العالمية لبحوث، نوعية الحياة سنة (2012) إلا أن مصطلح الرفاهية الذاتية مصطلح مرادف لمصطلح جودة الحياة تناول وضعيتها الجزائر، حيث وصلت نسبة السكان الذين يعانون من الفقع الى 23% مما دعا الدولة إلى تخصيص أكثر من 55 مليار دولار ما بين 2005 و 2009 اتفاقها على النمو الاقتصادي، وتحسين مستوى المعيشة غير أن الفساد الإداري والاقتصادي أثر على فعالية تلك الأموال في الواقع اليومي. (حمزة، 2019، ص56)

## الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة

### خلاصة:

يتضح من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل أن الصلابة النفسية تعمل كجدار وقائي للفرد تعينه على التأقلم مع ظروف الحياة الضاغطة، وتعطي شخصيته نوعا من الاحتمال ليستطيع مجرات أحداث حياته القاسية و المؤلمة. حيث قمنا في هذا الفصل بعرض نظري لأهم المفاهيم التي تفسر الصلابة النفسية ، من خلال عرض نبذة تاريخية بينت أصول المفهوم، ثم ذكرنا أهمية وأبعاد، ثم ذكرنا المكونات المتعارف عليها في ضوء النظريات المختلفة بالإضافة إلى النماذج الأساسية التي وضعها العلماء والتي كانت مصدر تطور الصلابة النفسية.

أما في ما يخص جودة الحياة فقد تطرقنا إلى مفهوم جودة الحياة واستهلينا ذلك بالبحث في تاريخ هذا المصطلح، بعدها حاولنا تقديم بعض التعاريف منها المفهوم الاصطلاحي ومنها ما عرفه العلماء والباحثون في هذا المجال وحاولنا أيضا في هذا الفصل إلقاء نظرة على المكونات والمؤشرات التي تدل على جودة الحياة أهم التصنيفات العالمية التي تقيسها وكذا قدمنا عرضا مختصرا حول مجالات جودة الحياة المتمثلة في خمس حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية ثم

عرضنا أهم النماذج والنظريات المفسرة لجودة الحياة كما تطرقنا الى جودة الحياة في الجزائر وتصنيفها مقارنة مع دول العالم في هذا المجال حسب تصنيفات العالم لنختتم هذا الفصل بأهم المقاييس التي تقيسها موضحة النوع القياس الملائم.

## الفصل الثالث: منهجية الدراسة وإجراءاتها:

### تمهيد

1/ الدراسة الاستطلاعية.

2/ مجتمع الدراسة.

3/ عينة الدراسة.

4/ أدوات الدراسة.

5/ حدود الدراسة.

6/ الخصائص السيكومترية.

7/ المعالجة الإحصائية.

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة وإجراءاتها

تمهيد

يعتبر الجانب التطبيقي مكمل للجانب النظري بحث لا يخلو أي بحث من هذا العنصر و هو من أهم خطوات في خطوات البحث العلمي و بعد نظرنا المفصل في الجانب النظري و أخذنا نظرة شاملة حول العناصر المتعلقة بموضوعنا أصبح بإمكاننا التطرق إلى الفصول التطبيقية و تجسيدها و إتباع إجراءات تمكننا من الوصول إلى نتائج دقيقة و صادقة من خلالها نستطيع نفي الفرضيات أو اعتبارها صحيحة.

### 1/الدراسة الاستطلاعية

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الأداة الأولية لمساعدة الباحثين على إلقاء نظرة شاملة وكاملة حول الموضوع المراد دراسته، وتهدف هذه الدراسة للكشف عن أي صعوبات قد تواجه الباحث أثناء إجراء لبحثه. ومنه وبعد التطلع على الجانب النظري للبحث والتعرف على متغيرات البحث، قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على طلبة الجامعة بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، مع الالتزام بخصائص العينة.

فبعد نظرنا واطلاعنا على الدراسات السابقة ومراجعة الأدبيات المتعلقة بمتغيرات الدراسة، قمنا بالاستعانة بالدراسة الاستطلاعية من أجل تكوين فكرة أوضح عن عينة الأفراد التي هي محل دراستنا، والتحقق من صلاحية أدوات الدراسة.

وقبل البدء في دراستنا الأساسية، حاولنا القيام بالدراسة الاستطلاعية لتتحقق من:

\_التعرف أكثر على عينة البحث.

\_التحقق من مدى صلاحية أدوات الدراسة.

\_الكشف عن الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا

وفي الأخير قمنا بإجراء الدراسة للتأكد من خصائص الأدوات على عينة متكونة من 30 طالبا من مختلف كليات جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، وبذلك تحققنا من خصائص أدوات الدراسة وإمكانية استخدامها في دراستنا.

### 2/مجتمع الدراسة:

المجتمع الخاص بالدراسة هو عبارة عن مجموعة من العناصر أو جميع الأفراد الذين يقعون تحت لواء الدراسة الإحصائية ويهدف إلى تعيين الحدود لجمع البيانات ولعملية الاستقراء والاستنتاج.(زيد الخير، 2021، ص89)

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة واجراءاتها

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، ولاختيار أفراد عينة الدراسة تم الاعتماد على العدد الإجمالي للمجتمع الأصلي ، وهو طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة، باختلاف تخصصاتهم ، في السنة الدراسية 2022/2023.

### 3/ عينة الدراسة:

يقصد بها مجموعة الافراد الذي يجري عليهم البحث وحسب "أنجلوس" (Angres) فإن مجموعة البحث يتم اختيارها العلمي في العلوم الإنسانية حيث إذا لم يستطيع دراسة الظاهرة على المجتمع كله فيختار العينة التي تمثل المجتمع تمثيلا صادقا ثم يقوم بتعميم بحثه على المجتمع قيد الدراسة. (ص349)

بالنسبة لعينة الدراسة فقد تم اختيارها بطريقة عشوائية.

بحيث تكونت عينة الدراسة من (150) طالبا جامعيًا وتم تطبيق مقياس البحث على العينة بعد حصولنا على موافقتهم في الاجابة عليها بكل صدق و أمانة ومع توضيحنا أن المعلومات المقدمة من طرفهم سوف تستخدم لغرض إثراء مجال البحث الأكاديمي.

وهكذا كان عدد توزيع الطلبة حسب الكليات وحسب الجنس، والجداول التالية تمثل ذلك:

الجنس	العدد
ذكور	64
إناث	86
المجموع	150

الجدول رقم (1): يمثل عينة الطلبة من حيث الجنس

الكلية	ك/العلوم الطبيعية	ك/العلوم الإنسانية و اجتماعية	ك/التكنولوجية	ك/العلوم الاقتصادية
العدد	38	60	38	14
المجموع	150			

الجدول رقم (2): يمثل عينة الطلبة من حيث الكلية

#### 4\_1 مقياس الصلابة النفسية:

\_تم اعتماد مقياس الصلابة النفسية والذي يتكون من 47 بندا موزعة على ثلاثة أبعاد هي: الالتزام ويضم (16) بند، بعد التحكم ويضم (15) بند، وبعد التحدي ويضم (16) بند. الذي قام بشير معمرية (2001) بتعديله وتقنيته على البيئة الجزائرية بحيث أضاف إلى بعد التحكم بندا هو البند رقم 48 فأصبحت الأبعاد متساوية من حيث البنود وعليه أصبح عدد بنود المقياس 48 بندا عوضا عن 47. يتكون كل بعد من 16

\_وتصحح إجابات المفحوصين ضمن أربعة بدائل وهي: لا وتنال صفر(0) , قليلا وتنال درجة واحد (01) , متوسط وتنال درجتين (02) وكثيرا ثلاث درجات (03). وبالتالي تتراوح الدرجات بين 0\_144 وارتفاع الدرجة يعني صلابة نفسية مرتفعة. (أمال تركي, 2021, ص171 و172) وارتفاع الدرجة يعني صلابة نفسية مرتفعة، قام بحساب الصدق والثبات بتطبيق المقياس على عينة من الطلاب بثلاث طرق بطريقة الصدق التمييزي والصدق الانفعالي، والصدق التعارضي حيث تميز بمعاملات صدق مرتفعة، أما الثبات تم بطريقتين إعادة تطبيق الاختبار يتراوح بين (0.27\_0.71) ومعامل ألفا كرو نباخ(0.82\_0.83) يتبين من معاملات الصدق والثبات المحصل عليها أن قائمة الصلابة النفسية تتميز بخصائص سيكو مترية مرتفعة على عينات البيئة الجزائرية، مما يجعلها بكل اطمئنان.(معمرية، 2009، ص46\_66)

الخصائص السيكو مترية لمقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر(2002): قام عماد مخيمر بحساب الصدق والثبات للمقياس من خلال تطبيقه على عينة من الطلبة في جامعة الزقازيق تتكون من 35 طالب و 45 طالبة تتراوح أعمارهم بين 19\_24 سنة، تراوحت معاملات الارتباط بين 0.22\_ و 0.27 وكل معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى 0.01 و0.05.

قمنا بحساب الصدق لمقياس الصلابة النفسية بطريقة الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية و الأبعاد المكونة للمقياس فكانت قيم معامل الارتباط تتراوح ما بين (0.83) و (0.92) وهي قيم دالة عند مستوى الدالة 0.01.

أما الثبات فقد تم استعمال التجزئة النصفية حيث وصل معامل الارتباط بعد التصحيح إلى (0.86)، وبطريقة ألفا لكرو نباخ وصلت قيمة المعامل (0.92).وهي قيم تدل على ثبات المقياس.(تركي، 2021، ص172)

الصدق: تم الاعتماد على طريقة المقارنة الطرفية كمؤشر للتحقق من صدق المقياس.  
الصدق بطريقة المقارنة الطرفية:

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة وإجراءاتها

قمنا بمقارنة متوسطات درجات أفراد العينة الاستطلاعية ممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات العليا وممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات الدنيا على المقياس، وهذا لاختبار قدرة المقياس على التمييز بين المستويات المختلفة من السمة المقاسة لدى أفراد العينة وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (3) : دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس الصلابة النفسية

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة "ت"	المجموعة العليا ن=8		المجموعة الدنيا ن=8		العينة المقياس
				ع	م	ع	م	
0.01	9.15	0.00	10.46-	6.02	101.37	15.16	41.00	الصلابة النفسية

يتبين من الجدول رقم (3) أن : قيمة " ت " والتي بلغت 10.46- دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين الطرفيتين ما يعتبر مؤشراً على صدقه.

الثبات: تم الاعتماد على معامل ألفا لكرو نباخ لحساب ثبات المقياس.

معامل ثبات ألفا لكرو نباخ:

تم اختيار هذه المعادلة نظراً لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس متدرج، والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم (4) : معامل ثبات ألفا لكرو نباخ لمقياس الصلابة النفسية

قيمة معامل الثبات	عدد الفقرات	الصلابة النفسية
0.81	48	

بلغت قيمة معامل ألفا لكرو نباخ للمقياس ككل 0.81، وعلي يمكن القول أن المقياس على درجة جيدة من الثبات.

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة واجراءاتها

مقياس جودة الحياة: تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس جودة الحياة وذلك بعد المرور بمراحل معينة وبعد اخضاعه للتحكيم وحساب الخصائص السيكومترية، حيث تكون المقياس من 56 وذلك بعد تعديل بعض البنود (1,3,4,5,19,33,39,40,42,46,50,57) و حذف العبارات (7,8,28,44) فأصبحوا بذلك 56 بند موزعين على ست أبعاد ، تمثل في مجملها جودة الحياة : بعد الصحة العامة و يشمل 8 بنود، بعد الرضا عن الحياة و يشمل 10 بنود ، بعد العلاقات الاسرية والاجتماعية و يشمل 9 بنود ، بعد الصحة النفسية و يشمل 10 بنود ، بعد النجاح الاكاديمي و يشمل 9 بنود و البعد الأخير بعد شغل أوقات الفراغ و يشمل 10 بنود.

**طريقة التصحيح:** وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن كيفية الإجابة المفحوص على كل بند من بنود المقياس، وذلك تبعا لبدائل التالية: أوافق بشدة، أوافق، محايد، أعارض، أعارض بشدة، وقد وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة 1.2.3.4.5 بالنسبة للعبارات الإيجابية، والعكس بالنسبة للعبارات السلبية (1,2,3,4,5)، وتعتبر بذلك 56 أدنى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب و280 كأقصى درجة.

### صدق الأداة في الدراسة الاصلية:

ويعني الصدق قدرة الأداة على قياس ما أعدت لقياسه (الطيب، 1991ص231) حيث تم عرض المقياس في صورته الأولية في صدق المحكمين على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم 10 محكما من ذوي الاختصاص من الدكاترة بقسم علم النفس وطلب منهم الحكم على مدى صلاحية المقياس في قياس ما أعدت لقياسه و بناءا على ذلك تم تعديل الأداة بعد التحكيم حتى ظهرت في صورتها النهائية مكونة من 56 بند. (دويده، 2016ص108).

### ثبات الأداة في الدراسة الاصلية:

للتأكد من ثبات الأداة، تم التحقق من الاتساق الداخلي لبنود جودة الحياة بواسطة استخراج معامل الفا كرو نباخ، والذي أسفر عن معامل مقداره 0,94 مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. أما بطريقة التجزئة النصفية التي تقوم بتجزئة المقياس الى نصفين متكافئين فقرات زوجية وفردية حيث تم التحصل على مجموعتين من الدرجات بعدها تم حساب معامل الارتباط بين الفقرات وبعد تصحيحه بمعادلة سيرمان براون كانت القيمة مرتفعة حيث قدر ب: 0,91 وهي قيمة دالة على ثبات المقياس و يتضح أن معامل الثبات مرتفع وهو دال إحصائيا و يمكن الوثوق به.

الصدق: تم الاعتماد على طريقة المقارنة الطرفية كمؤشر للتحقق من صدق المقياس.

### الصدق بطريقة المقارنة الطرفية:

قمنا بمقارنة متوسطات درجات أفراد العينة الاستطلاعية ممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات العليا وممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات الدنيا على المقياس، وهذا لاختبار قدرة المقياس على التمييز بين المستويات المختلفة من السمة المقاسة لدى أفراد العينة وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (5) : دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس جودة الحياة

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة واجراءاتها

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة "ت"	المجموعة العليا ن=8		المجموعة الدنيا ن=8		العينة المقياس
				ع	م	ع	م	
0.01	14	0.00	7.20-	24.23	185.12	10.55	117.75	جودة الحياة

يتبين من الجدول رقم (5) أن : قيمة " ت " والتي بلغت -7.20 دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين الطرفيتين ما يعتبر مؤشرا على صدقه.

الثبات: تم الاعتماد على معامل ألفا لكرو نباخ لحساب ثبات المقياس.

معامل ثبات ألفا لكرو نباخ:

تم اختيار هذه المعادلة نظرا لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس متدرج، والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم (6) : معامل ثبات ألفا لكرو نباخ لمقياس جودة الحياة

جودة الحياة	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
	56	0.70

بلغت قيمة معامل ألفا لكرو نباخ للمقياس ككل 0.70، وعلي يمكن القول أن المقياس على درجة جيدة من الثبات.

5/حدود الدراسة

1\_3 الحدود الزمانية

تم إجراء البحث بعدما انتهينا من دراستنا الاستطلاعية في الفترة الممتدة 15 فيفري حتى 1مارس .

2\_3 الحدود المكانية

تم اجراء البحث في جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

## الفصل الثالث : منهجية الدراسة واجراءاتها

### 3\_3 الحدود البشرية

تم إجراء الدراسة على عينة متمثلة في مجموعة الطلبة الذين يزاولون دراستهم في جامعة الجيلالي بونعامة عددهم 150 طالب (86طالبة) و (64طالب).

#### المعالجة الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات عن طريق برنامج (22) (SPSS of Social Sciences) (Statistical Package) البرنامج الإحصائي للحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وذلك لاختبار صحة ومدى تحقق فرضيات الدراسة، حيث قمنا من خلاله باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- ❖ اختبار لعينتين مستقلتين
- ❖ تحليل التباين الأحادي
- ❖ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
- ❖ معامل الثبات ألفا لكر و نباخ
- ❖ معامل الارتباط بارسون
- ❖ المقارنة الطرفية

## الفصل الرابع: عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

### تمهيد

- 1/ عرض ومناقشة الفرضية الأولى.
- 2/ عرض ومناقشة الفرضية الثانية.
- 3/ عرض ومناقشة الفرضية الثالثة.
- 4/ عرض ومناقشة الفرضية الرابع .
- 5/ عرض ومناقشة الفرضية الخامسة.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

تمهيد

يتناول هذا الفصل عرض نتائج التي تم الحصول عليها، ثم مناقشة هذه النتائج وتفسيرها من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة وذلك على النحو التالي:

1/- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة.

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في الصلابة النفسية ودرجاتهم في جودة الحياة، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول(7): معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في الصلابة النفسية ودرجاتهم في جودة الحياة

المتغيرات	العينة	قيمة معامل ارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية Sig	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية جودة الحياة	151	0.01-	0.90	غير دال احصائيا

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في الصلابة النفسية ودرجاتهم في جودة الحياة المقدر بـ 0.01 غير دالة احصائيا، حيث أن القيمة الاحتمالية sig المقدر بـ 0.90 أكبر من مستوى المعنوية 0.05.

إذن نستنتج أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة، وعليه نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة، ونرفض البديلة.

### مناقشة نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة.

حيث أظهرت نتائج الجدول رقم (7) الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في الصلابة النفسية ودرجاتهم في جودة الحياة المقدر بـ 0.01 غير دالة احصائيا، وعليه فالفرضية غير محققة.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

فاختلفت مع دراسة مريم (2016) والتي توصلت إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة .

وكذا دراسة سعدي سامية (2022) والتي توصلت أيضا إلى وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لطلبة علم النفس.

تثبت نتائج الفرضية الأولى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة الصلابة النفسية وجودة الحياة لطلبة جامعة الجليلي بونعامة حيث اختلفت دراستنا مع نتائج بعض الدراسات، إذ تعد الصلابة النفسية جوهر الشخصية السوية فهي من العوامل المهمة والحيوية التي تساعد الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة، كما أن مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع يختلف من شخص لآخر ويتأثر بعدة عوامل كالصحة الجسمية والحالة النفسية.

ونفسر من خلال ما يملكه طلبة جامعة الجليلي بونعامة من صلابة نفسية وجودة الحياة يرجع إلى اختلاف المناهج التي يدرسونها من كلية إلى أخرى التي تعزى للصلابة النفسية، وبالتالي فهي لا تنعكس على جودة الحياة، كما نرى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة يرجع إلى الأحداث الضاغطة المختلفة في حياة الطالب ولتي تؤدي إلى تدني مستوى الصلابة النفسية وعدم توافرها مع جودة الحياة عند الطلبة، فبرغم جودة الحياة الجيدة عند بعض الطلبة إلا أنهم يعانون من ضغوطات يومية وتدني في صلابتهم النفسية.

2/- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكر/أنثى).

للتحقق من صحة الفرضية والكشف عن دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في الصلابة النفسية، تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، ويوضح الجدول التالي النتائج:

الجدول رقم (8): دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في الصلابة النفسية

المتغير	الإناث n=87		الذكور n=64		اختبار "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
الصلابة	75.86	11.75	71.70	15.10	1.90	0.059	149	غير دال

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

احصائيا								النفسية
---------	--	--	--	--	--	--	--	---------

يظهر الجدول رقم (8) أن المتوسط الحسابي لدرجات الذكور في الصلابة النفسية والبالغ عددهم 64 طالبا قدر بـ 71.70 بانحراف معياري قدره 15.10، أما الإناث البالغ عددهن 87 طالبة فقد بلغ متوسط درجاتهن في الصلابة النفسية 75.86 بانحراف معياري قدره 11.75

كما نلاحظ من خلال الجدول أن: قيمة اختبار "ت" لعينتين مستقلتين والمقدرة بـ 1.90 غير دالة احصائيا، حيث أن القيمة الاحتمالية sig المقدره بـ 0.059 أكبر من مستوى المعنوية 0.05، وبالتالي نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية، أو بعبارة أخرى لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث)، وعليه نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث)، ونرفض البديلة.

### مناقشة نتائج الفرضية الثانية

تنص الفرضية على وجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث).

حيث أظهرت نتائج الجدول رقم (8) عدم وجود دلالة إحصائية في الفرق بين الذكور والإناث في متغير الصلابة النفسية بحيث بلغت قيمة ت 1.90 وهي غير دالة إحصائيا، وعليه الفرضية لم تتحقق.

هذه النتائج تتوافق مع العديد من الدراسات التي توصلت إلى عدم وجود فروق في متغير الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس كدراسة معمري، عبد النور (2015) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس .

واختلفت مع دراسة زينب بلحشاني (2018) ، وكذا دراسة عينة ناريمان (2017) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

يمكن إرجاع ذلك لطبيعة أفراد العينة (الطلبة الجامعين) التي قد تعكس واقعهم الفعلي لأفراد المجتمع الذي يفترض أن يكون به جميع الاحتمالات (ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمتوسطة والمنخفضة) ولذي يمكن ربطه بطبيعة الحياة وظروفها، والفروقات الفردية بين الأفراد في طريقة تعاملهم مع أحداث الحياة، حيث يمكن إرجاع ذلك لطريقة قيامنا بدراسة الفروق بين الذكور والإناث والتي قد يكون لها تأثير في ما تم التوصل إليه من نتائج.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

3/- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية.

للتحقق من صحة الفرضية والكشف عن دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في الصلابة النفسية حسب متغير الكلية، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي، وقد تم التحقق من تجانس تباينات المجموعات ويوضح الجدول التالي ذلك:

الجدول رقم (9): اختبار تجانس تباينات درجات المجموعات لمتغير الصلابة النفسية حسب الكلية

اختبار ليفيني	درجة الحرية1	درجة الحرية2	الدلالة sig	مستوى الدلالة
0.96	3	147	0.81	غير دال احصائيا

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة اختبار ليفيني المقدرة بـ 0.96 غير دالة احصائيا، وبالتالي فإنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تباينات درجات المجموعات لمتغير الصلابة النفسية حسب الكلية، فهي إذن متجانسة، ما يسمح بتطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي.

الجدول رقم (10): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة جامعة خميس مليانة في الصلابة النفسية حسب متغير الكلية

الكلية							
علوم انسانية واجتماعية n=60		علوم طبيعية n=38		علوم تكنولوجيا n=38		علوم اقتصادية n=15	
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
74.16	10.90	77.78	13.56	71.00	17.04	72.33	10.01

نلاحظ من خلال الجدول أن: المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في الصلابة النفسية قد بلغ 74.16 بانحراف معياري قدره 10.90 بالنسبة لطلبة علوم انسانية واجتماعية، و77.78 بانحراف معياري قدره 13.56 بالنسبة لطلبة علوم طبيعية، و71.00 بانحراف معياري قدره 17.04 بالنسبة لطلبة علوم تكنولوجيا، و72.33 بانحراف معياري قدره 10.01 بالنسبة لطلبة علوم اقتصادية.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

والجدول الموالي يوضح قيمة اختبار "ف" ودلالته الاحصائية:

الجدول رقم (11): دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في الصلابة النفسية حسب متغير الكلية.

الدلالة الاحصائية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة اختبار "ف"	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	اختبار "ف"
غير دال احصائيا sig>0.05	0.15	1.75	309,842	3	929,527	بين المجموعات
			176,694	147	25973,982	داخل المجموعات
				150	26903,510	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أن: قيمة اختبار "ف" والمقدرة بـ 1.75 غير دالة احصائيا، حيث أن القيمة الاحتمالية sig المقدرة بـ 0.15 أكبر من مستوى المعنوية 0.05، وبالتالي نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية في الصلابة النفسية، أو بعبارة أخرى لا يختلف مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة باختلاف الكلية، وعليه نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية في الصلابة النفسية ونرفض البديلة.

### مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

تنص الفرضية على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية.

حيث أظهرت نتائج الجدول رقم (11) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية في الصلابة النفسية. بحيث بلغت قيمة اختبار ف 1.75 وهي غير دالة إحصائيا وعليه فإن الفرضية غير محققة.

هذه النتائج تتوافق مع العديد من الدراسات التي توصلت عدم وجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية في الصلابة النفسية. والتي تتفق مع دراسة د. صباح علي أحمد الشامى و عبد الله أحمد من مجلة جامعة الناصر (2022) التي تتفق مع دراستنا جزئيا و التي توصلت الى

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالنادرة وفقا لمتغير المستوى الدراسي.

وتختلف نتائج هذه الدراسة جزئيا مع دراسة الحجار (2005) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة في الصلابة النفسية لصالح التخصصات العلمية.

دراستنا الحالية ركزت على بحث الفروق في الصلابة بين الكليات الانسانية و الطبيعية والتكنولوجية وتوصلنا إلى عدم وجود فروق في الصلابة النفسية بينهم، حيث أن معظم تخصصات هذه الكليات تصب في نفس السياق إذ تسعى إلى تنمية وتطوير شخصية الطالب من خلال إشباعه بالمعارف و المعطيات التي تمكنه من أن يكون متمكنا فيما يوجه إليه مستقبلا. ونفسر هذا من خلال كل هذه الكليات تركز على دراستها على دعم الطلبة في المواقف التربوية من خلال تزويد الطالب بالمبادئ و المناهج و الأساليب النظرية التي تمكن من حوث العملية التعليمية. وأن كل كلية تكمل الكلية الأخرى في أحد مجالاتها.

4/- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكر/أنثى).

للتحقق من صحة الفرضية والكشف عن دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في جودة الحياة، تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، ويوضح الجدول التالي النتائج:

الجدول رقم (12): دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في جودة الحياة

المتغير	الإناث n=87		الذكور n=64		اختبار "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
جودة الحياة	143.68	14.77	151.67	17.38	-3.03	0.003	148	دال احصائيا عند مستوى 0.01

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

يظهر الجدول رقم (12) أن المتوسط الحسابي لدرجات الذكور في جودة الحياة والبالغ عددهم 64 طالبا قدر بـ 151.67 بانحراف معياري قدره 17.38، أما الإناث البالغ عددهن 87 طالبة فقد بلغ متوسط درجاتهن في جودة الحياة 143.68 بانحراف معياري قدره 14.77

كما نلاحظ من خلال الجدول أن: قيمة اختبار "ت" لعينتين مستقلتين والمقدرة بـ -3.03 دالة احصائيا عند مستوى 0.01، حيث أن القيمة الاحتمالية sig المقدرة بـ 0.003 أقل من مستوى المعنوية 0.01، وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في جودة الحياة، أو بعبارة أخرى توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث)، والفروق كانت لصالح الذكور باعتبار أن المتوسط الحسابي لدرجاتهم في جودة الحياة (151.67) أكبر من المتوسط الحسابي لدرجات الإناث (143.68)، وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث).

### مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

توجد فروق في متغير جودة الحياة يعزى إلى متغير الجنس. أظهرت نتائج الجدول رقم (12) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث)، والفروق كانت لصالح الذكور حيث بلغت قيمة ت -03.3 وهي دالة إحصائيا، وعليه فالفرضية تحققت.

هذه النتائج تتوافق مع العديد من الدراسات التي توصلت إلى وجود فروق في متغير جودة الحياة تعزى إلى متغير الجنس كدراسة العدلي والكردي 2014 والتي أقيمت على عينة من 476 طالب وطالبة. كما أنها تختلف ودراسة صلاح ونجدة 2013 والتي أقيمت على عينة 83 طالب وطالبة والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس.

ونفسر هذا بأن جودة الحياة تعتبر إلى حد ما ظاهرة ذاتية تتأثر بخبرات الفرد، أو ربما يرجع ذلك إلى الخدمات الصحية والتربوية والاجتماعية المقدمة للطلبة في المجتمع الجامعي فقد يستفيد منها الطالبات أكثر من الطلبة، وهذا يؤدي إلى وجود فروق بينهم في مستوى جودة الحياة، وقد نفسر هذا أيضا بمساحة حرية التصرف التي تمنح إلى الذكور أكثر من الإناث، كما أنه من الشائع في مجتمعنا الجزائري تقديم المساعدة والدعم الاجتماعي للأنثى في المجال الدراسي أكثر من الذكور.

5/- عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

للتحقق من صحة الفرضية والكشف عن دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في جودة الحياة حسب متغير الكلية، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي، وقد تم التحقق من تجانس تباينات المجموعات ويوضح الجدول التالي ذلك:

الجدول رقم (13): اختبار تجانس تباينات درجات المجموعات لمتغير جودة الحياة حسب الكلية

اختبار ليفيني	درجة الحرية 1	درجة الحرية 2	الدلالة sig	مستوى الدلالة
0.33	3	146	0.80	غير دال احصائيا

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة اختبار ليفيني المقدرة بـ 0.33 غير دالة احصائيا، وبالتالي فإنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تباينات درجات المجموعات لمتغير جودة الحياة حسب الكلية، فهي إذن متجانسة، ما يسمح بتطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي.

الجدول رقم (14): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة جامعة خميس مليانة في جودة الحياة حسب متغير الكلية

الكلية							
علوم اقتصادية n=15		علوم تكنولوجيا n=38		علوم طبيعية n=38		علوم انسانية واجتماعية n=60	
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
12.18	143.66	20.08	153.18	13.48	147.81	15.44	143.65

نلاحظ من خلال الجدول أن: المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة قد بلغ 143.65 بانحراف معياري قدره 15.44 بالنسبة لطلبة علوم انسانية واجتماعية، و147.81 بانحراف معياري قدره 13.48 بالنسبة لطلبة علوم طبيعية، و153.18 بانحراف معياري قدره 20.08 بالنسبة لطلبة علوم تكنولوجيا، و143.66 بانحراف معياري قدره 12.18 بالنسبة لطلبة علوم اقتصادية.

والجدول الموالي يوضح قيمة اختبار "ف" ودلالته الاحصائية:

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

الجدول رقم (15): دلالة الفرق بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة في جودة الحياة حسب متغير الكلية

الدلالة الاحصائية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة اختبار "ف"	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	اختبار "ف"
دال احصائيا عند مستوى 0.05 حيث أن sig<0.05	0.03	2.99	772,108	3	2316,324	بين المجموعات
			257,756	146	37632,370	داخل المجموعات
				149	39948,693	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أن: قيمة اختبار "ف" والمقدرة بـ 2.99 دالة احصائيا عند مستوى 0.05، وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية في جودة الحياة، أو بعبارة أخرى يختلف مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة باختلاف الكلية، ولتحديد اتجاه الفروق تم استخدام أسلوب المقارنات البعدية بطريقة شيفيه، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (16): المقارنات البعدية بطريقة شيفيه لاتجاه الفروق في جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة حسب متغير الكلية

مستوى الدلالة	الدلالة sig	الخطأ المعياري	الفروق بين المتوسطات	الكلية
غير دال احصائيا	,6740	3,35594	-4,16081	علوم طبيعية
دال احصائيا عند 0.05	,0460	3,32851	-9,53421*	علوم انسانية واجتماعية
غير دال احصائيا	1,000	4,63462	,016670-	علوم اقتصادية

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

غير دال احصائيا	,6740	3,35594	4,16081	علوم انسانية واجتماعية	علوم طبيعية
غير دال احصائيا	,5540	3,70802	-5,37340	علوم تكنولوجيا	
غير دال احصائيا	,8700	4,91428	4,14414	علوم اقتصادية	
دال احصائيا عند 0.05	,0460	3,32851	9,53421*	علوم انسانية واجتماعية	علوم تكنولوجيا
غير دال احصائيا	,5540	3,70802	5,37340	علوم طبيعية	
غير دال احصائيا	,2900	4,89559	9,51754	علوم اقتصادية	
غير دال احصائيا	1,000	4,63462	,016670	علوم انسانية واجتماعية	علوم اقتصادية
غير دال احصائيا	,8700	4,91428	-4,14414	علوم طبيعية	
غير دال احصائيا	,2900	4,89559	-9,51754	علوم تكنولوجيا	

يتضح من خلال الجدول أن الفروق الدالة احصائيا في جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة حسب متغير الكلية ترجع إلى بالدرجة الأولى إلى الفرق بين متوسطي درجات جودة الحياة بالنسبة لمجموعة العلوم الانسانية والاجتماعية ومجموعة العلوم التكنولوجية لصالح مجموعة العلوم التكنولوجية، وقد بلغت قيمة الفرق حسب الجدول 9,53421 وهو فرق دال احصائيا عند مستوى 0.05.

نستنتج في الأخير أنه توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية لصالح طلبة كلية العلوم التكنولوجية، حيث يمكن أن نقول أن لديهم مستوى من جودة الحياة أكثر من غيرهم في بقية الشعب، وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية لصالح طلبة كلية العلوم التكنولوجية.

مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

توجد فروق في متغير جودة الحياة يعزى إلى متغير الكلية. أظهرت نتائج الجدول رقم(16) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة خميس مليانة تعزى لمتغير الكلية، والفروق كانت لصالح كلية العلوم التكنولوجية ، وعليه فالفرضية تحققت.

هذه النتائج تتوافق مع العديد من الدراسات التي توصلت إلى وجود فروق في متغير جودة الحياة تعزى إلى متغير التخصص كدراسة حسن 2008، التي تتفق جزئياً مع دراستنا حيث أثبتت أنه توجد فروق في جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصصات العلمية.

ونفسر هذا بوجود الدعم والمساندة التي يتلقها طلبة كلية علوم التكنولوجيا من طرف عمال الإدارة الجامعية، وقد يرجع ذلك إلى خبرتهم في الحياة بصورة عامة والحياة الجامعية بصورة خاصة جعلتهم راضين عن حياتهم داخل الحرم الجامعي

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

### الاستنتاج العام

من خلال دراستنا المعمقة النظرية منها و التطبيقية ، فإن الصلابة النفسية هي نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه و الآخرين من حوله، واعتقاده بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، فالصلابة النفسية من العوامل التي تساعد الفرد على التوافق مع المواقف التي يتعرض لها في حياته اليومية كما أنها من مصادر المقاومة و الوقاية النفسية للأحداث الضاغطة. فالطلبة يمثلون شريحة مهمة من حيث خصوصية المرحلة التي يمرون بها من جهة وطبيعة التكوين الذي يتلقونه من جهة أخرى للخروج إلى معترك الحياة بأحداثها ومشاقها المتلاحقة و المستمرة والتي تتطلب شخصية صلبة تستطيع التوافق مع أحداث الحياة وتهدف إلى تحقيق جودتها .

وهذا ما دعانا إلى تحديد مشكلة البحث من خلال دمج متغيرين إيجابيين ضمن عينة مهمة جدا و أساسية في المجتمع، وهي طلبة جامعة الجيلالي بونعامة في خميس مليانة عين الدفلى. وحاولنا قدر الإمكان أن نصل إلى نتائج موضوعية يمكن الاعتماد عليها مستقبلا، وقد قمنا بدراسة المتغيرين في جانبين، نظري يعطي لمحة عن ماهية الموضوع وأبعاده وتاريخ نشوئه بالإضافة إلى النماذج التي سطرت من قبل العلماء والتي منحت هاذين المتغيرين الخطوط العريضة لدراستهما، وأهمية وجودهما في حياة الفرد، وخصائص الأشخاص الذين يتصفون بهذا النوع من المتغيرات، سواء الصلابة النفسية أو جودة الحياة. وجانب ميداني استعملنا فيه الإجراءات المعروفة في البحث الميداني، واستخدمنا فيه البرامج الحديثة في الاحصاء ودراسة الفرضيات، بغرض الوصول إلى نتائج أكثر دقة.

وخلال تطبيقنا لدراستنا واجهتنا صعوبات كثيرة، حاولنا جاهدين بقدر المستطاع التغلب عليها، وإتمام بحثنا و الوصول إلى العدد الأكبر من العينة لتحسين وضعية هذه العينة الحساسة في المجتمع. وبعد القيام بإجراء الدراسة الميدانية وجمع البيانات وتبويبها والتأكد من صحة فرضياتها خلصنا إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة، وهذا ما يجعل الصلابة النفسية لا ترتبط بجودة الحياة قد يرجع هذا إلى الصعوبات التي تلقيناها في تطبيق مقاييس على العينة والتي قد أثرت على نتائج الدراسة.

وقد خلصت الدراسة الحالية من خلال مجموعة من الفرضيات التي سطرت، إلى جملة من النتائج تم تفسيرها في ضوء التراث النظري للدراسة فضلا عن الدراسات السابقة التي اعتمدها في بحثنا كانطلاقة لدراستنا ، وقد قامت الدراسة على هدف رئيسي وهو معرفة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية و جودة الحياة بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

- ❖ عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.
- ❖ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.
- ❖ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الكليات.
- ❖ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس.
- ❖ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير الكليات.

## الفصل الرابع : عرض ومناقشة فرضيات الدراسة

### التوصيات

وبناء على النتائج الدراسية المتحصل عليها من خلال تطبيقنا للمقاييس على العينة ورؤيتنا للمحيط ودراستنا في نفس البيئة مع عينة في نفس الجامعة فإنه يمكننا أن نقترح ما يلي:

- ✓ اقتراح تصميم برامج إرشادية حول كيفية استخدام متغير الصلابة النفسية وجودة الحياة قصد تحسين مستوى وتحقيق درجات عالية في كليهما.
- ✓ محاولة ربط متغيري الصلابة النفسية وجودة الحياة بمتغيرات جديدة، ولفت الانتباه الباحثين لعمل المزيد من الأبحاث العلمية التي تتعلق بهما.
- ✓ التأكد بالتسلح بالصلابة النفسية لأنها تمنح الفرد قوة ومرونة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.
- ✓ توسيع مجال عينة البحث في الدراسات والبحوث المستقبلية لتشمل شرائح أوسع أو شرائح أخرى كالموظفين في القطاعات الأخرى.
- ✓ ضرورة التنوع في اختيار العينات ضمن جامعات مختلفة في أرجاء الوطن، مثل أجرا مقارنة بين جامعات الشمال و جامعات الجنوب ...إلخ.

# قائمة المراجع

- 1) \_أحمد الشمري، وراضي، بن محسن (2015). درجة ممارسة أبعاد الذكاء العاطفي لدى القيادات التربوية في المدارس الأهلية بالرياض، مجلة كلية التربية، 35.(168)، ص 145\_175 .
- 2) \_أحمد بعبد الله محمد العيافي (2012). الصلابة النفسية و أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام و العاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، بحث مقدم إلى قسم علم النفس بكلية التربية متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس، جامعة أم القرى.
- 3) \_أحمد يوسف دودين(2014).إدارة الجودة الشاملة عمان الأردن ،الأكاديميون للنشر و التوزيع ، الطبعة الأولى.
- 4) إدارة الجودة الشاملة عمان الأردن، الأكاديميون للنشر التوزيع، الطبعة الأولى.
- 5) \_إسماعيل صالح عبد الله، الهمص(2010). قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة و علاقته بجودة الحياة،[رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الإسلامية، قسم علم النفس كلية غزة، فلسطين.
- 6) \_أسية دويدة (2016).جودة الحياة و علاقتها بفاعلية الذات لدى عينة من طلبة الجامعة [دراسة مقارنة في ظل متغيري الجنس و المستوى الأكاديمي غير منشورة ] .
- 7) \_أمال تركي (2021). علاقة كل من الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية المدركة بنوعية الحياة لدى الراشدين المصابين بداء السكري، [ أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه (ل. م. د)] علم النفس تخصص علم النفس الصحي، جامعة لونيبي علي\_ البليدة 2.
- 8) \_بشكيمة أحلام نبيلة (2016)، السعادة النفسية و علاقتها بكل من الصلابة النفسية و أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة الجامعيين، [ مذكرة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس]، جامعة البليدة 2.
- 9) \_بشير معمريه (2009). دراسات نفسية في الذكاء الوجداني( الاكتئاب، اليأس، قلق الموت، السلوك العدواني، الانتحار)، ط1 ، المكتبة العصرية للنشر و التوزيع المنصورة، مصر.
- 10) \_حسنا سحسي، حنطاوي حليلة (2021). جودة الحياة لدى المراهق في مجال التكوين المهني [دراسة ميدانية بمركز التكوين المهني للمجاهد بخدة عبد الله أولاد إبراهيم، أدرار غير منشورة].
- 11) \_خالد العبدلي بن محمد بن عبد الله (2012)، الصلابة النفسية و علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا و العاديين بمدينة مكة المكرمة، [رسالة ماجستير]، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- 12) \_رجاء محمود ، مريم (2016). الصلابة النفسية و علاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود، مجلة دراسات عربية في التربية و علم النفس، العدد (74) يونيو .
- 13) \_زينب بلحشاني (2018). الصلابة النفسية و علاقتها بالتفاؤل غير الواقعي لدى المعاقين حركيا، [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة الشهيد حمة لخضر الجزائر.

## قائمة المراجع

- 14) زينب زيد الخير. (2021)، الذكاء العاطفي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بمدينة الأغواط، جامعة عمارثليجي الأغواط.
- 15) سامية سعدي (2022). الصلابة النفسية في المؤسسة الجامعية وعلاقتها بجودة الحياة لطلبة السنة الثانية علم النفس،. جامعة البليدة (2) لونيبي على، مجلة التنمية وإدارة الموارد البشرية-بحوث ودراسات-، المجلد (09)، العدد (1).
- 16) سلاف، مشري (2014). جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي: دراسة تحليلية. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، ال عدد08، 215\_237
- 17) سمية بنية، عبادة منال(2019). تمثيلات جودة الحياة لدى الطالب وعلاقتها بقلق المستقبل المهني [مذكرة لنيل شهادة ماستر تخصص إرشاد وتوجيه جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة].
- 18) شبلبي، تابلور (2008). علم النفس الصحي، ترجمة وسام، درويش دويك و فوزي، شاكر داوود، الأردن، دار حامد للنشر والتوزيع.
- 19) صباح علي أحمد الشامي، عبدة الفقيه عبد الله (2022). الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالنادرة، مجلة جامعة الناصر، السنة (10)، العدد (19).
- 20) صليحة لعزالي، عايش صباح (2021). الصلابة النفسية كمنبئ بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية بجامعة الجيلالي بونعامة -خميس مليانة\_،مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، المجلد (4)، العدد (2)، ص 252\_268 .
- 21) طارق عثمان عبد الله، هلال و أرباب ،سهي أحمد وضياء الدين عمر عبد القادر(2020). أثر جودة الحياة الوظيفية في معدل دوران العمل بالتطبيق على العاملين في بنك التضامن الإسلامي، مجلة الإدارة والتنمية للبحوث و الدراسات، مجلد (9)، العدد (2)، ص 105\_129 .
- 22) العادلي، خلف نجم و الكردي ،كاظم (2014).إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات.مجلة كلية التربية الأساسية ، المجلد20، العدد82، ص 673\_690.
- 23) عائشة عوالي (2016)، دور الصلابة النفسية و المساعدة الاجتماعية في تخفيض إدراك الضغط النفسي وتحسين نوعية الحياة لدى مرضى احتشاء عضلة القلب، [رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه (ل. م. د) في علم نفس الصحة، جامعة الجزائر 2
- 24) عبد الكريم مأمون(2015). علاقة التفاؤل والتشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب [مذكرة مكتملة لنيل درجة الماجستير علم النفس غير منشورة].
- 25) عبد المعطي، حسن مصطفى(2005).الإرشاد النفسي ووجود الحياة في المجتمع المعاصر. وقائع المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي و التربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة .مصر: جامعة الزقازيق.
- 26) عبد النور معمري (2015). المساعدة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المعاقين حركيا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف الجزائر.
- 27) عقيلة عيسو ، قجال سعدية (2018). الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السرطان، دراسات نفسية وتربوية، مجلد (11)، العدد (1)، ص 205\_221 .
- 28) عماد محمد مخيمر (2011). مقياس الصلابة النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

## قائمة المراجع

- 29\_ فاطمة حمزة(2019).المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية و علاقتها بجودة الحياة لدى العاملات بالقطاع الصحي بالجلفة [أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه غير منشورة]\_محمد عدنان أبو الرغب مها رشيد شاوش(2015). منهج الجودة الياباني الكانزن في تطوير وتحسين الإنتاجية ، عمان ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى.
- 30\_ مجلة أما رابك العلمية،1(1)،41\_6
- 31\_ محمد الحجار(2005). عالج مشكلاتك النفسية بنفسك، الطبعة الثانية، بيروت، دارالنفائس.
- 32\_ محمد حامد، الهنداوي (2011). الدعم الاجتماعي و علاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظات غزة، [رسالة ماجستير منشورة] كلية التربية، جامعة الأزهر، فلسطين.
- 33\_ محمد رامي ، اليوسفي (2013). المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة الحائل، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد (21)، العدد (1).
- 34\_ محمد عودة (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط و المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، [رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الإسلامية ، غزة.
- 35\_ محمود، العامري (2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم الاخلاقية لدى طلبة معاهد العلوم الاسلامية بسلطنة عمان، [مذكرة غير منشورة في علوم التربية]، جامعة نزوى، عمان.
- 36\_ مريم شيخي (2014). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة. [رسالة ماجستير غير منشورة].
- 37\_ منسي، محمد عبد الحليم وكاظم، مهدي(2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة جامعة سلطنة عمان.
- 38\_ نريمان عينة (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة، [مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس]، جامعة زيان عاشور، الجلفة.
- 39\_ نصر علا الدرب (2014). الصلابة النفسية، المجلة العربية للعلوم النفسية، مجلة فصلية الكترونية طب نفسية وعلم نفسية محكمة، العدد (8)، ص 37\_38.
- 40\_ نعيمة، رغداء (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعة دمشق، المحلة 28 (1) ص 145\_181.
- 41\_ نعيمة بوعامر (2022). جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى أمهات أطفال التوحد [أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه غير منشورة]

- 1) \_Klams Schwab (2018).the global competitiveness report 2018.geneva:world economic forum. Switzerland.
- 2) \_Ogend, J .(2014). Traduction Des richards, O. Blum, A. Gauchit, A. psychologie de la sante, 2eme édition De Boeck.
- 3) \_Thomas, S. T.(1986): Disaster Workers: Coping and Hardiness. Dissertation Abstracts International, VOL54,11, pp. 1
- 4) \_Tiliouine ,Habib(2015).Quality of life and wellbeing in North Africa Algeria ,Egypt ,Libya ,Morocco and Tunisia .Global handbook of Quality of life Exploration of Well-being of nation and continents. Wolfgang Glatzer and Laura camfield Valerie Moller Mariano Rojas Editors .Springer Dordrecht Heidelberg New Work London
- 5) \_UNDP (2018).Human development Indices and indicators 2018.new York :United Nations development programme USA.

الملاحق

## قائمة الملاحق

ملحق رقم(01): استمارة المعلومات العامة.

جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم نفس وعلوم تربية

تعليمية:

أخي الطالب.... أختي الطالبة:

فيما يلي مجموعة من العبارات التي يمكن أن تصف شعورك نحو نفسك في الوقت الراهن والمطلوب منك:

\_ أن تقرأ كل عبارة بعناية ومن ثم تضع علامة (x) في إحدى الخانات التي أمامك.

\_ نأمل ألا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها، مع ملاحظة انه لا توجد عبارة صحيحة، وأخرى خاطئة، فالإجابة

التي تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة.

معلومات عامة:

أنثى

ذكر

الجنس:

السن:..... سنة

الكلية:.....

## قائمة الملاحق

ملحق رقم (02): يوضح مقياس الصلابة النفسية:

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
01	مهما كانت الصعوبات تعرضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.				
02	أأخذ قراراتي بنفسني ولا أتملى علي من مصدر خارجي.				
03	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياته.				
04	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				
05	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من تنفيذها.				
06	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				
07	معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				
08	نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.				
09	لدي حب الاستطلاع والرغبة في معرفة الجديد.				
10	أعتقد أن لحياتي معنى أعيش لأجله.				
11	أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليس فرص وحظا.				
12	أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.				
13	لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				
14	أعتقد ان الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.				

## قائمة الملاحق

				لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة.	15
				لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عليها.	16
				أعتقد ان الكثير مما يحدث لي هو نتيجة لتخطيبي.	17
				عندما توجني مشكلة أتجدها بكل قواي وقدراتي.	18
				أبادر في المشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.	19
				أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.	20
				أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.	21
				أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.	22
				أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤدبان دورا هاما في حياتي.	23
				عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.	24
				أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم أشغالهم عمل جيد.	25
				أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.	26
				أعتقد أن مواجهة مشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها.	27
				اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.	28
				أعتقد أن العمل السيئ والغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.	29
				لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.	30
				أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.	31

## قائمة الملاحق

				أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي .	32
				أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.	33
				أهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث.	34
				أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.	35
				إن الحياة المثيرة والمتنوعة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.	36
				إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي يجب أن نحياها.	37
				إن النجاح الذي أحققه بجهدني هو الذي أشعر معه بالمتعة و الاعتراف وليس الذي أحققه بالصدفة.	38
				أعتقد ان الحياة التي لا يحدث فيها تحدي هي حياة مملة.	39
				أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين و أبادر في مساعدتهم.	40
				أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.	41
				أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها امور طبيعية.	42
				اهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كل ما أمكن ذلك.	43
				أخطط لأمر حياتي ولا اتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية.	44
				إن التغيير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.	45
				أبقى ثابتا على مبادئ و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف.	46
				أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بيمن أحداث.	47
				أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات.	48

## قائمة الملاحق

الملحق رقم(3): مقياس جودة الحياة في صورته الأولى .

مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة

الرقم	العبارات	أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض بشدة	أعارض بشدة
01	صحتي جيدة					
02	حياتي لها معنى					
03	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
04	أشعر بالتفاؤل تجاه مستقبلي					
05	أشعر أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي					
06	وقت الفراغ مهم جدا بالنسبة لي وأحرص على استغلاله					
07	أتمتع بالحيوية والنشاط					
08	أقبل على الحياة بحماس					
09	تمتاز علاقاتي الاجتماعية بالإيجابية.					
10	أشعر بأن روحي المعنوية متدنية.					
11	التخصص الذي اختره يضمن لي النجاح مستقبلا.					
12	أجد صعوبة في تنظيم وإدارة أوقات فراغي					

## قائمة الملاحق

					أنام جيدا.	13
					أنا راض عن حياتي	14
					أجد تقديرا واحتراما في وسطي الاجتماعي.	15
					أشعر بالارتياح لوجود الجميع من حولي.	16
					أشعر بالرضا عما وصلت إليه في دراستي	17
					أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية	18
					توفر لي الجامعة خدمات صحية مناسبة.	19
					حياتي مستقرة.	20
					أشعر بعدم ثقة الآخرين بي.	21
					أستطيع ضبط انفعالاتي.	22
					ليس لدي وقت فراغ.	23
					أمارس بعض التمارين الرياضية	24
					أفكر في تغيير أسلوب حياتي.	25
					أتمتع بحياة اجتماعية سعيدة.	26
					أشعر بالقلق تجاه حياتي ومستقبلي.	27
					أشعر بالقلق تجاه حياتي و مستقبلي.	28
					تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية.	29
					أميل إلى تثقيف نفسي صحيا.	30

## قائمة الملاحق

					31	أشعر أنني أفضل حالا من غيري
					32	أحصل على دعم عاطفي من أسرتي.
					33	أشعر بأنني عصبي جدا.
					34	أجد صعوبات في الحصول على استشارة علمية
					35	أستغل وقت الفراغ في الاستمتاع بالأشياء الجميلة والسارة.
					36	أقبل على الحياة بتفاؤل
					37	أشعر بأن والداي راضيان عني.
					38	لا أخاف أمن المستقبل.
					39	أشعر بالرضا عن مستوى التدريس.
					40	أنجز واجباتي في الوقت المحدد.
					41	الحياة روتينية غير متجددة.
					42	أشعر بالحزن بدون سبب واضح.
					43	لدي طموحات كثير اتجاه مستقبلي الدراسي.
					44	استغل وقت فراغي بأشياء تفدني.
					45	أشعر بالانزعاج نتيجة كثر إصابتي بالأمراض.
					46	أتقبل ذاتي كما هي.
					47	أشعر أن أسرتي مفككة وغير متماسكة.
					48	أواجه مواقف الحياة بإرادة قوية وأعصاب

## قائمة الملاحق

					هادئة.	
					أشعر بأن علاقة أساتذتي معي جيدة.	49
					أستمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي.	50
					أنا راض عن صحتي الجسمية.	51
					أنا مستمتع بحياتي.	52
					أشعر بالرضا تجاه أسرتي.	53
					أستطيع الاسترخاء بسهولة.	54
					أرى أن مناخ العلاقات الاجتماعية بالكلية يتميز بالفعالية.	55
					أشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق لي طموحاتي المهنية	56
					الأنشطة الطلابية بالجامعية مضيعة للوقت	57
					أشعر بقرب أفراد أسرتي من بعضهم البعض	58
					أضطر لقضاء بعض الوقت مسترخيا على السرير	59
					يتوفر لي الدواء اللازم عندما أحتاجه	60

## قائمة الملاحق

ملحق رقم (04): يوضح مقياس جودة مقياس جودة الحياة في صورته النهائية

فيما يلي مجموعة من العبارات أرجو قراءة كل عبارة بدقة و الإجابة عليها بكل أمانة وفقا لما يعبر عنك.

علما بأنه ليس المطلوب منك كتابة اسمك ولا تستخدم إجابتك إلا لغرض البحث العلمي , والرجاء عدم ترك أي اجابة فارغة.

مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة

الرقم	العبارات	أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض بشدة	أعارض بشدة
01	أتمتع بصحة جسمية جيدة.					
02	أشعر أن لحياتي معنى كبير.					
03	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
04	أشعر بتفاؤل تجاه مستقبلي.					
05	أشعر أنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي					
06	وقت الفراغ مهم جدا بالنسبة لي وأحرص على استغلاله					
07	أتمتع بالحيوية والنشاط					
08	أقبل على الحياة بحماس					
09	تمتاز علاقاتي الاجتماعية بالإيجابية.					
10	أشعر بأن روحي المعنوية متدنية.					

## قائمة الملاحق

					التخصص الذي اختره يضمن لي النجاح مستقبلا.	11
					أجد صعوبة في تنظيم وإدارة أوقات فراغي	12
					غالبًا ما أنام جيدًا.	13
					أنا راض عن حياتي	14
					أجد تقديرا واحتراما في وسطي الاجتماعي.	15
					أشعر بالارتياح لوجود الجميع من حولي.	16
					أشعر بالرضا عما وصلت إليه في دراستي	17
					أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية في حياتي اليومية.	18
					توفر لي الجامعة خدمات صحية مناسبة.	19
					أشعر بأن حياتي مستقرة.	20
					أشعر بعدم ثقة الآخرين بي.	21
					أستطيع ضبط انفعالاتي.	22
					ليس لدي وقت فراغ.	23
					أمارس بعض التمارين الرياضية في حياتي اليومية.	24
					أفكر في تغيير أسلوب حياتي.	25
					أتمتع بحياة اجتماعية سعيدة.	26

## قائمة الملاحق

					أشعر بالقلق تجاه حياتي ومستقبلي.	27
					أشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية.	28
					تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية.	29
					أميل إلى تثقيف نفسي صحيا.	30
					أشعر أنني أفضل حالا من غيري	31
					أحصل على دعم عاطفي من أسرتي.	32
					أشعر بأنني عصبي جدا.	33
					أجد صعوبات جمة في حياتي الدراسية	34
					أستغل وقت الفراغ في الاستمتاع بالأشياء الجميلة والمسارة.	35
					أقبل على الحياة بتفاؤل	36
					أشعر بأن والداي راضيان عني.	37
					لست خائفا من المستقبل.	38
					أشعر بالرضا عن مستوى التدريس.	39
					أنجز واجباتي في الوقت المحدد.	40
					الحياة روتينية غير متجددة.	41
					أشعر بالجزن بدون سبب واضح.	42
					لدي طموحات كثير اتجاه مستقبلي الدراسي.	43

## قائمة الملاحق

					44	استغل وقت فراغي بأشياء تفدني.
					45	أشعر بالانزعاج نتيجة كثرة إصابتي بالأمراض.
					46	أقبل ذاتي كما هي.
					47	أشعر أن أسرتي مفككة وغير متماسكة.
					48	أواجه مواقف الحياة بإرادة قوية وأعصاب هادئة.
					49	أشعر بأن علاقة أساتذتي معي جيدة.
					50	أستمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي.
					51	أنا راض عن صحتي الجسمية.
					52	أنا مستمتع بحياتي.
					53	أشعر بالرضا تجاه أسرتي.
					54	أستطيع الاسترخاء بسهولة
					55	أرى أن مناخ العلاقات الاجتماعية بالكلية يتميز بالفعالية.
					56	أنا راض عن طريقي في قضاء وقت الفراغ.

## قائمة الملاحق

الملحق رقم 05 : نتائج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss لفرضيات الدراسة :

### Corrélations

		جودة	صلابة
جودة	Corrélation de Pearson	1	-,010
	Sig. (bilatérale)		,901
	N	150	150
صلابة	Corrélation de Pearson	-,010	1
	Sig. (bilatérale)	,901	
	N	150	151

### Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur
					standard
جودة	1	86	143,6860	14,77618	1,59336
	2	64	151,6719	17,38915	2,17364
صلابة	1	87	75,8621	11,75444	1,26021
	2	64	71,7031	15,10984	1,88873

### Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence standard erreur	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
جودة	Hypothèse de variances égales	,008	,930	-3,035	148	,003	-7,98583	2,63160	-13,18619	-2,78547
	Hypothèse de variances inégales			-2,963	122,648	,004	-7,98583	2,69509	-13,32075	-2,65091

## قائمة الملاحق

صلابة	Hypothèse de variances égales	2,285	,133	1,902	149	,059	4,15894	2,18645	-,16152	8,47940
	Hypothèse de variances inégales			1,832	114,898	,070	4,15894	2,27056	-,33863	8,65652

### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,709	56

### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,819	48

### Statistiques de groupe

	VAR00001	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00002	1,00	8	117,7500	10,55259	3,73090
	2,00	8	185,1250	24,23950	8,56996
VAR00003	1,00	8	41,0000	15,16575	5,36190
	2,00	8	101,3750	6,02228	2,12920

### Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	F	Sig.	t	ddl (bilatéral)	Sig. Différence moyenne	Test t pour égalité des moyennes			
							Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	Inférieur	Supérieur
VAR00002	Hypothèse de variances égales	1,358	,263	-7,208	14	,000	-67,37500	9,34686	-	-
								87,42203	47,32797	

## قائمة الملاحق

	Hypothèse de variances inégales			-7,208	9,561	,000	-67,37500	9,34686	-	-
									88,33134	46,41866
VAR00003	Hypothèse de variances égales	5,633	,032	-	14	,000	-60,37500	5,76918	-	-
				10,465					72,74867	48,00133
	Hypothèse de variances inégales			-	9,154	,000	-60,37500	5,76918	-	-
				10,465					73,39240	47,35760

### Unidirectionnel

#### Remarques

	Sortie obtenue	26-APR-2023 09:27:55
	Commentaires	
Entrée	Données	C:\Users\mou\Desktop\ وجودة\اصلاية وجودة.sav
	Jeu de données actif	Jeu_de_données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	151
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations dépourvues de données manquantes dans les variables de l'analyse.

## قائمة الملاحق

	Syntaxe	BY جودة صلابة	ONEWAY
			VAR00004
		/STATISTICS DESCRIPTIVES	
		HOMOGENEITY	
		/MISSING ANALYSIS	
		/POSTHOC=SCHEFFE LSD	
		ALPHA(0.05).	
Ressources	Temps de processeur		00:00:00,00
	Temps écoulé		00:00:00,05

C:\Users\mou\Desktop\ [Jeu\_de\_données1] صلابة وجودة\صلابة وجودة.sav

		Descriptives							
						Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne			
		N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Borne inférieure	Borne supérieure	Minimum	Maximum
جودة	1,00	60	143,6500	15,44901	1,99446	139,6591	147,6409	92,00	184,00
	2,00	37	147,8108	13,48628	2,21713	143,3143	152,3074	123,00	177,00
	3,00	38	153,1842	20,08476	3,25818	146,5825	159,7859	120,00	244,00
	4,00	15	143,6667	12,18117	3,14517	136,9210	150,4124	124,00	164,00
	Total	150	147,0933	16,37413	1,33694	144,4515	149,7351	92,00	244,00
صلابة	1,00	60	74,1667	10,90819	1,40824	71,3488	76,9846	44,00	92,00
	2,00	38	77,7895	13,56099	2,19988	73,3321	82,2469	53,00	112,00
	3,00	38	71,0000	17,04049	2,76433	65,3989	76,6011	17,00	99,00
	4,00	15	72,3333	10,01903	2,58690	66,7850	77,8817	46,00	84,00
	Total	151	74,0993	13,39241	1,08986	71,9459	76,2528	17,00	112,00

		Test d'homogénéité des variances			
		Statistique de			
		Levene	ddl1	ddl2	Sig.
جودة	Basé sur la moyenne	,330	3	146	,803
	Basé sur la médiane	,397	3	146	,756
	Basé sur la médiane avec ddl ajusté	,397	3	114,620	,756
	Basé sur la moyenne tronquée	,319	3	146	,811
صلابة	Basé sur la moyenne	,962	3	147	,412

## قائمة الملاحق

Basé sur la médiane	,813	3	147	,488
Basé sur la médiane avec ddl ajusté	,813	3	109,596	,489
Basé sur la moyenne tronquée	,885	3	147	,450

### ANOVA

		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
جودة	Intergruppes	2316,324	3	772,108	2,995	,033
	Intragruppes	37632,370	146	257,756		
	Total	39948,693	149			
صلابة	Intergruppes	929,527	3	309,842	1,754	,159
	Intragruppes	25973,982	147	176,694		
	Total	26903,510	150			

### Tests post hoc

#### Comparaisons multiples :

Variable dépendante	(I)	(J)	Différence moyenne (I-J)	Erreur standard	Sig.	Intervalle de confiance à 95 %	
						Borne inférieure	Borne supérieure
جودة Scheffé	1,00	2,00	-4,16081	3,35594	,674	-13,6527	5,3310
		3,00	-9,53421*	3,32851	,046	-18,9485	-,1199
		4,00	-,01667	4,63462	1,000	-13,1251	13,0918
	2,00	1,00	4,16081	3,35594	,674	-5,3310	13,6527
		3,00	-5,37340	3,70802	,554	-15,8611	5,1143
		4,00	4,14414	4,91428	,870	-9,7553	18,0436
	3,00	1,00	9,53421*	3,32851	,046	,1199	18,9485
		2,00	5,37340	3,70802	,554	-5,1143	15,8611
		4,00	9,51754	4,89559	,290	-4,3290	23,3641
	4,00	1,00	,01667	4,63462	1,000	-13,0918	13,1251
		2,00	-4,14414	4,91428	,870	-18,0436	9,7553

## قائمة الملاحق

		3,00	-9,51754	4,89559	,290	-23,3641	4,3290
LSD	1,00	2,00	-4,16081	3,35594	,217	-10,7933	2,4717
		3,00	-9,53421*	3,32851	,005	-16,1125	-2,9559
		4,00	-,01667	4,63462	,997	-9,1763	9,1429
	2,00	1,00	4,16081	3,35594	,217	-2,4717	10,7933
		3,00	-5,37340	3,70802	,149	-12,7017	1,9549
		4,00	4,14414	4,91428	,400	-5,5682	13,8565
	3,00	1,00	9,53421*	3,32851	,005	2,9559	16,1125
		2,00	5,37340	3,70802	,149	-1,9549	12,7017
		4,00	9,51754	4,89559	,054	-,1578	19,1929
	4,00	1,00	,01667	4,63462	,997	-9,1429	9,1763
		2,00	-4,14414	4,91428	,400	-13,8565	5,5682
		3,00	-9,51754	4,89559	,054	-19,1929	,1578
صلابة Scheffé	1,00	2,00	-3,62281	2,75585	,632	-11,4168	4,1712
		3,00	3,16667	2,75585	,725	-4,6273	10,9606
		4,00	1,83333	3,83725	,973	-9,0190	12,6857
	2,00	1,00	3,62281	2,75585	,632	-4,1712	11,4168
		3,00	6,78947	3,04954	,180	-1,8351	15,4140
		4,00	5,45614	4,05332	,613	-6,0073	16,9196
	3,00	1,00	-3,16667	2,75585	,725	-10,9606	4,6273
		2,00	-6,78947	3,04954	,180	-15,4140	1,8351
		4,00	-1,33333	4,05332	,991	-12,7967	10,1301
	4,00	1,00	-1,83333	3,83725	,973	-12,6857	9,0190
		2,00	-5,45614	4,05332	,613	-16,9196	6,0073
		3,00	1,33333	4,05332	,991	-10,1301	12,7967
LSD	1,00	2,00	-3,62281	2,75585	,191	-9,0690	1,8234
		3,00	3,16667	2,75585	,252	-2,2795	8,6129
		4,00	1,83333	3,83725	,634	-5,7500	9,4166
	2,00	1,00	3,62281	2,75585	,191	-1,8234	9,0690
		3,00	6,78947*	3,04954	,028	,7629	12,8161
		4,00	5,45614	4,05332	,180	-2,5542	13,4665
	3,00	1,00	-3,16667	2,75585	,252	-8,6129	2,2795
		2,00	-6,78947*	3,04954	,028	-12,8161	-,7629
		4,00	-1,33333	4,05332	,743	-9,3436	6,6770
	4,00	1,00	-1,83333	3,83725	,634	-9,4166	5,7500
		2,00	-5,45614	4,05332	,180	-13,4665	2,5542
		3,00	1,33333	4,05332	,743	-6,6770	9,3436

\*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05.

## قائمة الملاحق