



مجلة الدراسات والبحوث التربوية

JOURNAL OF STUDIES AND EDUCATIONAL RESEARCHES

المجلد (٤) العدد (١٠) يناير ٢٠٢٤م

مجلة علمية دورية محكمة

يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية - الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية
جامعة الطفيلة التقنية - الاردن

الرقم المعياري الدولي ISSN: 2709-5231

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مجلة الدراسات والبحوث التربوية

Journal of Studies and Educational Researches (JSER)

علمية دورية محكمة يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت
بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

ISSN: 2709-5231

للمجلة معامل تأثير عربي ومفهرة في العديد من قواعد المعلومات الدولية



رئيس التحرير

أ.د علي حبيب الكندري

أستاذ المناهج وطرق تدريس العلوم- كلية التربية- جامعة الكويت

مدير التحرير

د. صفوت حسن عبد العزيز- مركز البحوث التربوية- وزارة التربية- الكويت

هيئة التحرير

أ.د لولوه صالح رشيد الرشيد

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية العلوم والآداب-
جامعة القصيم- المملكة العربية السعودية

أ.د بدر محمد ملك

أستاذ ورئيس قسم الأصول والإدارة التربوية سابقاً- كلية
التربية الأساسية- الكويت

أ.د منال محمد خضيري

أستاذ المناهج وطرق التدريس- ووكيل كلية التربية لشتون الطلاب-
جامعة أسوان- مصر

د. أحمد فهد السحيمي

المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج- الكويت

أ.د عبد الله عبد الرحمن الكندري

أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية الأساسية- الكويت
ورئيس المكتب الثقافي في القنصلية الكويتية بدبي

أ.د أحمد عودة سعود القرارة

أستاذ المناهج وطرق التدريس- وعميد كلية العلوم التربوية- جامعة
الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د راشد علي السهل

أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية-
جامعة الكويت

د. غازي عنيزان الرشيد

أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية- جامعة الكويت

اللجنة العلمية

أ.د محمد أحمد خليل الرفوع

أستاذ علم النفس التربوي- كلية العلوم التربوية- جامعة
الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د محمد إبراهيم طه خليل

أستاذ أصول التربية ومدير مركز الجامعة للتعليم المستمر
وتعليم الكبار- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر

أ.د إيمان فؤاد محمد الكاشف

أستاذ التربية الخاصة والصحة النفسية ووكيل كلية الإعاقة والتأهيل
لشتون الطلاب- جامعة الزقازيق- مصر

أ.د خالد عطية السعودي

أستاذ المناهج وطرق التدريس والعميد السابق- كلية العلوم
التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د صلاح فؤاد مكاوي

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية والعميد السابق- كلية التربية-
جامعة قناة السويس- مصر

أ.د عمر محمد الخرابشة

أستاذ الإدارة التربوية- كلية الأميرة عالية الجامعية- جامعة البلقاء التطبيقية-
الأردن

- أ.د. فايز منشد الظفيري
أستاذ تكنولوجيا التعليم والعميد السابق- كلية التربية - جامعة الكويت
- أ.د. عبد الناصر السيد عامر
أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية- جامعة قناة السويس- مصر
- أ.د. السيد علي شهدة
أستاذ المناهج وطرق التدريس المتفرغ- كلية التربية- جامعة الزقازيق- مصر
- أ.د. أنمار زيد الكيلاني
أستاذ التخطيط التربوي- وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- الجامعة الأردنية- الأردن
- أ.د. لما ماجد موسى القيسي
أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي ورئيس قسم علم النفس التربوي سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن
- أ.د. سامية إبريغم
أستاذ علم النفس- كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية- جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- الجزائر
- أ.د. عاصم شحادة علي
أستاذ اللسانيات التطبيقية- الجامعة الإسلامية العالمية- ماليزيا
- أ.د. يحيى عبدالرزاق قطران
أستاذ تقنيات التعليم والتعليم الإلكتروني- كلية التربية - جامعة صنعاء- اليمن
- أ.د. صالح أحمد عباينة
أستاذ الإدارة التربوية- كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية- الأردن
- أ.د. مسعودي طاهر
أستاذ علم النفس- جامعة زيان عاشور الجلفة- الجزائر
- أ.د. عادل إسماعيل العلوي
أستاذ الإدارة- جامعة البحرين- مملكة البحرين
- أ.د. جعفر وصفي أبو صاع
أستاذ أصول التربية المشارك وعميد كلية الآداب والعلوم التربوية- جامعة فلسطين التقنية- فلسطين
- أ.د.م. الأميرة محمد عيسى
أستاذ المناهج وطرق التدريس المساعد- كلية التربية- جامعة الطائف- المملكة العربية السعودية
- د. عايدة عبدالكريم العيدان
أستاذ مشارك تكنولوجيا التعليم- كلية التربية الأساسية- الكويت
- د. يوسف محمد عيد
أستاذ مشارك الإرشاد النفسي والتربية الخاصة- كلية التربية- جامعة الملك خالد- السعودية
- د. عروب أحمد القطان
أستاذ مشارك الإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية- الكويت
- أ.د. محمد سلامة الرصاعي
أستاذ المناهج وطرق التدريس- وعميد البحث العلمي والدراسات العليا سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الحسين بن طلال- الأردن
- أ.د. الغريب زاهر إسماعيل
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم ووكيل كلية التربية سابقاً- جامعة المنصورة- مصر
- أ.د. هدى مصطفى محمد
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة سوهاج- مصر
- أ.د. محمد سليم الزبون
أستاذ أصول التربية- وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- الجامعة الأردنية- الأردن
- أ.د. عبدالله عقله الهاشم
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس سابقاً- كلية التربية- جامعة الكويت
- أ.د. عادل السيد سرايا
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية النوعية- جامعة الزقازيق- مصر
- أ.د. حنان صبيحي عبيد
رئيس قسم الدراسات العليا- الجامعة الأمريكية- مينسوتا
- أ.د. نايل محمد الحجايا
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن
- أ.د. سناء محمد حسن
أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة سوهاج- مصر
- أ.د. عائشة عبيزة
أستاذ الدراسات اللغوية وتعليمية اللغة العربية- جامعة عمّارثليجي بالأغواط- الجزائر
- أ.د. حاكم موسى الحسنواوي
أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة بغداد- ومعاون مدير مركز كربلاء الدراسي- الكلية التربوية المفتوحة- العراق
- أ.د.م. ربيع عبدالرؤوف عامر
أستاذ التربية الخاصة المساعد- كلية التربية- جامعة الملك سعود- المملكة العربية السعودية
- أ.د.م. هديل حسين فرج
أستاذ التربية الخاصة المساعد- كلية العلوم والآداب- جامعة الحدود الشمالية- السعودية
- د. خالد محمد الفضالة
أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية الأساسية- الكويت
- د. هديل يوسف الشطي
أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية الأساسية- الكويت

الهيئة الاستشارية للمجلة

أ.د. عبد الرحمن أحمد الأحمد	أ.د. جاسم يوسف الكندري
أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية سابقاً- جامعة الكويت	أستاذ أصول التربية ونائب مدير جامعة الكويت سابقاً
أ.د. حسن سوادى نجيبان	أ.د. فريح عويد العززي
عميد كلية التربية للبنات- جامعة ذي قار- العراق	أستاذ علم النفس وعميد كلية التربية الأساسية- الكويت
أ.د. علي محمد اليعقوب	أ.د. محمد عبود الجراحشة
أستاذ الأصول والإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية- ووكيل وزارة التربية سابقاً- الكويت	أستاذ القيادة التربوية وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً- جامعة آل البيت- الأردن
أ.د. أحمد عابد الطنطاوي	أ.د. تيسير الخوالدة
أستاذ ورئيس قسم التربية المقارنة والإدارة التعليمية سابقاً- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر	أستاذ أصول التربية وعميد الدراسات العليا سابقاً- جامعة آل البيت- الأردن
أ.د. محمد عرب الموسوي	أ.د. محسن عبدالرحمن المحسن
رئيس قسم الجغرافيا- كلية التربية الأساسية- جامعة ميسان- العراق	أستاذ أصول التربية- كلية التربية- جامعة القصيم- السعودية
أ.د. وليد السيد خليفة	أ.د. صالح أحمد شاكر
أستاذ ورئيس قسم علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي- كلية التربية- جامعة الأزهر- مصر	أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية النوعية- جامعة المنصورة- مصر
أ.د. أحمد محمود الثوابيه	أ.د. مهني محمد إبراهيم غنايم
أستاذ القياس والتقويم- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن	أستاذ التخطيط التربوي واقتصاديات التعليم- كلية التربية- جامعة المنصورة- مصر
أ.د. سفيان بوعطيط	أ.د. سليمان سالم الحجايا
أستاذ علم النفس- جامعة 20 أوت 1955- سكيكدة- الجزائر	أستاذ الإدارة التربوية- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

التدقيق اللغوي للمجلة

أ.د.م خالد محمد عواد القضاة- جامعة العلوم الإسلامية- الأردن

أمين المجلة

أ. محمد سعد إبراهيم عوض

التعريف بالمجلة

تصدر مجلة الدراسات والبحوث التربوية عن مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن كل أربعة شهور، وهي مجلة علمية دورية محكمة بإشراف هيئة تحرير وهيئة علمية تضم نخبة من الأساتذة، وتسعى المجلة للإسهام في تطوير المعرفة ونشرها من خلال طرح القضايا المعاصرة في مختلف التخصصات التربوية، والاهتمام بقضايا التجديد والإبداع، ومتابعة ما يستجد في مختلف مجالات التربية؛ والمجلة مفهومة في العديد من قواعد المعلومات الدولية، ومنها: دار المنظومة Dar Almandumah، معرفة e-MAREFA، شمة Shamaa، قاعدة المعلومات التربوية Edu Searach، وللمجلة معامل تأثير عربي.

أهداف المجلة

- تهدف المجلة إلى دعم الباحثين في مختلف التخصصات التربوية من خلال توفير وعاء جديد للنشر يلبي حاجات الباحثين داخل الكويت وخارجها. ويمكن تحديد أهداف المجلة بشكل تفصيلي في الأهداف الأربعة التالية:
1. المشاركة الفاعلة مع مراكز البحث العلمي لإثراء حركة البحث في المجال التربوي.
 2. استنهاض الباحثين المتميزين للإسهام في طرح المعالجات العلمية المتعمقة والمبتكرة للمستجدات والقضايا التربوية.
 3. توفير وعاء لنشر الأبحاث العلمية الأصيلة في مختلف التخصصات التربوية.
 4. متابعة المؤتمرات والندوات العلمية في مجال العلوم التربوية.

مجالات النشر في المجلة

تهتم مجلة الدراسات والبحوث التربوية بنشر الدراسات والبحوث التي لم يسبق نشرها في مختلف التخصصات التربوية، على أن تتصف بالأصالة والجدة، وتتبع المنهجية العلمية، وتراعي أخلاقيات البحث العلمي. كما تنشر المجلة ملخصات رسائل الماجستير والدكتوراه ذات العلاقة بمختلف التخصصات التربوية، والمراجعات العلمية، وتقارير البحوث والمراسلات العلمية القصيرة، وتقارير المؤتمرات والمنتديات العلمية، والكتب والمؤلفات المتخصصة في التربية ونقدها وتحليلها.

القواعد العامة لقبول النشر في المجلة

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والإنجليزية وفقاً للمعايير التالية:
 - توافر شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها في كتابة البحوث الأكاديمية في مجالات التربية المختلفة.
 - أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على:
 - اسم الباحث ودرجته العلمية والجامعة التي ينتمي إليها.
 - البريد الإلكتروني للباحث، ورقم الهاتف النقال.
 - ملخص للبحث باللغة العربية والإنجليزية في حدود (150) كلمة.
 - الكلمات المفتاحية بعد الملخص.
 - ألا يزيد عدد صفحات البحث عن (30) صفحة متضمنة الهوامش والمراجع.
 - أن تكون الجداول والأشكال مُدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية الضرورية، ويُراعى ألا تتجاوز أبعاد الأشكال والجداول حجم الصفحة.
 - أن يكون البحث ملتزماً بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية APA الإصدار السادس، وحسن استخدام المصادر والمراجع، وتثبيت مراجع البحث في نهايته.
 - أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
 - أن يلتزم الباحث بالخطوط وأحجامها على النحو التالي:

- اللغة العربية: نوع الخط (Sakkal Majalla)، وحجم الخط (14).
- اللغة الإنجليزية: نوع الخط (Times New Roman)، وحجم الخط (14).
- تكتب العناوين الرئيسية والفرعية بحجم (16) غامق (Bold).
- أن تكون المسافة بين الأسطر (1.15) بالنسبة للبحوث باللغة العربية، وتكون المسافة بين الأسطر (1.5) بالنسبة للبحوث باللغة الإنجليزية.
- تترك مسافة (2.5) لكل من الهامش العلوي والسفلي والجانبين.

2. ألا يكون البحث قد سبق نشره أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى.

3. تحتفظ المجلة بحقها في إخراج البحث وإبراز عناوينه بما يتناسب وأسلوبها في النشر.

4. ترحب المجلة بنشر ما يصلها من ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجال التربية، على أن يكون الملخص من إعداد صاحب الرسالة نفسه.

5. بالمجلة باب لنشر موضوعات تهم المجتمع التربوي يكتب فيه أعضاء التحرير.

إجراءات النشر في المجلة

1. ترسل الدراسات والبحوث وجميع المراسلات باسم رئيس تحرير مجلة الدراسات والبحوث التربوية على الإيميل التالي: submit.jser@gmail.com
2. يرسل البحث إلكترونياً بخطوط متوافقة مع أجهزة (IBM)، بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبه العلمي، ومكان عمله.
3. يُرفق ملخص البحث المراد نشره في حدود (100-150 كلمة) سواء كان البحث باللغة العربية أو الإنجليزية، مع كتابة الكلمات المفتاحية الخاصة بالبحث (Key Words).
4. يرفق مع البحث موجز للسيرة الذاتية للباحث.
5. في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضه على مُحكمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث وقيمه العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، وتحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.
6. يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه من عدمها خلال شهر من تاريخ استلام البحث.
7. في حالة ورود ملاحظات من المحكمين تُرسل إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة، على أن يعاد إرسال البحث بعد التعديل إلى المجلة خلال مدة أقصاها شهر، ولا يجوز سحب البحث من المجلة بعد تحكيمه.
8. تؤول جميع حقوق النشر للمجلة.
9. لا تلتزم المجلة بنشر كل ما يرسل إليها.
10. المجلة لا ترد الأبحاث المرسلة إليها سواء كانت منشورة أو غير قابلة للنشر، وللمجلة وإدارتها حق التصرف في ذلك.

عناوين المراسلة

البريد الإلكتروني:

submit.jser@gmail.com

الهاتف:

0096599946900

العنوان:

الكويت- العديلية- شارع أحمد مشاري العدواني

الموقع الإلكتروني:

www.jser-kw.com



المحتويات

الصفحة	العنوان	م
viii	الافتتاحية	-
30-1	د. جابر مبارك الهبيدة؛ د. فيصل خليف العززي، الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت من وجهة نظرهم.....	1
76-31	د. ساندي فاروق كردي، الإسهامات النسبية للمعتقدات المعرفية والحكمة الاختبارية والذكاء الانفعالي والتسويق الأكاديمي للتنبؤ بقلق الاختبار لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدينة المنورة.....	2
110-77	أ. خديجة بنت سالم البلوشية؛ د. سيف بن ناصر بن سيف العززي، درجة إشراكية محتوى كتاب لغتي الجميلة للصف الخامس الأساسي في سلطنة عمان في ضوء معايير رومي.....	3
151-111	د. طلال جزاع باجيه جزاع وزري الشمري، الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.....	4
177-152	أ. ضاري محمد يوسف الهولي؛ د. أحمد إبراهيم علي كامل الكندري، مستوى مهارة التصور المكاني لدى طلبة التصميم الداخلي في كلية التربية الأساسية بدولة الكويت في مقرر أسس التصميم.....	5
218-178	د. نوف متروك الرشيد، تقييم دور الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب في تنمية ثقافة ريادة الأعمال لدى الطلبة وسبل تعزيزه في ضوء خبرات بعض الدول الأجنبية.....	6
255-219	أ. جمعة السيد علي محمد؛ أ.د. السيد علي شهدة، فاعلية تدريس العلوم باستخدام إستراتيجية التساؤل الذاتي في تنمية دافعية الإنجاز الأكاديمي والتحصيل لدى طلاب المرحلة الإعدادية.....	7
291-256	د. سعاد عبد الكريم نور، أ.د. محمد إبراهيم الضاعن، درجة ممارسة القيادة المستدامة لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الأساسية بدولة الكويت من وجهة نظر الطلبة.....	8
325-292	د. تهاني حمود المطيري، أسباب تدني نتائج طلبة المرحلة المتوسطة في اختبارات TIMSS لمادة الرياضيات من وجهة نظر المعلمين وموجهي الرياضيات بدولة الكويت.....	9
356-326	أ. سندس محمد علي جاموس؛ أ. زبيدة صبيح سلمان؛ د. عفيف زيدان، رؤية مقترحة لمواجهة معوقات الإشراف التربوي في القدس في ضوء تجربة كوريا الجنوبية.....	10

387-357	د. مصطفى عبد السلام العمري، الأعباء الدراسية التي يواجهها طلبة المرحلة الثانوية في دولة الكويت أثناء التعليم عن بُعد خلال جائحة كورونا من وجهة نظرهم.....	11
416-388	أ. جميلة عبدالكريم المطيري، أثر المكتبات الطبية على الأداء الوظيفي للأطباء من وجهة نظر الطلبة في كلية الطب بجامعة الكويت.....	12
454-417	أ. عادل بن سعد الظفيري؛ أ. هايف بن جديع الظفيري؛ د. علي بن محمد الجديع، أسباب تدني الممارسات التدريسية لمعلمي المرحلة المتوسطة في منطقة الجبراء التعليمية في التعلم القائم على المشروع: دراسة نوعية.....	13

الافتتاحية

بسم الله الرحمن الرحيم، عليه نتوكل وبه نستعين، نحمده سبحانه كما ينبغي أن يحمد ونصلي ونسلم على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه والتابعين وبعد،،،

يشهد العالم ثورة معلوماتية كبرى منذ منتصف القرن الماضي بسبب التطور السريع والهائل لتكنولوجيا الإعلام والاتصال، وقاد هذا إلى تغير العديد من المفاهيم والأسس داخل المجتمع، فلم تعد المعدات والآلات الثقيلة ورأس المال الأدوات الرئيسية للنشاط الاقتصادي، إذ حلت محلها المعرفة التي أصبحت المحرك الأساسي للنشاط الاقتصادي والفرد في كل المجتمعات، وقد أدى تزايد قيمة المعرفة في العصر الحالي إلى أن أصبحت هي الطريق نحو مجتمع المعرفة الذي تتنافس الدول في تحقيقه.

وقد جعل ذلك الدول المتقدمة تنفق حوالي (20%) من دخلها القومي في استيعاب المعرفة، ويستحوذ التعليم على نصف هذه النسبة، كذلك تنفق المنظمات الصناعية والتجارية في هذه الدول ما لا يقل عن (5%) من دخلها الإجمالي في التنمية المهنية للعاملين بها، وتنفق ما يتراوح بين (3%-5%) من دخلها الإجمالي في البحث والتنمية.

ويعد البحث العلمي الوسيلة الرئيسية لإيجاد المعرفة وتطويرها وتطبيقها في المجتمع، كما يشكل الركيزة الأساسية للتطور العلمي والتقني والاقتصادي، ويساهم في رقي الأمم وتقدمها، وهو بمثابة خطوة للابتكار والإبداع، ويمثل البحث العلمي إحدى الركائز الأساسية لأي تعليم جامعي متميز، ويعد من أهم المعايير التي تعتمدها الجهات العلمية في تصنيف وترتيب الجامعات سواء على المستوى المحلي أو القومي أو العالمي؛ ويقاس التقدم العلمي لبلد من البلدان بمدى الناتج البحثي والعلمي مقارنةً بالدول الأخرى.

ويسر مجلة الدراسات والبحوث التربوية أن تقدم لقراءها هذا العدد، وتتقدم أسرة المجلة بالشكر إلى جميع الباحثين الذين ساهموا بأبحاثهم في هذا العدد، وتجدد دعوتها لجميع الباحثين للالتفاف حول هذا المنبر الأكاديمي بمساهماتهم العلمية. وندعو الله عز وجل السداد والتوفيق.

رئيس التحرير

أ.د/ علي حبيب الكندري

تخلي أسرة تحرير المجلة مسؤوليتها عن أي انتهاك لحقوق الملكية الفكرية، والآراء والأفكار الواردة في الأبحاث المنشورة لا تلزم إلا أصحابها جميع الحقوق محفوظة لمجلة الدراسات والبحوث التربوية © 2020



الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

د. طلال جزاع باجيه جزاع وزري الشمري

دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص الإرشاد النفسي والتربوي) - وزارة التربية والتعليم - الكويت

إيميل: T94966689@gmail.com

تاريخ النشر: 2024/1/10

تاريخ قبول النشر: 2023/12/14

تاريخ استلام البحث: 2023/10/20

الملخص: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، وأثر متغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي) على ذلك، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واشتملت الأدوات على مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة، وتكونت العينة من (324) طالباً وطالبة في كلية التربية الأساسية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية ككل وجميع أبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) مرتفعة إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، وأن مستوى جودة الحياة ككل وجميع أبعادها (الصحة العامة، الرضا عن الحياة، العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية، النجاح الأكاديمي، شغل أوقات الفراغ) مرتفعة إلى حدٍ ما لدى أفراد العينة. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع الأبعاد تعزى لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي)، وعدم وجود فروق حول الدرجة الكلية لجودة الحياة وجميع الأبعاد تعزى لمتغيرات الدراسة. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية والدرجة الكلية لجودة الحياة ($r = 0.480$)، ووجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع أبعاد جودة الحياة. الكلمات الافتتاحية: الصلابة النفسية، جودة الحياة، كلية التربية الأساسية، الكويت.

Psychological Hardiness and its Relationship with Quality of Life for Students of the College of Basic Education in the State of Kuwait

D. Talal Jazaa Bajieh Jazaa Waziri Al-Shammari

PhD in Education (psychological and educational counseling) - Ministry of Education - Kuwait

Email: T94966689@gmail.com

Received: 20/10/2023

Accepted: 14/12/2023

Published: 10/1/2024

Abstract: The study aimed to identify the level of psychological hardiness and quality of life for students of the College of Basic Education in the State of Kuwait, and the effect of variables (gender, academic year, GPA) on that, and to reveal the relationship between psychological hardiness and quality of life. The descriptive correlational approach was used, the tools included psychological hardiness scale and quality of life scale, the sample consisted of (324) male and female students in the College of Basic Education. The

results of the study concluded that the level of psychological hardiness as a whole and all its dimensions (commitment, control, challenge) is fairly high for study sample members, and that the level of quality of life as a whole and all its dimensions (general health, life satisfaction, family relationships, social relationships, academic success, leisure time occupation) is fairly high for sample members. The results showed that there were no statistically significant differences between the averages of the study sample about the total score of psychological hardiness and all dimensions due to (gender, year of study, cumulative GPA) variables, and there were no differences about the total score of quality of life and all dimensions due study variables. The results indicated the presence of a moderate, statistically significant correlation between the total score of psychological hardiness and the total score of quality of life ($r = 0.480$), and the existence of a moderate, statistically significant correlation between the total score of psychological hardiness and all dimensions of quality of life.

Key Words: Psychological hardiness, quality of life, College of Basic Education, Kuwait.

مقدمة:

تعد الصلابة سمة رئيسية من سمات الشخصية تتمثل في اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة لكي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة والشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي.

ويساعد متغير الصلابة على الإدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ما تمت رؤيته على نحو واقعي، فيعتقد الأفراد ذوو الصلابة في كفاءتهم في تناول الأحداث الحياتية، ومن ثم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتفاؤلية (راضي، 2008).

وتكمن أهمية الصلابة النفسية في كونها تعمل على مقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، حيث تقف سداً منيعاً لحمايته من هذه الضغوط والمواقف التي تواجهه في مختلف جوانب الحياة لتحويلها إلى مواقف وخبرات مفيدة وتجعل منه فرداً قادراً على مواجهة التحديات والصعوبات والسيطرة عليها لتفادي آثارها السلبية (علوي، 2012).

وتختلف الصلابة النفسية من فرد لآخر باختلاف مستوياتها، وما يتمتع به الفرد من الإحساس بالالتزام، ووجود القابلية لدى الفرد للانخراط بما يمكن أن يواجهه من مواقف، والاعتقاد بتوافر القدرة على الضبط، وأن لديه القدرة على التأثير في ظروف بيئته والتحدي والاستعداد لتقبل التغيير (تايلور، 2008).

وقد وجد أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط حيث تفيدهم في خفض تهديد الأحداث الضاغطة حيث يرونها من منظور أوسع ويحلونها إلى مركباتها الجزئية ويضعون الحلول المناسبة لها، وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوو الصلابة النفسية المنخفضة

أسلوب المواجهة التراجعي أو الذي يتضمن نكوصاً، ويقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً (السيد، 2012).

وتنمو الصلابة النفسية كنتيجة للخبرة، فالنجاح في الدراسة وفي الحياة بشكل عام يزيد من إحساس الفرد بالالتزام والتحكم والتحدي، ومن جهة أخرى فإن الفشل يمكن أن يقلل من تلك المتغيرات، فإدراك التحكم هو إحساس الفرد بالفاعلية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة (Walker, 2006).

وتعد الصلابة النفسية واحدة من الجوانب الأساسية التي تلعب دوراً مهماً 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 (عبد المطلب، 2017).

وتعد جودة الحياة من المتطلبات الأساسية لتحقيق الصحة والسعادة النفسية حيث تتيح للفرد الاستمتاع بالحياة وإشباع حاجاته الأساسية التي تتفق مع القيم المجتمعية (حرطاني، 2014). وجودة الحياة من الموضوعات المهمة التي تشمل جميع نواحي الحياة بالنسبة للفرد، وخاصة الجوانب الاجتماعية والنفسية والمهنية، لأنها مفهوم يشمل جوانب الحياة كما يدركها الإنسان فيما يتعلق بالإشباع المادي للحاجات الأساسية والإشباع الذي يحقق التوافق النفسي للفرد من خلال تحقيق ذاته، وهذا ينعكس على تميز الفرد في الجانب الحياتي والمهني (النجار والطلاع، 2015).

ويمثل مفهوم جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي الحديثة نسبياً على مستوى تناولها في البحث العلمي، والتي حظيت باهتمام خاص لا سيما في نقاشات الباحثين والعلماء ودراساتهم التي تتعلق بالعديد من قضايا الحياة المختلفة (Olatunji, Cisler & Tolin, 2007).

ويستخدم مفهوم جودة الحياة بالتبادل مع مصطلحات أخرى مثل الرضا عن الحياة والسعادة والرفاهية الذاتية، ومن المهم إدراك أن جودة الحياة تعكس عوامل موضوعية وذاتية تؤثر على النمو الشخصي وانعكاس الذات، وتلعب العوامل الموضوعية مثل الدخل والتعليم بالإضافة إلى العوامل الذاتية مثل رضا الفرد عن التعليم أو الدخل دوراً رئيسياً في تأثير كل منهما على الآخر (Daugherty, 2012).

وتمثل جودة الحياة مفهوماً نسبياً ومتعدد الأبعاد يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبتها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار، والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحدد سعادتهم في الحياة (نعيسة، 2012).

ويمكن الأخذ بالاعتبار عدة عوامل ضرورية تتحكم في مفهوم جودة الحياة منها العلاقات الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي، والصحة الجسمانية، والصحة العقلية، والقدرة على التفكير والقدرة على التحكم، والقيم الثقافية والحضارية، والأوضاع الاقتصادية، وتوصيل المشاعر (الخوالدة، 2013).

يتضح مما سبق أن أهمية الصلابة النفسية تعمل على مقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، وتختلف الصلابة النفسية من فرد لآخر باختلاف مستوياتها، والأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط، وتعد الصلابة النفسية واحدة من الجوانب الأساسية التي تلعب دوراً مهماً في جودة حياة الفرد، وتمثل جودة الحياة مفهوماً نسبياً ومتعدد الأبعاد يختلف من شخص لآخر وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبا.

مشكلة الدراسة:

يعد التعليم الجامعي بالنسبة للطلاب مفتاح العمل والتوظيف، ومما لاشك فيه أن الشهادة الجامعية تزيد من فرص الطالب في التوظيف والعمل الذي يكون وسيلة للعيش الكريم (Karakose, 2015). وتمثل الدراسة الجامعية للطالب تجربة جديدة تنطوي على الكثير من الخبرات والمواقف التي تتطلب منه مواجهتها والتوافق معها كالأنظمة الجامعية وتعليماتها والاختصاصات واختيارها والاستعداد لمهنة المستقبل وما يرتبط بها من قرارات ينبغي على الطالب أن يتخذها (حسين وعبد الجبار، 2000).

وتعد الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة من الأمور المهمة، إذ إنهم على وشك الخروج إلى الحياة المهنية ودخول سوق العمل، لذلك يحتاجون إلى الاستقلالية في اتخاذ القرار، والتعامل مع كافة أنواع الضغوط. وأشارت دراسة (Gordon, 2009) إلى أن هناك ارتباطاً قوياً بين الصلابة النفسية وحالات التعلم لدى الطلبة الموهوبين وغير الموهوبين، وتعمل كمتغير سيكولوجي نفسي للتخفيف من وقع الأحداث الضاغطة، لذلك تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

وتتضمن جودة الحياة إشباع الحاجات، وتلبية الرغبات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لمتضمنات حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمانية الإيجابية، وإحساسه بمعنى السعادة وصولاً إلى العيش حياة متناغمة، متوافقة ومتوازنة مع جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع (بومدين ويحيى، 2022). وحيث إن المرحلة الجامعية من أهم مراحل حياة الطالب لما لها من دور فعال في صقل شخصية الطالب وتحديد مستقبله المهني ولا يتسنى ذلك إلا بإدراك الطالب لجودة الحياة (مسعودي، 2015)، لذلك تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

وعلى الرغم من أهمية الصلابة النفسية وجودة الحياة توصلت دراسة الشامي والفقير (2022) ودراسة جديد (2018) إلى تدني مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: الريدي (2020)، إبراهيم وحسين (2019)، أبو زيتون (2019). وتوصلت دراسة نواوي (2020) ودراسة عيادي (2019) إلى وجود مستوى متوسط من جودة الحياة لدى طلبة الجامعة. ويلاحظ ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وفي حدود علم الباحث لم تجرى دراسة تناولت متغيرات الدراسة الحالية في البيئة الكويتية، مما دعم الحاجة لإجراء هذه الدراسة.

وتحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في الصلابة النفسية تعزى لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي)؟
3. ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في جودة الحياة تعزى لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي)؟
5. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة؟

أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الكشف عن مدى وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة حول الصلابة النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي).
- الكشف عن العلاقة بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة.

أهمية الدراسة:

- تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو الصلابة النفسية وجودة الحياة ودورهم في تحقيق العديد من الأهداف للفرد.
- قد تفيد نتائج الدراسة في تقديم بعض التوصيات والمقترحات التي تساهم في تعزيز مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى الطلبة.

- إفادة الباحثين في إجراء بحوث جديدة في هذا المجال من خلال الاطلاع على الأدب النظري للدراسة وما ستتوصل إليه من نتائج وتوصيات.
- تزويد المكتبة العربية والكويتية ببعض المفاهيم عن الصلابة النفسية وجودة الحياة، مما يساعد على فهم هذين المفهومين.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: اقتصرت على الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الحدود البشرية: تضمنت عينة من طلبة كلية التربية الأساسية- الكويت.
- الحدود المكانية: اقتصرت على كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام 2024/2023م.

مصطلحات الدراسة:

▪ الصلابة النفسية Psychological Hardiness:

هي اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة لكي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (الحجاز ودخان، 2006، 3). وهناك من عرفها بأنها المقاومة تحت وطأة الضغوط أو القدرة على تحمل الضغوط الصعبة (حمادة وعبد اللطيف، 2016، 10). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطلبة المفحوصون على فقرات مقياس الصلابة النفسية المستخدم لغايات الدراسة الحالية.

▪ جودة الحياة Quality of Life:

عرفتها منظمة الصحة العالمية بأنها إدراك الأشخاص لمكانتهم في الواقع ووضعهم في الحياة، وتشمل العديد من المكونات منها الثقافة والقيم والنظام ولها علاقة بأهدافهم وتطلعاتهم واهتماماتهم في ضوء تقييمهم لجوانب حياتهم التي تشمل الرضا عن الحياة، الأنشطة المهنية، وأنشطة الحياة اليومية (WHO, 2000, 43). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطلبة المفحوصون على فقرات مقياس جودة الحياة المستخدم لغايات الدراسة الحالية.

الخلفية النظرية للدراسة:

أولاً: الصلابة النفسية:

يعود مفهوم الصلابة النفسية في جوهره لعلم النفس الوجودي الذي يؤمن بقدرته الإنسان على إيجاد المعنى والهدف من حياته، ويتجلى هذا المفهوم من خلال مظاهر الشخصية وأساليبها في معايشة الواقع، والتي تلعب دوراً وسيطاً بين الضغوط والصحة إذ يحدد الطريقة التي يدرك بها ويفسر من خلالها الأحداث الضاغطة على أنها فرص للنمو والتطور الشخصي، لذلك اقترحت الصلابة النفسية كعامل مهم وحيوي من عوامل الشخصية التي تمكن الفرد من استثمار مصادره الشخصية وخبرته الحياتية لتحسين أدائه والمحافظة على صحته النفسية والجسدية (محمود، 2016، 356).

مفهوم الصلابة النفسية:

تعددت التعريفات التي تناولت الصلابة النفسية، فتعرف بأنها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع الإحباط والأخطاء والصدمات النفسية والمشاكل اليومية (Brooks, 2005). وتعرف بأنها اعتقاد الفرد بحدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف شديدة يمكن التحكم بها (الشربيني، 2005).

وتعرف الصلابة النفسية بأنها مصدر من المصادر الشخصية والذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية (المفرجي والشهري، 2008). وتعرف بأنها إدراك الفرد وتقبله للمتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها، فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالإرهاك النفسي، على اعتبار أنه مرحلة متقدمة من الضغوط (عودة، 2010).

وتعرف بأنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه التحكم فيما يلقاه من أحداث، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقة (العبدلي، 2012).

وهناك من عرف الصلابة النفسية بأنها قدرة الفرد على استخدام المسائل الاجتماعية كوقاية من آثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب (البحيري، 2016). ويعرفها الباحث بأنها قدرة الفرد على امتلاك إدراك ووعي معين يستطيع من خلاله مواجهة المشكلات والضغوط للخروج بحل مناسب لتحمل هذه الضغوط والتعايش معها والتخلص منها.

أهمية الصلابة النفسية:

تعد الصلابة متغيراً مهماً وعاملاً حيوياً من عوامل الشخصية التي لها دور حاسم في وقاية الإنسان من النتائج السلبية لأحداث الحياة الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون، حيث إن الأحداث الضاغطة تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي، والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يمكن أن يصاحبه من أمراض جسمية واضطرابات نفسية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل تلك العملية الدائرية (عودة، 2010).

وقد أكدت الدراسات أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية العالية أكثر قدرة على مواجهة الضغوط اليومية والتكيف معها دون أن تؤثر سلباً عليهم، وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوو الصلابة النفسية المنخفضة أسلوب التجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً. والأشخاص الأكثر صلابة أكثر مقاومة للأمراض بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية التي ينظرون من خلالها للمواقف الضاغطة فذلك يجعلهم يتمتعون بمفهوم ذات إيجابي أكثر من أولئك الأكثر صلابة، وتبين أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية أكثر ميلاً لاستخدام طرق المواجهة الفاعلة النشطة المباشرة لمواجهة الضغوط وابتعادون عن أسلوب التجنب (عباس، 2010).

والصلابة النفسية مفيدة لمقاومة الإنهاك النفسي لأنها تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثراً، فتكسب الفرد قدرًا من المرونة، لذلك فالصلابة النفسية تزيد من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط المختلفة وكذلك الوقاية من الإنهاك النفسي (kobaza, 2010).

وللصلابة النفسية تأثير مهم على الصحة النفسية للفرد فهي تشكل الدرع الذي يخفف من وطأة الضغوط،

ومن هذه الأسباب ما يلي:

- أ. الصلابة النفسية تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة على الفرد.
- ب. تؤدي إلى أساليب مواجهة فعالة وتساعد على الانتقال من حال إلى حال.
- ج. تؤثر على أسلوب مواجهة الفرد بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- د. تقود الفرد إلى التغيير في الممارسات الصحية على سبيل المثال (اتباع نظام غذائي صحي، ممارسة الرياضة، مما يساعد على التقليل من الإصابة بالأمراض الجسمية).
- هـ. تعد مركباً مهماً من مركبات الشخصية القاعدية.
- و. تحمي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة.
- ز. تجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة.
- ح. تعمل كعامل حماية من الأمراض حماية من الأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية (فاتح، 2015).

ويرى الباحث أن الصلابة النفسية تعد أحد مكونات الشخصية التي تساعد على فهم الظروف الخارجية بدقة واتخاذ القرار المرغوب فيه في الوقت المناسب، وتعد أحد العوامل الشخصية المهمة والأساسية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية، وهي أحد عوامل المقاومة ضد الضغوط والأزمات.

أبعاد الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية بناء شخصي يتكون من ثلاث سمات هي التحكم، والالتزام، والتحدي والتي تم تصميمها لجعل الفرد صامداً في مواجهة الإجهاد، ويميل الأفراد الذين لديهم صلابة إلى الاعتقاد والتصرف كما لو كانت التجارب الحياتية قابلة للتحكم (التحكم)، والانخراط شكل هادف في الأنشطة الحياتية وتقويم هذه الأنشطة على أنها هادفة وجديرة بالاستثمار في مواجهة الشدائد (الالتزام)، واعتبار التغيير في الحياة كتحدٍ نحو النمو بدلاً من كونه تهديداً للأمن (التحدي)، واستناداً إلى نظرية الشخصية الوجودية يُعتقد أن الجمع بين هذه الخصائص يمنح الأفراد الشجاعة والدافع للتكيف بشكل أفضل مع ضغوط الحياة، وبالتالي منع آثاره السلبية على الصحة (Wiebe, 2017).

وعليه تتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد هي الالتزام والتحكم والتحدي، وهي كالتالي:

1- الالتزام: هو إحساس الفرد بالمسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم المهنية والأسرية والاجتماعية ويعد نوعاً من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.

وأشار كوباسا ومادي (Kobasa & Maddi) إلى أن الالتزام الشخصي أو النفسي يضم كلاً من:

أ. الالتزام تجاه الذات: هو اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد أهدافه لاتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين.

ب. الالتزام تجاه العمل: هو اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، والاعتقاد بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله وضرورة تحمله لمسؤوليات العمل والالتزام بنظامه (مخيمر، 2002).

2- التحكم: ترى كوباسا Kobasa أنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، فإدراك التحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة الحوادث وطوارئ الحياة، ويعرف التحكم أنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يتلقاه من أحداث وأنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل وتفسير وتقدير الأحداث والمواجهة الفعالة (مخيمر، 2002).

ويتضمن التحكم أربع صور رئيسية هي:

أ- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة: يحسم هذا التحكم باتخاذ القرار بطريقة التعامل مع الموقف باختيار بديل من البدائل (تجنب الموقف - إنهاء الموقف - محاولة التعايش مع الموقف)، ولذلك يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف وطريقة حدوثه.

ب- التحكم المعرفي: هو القدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند تعرض الفرد للمواقف، كالتفكير بالموقف، التعامل بصورة منطقية وواقعية، استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف.

ج- التحكم السلوكي: هو قدرة الفرد الفعالة على المواجهة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي، والقدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة.

د- التحكم الاستراتيجي: يرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، حيث يؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة (الفضل، 2014).

3- التحدي: هو الميل إلى رؤية التغيير غير المتوقع أو التهديد المحتمل متحدياً إيجابياً وليس حدثاً مهدداً ومكروهاً. ويمثل التحدي قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها وتساعد هذه الخاصية الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وأحداثها الضاغطة المؤلمة، وخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة (عودة، 2010).

وقد تناولت الدراسة الحالية الأبعاد السابقة للصلاية النفسية، وهي الالتزام، التحكم، التحدي.

ثانياً: جودة الحياة:

حظي مفهوم جودة الحياة باهتمام كبير في علوم الطب، والاقتصاد، والاجتماع، والسياسة، وحديثاً في مجال علم النفس، وتعددت استخدامات مفهوم الجودة بصورة واسعة في السنوات الأخيرة في جميع المجالات مثل جودة الحياة، جودة الزواج، جودة التعليم، جودة المستقبل وغيرها، كما أنها أجريت في مجال علم الاجتماع، والطب، وبرزت الحاجة إلى البحوث الخاصة بهذا المفهوم في مجال علم النفس بعد انعقاد مؤتمر لدراسات جودة الحياة بمركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس عام (1999) واتخذ شعاراً له "جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين"، مما يعد دعوة للباحثين للاهتمام بهذا المجال الجديد، وضرورة إجراء الدراسات المتعددة فيه، وسد الفجوة التي تركتها ندرة أبحاث علم النفس في هذا المجال (عبد القادر، 2005).

مفهوم جودة الحياة:

تعددت التعريفات التي تناولت جودة الحياة باختلاف وجهات نظر الباحثين في هذا المجال، فتعرف بأنها قياس لقدرة الفرد على الأداء الجيد بدنياً وانفعالياً واجتماعياً في سياق بيئته عند مستوى يتسق مع توقعاته الخاصة

(Church, 2004, 15). وتعرف بأنها تمثيل للرفاهية الحياتية بالنسبة للإنسان بصفة عامة والعوامل المؤثرة في حياته بصفة خاصة (Bognar, 2005, 561).

وأشار العادلي (2006، 38) إلى أن جودة الحياة قد تتمثل لدى البعض بامتلاك الثروة التي تحقق لهم السعادة في حين يرى البعض الآخر أن الحياة الجيدة هي التي يتوافر فيها فرص العمل والدراسة ويراها آخرون تلك التي يتمكن فيها الفرد من الحصول على مبتغاه دون عناء أو جهد.

وتعرف بأنها وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي، فجودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كنتائج لظروف المعيشة الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة، حيث ترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك الذاتي يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعاتية للحياة كالتعليم والعمل ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وفي ظروف معينة من ناحية أخرى (عراقي وعلي، 2007).

وتشير جودة الحياة إلى التقييم الشخصي لتحقيق احتياجات الشخص وأهدافه ورغباته، ويمكن أن يشمل كل جانب من جوانب حياة الفرد مثل الصحة والأسرة والمال والعمل، وجودة الحياة هي مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن ثلاثة مكونات رئيسية هي الرفاهية الذاتية أو الرضا عن الحياة، والعمل في الأدوار الاجتماعية/الرعاية الذاتية، والوصول إلى الموارد البيئية الاجتماعية والمادية (Daugherty, 2012).

كما تعرف جودة الحياة بأنها درجة التميز وشروط العمل التي تمارسها المؤسسات بهدف تنمية وتطوير الحياة أثناء العمل بما ينعكس إيجاباً على إنتاجية المؤسسة (Kumar & Shani, 2013).

ويعرفها الباحث بأنها إدراك الفرد لوضعه في الحياة، وشعوره بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ما لديه من قدرات وإمكانات في ضوء الظروف المحيطة به. وهي أيضاً مدى إحساس الفرد بالحياة التي يعيش فيها، فإذا كانت بالنسبة له مثيرة ومبهجة وتدعو للإقبال والتجديد فإنها تكون إيجابية، وإذا كانت مملة ومظلمة ولا تشبع إمكاناته وطموحاته فإنها تكون عكس ذلك.

مؤشرات جودة الحياة:

تختلف مؤشرات جودة الحياة من فرد إلى آخر، حيث تتحكم في تحديدها عدة عوامل وذلك حسب ما يراه الفرد من معايير لتقييم حياته، وتتمثل هذه المؤشرات حسب بعض الباحثين فيما يلي:

1. المؤشرات النفسية: تتمثل في درجة شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة أو الرضا.

2. المؤشرات الاجتماعية: تتضح من خلال القدرة على تكوين العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلاً عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.
3. المؤشرات المهنية: تتمثل في درجة رضا الفرد عن مهنته وحبها، ومدى سهولة تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.
4. المؤشرات الجسمية والبدنية: يقصد بها رضا الفرد عن حالته الصحية وقدرته على التعايش مع الآلام والنوم والشهية والقدرة الجنسية (منسي وكاظم، 2010).

وتقوم جودة الحياة على تكامل المؤشرات أو المقومات الموضوعية والذاتية للسعادة الشخصية مع مراعاة أن تأثير الجوانب الموضوعية يعتمد على التقييم الذاتي، ولقياس الجانب الموضوعي تجرى المقارنة بين الوضع القائم والمتاح وبين الحد الأدنى من الظروف المعيشية المناسبة، حيث إن مفهوم جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد، يشمل خمسة مجالات على الأقل، هي: الرضا البدني، والمادي، والاجتماعي، والوجداني، والنشاط الشخصي (أبو سريع، وشوقي وأنور ومرسي، 2006).

أبعاد جودة الحياة:

تتأثر جودة الحياة بالخبرات الشخصية التي يتعرض لها كل شخص في كل مرحلة من مراحل حياته، ويمكن تحديد ثمانية أبعاد تؤدي إلى إمكانية تقييم الحياة الشخصية لكل إنسان، وهي: السلامة البدنية والتكامل البدني العام، والشعور بالسلامة والأمن، والشعور بالقيمة والجدارة الشخصية، والحياة المنظمة المقننة، والإحساس بالانتماء إلى الآخرين، والمشاركة الاجتماعية، وأنشطة الحياة اليومية الهادفة ذات المعنى، والرضا والسعادة الداخلية. ولا يوجد لهذه الأبعاد ترتيب هرمي، بل يرتبها كل فرد حسب أولوياته، والأفراد الذين يعيشون في ثقافات أو جماعات اجتماعية واحدة يتشابه لديهم الترتيب الهرمي للأبعاد لأنهم يتشابهون في الظروف الحياتية (أبو حلاوة، 2010، 4).

ويرى عبد المعطي (2005) أن جودة الحياة لها ثلاثة أبعاد هي:

1. جودة الحياة الموضوعية: تعني ما يوفره المجتمع لأفراده من إمكانات مادية، إلى جانب الحياة الاجتماعية للفرد.
2. جودة الحياة الذاتية: تعني مدى الرضا الشخصي عن الحياة، والشعور بجودة الحياة.
3. جودة الحياة الوجودية: تمثل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد وقدرته على العيش بتوافق روحي ونفسي مع نفسه ومع مجتمعه.

ويرى عليان (2014) أن هناك ستة أبعاد لجودة الحياة تشمل مايلي:

1. جودة الصحة العامة والجسمية: يتمثل هذا البعد في الجوانب الصحية والفسولوجية للفرد من حيث الطعام، والنوم، والطاقة، والنشاط وممارسة الرياضة، والشعور بالألم، أي القيام بوظائف الجسم والرضا عن الصحة بشكل عام.
2. جودة الحياة النفسية: يتمثل هذا البعد في الجوانب النفسية التي تتعلق بشعور الفرد بالثقة بنفسه، والشعور بالأمل، والسعادة، والرضا عن النفس والتحكم بها.
3. جودة الحياة الاجتماعية: يتمثل هذا البعد في الجوانب الاجتماعية المتعلقة بعلاقة الفرد بالآخرين، أي علاقته الشخصية، وإقامة العلاقات مع الآخرين والتواصل معهم واحترامهم وتقديرهم والانتماء إليهم.
4. جودة الحياة الأسرية: يتمثل هذا البعد في الجوانب الأسرية من ناحية علاقة الفرد مع والديه ومع باقي أفراد الأسرة.
5. جودة إدارة الوقت: يتمثل هذا البعد في مدى استفادة وإدارة الفرد لأوقات فراغه.
6. جودة الحياة التعليمية: يتمثل هذا البعد في الحياة الجامعية من ناحية التخصص الدراسي والجو الدراسي، والأنشطة الطلابية في البيئة الجامعية.

وأشارت منظمة الصحة العالمية (Who) إلى أن مفهوم جودة الحياة العالمي يتكون من عدة أبعاد مثل: الحالة النفسية، والحالة الانفعالية، والرضا عن العمل، والرضا عن الحياة، والمعتقدات الدينية، والتفاعل الأسري، والتعليم، والدخل المادي، وتتكون جودة الحياة من خلال الإدراك الذاتي للفرد لحالته العقلية، وصحته الجسمية، وقدرته الوظيفية، ومدى فهمه للأعراض التي تعتريه (شيخي، 2014).

وقد تناولت الدراسة الحالية ستة أبعاد لجودة الحياة اشتملت على الآتي: الصحة العامة، الرضا عن الحياة، العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية، النجاح الأكاديمي، شغل أوقات الفراغ

مقومات جودة الحياة:

تعد جودة الحياة مفهوماً نسبياً يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من اعتبارات تقييم حياته، وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة هي:

- القدرة على التحكم.
- الصحة الجسمانية والعقلية.
- الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- الأوضاع المالية والاقتصادية.

— المعتقدات الدينية والقيم الثقافية (بوعيشة، 2014، 53).

— ويرى الباحث أن الوضع الاجتماعي والوظيفي للفرد يعد أحد مقومات الحكم على جودة الحياة.

الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض لبعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الصلابة النفسية وجودة الحياة، وتم عرضها في محورين حسب التسلسل الزمني من الأحدث إلى الأقدم، وذلك على النحو التالي:

1- دراسات تناولت الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة:

أجرى الشامي والفيقيه (2022) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالنادرة، وأثر متغيرات (الجنس، التخصص، المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية) على ذلك، وتكونت عينة الدراسة من (152) طالباً وطالبة من المستوى الثاني والرابع من جميع التخصصات الدراسية، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية لمخيمر (2002). وتوصلت النتائج إلى تدني مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، كما تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية بين عينة الدراسة في جميع مجالات الصلابة النفسية والدرجة الكلية تعزى لمتغيرات الدراسة.

وهدف دراسة الربدي (2020) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، والتعرف على درجة الاختلاف في الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة، والتعرف على إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال تقدير الذات وقلق المستقبل. وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس قلق المستقبل ومقياس تقدير الذات لجمع البيانات من عينة بلغت (450) طالباً وطالبة من جامعة القصيم. وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة متوسط، ووجود فروق حول مستوى الصلابة دالة إحصائية تعزى لمتغيرات التخصص، المستوى الدراسي، عدد أفراد الأسرة، ومستوى الدخل لصالح العلوم الطبيعية، والمستوى الأول والثاني، والأسرة الأكثر أفراداً، ومستوى الدخل الضعيف، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير النوع. وأشارت النتائج إلى أن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالصلابة النفسية (الدرجة الكلية وأبعادها، الالتزام والتحكم والتحدي)، وأن قلق المستقبل يسهم في التنبؤ بالصلابة النفسية (الدرجة الكلية، وبعد الالتزام).

وسعت دراسة إبراهيم وحسين (2019) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، والتعرف على مستوى إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وإدارة الوقت، وتكونت عينة الدراسة من (1011) طالباً وطالبة من جامعة الموصل. وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، ووجود مستوى متوسط من إدارة الوقت لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية وإدارة الوقت لدى طلبة جامعة الموصل.

وهدفت دراسة العكايشي (2019) إلى التعرف على مستوى اليقظة العقلية والصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الشارقة، والكشف عن مدى مساهمة متغير اليقظة العقلية في التنبؤ بالصلابة النفسية، والكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية والصلابة النفسية، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الصلابة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (250) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن عينة الدراسة يتمتعون باليقظة العقلية والصلابة النفسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس اليقظة العقلية وفقاً لمتغير الجنس لصالح الإناث في بُعدي التميز اليقظ والتوجه نحو الحاضر، ولصالح الذكور في بُعد الانفتاح على الجديد، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في بُعد الوعي بوجهات النظر المتعددة، وعدم وجود فروق في جميع أبعاد اليقظة العقلية وفقاً لمتغير التخصص. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في جميع أبعاد الصلابة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص.

وتناولت دراسة أبو زيتون (2019) التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (1106) طالباً من كافة كليات الجامعة الأردنية، وتم استخدام مقياس كونر ديفيدسون، ومخزون قلق سمات الدولة، ومخزون بيك للاكتئاب. وأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى الطلبة، وانخفاض مستوى القلق، وغياب الاكتئاب لدى عينة الدراسة. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الصلابة النفسية والقلق والاكتئاب، وعدم وجود فروق في الصلابة النفسية تعزى للجنس والكلية والسنة الدراسية، وعدم وجود فروق في القلق والاكتئاب تعزى للجنس والسنة الدراسية، ووجود فروق في القلق والاكتئاب تعزى لمتغير الكلية.

وسعت دراسة جديد (2018) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية والدافعية للتعلم لدى طلبة الجامعة، والكشف عن العلاقة بين الدافعية للتعلم وكل من الصلابة النفسية والسن والجنس، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (278) طالباً وطالبة بالسنة الأولى بجامعة غرداية، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية لـ"مخيمر" ومقياس الدافعية للتعلم لـ"قطامي". وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية والدافعية للتعلم منخفض، وأنه يمكن التنبؤ بالدافعية للتعلم من خلال الصلابة النفسية، ولا توجد فروق دالة في مستوى الدافعية للتعلم تعزى إلى السن والجنس والتفاعل بينهما.

وهدفت دراسة (Singh, 2016) إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين من المراهقين في الصلابة النفسية والضغط، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتألقت عينة الدراسة من (200) مراهق بواقع (100) من الريف و(100) من الحضر يدرسون في الهند، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الصلابة النفسية وبطارية الإجهاد. وأشارت النتائج إلى وجود اختلافات كبيرة بين الجنسين بين المراهقين في الضغوط الوجودية، وضغط التحصيل، والإجهاد الأكاديمي، وضغط المفهوم الذاتي، وضغط تحقيق الذات، والإجهاد البدني، والإجهاد الاجتماعي،

والإجهاد المؤسسي، والإجهاد المالي، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين إلا من حيث الضغط الوجودي، والإجهاد المؤسسي والإجهاد المالي. وأظهرت النتائج أن التوتر لدى المراهقين يرتبط سلباً بشكل كبير مع الصلابة النفسية.

وهدفت دراسة العوض (2015) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتألقت عينة الدراسة من (610) من الطلاب والطالبات، واشتملت الأدوات على مقياس الصلابة النفسية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة، وكان بُعد الالتزام هو أكثر أبعاد الصلابة النفسية، وأن الصلابة النفسية لها قدرة على التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة.

وهدفت دراسة صالح والمصدر (2013) إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة والتوافق النفسي والاجتماعي، ومعرفة الفروق بين الطلبة على مقياس الصلابة والتوافق النفسي والاجتماعي وفقاً لمتغيرات (الجنس، المستوى الدراسي، نوع الجامعة)، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (232) طالباً وطالبة في جامعة الأقصى وجامعة الأزهر بمحافظة غزة، واشتملت الأدوات على مقياس الصلابة النفسية ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن درجة الصلابة النفسية لدى أفراد العينة بلغت (72.1%)، وأن التوافق النفسي والاجتماعي بلغت نسبته (73.1%)، وأن هناك علاقة دالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الصلابة النفسية تعزى لمتغيرات الدراسة، ووجود فروق على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير الجنس لصالح الطالبات، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير المستوى الدراسي ونوع الجامعة.

وسعت دراسة هارتلي (Hartley, 2011) إلى تحديد العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية والمثابرة الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية، ومقياس للصحة النفسية ومقياس للمثابرة على (605) طلاب وطالبات في إحدى الجامعات الأمريكية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والصحة النفسية.

2- دراسات تناولت جودة الحياة لدى طلبة الجامعة:

أجرى خرموش (2022) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الفضول المعرفي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتألقت عينة الدراسة من (180) طالباً وطالبة، واشتملت أدوات الدراسة على مقاييس سلاتر ومقياس جودة الحياة. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الفضول المعرفي وجودة الحياة لدى الطالب الجامعي، وأن مستوى جودة الحياة لدى عينة الطلبة من الجنسين مقبول. كما

أظهرت النتائج وجود فروق بين متوسطات درجات الطلبة في مقياس الفضول المعرفي وجودة الحياة تعزى لاختلاف الجنس.

وهدف دراسة القدومي والأعمر (2020) إلى التعرف على درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لمستوى جودة الحياة وعلاقتها بمستوى تقدير الذات، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (279) طالباً وطالبة من جامعتي إربد الأهلية، والإسراء، واشتملت الأدوات على مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات. وأظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة جاء بدرجة مرتفعة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس ونوع الكلية، ما عدا مجال جودة الحياة الاجتماعية وكانت الفروق لصالح الإناث، وفي مجال جودة الحياة الصحية لصالح الكليات العلمية. كما أظهرت النتائج أن مستوى تقدير الذات جاء بدرجة مرتفعة، ولا توجد فروق في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق تعزى لمتغير نوع الكلية لصالح الكليات الإنسانية.

وسعت دراسة نواوي (2020) إلى التعرف على مستوى جودة الحياة ومهارة حل المشكلات لدى طلبة الجامعة، والكشف عن العلاقة بين جودة الحياة ومهارة حل المشكلات، وأثر بعض المتغيرات على ذلك، وتكونت عينة الدراسة من (112) طالباً وطالبة من قسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، وتمثلت الأدوات في مقياس جودة الحياة ومقياس مهارة حل المشكلات. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة متوسط لدى أفراد عينة الدراسة، وأن مستوى مهارة حل المشكلات متوسط أيضاً. وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح ماجستير، وعدم وجود فروق على مهارة حل المشكلات تعزى لمتغير المستوى، ووجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة ومهارة حل المشكلات.

وسعت دراسة عيادي (2019) إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ومعرفة الفروق في جودة الحياة الصحية وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى التعليمي، ولتحقيق ذلك طُبّق مقياس جودة الصحة العامة لطلبة الجامعة على عينة تألفت من (100) طالب وطالبة من جامعة الشاذلي بن جديد بالطارف في الجزائر. وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة الصحية المتعلقة بالصحة العامة لدى طلبة الجامعة كان متوسطاً، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في جودة الحياة الصحية لدى الطلبة تعزى لمتغيري الجنس والمستوى التعليمي.

وهدف دراسة بعلي وجفلولي (2018) إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طالبات الجامعة، والكشف عن الفروق الإحصائية في مستوى جودة الحياة وفقاً لمتغيرات (الشعبة الدراسية، السن، نمط الإقامة)، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتمثلت أداة الدراسة في مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وتكونت العينة من (55) طالبة يدرسون ماجستير في قسم علم النفس بجامعة المسيلة في الجزائر. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن

مستوى جودة الحياة لدى الطالبات مرتفع، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغيرات الدراسة.

وسعت دراسة الأسود (2017) إلى قياس جودة الحياة والدافعية للتعلم لدى طلاب جامعة الوادي والارتباط بينهما، ومعرفة مدى إمكانية التنبؤ بالدافعية للتعلم من خلال جودة الحياة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (80) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع في كل من جودة الحياة والدافعية للتعلم لدى طلبة الجامعة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة والدافعية للتعلم، وأنه يمكن التنبؤ بالدافعية للتعلم من خلال جودة الحياة.

وسعت دراسة الغامدي ومحمد (2016) إلى التعرف على مستوى الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة، ومدى وجود فروق في الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت العينة من (100) طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة الدمام طبق عليهم مقياس الأمن النفسي (إعداد الدليم وآخرين)، ومقياس جودة الحياة (إعداد محمود منسي وعلي كاظم). وتوصلت نتائج الدراسة إلى تمتع طلبة جامعة الدمام بمستوى عالٍ من الأمن النفسي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الأمن لصالح الذكور، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مستوى الأمن النفسي ومستوى جودة الحياة.

وهدف دراسة حيدري وآخرين (Heidari, et al., 2013) إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة طهران للعلوم الطبية، وتكونت عينة الدراسة من (242) طالباً وطالبة، طبق عليهم مقياس جودة الحياة. وأظهرت النتائج حصول الطلبة على درجات مرتفعة في مجالي الصحة النفسية والبيئية، وحصولهم على درجات منخفضة في مجالي الصحة الجسمية والعلاقات الاجتماعية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في مجال العلاقات الاجتماعية لصالح الإناث.

وهدف دراسة زرجامي وآخرين (Zarghami, et al., 2012) إلى قياس جودة الحياة والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية الطب الدارسين في جامعة مزنداران Mazandran للعلوم الطبية في أيرلندا ومقارنتها مع طلبة جامعة ساري Sari للعلوم الزراعية والطبيعية، وتكونت عينة الدراسة من (835) طالباً وطالبة، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس جودة الحياة ومقياس الرضا عن الحياة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة والرضا عن الحياة كانت أقل لدى طلبة كلية الطب منها لدى طلبة باقي التخصصات، وأن متوسط الدرجات على مقياس جودة الحياة أعلى للطلبة ذوي المستوى الاقتصادي الأعلى ولأولئك الذين يعيشون مع أسرهم ولطلاب السنة الأولى.

تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة يلاحظ ما يلي:

- اتبعت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفي مع اختلاف أنواعه نظراً لمناسبته لطبيعتها وأهدافها.
- تنوعت الأهداف التي تناولتها الدراسات السابقة، فقد تناولت بعض الدراسات التعرف على مستوى الصلابة النفسية مثل دراسة كل من: الشامي والفقيه (2022)، (2020)، إبراهيم وحسين (2019)، أبو زيتون (2019)، العوض (2015). وتناولت بعض الدراسات التعرف على مستوى جودة الحياة مثل دراسة كل من: (2020)، عيادي (2019)، بعلي وجغلولي (2018)، تواتي وقريصات وبلعربي وبشلاغم (2018)، الأسود (2017)، الغامدي ومحمد (2016).
- توصلت بعض الدراسات إلى وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: الريدي (2020)، إبراهيم وحسين (2019)، أبو زيتون (2019)، العوض (2015). وتوصلت دراسة الشامي والفقيه (2022) ودراسة جديد (2018) إلى تدني مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة. وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: بعلي وجغلولي (2018)، تواتي وقريصات وبلعربي وبشلاغم (2018)، الأسود (2017)، الغامدي ومحمد (2016). وتوصلت دراسة نواوي (2020) ودراسة عيادي (2019) إلى وجود مستوى متوسط من جودة الحياة لدى طلبة الجامعة.
- توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ومنها: إدارة الوقت (إبراهيم وحسين، 2019)، اليقظة العقلية (العكايشي، 2019)، الدافعية للتعلم (جديد، 2018)، التوافق النفسي (صالح والمصدر، 2013)، الصحة النفسية والمثابرة الأكاديمية (Hartley, 2011). وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ومنها: الفضول المعرفي (خرموش، 2022)، حل المشكلات (نواوي، 2020)، الدافعية للتعلم (الأسود، 2017)، الأمن النفسي (الغامدي ومحمد، 2016).
- استفاد الباحث من الدراسات السابقة في الاهتمام إلى بعض المصادر العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الدراسة، وصياغة مشكلة ومنهجية الدراسة، والإسهام في بناء بعض أركان الأدب النظري للدراسة وتصميم أداة الدراسة، وكذلك الاستفادة من الدراسات السابقة في مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية من حيث مدى الاتفاق والاختلاف بين نتيجة الدراسة الحالية ونتائج الدراسات السابقة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة: اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي، نظراً لمناسبته لطبيعته الدراسية.

مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في كلية التربية الأساسية خلال العام الدراسي 2024/2023م، وتكونت عينة الدراسة من (324) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية تتناول مستويات مختلفة من حيث: النوع، السنة الدراسية، والمعدل التراكمي، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الديموجرافية

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
النوع	ذكور	172	%53.09
	إناث	152	%46.91
السنة الدراسية	الأولى	82	%25.31
	الثانية	66	%20.37
	الثالثة	74	%22.84
	الرابعة	102	%31.48
المعدل التراكمي	أقل من 2	52	%16.05
	2- أقل من 3	102	%31.48
	3 فأكثر	170	%52.47

أدوات الدراسة:

اشتملت على مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة، ويمكن توضيح ذلك كالتالي:

1- مقياس الصلابة النفسية:

تم بناء مقياس الصلابة النفسية بعد الاطلاع على بعض الدراسات مثل دراسة كلٍّ من: الرّبيدي (2020)، (Wiebe, 2017)، العوض (2015)، الفضل (2014)، ويتكون من (40) عبارة موزعة بالتساوي على أربعة أبعاد كالتالي: البُعد الأول: الالتزام، والبُعد الثاني: التحكم، والبُعد الثالث: التحدي، والبُعد الرابع: التفاؤل. ولكل عبارة ثلاثة مستويات للإجابة وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي كالتالي: تنطبق (3 درجات)، تنطبق إلى حدٍ ما (درجتان)، لا تنطبق (درجة واحدة).

الكفاءة السيكومترية للمقياس: تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس: تم التحقق من صدق مقياس الصلابة النفسية باستخدام كلٍّ من:

أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم عرض مقياس الصلابة النفسية على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس وعلم النفس التربوي للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها

اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب، وتكون المقياس في صورته النهائية من (40) عبارة، ويعد اتفاق المحكمين بياناً لصدق محتوى المقياس.

ب- صدق الاتساق الداخلي: تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس التي تم الحصول عليها من الدراسة الاستطلاعية، حيث تم تطبيقه على (60) طالبة من طلبة كلية التربية الأساسية، وتم استخدام الرزمة الإحصائية SPSS لحساب معاملات الارتباط، ورصدت النتائج في الجدولين التاليين.

جدول (2)

معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	0.479**	11	0.622**	21	0.419**
2	0.386**	12	0.503**	22	0.385**
3	0.387**	13	0.598**	23	0.533**
4	0.588**	14	0.460**	24	0.639**
5	0.340**	15	0.520**	25	0.558**
6	0.530**	16	0.648**	26	0.514**
7	0.520**	17	0.514**	27	0.600**
8	0.424**	18	0.459**	28	0.550**
9	0.394**	19	0.403**	29	0.561**
10	0.521**	20	0.548**	30	0.415**

يتضح من الجدول (2) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.340-0.648)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

جدول (3)

معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

البُعد	معامل الارتباط
الالتزام	0.795**
التحكم	0.868**
التحدي	0.870**

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (3) أن معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوح ما بين (0.795-0.870)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية باستخدام ألفا كرونباخ من خلال الرزمة الإحصائية SPSS بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية (ن=60)، ويوضحها الجدول التالي.

جدول (4)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس الصلابة النفسية

معامل الثبات	عدد العبارات	البُعد
0.72	10	الالتزام
0.80	10	التحكم
0.81	10	التحدي
0.80	30	المقياس ككل

يتضح من الجدول (4) أن مقياس الصلابة النفسية يتسم بدرجة ثبات دالة إحصائياً، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.80)، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.72-0.81)، ومن ثم يمكن تعميم المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

2- مقياس جودة الحياة:

تم تطوير مقياس جودة الحياة الذي أعدته هويدة محمود وفوزية الجمالي (2010)، حيث تم حذف (3) عبارات من بُعد الصحة العامة، وحذف بُعد الممارسات الدينية ويضم (5) عبارات، وتعديل الصياغة اللغوية لبعض العبارات، وأصبح المقياس يتكون من (36) عبارة موزعة على ستة أبعاد كالتالي: البُعد الأول: الصحة العامة ويضم (12) عبارة، والبُعد الثاني: الرضا عن الحياة ويضم (17) عبارة، والبُعد الثالث: العلاقات الأسرية ويضم (14) عبارة. ولكل عبارة ثلاثة مستويات للإجابة وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي كالتالي: تنطبق (3 درجات)، تنطبق إلى حدٍ ما (درجتان)، لا تنطبق (درجة واحدة).

الكفاءة السيكومترية للمقياس: تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس: تم التحقق من صدق مقياس جودة الحياة باستخدام كلٍ من:

أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم عرض مقياس جودة الحياة على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس وعلم النفس التربوي للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها

اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب، وتكون المقياس في صورته النهائية من (40) عبارة، ويعد اتفاق المحكمين بياناً لصدق محتوى المقياس.

ب- صدق الاتساق الداخلي: تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية ضمت (60) طالبة من طلبة كلية التربية الأساسية، وقد استخدمت الباحثة الرزمة الإحصائية SPSS لحساب معاملات الارتباط، ورصدت النتائج في الجدولين التاليين.

جدول (5)

معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	0.625**	10	0.628**	19	0.716**	28	0.823**
2	0.659**	11	0.611**	20	0.672**	29	0.541**
3	0.517**	12	0.764**	21	0.698**	30	0.353**
4	0.506**	13	0.453**	22	0.609**	31	0.760**
5	0.463**	14	0.705**	23	0.378**	32	0.683**
6	0.771**	15	0.594**	24	0.595**	33	0.362**
7	0.754**	16	0.660**	25	0.613**	34	0.308**
8	0.311**	17	0.618**	26	0.704**	35	0.475**
9	0.369*	18	0.696**	27	0.603**	36	0.511**

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (5) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.308-0.823)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

جدول (6)

معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة

معامل الارتباط	البُعد
0.841**	الصحة العامة
0.880**	الرضا عن الحياة
0.857**	العلاقات الأسرية
0.740**	العلاقات الاجتماعية
0.838**	النجاح الأكاديمي
0.850**	شغل أوقات الفراغ

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (6) أن معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوح ما بين (0.740-0.880)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معامل ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق إيجاد معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس من خلال الرزمة الإحصائية SPSS بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية (ن=60)، ويوضحها الجدول التالي.

جدول (7)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس جودة الحياة

معامل الثبات	عدد العبارات	البُعد
0.80	8	الصحة العامة
0.88	8	الرضا عن الحياة
0.83	5	العلاقات الأسرية
0.77	5	العلاقات الاجتماعية
0.80	5	النجاح الأكاديمي
0.82	5	شغل أوقات الفراغ
0.83	36	المقياس ككل

يتضح من الجدول (7) أن مقياس جودة الحياة يتسم بدرجة ثبات دالة إحصائياً، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.83)، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.77-0.88)، ومن ثم يمكن تعميم المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

إجراءات الدراسة: تم إجراء الدراسة الحالية وفقاً للخطوات التالية:

- الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة وكتابة الإطار النظري والدراسات السابقة ومنهجية الدراسة.
- تحديد أدوات الدراسة (مقياس الصلابة النفسية، مقياس جودة الحياة).
- عرض المقاييس على مجموعة من السادة المحكمين وتعديلها في ضوء مقترحاتهم.
- اختيار عينة الدراسة من طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وتقسيمها إلى عينة استطلاعية وعينة أساسية.
- تطبيق المقاييس على أفراد العينة الاستطلاعية وضبطه من خلال حساب الصدق والثبات.

- تطبيق المقاييس على أفراد عينة الدراسة الأساسية.

- معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية SPSS.

- استخلاص النتائج ومناقشتها وتقديم التوصيات والمقترحات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم إدخال البيانات بالحاسب الآلي من خلال الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأجريت

المعالجات الإحصائية التالية، وذلك للإجابة عن أسئلة الدراسة:

- التكرارات Frequency

- النسبة المئوية Percentage

- المتوسط الحسابي Mean

- الانحراف المعياري Standard Deviation

- اختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test

- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test

- تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA

- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation

نتائج الدراسة ومناقشتها:

يتناول هذا الجزء عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة بعد التحليل الإحصائي للبيانات، وللإجابة عن

أسئلة الدراسة تم حصر استجابات أفراد عينة الدراسة ومعالجتها إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية (SPSS)،

وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

النتائج الخاصة بالسؤال الأول:

والذي ينص على: ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟

تم استخدام الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس الصلابة النفسية

واختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (8)

الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس الصلابة النفسية ونتائج اختبار "ت" لعينة واحدة - One

Sample t-Test (ن = 324)

مستوى الدلالة	قيمة ت	المدى	أكبر درجة	أقل درجة	الانحراف المعياري	التباين	المتوسط الافتراضي	المتوسط الحسابي	البُعد	
0.0001	80.68	25	50	25	4.30	18.52	38	30	38.58	الالتزام
0.0001	62.73	22	50	28	5.38	28.98	37	30	37.52	التحكم
0.0001	70.29	24	50	26	4.97	24.70	38	30	38.81	التحدي
0.0001	83.24	60	150	90	12.42	154.35	113	90	114.91	الصلابة النفسية ككل

يلاحظ من الجدول (8) أن مستوى الصلابة النفسية ككل مرتفع إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (114.91) والمتوسط الافتراضي هو (90) والحد الأعلى للمقياس هو (150)، كما يتضح أن جميع أبعاد الصلابة النفسية مرتفعة إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لبُعد الالتزام (38.58) وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد التحكم (37.52)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد التحدي (38.81)، والمتوسط الافتراضي لجميع الأبعاد (30) والحد الأعلى لجميع الأبعاد (50). كما يتضح من الجدول (8) أن قيم "ت" للأبعاد والدرجة الكلية للصلابة النفسية تراوحت ما بين (62.73 - 83.24) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجات حرية (323) لصالح متوسط العينة، مما يؤكد أن أفراد عينة الدراسة لديهم قدر مرتفع إلى حدٍ ما من الصلابة النفسية. وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة لديهم مستوى مرتفع إلى حدٍ ما من القدرة على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، ولديهم القدرة على تحمل الضغوط الصعبة والشدائد التي تواجههم في مختلف جوانب الحياة لتحويلها إلى مواقف وخبرات مفيدة، ليكونوا أكثر قدرة وسيطرة لتفادي آثارها السلبية. ويرى الباحث أن الصلابة النفسية تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالإرهاك النفسي، على اعتبار أنه مرحلة متقدمة من الضغوط. وقد أشار (Walker, 2006) إلى أن الصلابة النفسية تنمو كنتيجة للخبرة، فالنجاح في الدراسة وفي الحياة بشكل عام يزيد من إحساس الفرد بالالتزام والتحكم والتحدي، أما من جهة أخرى فإن الفشل يمكن أن يقلل من تلك المتغيرات، فإدراك التحكم هو إحساس الفرد بالفاعلية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة.

وأشار السيد (2012) إلى أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط حيث تفيدهم في تخفيض تهديد الأحداث الضاغطة حيث يرونها من منظور أوسع ويحلونها إلى مركباتها الجزئية ويضعون الحلول المناسبة لها، ويعتمد الأفراد ذوو الصلابة النفسية المنخفضة أسلوب المواجهة التراجعي. وتتفق نتائج الدراسة الحالية إلى حدٍ ما مع دراسة صالح والمصدر (2013) التي توصلت إلى أن درجة الصلابة النفسية لدى أفراد العينة من طلبة الجامعة بلغت (72.1%)، وتتفق إلى حدٍ ما مع دراسة العكايشي

(2019) التي توصلت إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالصلابة النفسية. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: الربيدي (2020)، إبراهيم وحسين (2019)، أبو زيتون (2019). وتختلف مع دراسة الشامي والفييه (2022) ودراسة جديد (2018) التي توصلت إلى تدني مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

النتائج الخاصة بالسؤال الثاني:

والذي ينص على: ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟

تم استخدام الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس الصلابة النفسية

واختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (9)

الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس جودة الحياة ونتائج اختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample

t-Test (ن=324)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف			المتوسط		المتوسط الافتراضي	المتوسط الحسابي	البُعد	
		أقل درجة	أكبر درجة	المدى	الوسيط	التباين				
0.0001	58.22	17	35	18	4.42	19.52	28	24	28.58	الصحة العامة
0.0001	68.25	12	30	18	3.46	12.00	27	24	26.27	الرضا عن الحياة
0.0001	62.68	9	25	16	2.98	8.90	21	15	20.78	العلاقات الأسرية
0.0001	64.62	12	25	13	2.91	8.49	21	15	20.93	العلاقات الاجتماعية
0.0001	54.53	11	25	14	3.42	11.72	21	15	20.74	النجاح الأكاديمي
0.0001	57.06	11	25	14	3.26	10.63	20	15	20.67	شغل أوقات الفراغ
0.0001	71.44	83	165	82	17.38	302.06	139	108	137.96	جودة الحياة ككل

يلاحظ من الجدول (9) أن مستوى جودة الحياة ككل مرتفع إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (137.96) والمتوسط الافتراضي (108) والحد الأعلى للمقياس (165)، كما يتضح أن جميع أبعاد جودة الحياة مرتفعة إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لبُعد الصحة العامة (28.58) والمتوسط الافتراضي (24) والحد الأعلى للبُعد (35)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد الرضا عن الحياة (26.27) والمتوسط الافتراضي (24) والحد الأعلى للبُعد (30)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد العلاقات الأسرية (20.78) والمتوسط الافتراضي (15) والحد الأعلى للبُعد (25)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد العلاقات الاجتماعية (20.93) والمتوسط الافتراضي (15) والحد الأعلى للبُعد (25)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد النجاح الأكاديمي (20.7) والمتوسط الافتراضي (15) والحد الأعلى للبُعد (25)، وبلغ المتوسط الحسابي لبُعد شغل أوقات الفراغ (20.67) والمتوسط الافتراضي (15) والحد الأعلى للبُعد (25). كما يتضح من الجدول (9) أن قيم "ت" للأبعاد والدرجة الكلية لجودة

الحياة تراوحت ما بين (54.53- 71.44) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجات حرية (323) لصالح متوسط العينة، مما يؤكد أن أفراد عينة الدراسة لديهم قدر مرتفع إلى حد ما من جودة الحياة. وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة لديهم القدرة على إدراك مكانتهم في الواقع ووضعهم في الحياة، ولديهم وعي بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي، وتختلف مؤشرات جودة الحياة من فرد إلى آخر، حيث تتحكم في تحديدها عدة عوامل وذلك حسب ما يراه الفرد من معايير لتقييم حياته.

وقد صنف منسي وكاظم (2020) هذه المؤشرات إلى مؤشرات نفسية، واجتماعية، ومهنية، وجسمية وبدنية. وقد أشار حرطاني (2014) إلى أن جودة الحياة من المتطلبات الأساسية لتحقيق الصحة والسعادة النفسية حيث تتيح للفرد الاستمتاع بالحياة وإشباع حاجاته الأساسية والتي تتفق مع القيم المجتمعية. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى أن مستوى جودة الحياة مرتفع لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: القدومي والأعمر (2020)، بعلي وجغلولي (2018)، تواتي وقريصات وبلعربي وبشلاغم (2018)، الأسود (2017). وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة نواوي (2020) ودراسة عيادي (2019) التي توصلت إلى وجود مستوى متوسط من جودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

النتائج الخاصة بالسؤال الثالث:

الذي ينص على: هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الصلابة النفسية تعزى لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي)؟

تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test، وتحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA)، وتوضيحها الجداول التالية:

جدول (10)

نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test لاختبار الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الصلابة النفسية وفقاً لمتغير النوع

البيد	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية df	مستوى الدلالة
الالتزام	ذكور	172	38.31	3.90	1.304	322	0.196
	إناث	152	40.00	6.00			
التحكم	ذكور	172	37.04	5.07	1.841	322	0.069
	إناث	152	40.00	6.47			
التحدي	ذكور	172	38.65	4.50	0.692	322	0.491
	إناث	152	39.69	7.10			
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	ذكور	172	114.00	10.94	1.526	322	0.131
	إناث	152	119.69	18.22			

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع الأبعاد (الالتزام، التحكم، التحدي) وفقاً لمتغير النوع (ذكور- إناث)، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة بين (0.692) و(1.841) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد العينة مع اختلاف النوع لديهم مستوى متقارب من الصلابة النفسية، مثل تأدية الواجبات المطلوبة على أكمل وجه، القدرة على إدارة الأشياء والتحكم بها، والتكيف مع الدراسة مهما واجهوا من صعاب، والإصرار على القيام بالأعمال التي يحبونها مهما كانت النتيجة. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول الصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع، مثل دراسة كل من: الشامي والفقير (2022)، الريدي (2020)، العكايشي (2019)، أبو زيتون (2019)، صالح والمصدر (2013).

جدول (11)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول الصلابة النفسية وفقاً لمتغير السنة الدراسية

البيد	السنة الدراسية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الالتزام	الأولى	82	38.25	3.69	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	40.51 1441.22 1481.73	3 320 323	13.50 18.72	0.721	0.542
	الثانية	66	36.00	2.58						
	الثالثة	74	37.50	6.28						
	الرابعة	102	38.89	4.27						
	مجموع	324	38.58	4.30						
التحكم	الأولى	82	36.50	4.31	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	46.89 2271.33 2318.22	3 320 323	15.63 29.50	0.530	0.663
	الثانية	66	36.25	5.38						
	الثالثة	74	39.83	6.59						
	الرابعة	102	37.51	5.44						
	مجموع	324	37.52	5.38						
التحدي	الأولى	82	38.63	3.93	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	52.29 1923.93 1976.22	3 320 323	17.43 24.99	0.698	0.556
	الثانية	66	35.50	1.29						
	الثالثة	74	38.17	6.18						
	الرابعة	102	39.11	5.11						
	مجموع	324	38.81	4.97						
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	الأولى	82	113.38	8.55	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	248.52 12099.87 12348.40	3 320 323	82.84 157.14	0.527	0.665
	الثانية	66	107.75	6.85						
	الثالثة	74	115.50	18.36						
	الرابعة	102	115.51	12.55						
	مجموع	324	114.91	12.42						

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع الأبعاد (الالتزام، التحكم، التحدي) وفقاً لمتغير السنة الدراسية، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (0.527) و(0.721) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد العينة مع اختلاف السنة الدراسية لديهم مستوى متقارب من الالتزام والتحكم والتحدي، وقد أشارت نتائج السؤال

الأول إلى أن هذه الأبعاد جاءت بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول الصلابة النفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية. مثل دراسة كلٍ من: الشامي والفيقيه (2022)، الربدي (2020)، أبو زيتون (2019)، صالح والمصدر (2013).

جدول (12)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول الصلابة النفسية وفقاً لمتغير المعدل التراكمي

البعده	المعدل التراكمي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الالتزام	أقل من 2	52	35.67	4.62	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	26.63	2	13.31	0.714	0.493
	2- أقل من 3	102	38.64	3.72		1455.10	321	18.66		
	3 فأكثر	170	38.73	4.69		1481.73	323			
	مجموع	324	38.58	4.30						
التحكم	أقل من 2	52	35.67	4.51	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	56.28	2	28.14	0.970	0.384
	2- أقل من 3	102	36.70	5.55		2261.95	321	29.00		
	3 فأكثر	170	38.24	5.30		2318.22	323			
	مجموع	324	37.52	5.38						
التحدي	أقل من 2	52	38.00	2.65	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	10.84	2	5.42	0.215	0.607
	2- أقل من 3	102	38.45	5.08		1965.38	321	25.20		
	3 فأكثر	170	39.13	5.06		1976.22	323			
	مجموع	324	38.81	4.97						
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	أقل من 2	52	109.33	9.02	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	199.77	2	99.88	0.641	0.529
	2- أقل من 3	102	113.79	11.41		12148.63	321	155.75		
	3 فأكثر	170	116.11	13.33		12348.40	323			
	مجموع	324	114.91	12.42						

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع الأبعاد (الالتزام، التحكم، التحدي) وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (0.215) و(0.970) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن السنة الدراسية لم تؤثر على مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة، وقد أشارت نتائج السؤال الأول إلى أن الصلابة النفسية جاءت بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما.

النتائج الخاصة بالسؤال الرابع:

والذي ينص على: هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول جودة الحياة تعزى لمتغيرات (النوع، السنة الدراسية، المعدل التراكمي)؟

تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test، وتحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA)، واختبار إل إس دي (LSD)، وتوضيحها الجداول التالية:

جدول (13)

نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test لاختبار الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول جودة الحياة وفقاً لمتغير النوع

المستوى الدلالة	درجات الحرية df	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	النوع	البُعد
0.621	322	0.399	4.49	28.56	172	ذكور	الصحة العامة
			4.17	28.69	152	إناث	
0.276	322	1.096	3.48	26.46	172	ذكور	الرضا عن الحياة
			3.35	25.31	152	إناث	
0.414	322	0.821	2.97	20.90	172	ذكور	العلاقات الأسرية
			3.11	20.15	152	إناث	
0.660	322	0.306	3.03	20.88	172	ذكور	العلاقات الاجتماعية
			2.27	21.15	152	إناث	
0.650	322	0.319	3.46	20.79	172	ذكور	النجاح الأكاديمي
			3.36	20.46	152	إناث	
0.506	322	0.246	3.32	20.71	172	ذكور	شغل أوقات الفراغ
			3.02	20.46	152	إناث	
0.597	322	0.390	17.60	138.29	172	ذكور	الدرجة الكلية لجودة الحياة
			16.73	136.23	152	إناث	

يتضح من الجدول (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لجودة الحياة وجميع الأبعاد (الصحة العامة، الرضا عن الحياة، العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية، النجاح الأكاديمي، شغل أوقات الفراغ) وفقاً لمتغير النوع، حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة ما بين (0.246) و(1.096) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة مع اختلاف النوع لديهم مستوى متقارب من جودة الحياة نتيجة لتقارب البيئة التي يعيش فيها أفراد العينة، وقد أشارت نتائج السؤال الثاني إلى أن جودة الحياة جاءت بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة القدومي والأعمر (2020)، ودراسة عيادي (2019) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول جودة الحياة تعزى لمتغير النوع. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة خرموش (2020) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول جودة الحياة تعزى لمتغير النوع.

جدول (14)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول جودة الحياة وفقاً لمتغير السنة الدراسية

البعده	السنة الدراسية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الصحة العامة	الأولى	82	113.38	8.55	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	29.29 1532.44 1561.73	3 320 323	9.76 19.90	0.491	0.590
	الثانية	66	107.75	6.85						
	الثالثة	74	115.50	18.36						
	الرابعة	102	115.51	12.55						
	مجموع	324	114.91	12.42						
الرضا عن الحياة	الأولى	82	30.38	2.92	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	7.98 952.05 960.03	3 320 323	2.66 12.36	0.215	0.786
	الثانية	66	28.75	2.87						
	الثالثة	74	28.50	5.61						
	الرابعة	102	28.35	4.56						
	مجموع	324	28.58	4.42						
العلاقات الأسرية	الأولى	82	27.00	2.88	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	47.64 664.36 712.00	3 320 323	15.88 8.63	1.841	0.147
	الثانية	66	25.50	2.65						
	الثالثة	74	26.67	4.63						
	الرابعة	102	26.19	3.51						
	مجموع	324	26.27	3.46						
العلاقات الاجتماعية	الأولى	82	22.88	2.03	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	13.24 666.32 679.56	3 320 323	4.41 8.65	0.510	0.677
	الثانية	66	19.50	2.65						
	الثالثة	74	19.83	3.25						
	الرابعة	102	20.68	3.01						
	مجموع	324	20.78	2.98						
النجاح الأكاديمي	الأولى	82	22.00	1.60	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	5.52 932.04 937.56	3 320 323	1.84 12.10	0.152	0.728
	الثانية	66	20.00	1.63						
	الثالثة	74	20.67	3.93						
	الرابعة	102	20.87	3.01						
	مجموع	324	20.93	2.91						
شغل أوقات الفراغ	الأولى	82	21.13	3.44	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	15.56 834.44 850.00	3 320 323	5.19 10.84	0.479	0.698
	الثانية	66	19.75	3.69						
	الثالثة	74	21.00	4.05						
	الرابعة	102	20.73	3.42						
	مجموع	324	20.74	3.42						
الدرجة الكلية لجودة الحياة	الأولى	82	21.63	3.02	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	523.59 23641.30 24164.89	3 320 323	174.53 307.03	0.568	0.637
	الثانية	66	19.25	0.96						
	الثالثة	74	20.50	3.45						
	الرابعة	102	20.65	3.38						
	مجموع	324	20.67	3.26						

يتضح من الجدول (14) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لجودة الحياة وجميع الأبعاد (الصحة العامة، الرضا عن الحياة، العلاقات الأسرية، العلاقات

الاجتماعية، النجاح الأكاديمي، شغل أوقات الفراغ) وفقاً لمتغير السنة الدراسية، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (0.152) و(1.841) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى نفس الأسباب الخاصة بمتغير النوع. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة نوادي (2020) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية حول جودة الحياة تعزى لمتغير السنة الدراسية.

جدول (15)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول جودة الحياة وفقاً لمتغير المعدل التراكمي

مستوى الدلالة	قيمة (F)	متوسط المربعات	درجات الحرية df	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المعدل التراكمي	البعد
0.457	0.790	15.51 19.63	2 321 323	31.01 1530.72 1561.73	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	9.02	109.33	52	أقل من 2	الصحة العامة
						11.41	113.79	102	-2 أقل من 3	
						13.33	116.11	170	3 فأكثر	
						12.42	114.91	324	مجموع	
0.703	0.220	2.69 12.24	2 321 323	5.39 954.64 960.03	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	3.61	28.00	52	أقل من 2	الرضا عن الحياة
						4.31	27.88	102	-2 أقل من 3	
						4.55	29.13	170	3 فأكثر	
						4.42	28.58	324	مجموع	
0.747	0.166	1.51 9.09	2 321 323	3.02 708.98 712.00	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	2.65	25.00	52	أقل من 2	العلاقات الأسرية
						2.96	26.24	102	-2 أقل من 3	
						3.87	26.38	170	3 فأكثر	
						3.46	26.27	324	مجموع	
0.512	0.675	5.78 8.56	2 321 323	11.56 668.00 679.56	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	3.61	21.00	52	أقل من 2	العلاقات الاجتماعية
						2.86	20.55	102	-2 أقل من 3	
						3.09	20.93	170	3 فأكثر	
						2.98	20.78	324	مجموع	
0.252	1.401	16.26 11.60	2 321 323	32.52 905.04 937.56	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	2.08	22.67	52	أقل من 2	النجاح الأكاديمي
						2.81	20.67	102	-2 أقل من 3	
						3.04	21.00	170	3 فأكثر	
						2.91	20.93	324	مجموع	
0.729	0.188	2.04 10.85	2 321 323	4.07 845.93 850.00	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	5.51	18.67	52	أقل من 2	شغل أوقات الفراغ
						2.80	20.24	102	-2 أقل من 3	
						3.68	21.24	170	3 فأكثر	
						3.42	20.74	324	مجموع	
0.678	0.390	119.70 306.74	2 321 323	239.40 23925.49 24164.89	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	1.53	19.67	52	أقل من 2	الدرجة الكلية لجودة الحياة
						2.92	20.58	102	-2 أقل من 3	
						3.60	20.80	170	3 فأكثر	
						3.26	20.67	324	مجموع	

يتضح من الجدول (15) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لجودة الحياة وجميع الأبعاد (الصحة العامة، الرضا عن الحياة، العلاقات الأسرية، العلاقات

الاجتماعية، النجاح الأكاديمي، شغل أوقات الفراغ) وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، حيث تراوحت قيمة (F) المحسوبة ما بين (0.166) و(1.401) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى اتفاق أفراد العينة مع اختلاف المعدل التراكمي حول مستوى جودة الحياة، وقد أشارت نتائج السؤال الثاني إلى أن جودة الحياة جاءت بدرجة مرتفعة إلى حد ما.

النتائج الخاصة بالسؤال الخامس:

والذي ينص على: "هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة؟"

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، ويوضح ذلك الجدول (18)، وتم الحكم على قوة الارتباط بالاستعانة بالقاعدة التالية:

- يُعد الارتباط ضعيفاً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.10-0.29).
- يُعد الارتباط متوسطاً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.30-0.49).
- يُعد الارتباط قوياً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.50-1.00).

جدول (16)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية وجودة الحياة

الصلابة النفسية				المتغير	جودة الحياة
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	التحدي	التحكم	الالتزام		
0.421**	0.354**	0.363**	0.352**	الصحة العامة	
0.389**	0.317**	0.300**	0.384**	الرضا عن الحياة	
0.379**	0.296**	0.300**	0.376**	العلاقات الأسرية	
0.355**	0.293**	0.261*	0.361**	العلاقات الاجتماعية	
0.444**	0.301**	0.399**	0.436**	النجاح الأكاديمي	
0.442**	0.400**	0.341**	0.387**	شغل أوقات الفراغ	
0.480**	0.388**	0.389**	0.450**	الدرجة الكلية لجودة الحياة	

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (16) وجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائياً بين بُعد الالتزام والدرجة الكلية لجودة الحياة (r=0.450) وجميع أبعاد جودة الحياة (تراوحت قيمها ما بين 0.352-0.436). وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين بُعد التحكم والدرجة الكلية لجودة الحياة (r=0.389) والأبعاد التالية: الصحة العامة (r=0.363)،

الرضا عن الحياة (ر=0.300)، العلاقات الأسرية (ر=0.300)، النجاح الأكاديمي (ر=0.399)، شغل أوقات الفراغ (ر=0.341)، وتوجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين بُعد التحكم والعلاقات الاجتماعية (ر=0.261). وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين بُعد التحدي والدرجة الكلية لجودة الحياة (ر=0.388) والأبعاد التالية: الصحة العامة (ر=0.354)، الرضا عن الحياة (ر=0.317)، النجاح الأكاديمي (ر=0.301)، شغل أوقات الفراغ (ر=0.400)، وتوجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين بُعد التحكم وبعدي العلاقات الأسرية (ر=0.296)، العلاقات الاجتماعية (ر=0.293). وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية والدرجة الكلية لجودة الحياة (ر=0.480)، وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية وجميع أبعاد جودة الحياة (تراوحت قيم ر ما بين 0.355-0.444).

وقد يعزى ذلك إلى أن قدرة أفراد عينة الدراسة على تحمل الضغوط الصعبة والشدائد التي تواجههم في مختلف جوانب الحياة قد انعكست إيجاباً على قدرتهم على إدراك مكانتهم في الواقع ووضعهم في الحياة، ويلاحظ أن الصلابة النفسية تختلف من فرد لآخر باختلاف مستوياتها، وأن مؤشرات جودة الحياة تختلف من فرد لآخر. وقد توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ومنها: إدارة الوقت (إبراهيم وحسين، 2019)، اليقظة العقلية (العكايشي، 2019)، الدافعية للتعلم (جديد، 2018)، التوافق النفسي (صالح والمصدر، 2013)، الصحة النفسية والمثابرة الأكاديمية (Hartley, 2011). وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ومنها: الفضول المعرفي (خرموش، 2022)، حل المشكلات (نواوي، 2020)، الدافعية للتعلم (الأسود، 2017)، الأمن النفسي (الغامدي ومحمد، 2016).

التوصيات:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يوصي الباحث بما يلي:

- العمل على تضمين المقررات الجامعية المفاهيم النفسية مثل جودة الحياة والصلابة النفسية.
- تنمية الخصائص الإيجابية الانفعالية لدى الطالب الجامعي وخاصة الصلابة النفسية باعتبارها أهم مؤشرات الصحة النفسية، وتكسب الطالب القدرة على التعامل مع الضغوط.
- تعيين مرشد نفسي على مستوى الجامعة، يعزز السلوكيات والخصائص النفسية الإيجابية لدى الطلبة، وينمي شعورهم بالمسؤولية نحو ذواتهم، مما يسمح لهم ببناء تصور عام وواضح لمعنى الحياة والحفاظ على صحتهم النفسية لمواجهة ضغوط الحياة.

- إعداد برامج تدريبية لتنمية المهارات التي يحتاجها الطلبة في مختلف المراحل الدراسية، والعمل على الارتقاء بصحتهم النفسية التي تتطلب بعض الخصائص النفسية (كالصلابة النفسية، جودة الحياة، المرونة النفسية...).
- إجراء دراسات وبحوث حول الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينات تختلف عن عينة الدراسة الحالية.
- إجراء دراسات وبحوث حول أثر الصلابة النفسية على الثبات الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

قائمة المراجع:

- إبراهيم، فاضل خليل وحسين، رغد عبد حسين (2019). الصلابة النفسية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى طلبة الجامعة، *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، ألمانيا، (7)، 130-104.
- أبو حلاوة، محمد السعيد (2010). جودة الحياة، المفهوم والأبعاد، ورقة عمل مقدمة ضمن إطار فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية بدمهور، جامعة كفر الشيخ، مصر.
- أبو زيتون، أنس موسى سليمان (2019). مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، عمان.
- أبو سريع، أسامة وشوقي، مرفت أحمد وأنور، عيبر محمد ومرسي، صفاء إسماعيل (2006).
- الأسود، الزهرة علي (2017). جودة الحياة كمنبئ للدافعية للتعلم لدى عينة من طلبة جامعة الوادي، *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، الأردن، (12)6، 95-87.
- البحيري، وائل جلال (2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية بالزقازيق، *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، الزقازيق، (77).
- بعلي، مصطفى وجفلولي، يوسف (2018). مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة: دراسة ميدانية على عينة من طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة - الجزائر، *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*، (8)، 431-413.
- بوعيشة، أمال (2014). جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- بومدين، بن يحيى ويحيى، بشلاغم (2022). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تلمسان، *مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي*، (3)9، 754-736.

- تايلور، شيلي (2008). علم النفس الصحي. ترجمة: فوزي شاكرا داود ووسام درويش، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.
- تواتي، حياة وقريصات، الزهرة وبلعربي، فوزية وبشلاغم، يحيى (2018). مستوى جودة حياة الطالب الجامعي: دراسة ميدانية على طلبة اختصاص علم النفس، *مجلة دراسات إنسانية واجتماعية*، الجزائر، (8)، 163-184.
- جديد، أحلام (2018). علاقة الصلابة النفسية بالدافعية للتعلم: دراسة على عينة من طلبة السنة الأولى بجامعة غرداية، *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجزائر، (33)، 798-785.
- الحجاز، بشير إبراهيم ودخان، نبيل كامل (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، *مجلة الجامعة الإسلامية*، 14(2)، 398-369.
- حرطاني، أمينة (2014). جودة الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران. الجمهورية الجزائرية.
- حسين، قبيل كوردي وعبد الجبار ناصر محمد (2000). أساليب الرعاية النفسية والاجتماعية والدراسية لطلبة الصفوف الأولى في الجامعة المستنصرية، *مجلة الآداب والعلوم*، جامعة مرج، ليبيا، (4).
- خرموش، سميرة (2022). الفضول المعرفي وعلاقته بجودة الحياة لدى الطالب الجامعي: دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، *مجلة مؤشر للدراسات الاستطلاعية*، ألمانيا، 2(4)، 222-208.
- الخوالدة، فؤاد عيد (2013). فاعلية برنامج تربوي قائم على نظرية العقل في تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الإعاقات التطورية والفكرية، *دراسات العلوم التربوية*، 40(1)، 409-388.
- راضي، زينب نوفل (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الريدي، سفيان بن إبراهيم (2020). قلق المستقبل وتقدير الذات كمنبئات بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، *مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر، مصر*، 39(187)، 166-120.
- السيد، الحسين بن حسن (2012). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، المملكة العربية السعودية.

- الشامي، صباح علي أحمد والفقير، عبد الله أحمد عبده (2022). الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالنادرة، مجلة جامعة الناصر، اليمن، (19)، 212-189.
- الشربيني، حاتم. (2005). الاتجاه نحو الغش الدراسي وعلاقته بالصلابة النفسية والشعور بالذنب لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، 59، (382-348).
- شخي، (2014). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة: دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة أبي بكر بلقايد، الجزائر.
- صالح، عايذة شعبان والمصدر، عبد العظيم سليمان (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، فلسطين، (29)، 76-41.
- العادلي، (2006). مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرساق بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان، خلال الفترة 17-19 ديسمبر، 47-37.
- عباس، مدحت. (2010). الصلابة النفسية كمنبئ في خفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الثانوية، مؤتمر الجمعية المصرية للدراسات النفسية، القاهرة.
- عبد القادر، أشرف أحمد. (2005). تحسين جودة الحياة كمنبئ للحد من الإعاقة، ندوة تطوير الأداء في مجال الوقاية من الإعاقة، جامعة الملك سعود.
- العبدلي، خالد محمد. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- عراقي، صلاح الدين وعلي مظلوم، مصطفى. (2006). فعالية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى الطلاب المكتئبين، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 34(34)، 517-469.
- العاكشي، بشرى أحمد جاسم (2019) القدرة التنبؤية لليقظة العقلية في تحديد مستوى الصلابة النفسية لدى عينة طلبة جامعة الشارقة، المجلة الدولية للأبحاث التربوية، الإمارات العربية المتحدة، 43(3)، 290-262.

- علوي، محمد زهير (2012). العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية بنابلس، فلسطين.
- عليان، وفاء (2014). الجمود الفكري وقوة الأنا وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعات بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة.
- عودة، محمد. (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- العوض، مهدي عناد (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.
- عيادي، نادية (2019). مستوى جودة الحياة الصحية لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية، الجزائر، 6(2)، 414-424.
- الغامدي، محمد عبد الله ومحمد، سيد عبد العظيم (2016). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام بمدينة الدمام، مجلة كلية التربية، مصر، 27، 183-236.
- فاتح، سعيدة (2015). الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- الفضل، أثيل وليد (2014). ضغوط العمل والصلابة النفسية لدى عينة من القضاة والمحامين الكويتيين الذكور، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت.
- القدومي، خولة عزات والأعمر، رسمية مصطفى (2020). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية، مجلة جامعة الخليل للبحوث: العلوم الإنسانية، فلسطين، 15(1)، 114-148.
- محمود، مريم رجاء (2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (74).
- مخيمر، عماد. (2002). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، مجلة دراسات نفسية، 17(7)، 103-138.

مسعودي، محمد (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر، (2).

المفرجي، سالم والشهري، عبد الله (2008). الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات أم القرى بمكة المكرمة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، جامعة المنيا، (19).

منسي، محمود عبدالحليم وكاظم، علي مهدي (2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان. مجلة أماراباك، الأكاديمية العربية الأمريكية للعلوم والتكنولوجيا، (1)، 41 - 60.

النجار، يحيى والطلاع، عبد الرؤوف (2015). التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، (2)، 209-245.

نعيسة، رغداء علي (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، (1)، 28، 145-181.

نواوي، غنية (2020). جودة الحياة وعلاقتها بمهارة حل المشكلات لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر تخصص توجيه وإرشاد: دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف، المسيلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، الجزائر.

Bognar, G. (2005). The concept of quality of life, *Journal social theory and practice*, 3, 556-580.

Brooks, A.B. (2007). Quality of nursing work life: conceptual clarity for the future, *nursing administration quarterly*, 31(2), 152-157.

Church, M. (2004). The conceptual operational definition of quality of life: a systematic verve of the literature, *Unpublished master degree*, The office pf graduate studies of Texas University.

Daugherty, B. (2012). Quality of Life. In S. Loue & M. Sajatovic (Eds.), *Encyclopedia of Immigrant Health* (pp. 1251-1253). New York, NY: Springer New York.

Gordon, S. (2009). Mood and Performances relationship among players at the world student Games Basket ball competition, *Journal of sport behavior*, 24(2), 182-196.

Hartley, M. (2011). Examining the relationship between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students, *Journal of American College Health*, 59, 604-596.

-
- Heideri, M. Majdzadeh, R., Pasalar, P.& Nedjat, S. (2013). Quality of life of medical students in Tehran University of medical science, *Acta medica Iranica*, 52(5), 390-399.
- Karakose, T. (2015). The Relationship between Medical Students' Time Management Skills and Academic Achievement, *Ethno Med*, 9 (1), 19-24.
- Kobasa, M. (2010). Effectiveness of Hardness Exercise a Support as resources against allness, *journal of psychosomatique research*, (29), 16-39.
- Kumar, M., Shani, N. (2013). A study on quality of work life among the employees at merto engineering private limeted, *International journal of managment*, 4(1), 1-5.
- Olatunji, B.O, Cisler, J.M.& Tolin, D.F. (2007). Quality of life in the anxiety disorders: A meta-analytic review, *Clinical Psychology Review*, 27, 572-581.
- Singh, R. (2016). Stress among School-Going Adolescents in Relation to Psychological Hardiness, *Journal on Educational Psychology*, 9(4), 8-15.
- Walker, M.J. (2006). The effects of nurses: practicing of the heart tochTechnique on perceived stress, spiritual well-being, and hardiness. *Journal holistic Nursing*, 23, 164-175.
- WHO- QOL Group (2000). *The development of world health organization quality of life assessment instrument- the (WHOQOL)*. In orley, J.& Kuyken, W. (Eds). *Quqlity of life assessment international perspectives*, (pp. 41-57) Berlin: Springer Verlag.
- Wiebe, D.J. (2017). Hardiness and Health. In M. Gellman& J.R. Turner (Eds.), *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 1-3). New York, NY: Springer New York.
- Zaraghami, M., Khademloo, M., Shkhmoonesi, F.& Berhoozi, B. (2012). Quality of life enjoyment& satisfaction in medical students and natural resouces students, *Mazand University Med Sci*, 33(89), 42-48.