جامعة يحي فارس بالمدية
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

الموضوع:

أثر المهارات الاجتماعية على جودة الحياة تبعا لمتغير_ الجنس، التخصص ونوعية الإقامة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية.

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر تخصص علم النفس العيادي

- **من إعداد الطالبين:**
✓ خوجة بلال
✓ بوعنيقة عبد المجيد

- **إشراف الأستاذة:**
✓ د/ بوعيشة فتحية

لجنة المناقشة:

- أستاذ مخفوظي أمين	جامعة يحي فارس بالمدية	رئيسا.
- أستاذة بوعيشة فتحية	جامعة يحي فارس بالمدية	مقررا.
- أستاذ حبى عبد المالك	جامعة يحي فارس بالمدية	مناقشا.

السنة الجامعية: 2024/2023.


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير:

قال الله تعالى:﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولَهُ وَالْمُؤْمِنُون ﴾

التوبة (105).

بداية نحمد الله على هذه النعمة التي أنعمها علينا الله

الحمد والشكر لله الحي القيوم أولا وأخيرا وامتثالا لقوله صلى الله عليه وسلم:

" من لا يشكر الناس لا يشكر الله"

نتوجه بجزيل الشكر وجميل العرفان للأستاذة " بوعيشة فتحية " التي تكرمت بقبول الإشراف على هذه المذكرة وعلى جميع التوجيهات والملاحظات والنصائح.

كما لا يفوتنا ان نتقدم بوافر التقدير والاحترام لأعضاء اللجنة المحترمين على عناء قراءة المذكرة وقبولها وتصويبها.

وكذلك نتقدم بخالص الشكر إلى كل من درسنا من أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس بالمدية وإلى كل موظفي المكتبة وجزاهم الله كل خير.

وفي الأخير نشكر كل من قدم لنا يد العون والمساعدة من قريب او من بعيد ونسأل الله عز وجل أن يجعل ذلك في ميزان حسناتهم إنه قريب مجيب

الإهداء :

الحمد لله الذي وفقنا في هذا العمل المتواضع الذي أهديه مع أسمى عبارات الحب والامتنان:

إلى من جرع الكأس فارغا لي يهديني قطرة حب

إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم

إلي أبي نور دربي الذي ساندني وتعب من أجل إتمام مسيرتي الدراسية.

إلى التي حملتني وهنا على وهن وجالت معي في دروب الحياة وامسكت بيدي في سقطاتي إلى من أتطلع ان تراني في اعلى المراتب، أملي في الحياة وقرة عيني أمي رعاها الله واطال في عمرها.

إلى اخوتي وأحبتي وأصدقائي وكل من ساهم في نجاحي من قريب أو بعيد

إلى الأساتذة المحترمين وزملاء الدراسة.

إلى كل من قدم لي يد المساعدة.

خوجة بلال

الإهداء 2:

أهدي نتائج هذا الجهد وعصارة هذا العمل:

إلى التي أهدتني نور الحياة وتعهدت برعاية خطواتي ورسمت معي أحلام حياتي والدتي الحبيبة أطال الله في عمرها وأدامها لي نبعا صافيا امحو به كدر الأيام.

إلى من زرع في قلبي حب العلم ووضع بين جنباتي القوة والعزيمة والدي الغالي الذي طالما شجعني وساعدني لإتمام دراستي حفظه الله لنا جميعا.

إلى إخوتي الأعزاء حماهم الله.

إلى أساتذتي الكرام.

إلى كل الأهل والأصدقاء وزملاء الدراسة.

بوعنيقة عبد المجيد.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الى معرفة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية، وكذا معرفة دلالة الفروق في كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة تبعا لمتغير الجنس والتخصص ونوعية الاقامة، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة، وذلك باستعمال عدة وسائل لجمع البيانات وتحليلها، وأجريت هذه الدراسة على عينة طبقية تكونت من (350) طالب وطالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية حيث تراوح عدد الذكور (155) طالبا وعدد الاناث(195) طالبة من مختلف المستويات التعلمية (ليسانس، ماستر) والتخصصات العلمية لكلية علوم الإنسانية والاجتماعية، وتم استخدام كل من اختبار المهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو (1986) Ronald Riggio، ومقياس جودة الحياة لمنسي المحمود والكاظم علي(2006) وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية، لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، لدى عينة الدراسة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص، لدى عينة الدراسة، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص، لدى عينة الدراسة، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، لدى عينة الدراسة.

كلمات المفتاحية: المهارات الاجتماعية، جودة الحياة، الطالب الجامعي.

Study summary :

The current study aimed to find out the relationship between social skills and quality of life among students of the Faculty of Humanities and social sciences at Medea University, as well as to find out the significance of differences in both social skills and quality of life depending on the gender variable, specialization and quality of residence, and the descriptive approach was relied on to achieve the objectives of the study, using several means of data collection and analysis, this study was conducted on a stratified sample consisting of (350) students from the Faculty of Humanities and Social Sciences, where the number of males ranged(155) students and the number of females(195) students of various educational levels (bachelor, master) and scientific specialties of the Faculty of Humanities and social sciences, and were Using both the Ronald Riggio social skills test (1986) by Ronald Riggio, and the quality of life scale by Mansi Mahmood and Kazim :Ali(2006), the following results were obtained

-There is no statistically significant correlation between social skills and quality of life among students of .the Faculty of Humanities and social sciences at Medea University, according to the study sample

-There are no statistically significant differences in social skills among students of the Faculty of .Humanities and Social Sciences attributable to the gender variable in the study sample

-There are no statistically significant differences in the quality of life among students of the Faculty of .Humanities and Social Sciences attributable to the gender variant in the study sample

-There are statistically significant differences in the social skills of students of the Faculty of Humanities and Social Sciences due to the specialization variable in the study sample, and this was in favor of students of Social Sciences specialties

-There are statistically significant differences in the quality of life among students of the Faculty of Humanities and Social Sciences due to the specialization variable in the study sample, and this was in favor of .students of Social Sciences specialties

-There are no statistically significant differences in the social skills of the students of the Faculty of .Humanities and Social Sciences due to the variable of the quality of residence in the study sample

-There are no statistically significant differences in the quality of life among the students of the Faculty of .Humanities and Social Sciences due to the quality of residence variable in the study sample

Keywords: social skills, quality of Life, Universi

ty student.

الفهرس

فهرس المحتويات:

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	
الاهداء 1	
الاهداء 2	
ملخص الدراسة	
ملخص الدراسة باللغة الأجنبية	
فهرس المحتويات	I.
قائمة الجداول	II.
قائمة الأشكال	III.
قائمة الملاحق	IV.
مقدمة	أ_ ب
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
1-الإشكالية	03
2-الفرضيات	10
3-أهداف الدراسة	10
4-أهمية الدراسة	11

5-تحديد المفاهيم والمصطلحات	12
الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية	
تمهيد	15
1-تعريف المهارات الاجتماعية	15
2-تصنيف المهارات الاجتماعية	21
3-أهمية المهارات الاجتماعية	26
4-مكونات المهارات الاجتماعية	26
5-العوامل التي تسهم في تشكيل المهارات الاجتماعية	28
6-نظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية	30
7-مراحل اكتساب مهارات الاجتماعية	33
8-أساليب تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة في البيئة التعليمية	34
خلاصة الفصل	36
الفصل الثالث: جودة الحياة	
تمهيد	39
1-تاريخ ظهور جودة الحياة	39
2-تعريفات جودة الحياة	40
3-أسباب صعوبة تعريف جودة الحياة	41
4-إتجاهات نظرية المفسرة لجودة الحياة	41
5-أبعاد جودة الحياة	45
6-مكونات جودة الحياة	48
7-مقومات جودة الحياة	49
8-كيف تحقق جودة الحياة	50
خلاصة الفصل	59
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية.	

تمهيد	62
1-منهج الدراسة	62
2-الدراسة الاستطلاعية	62
2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية	63
2-2 نتائج الدراسة الاستطلاعية	63
2-3 عينة الدراسة الاستطلاعية	64
3-الدراسة الأساسية	66
3-1 مجالات الدراسة	67
3-2 مجتمع وعينة الدراسة الأساسية	67
4-أدوات جمع البيانات	71
5-أدوات تحليل البيانات	85
خلاصة الفصل	88
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة	
تمهيد	91
1-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى	91
2-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية	92
3-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة	93
4-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة	95
5-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة	97
6-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة	98
7-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السابعة	100
الاستنتاج العام	102
خاتمة	108
قائمة المراجع	111
قائمة الملاحق	117

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	مراجعة تصنيف المهارات الاجتماعية	25
02	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	64
03	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص	65
04	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب نوعية الإقامة	66
05	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس	67
06	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص والمستوى العلمي	68
07	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب نوعية الإقامة	70
08	عوامل وفقرات اختبار المهارات الاجتماعية	72
09	يوضح قيم معاملات الثبات لكل عامل	73
10	مصفوفة معاملات الارتباط بين العوامل والدرجة الكلية للاختبار	75
11	يوضح أرقام بنود مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم	77
12	يوضح طريقة تصحيح مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم	76
13	يوضح نتائج الارتباط بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة باستخدام معامل الارتباط بيرسون لدى افراد العينة	91
14	يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة حسب الجنس	92
15	يوضح الفروق في جودة الحياة لدى افراد العينة حسب الجنس	94
16	يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة حسب التخصص	95
17	يوضح الفروق في جودة الحياة لدى افراد العينة حسب التخصص	97
18	يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة حسب نوعية الإقامة.	98
19	يوضح الفروق في جودة الحياة لدى افراد العينة حسب نوعية الإقامة	100

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	64
02	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب تخصص	65
03	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب نوعية الإقامة	6
04	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس	68
05	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص	69
06	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المستوى العلمي	69
07	دائرة نسبية توضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب نوعية الإقامة	70

فهرس الملاحق

الملحق	رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
م أ	01	استمارة المعلومات	117
	02	اختبار المهارات الاجتماعية	118
	03	مقياس جود الحياة	127
	04	جدول يوضح اتجاه العبارات السالبة والموجبة لاختبار المهارات الاجتماعية	131
م ب	05	الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الأولى	132
	06	الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الثانية والثالثة	134
	07	الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الرابعة والخامسة	138
	08	الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية السادسة والسابعة	140

مقدمة

المقدمة:

يعد الطلبة الجامعيون المورد الأساسي الذي يقوم عليه التعليم الجامعي، لذا فإن الاستثمار في هذا المورد بشكل إيجابي يعتبر حجر الزاوية لتحقيق التنمية والجودة الشاملة. يأتي ذلك من خلال الاهتمام بالطلبة وفهم واقعهم المعيشي داخل الجامعة، والتعرف على مشكلاتهم والصعوبات التي يواجهونها في التكيف مع محيطهم الجامعي، وتفهم احتياجاتهم ومتطلباتهم في ظل التحولات الراهنة والتغيرات التكنولوجية السريعة التي تشهدها المجتمعات.

لذا يجب تنمية المهارات المختلفة لدى الطلبة، وخاصة المهارات الاجتماعية، التي تساهم في نجاحهم الأكاديمي وتكيفهم في المجتمع. فعدم اكتسابهم لهذه المهارات قد يؤدي إلى مشكلات نفسية واجتماعية تؤثر سلبا على جودة حياتهم في مختلف المجالات.

تتوقف فاعلية سلوك الفرد وتفاعله مع الآخرين على المهارات الاجتماعية وسماته الشخصية. وتعد المهارات الاجتماعية من مقومات العيش الطيب في الحياة، حيث تعتبر من المحددات الرئيسية للنجاح الفرد أو فشله في المواقف المتنوعة. يمكن للمهارات الاجتماعية العالية أن تمكن الفرد من أداء استجابات فعالة للمواقف المختلفة، بينما يعتبر ضعفها عائقا رئيسيا في التوافق مع الآخرين.

على رغم من أهمية الموضوع، لا يوجد اتفاق على تعريف موحد للمهارات الاجتماعية، فقد تناوله الباحثون تحت عناوين مختلفة، مثل مهارات التخاطب، والأداء، والعلاقات الشخصية. ومع ذلك هناك اتفاق على أهمية دراسة هذا الموضوع وتطويره.

وتعد المهارات الاجتماعية مهارات حياتية يحتاجها الناس كافة، لذا ينبغي اكتسابها وتنميتها لدى الطلبة في جميع مراحلهم الدراسية، وخاصة في المرحلة الجامعية، هذه المرحلة تعتبر من أهم المراحل في حياة الفرد، حيث يتعرض الطلبة لتغيرات نمائية ونفسية واجتماعية تتطلب إشباعها وتحقيق طموحات والأهداف.

اكتساب قدر كاف من المهارات الاجتماعية يعد أساس لتحقيق جودة حياة أفضل للطالب الجامعي. جودة الحياة مفهوم معاصر يتضمن العديد من الأبعاد الاقتصادية والاجتماعية والصحية والنفسية. إذ أن التطور التكنولوجي والتقدم في أساليب العيش لا يكيفان وحدهما للوصول إلى الرضا عن الحياة وإشباع الحاجات الإنسانية.

في ضوء ما سبق تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية، وتحديد الفروق في هذه المتغيرات تبعا لمتغير الجنس والتخصص ونوعية الإقامة. وتناولت درستنا 350طالب وطالبة من كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، حيث سنتطرق في دراستنا الحالية لجانبين، جانب نظري واخر تطبقي، يتكون الجانب النظري من ثلاث فصول:

الفصل الأول: يتعلق بالإطار العام لدراسة ويتضمن الإشكالية والفرضيات، اهداف واهمية الدراسة، تحديد المفاهيم والمصطلحات.

الفصل الثاني: وسنتطرق إلى متغير المهارات الاجتماعية حيث تضمن ما يلي: تعريف المهارات الاجتماعية، تصنيف المهارات الاجتماعية، أهمية المهارات الاجتماعية، مكونات المهارات الاجتماعية، العوامل التي تسهم في تشكل المهارات الاجتماعية، نظريات المفسرة المهارات الاجتماعية، مراحل اكتساب المهارات الاجتماعية، أساليب تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة في البيئة التعليمية، خلاصة الفصل.

الفصل الثالث: وسنتطرق هنا إلى متغير جودة الحياة حيث تضمن ما يلي: تاريخ ظهور جودة الحياة، تعريفات جودة الحياة، أسباب صعوبة تعريف جودة الحياة، اتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة، أبعاد جودة الحياة، مكونات جودة الحياة، مقومات جودة الحياة، كيف تحقق جودة الحياة، خلاصة الفصل

ثانيا الجانب تطبقي ويتكون من فصلين:

الفصل الرابع: وتطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية حيث تضمن ما يلي: منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية وأهدافه ونتائج وعينة الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية، مجالات الدراسة عينة الدراسة الأساسية، أدوات جمع البيانات، أدوات تحليل البيانات، خلاصة الفصل.

الفصل الخامس: وتطرقنا في هذا الفصل إلى عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة حيث تضمن عرض أولي لنتائج لكل فرضية ثم بعدها تفسير ومناقشة نتائج بشكل مفصل.

وأنهينا الدراسة باستنتاج عام للدراسة وخاتمة ومقترحات للدراسة، كما عرضنا قائمة المراجع التي اعتمدنا عليها في انجاز هذا البحث، وأخيرا الملاحق الخاصة بالدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات

1-الإشكالية:

أصبحت الجامعات من أهم المصادر الأساسية لتطوير المجتمع في شتى مجالات الحياة وانعكاساتها لما تملكه هذه المؤسسات من دور مهم وفعال ومتميز في التنمية الشاملة في الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافية وغيرها، ويعتبر الطالب الجامعي الركيزة الأساسية لهاته المؤسسات، لذا نجدها تحرص على تزويده بالمهارات اللازمة للوصول إلى ما يعرف حاليا بالتنمية المستدامة في شتى المجالات الاقتصادية والاجتماعية وغيرها، وكذا إعدادهم للعيش في هذا العالم الذي يشهد تغيير وتطور مستمر وكبير، ويجب على جامعة يحي فارس بالمدية، التي تحتوي على أكثر من 23 ألف طالب جامعي، أن تلتزم بهذا المبدأ، حرصا على توجيه الطلاب للقيام بمسؤولياتهم تجاه أنفسهم وتجاه مجتمعهم، ومن أهم المهارات التي يجب أن تتوفر لدى الطالب الجامعي هي المهارات الاجتماعية، باعتبارها عنصر مهم يحتاجه للنجاح في مساره المهني والأكاديمي والاجتماعي، كمهارات الاختلاط والمشاركة الاجتماعية والمهارات القيادية، ومهارات التكيف مع المواقف الاجتماعية.

ويعد موضوع المهارات الاجتماعية من الموضوعات التي حظيت باهتمام الباحثين في الآونة الأخيرة، حيث تعتبر تنمية المهارات الاجتماعية مطلب تربوي مهم، ويمثل جانبا مهما من شخصية الطالب **(مساوي و بو عبدالله، 2022، ص 205)**، وبالتالي أدى إلى تباين وتعدد تعريفات هذا الموضوع، وذلك لاختلاف توجهاتهم النظرية ومرونته واستخداماته المختلفة، ونجد على رأسهم "**رونالد ريجيو Ronald Riggio**" والذي قدم لنا تعريفه للمهارات الاجتماعية في ضوء تقسيمها إلى نوعين: مهارات تخاطب غير لفظي أو الانفعالي، ومهارات تخاطب اللفظي أو الاجتماعي، وأوضح " **ريجيو Riggio** " أن كلا من هذين النوعين يشتمل على ثلاث مهارات أساسية وهي: مهارات الإرسال، مهارات الاستقبال، مهارات التنظيم أو الضبط، وفي ضوء هذا التصور، قام " **ريجيو Riggio** " بإعداد قائمة (بطارية) المهارات الاجتماعية) Social Skills Inventory (SSI) **(ريجيو، 2006، ص 05)**، ويشير "**ميشيل أرجايل (1969) Michel Argul** " بأنها القدرة على التفاعل مع الآخرين في سياق اجتماعي معين وبطريقة مقبولة اجتماعيا وذات فائدة متبادلة **(غانم، 2015، ص 34)**، ويوضح "**مجدي أحمد**" **(1996)** بأن المهارة الاجتماعية تعني قدرة الفرد على أن يكون ماهرا واجتماعيا أو كفئا يظهر مودته للناس ويبذل جهده ليساعد الآخرين، ويكون دبلوماسيا (لبقا) في معاملته لأصدقائه وللأغراب، والشخص الماهر اجتماعيا يتميز بأنه ليس أنانيا، ويحب الآخرين ويساعدهم.

وتعتبر المهارات الاجتماعية عاملا مهما من عوامل التوافق النفسي للطلبة على المستوى الشخصي والمجتمعي **(العمري، 2011، ص 288)**، فالفرد كما يشير " **كارولين Caroline** " يحيا في ظل شبكة من العلاقات التي تتضمن الأفراد، والوالدين، والأقارب، والمعلمين، فنمو هاته المهارات ضروري للشروع في إقامة علاقات شخصية ناجحة ومستمرة معهم **(فرج، 2003، ص 17)**، وبهذا يمكنها أن تساعدهم على تكوين الشعور بالانتماء الاجتماعي والثقة بالنفس بحيث يستطيع من خلالها اشباع العديد من الاحتياجات النفسية، والعقلية أو الوجدانية أو حتى الروحية للفرد ذاته و للطرف الآخر **(غانم، 2015، ص 16)**، ونجد دراسة " **إينجين وزملاؤه Engin et la 2005** " التي هدفت الدراسة إلى التعرف على روابط التعلق وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية ومستويات الوحدة النفسية، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (383) من طلاب جامعة تركيا (216 ذكور، 167 إناث)، وتم تطبيق كل من اختبار مهارات الاجتماعية، مقياس وحدة النفسية ومقياس العلاقات الحميمية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستويات التعبير العاطفي والضبط العاطفي ومستوى المهارات الاجتماعية كانت دالة بشكل مرتفع لدى الإناث مقارنة بذكور، أما مستويات الضبط الاجتماعي كانت أكثر دلالة عند الذكور مقارنة بالإناث، وأن مستويات المهارات الاجتماعية لدى الطلاب الذين يؤمنون بروابط التعلق كانت دالة بشكل كبير مقارنة بمستوى المهارات الاجتماعية لدى طلاب الذين يفتقدون لروابط التعلق.

كما يتضح لنا مما سبق أن تمتع الطلبة بالمهارات الاجتماعية ينعكس على حياتهم الأكاديمية والمهنية بصورة إيجابية، وكذا تمكنهم من تكوين علاقات اجتماعية متينة وجيدة، وتتكون لديهم القدرة على التأقلم مع ظروف اجتماعية صحية التي تواجههم، وذلك من خلال التحكم في انفعالاتهم بطريقة تجعلهم يسيرون مراحل صعبة من حياتهم بأفضل طريقة ممكنة، وكذا تقلل من مشكلات سلوكية لديهم وتجعلهم أكثر فاعلية وتقديرا لذاتهم **(العمري، 2011، ص 288)**، وبهذا هدفت دراسة " **دعيس أحمد وكساب علي 2010** " إلى معرفة مدى امتلاك طلبة معلم صف في الجامعات الأردنية للمهارات الاجتماعية من وجهة نظرهم ومعرفة الفروق بين هؤلاء الطلبة تبعا لمتغيرات نوع الجامعة، الجنس ومكان السكن، وتكونت عينة الدراسة من 285 طالبا وطالبة، وطبق عليهم مقياس المهارات الاجتماعية من إعداد الباحثان، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في مجال التعبير الانفعالي لصالح تقديرات الإناث، وكان تقدير أفضل لصالح ذكور في مجال الضبط الانفعالي، ومجال صنع القرار وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير نوع الجامعة باستثناء مجال الضبط الانفعالي حيث كانت الفروق لصالح تقديرات

الجامعات الحكومية، وأظهرت كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السكن وذلك لصالح تقديرات طلبة القرى.

وبالتالي تعتبر المهارات الاجتماعية من أهم الوسائل في صقل شخصيات الطلبة في المرحلة الجامعية، بحيث يعدون مواطنين صالحين قادرين على تحمل المسؤولية **(دعيس و الكساب، 2011، ص 16)**، وفي هذا السياق هدفت دراسة " **موساوي أم سعد، بو عبدالله هدى 2022** " إلى تعرف على مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلبة الإعلام والاتصال بجامعة المسيلة، وبلغت عينة (200) طالب وطالبة وتم فيها الاستعانة بمقياس المهارات الاجتماعية من إعداد "نصرالدين عبدالحميد"، وانتهت نتائجها إلى أن مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلبة الإعلام والاتصال متوسط، كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي.

إلا أنه من الملاحظ أن معظم الدراسات التي تناولت موضوع المهارات الاجتماعية، تناولته عند فئة المراحل الأساسية الأولى كمرحلة رياض الأطفال، ومرحلتي المتوسطة والثانوية، والقليل منها تناول المهارات الاجتماعية عند فئة الطلبة الجامعيين، وخاصة العربية والجزائرية منها.

وبناءا على ما سبق ذكره يظهر لنا أهمية اكتساب الطلبة الجامعيين للمهارات الاجتماعية وذلك لانعكاسها الكبير على جودة الحياة لديهم وعلى إدراكهم لفاعليتها،، حيث يرى " **مايكل أرجايل Michel Aryl** " أن امتلاك الفرد للمهارات الاجتماعية وبدرجة عالية يساهم في تزويده بوسيلة جيدة وممتازة للتعامل بفاعلية وإيجابية مع ضغوط الحياة اليومية، وعدم الاستسلام لمثل هذه الضغوط والأزمات **(غانم، 2015، ص 67)** ، وفي هذا سياق نجد دراسة "**سفاري اكرام وفايد منال (2022)**" والتي هدفت إلى تعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وكذا قياس مستوى كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (135) طالب وطالبة اختيروا بطريقة عشوائية من قسم علم النفس في جامعة المسيلة، و تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تطبيق كل من مقياس المهارات الاجتماعية المعد من طرف العلوان (2011)، ومقياس جودة الحياة المعد من طرف الشعراوي (2014) وانتهت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، ومستوى جودة الحياة متوسط يميل للارتفاع لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

ويعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة نسبيا، وظهر كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، وقد أستخدم هذا المصطلح (Quality life) في البحوث العربية باسم (نوعية الحياة)، ومن ثم استقرت الدراسات العربية على استخدام مصطلح (جودة الحياة)، وقد تناوله الباحثون في المجالات العلمية المختلفة كل من وجهة نظرهم المتخصصة.فالعنصر الأساسي في الجودة (Quiality) يتضح في علاقة الفرد الانفعالية مع المحيطين به، وهذه العلاقة قد تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته **(منسي و كاظم، 2006، ص 65)**.

لهذا يوجد اختلاف في وجهات رأي العلماء النفس في تبني مفهوم واحد (لجودة الحياة)، وفي هذا الصدد يرى " **فرانك Frank** " بأن جودة الحياة هي إمكانية توظيف ما يمتلكه الإنسان من قدرات عقلية إنسانية لخدمة المجتمع ويتم هذا في كافة ميادين الحياة، ويعتمد هذا التعليم والتثقيف والتدريب على العمل المراد أدائه ويرتبط هذا بعوامل ذاتية وموضوعية تجعل أمر تقدير درجة جودة الحياة أمرا ضروريا لأن الفرد في حالة تفاعل مع المجتمع، ويحاول دائما أن يحقق مستوى معيشي أفضل والحصول على خدمات أجود لكي يحافظ على جودة الحياة **(إبراهيم، 2013، ص 336)**.

ويوضح " **دودسن Dodson** "**(1994)** جودة الحياة هي شعور الشخص بالكفاءة الذاتية وإجادة التعامل مع التحديات، **(جعيص و الحديبي، 2015، ص 462)** وفي هذا الصدد هدفت دراسة " **جافالا 2005 Gavala**" إلى تعرف على العلاقة بين إدراك الضغوط وعدم الارتياح في البيئة الجامعية والاستمتاع والدافعية الأكاديمية وجودة الحياة، حيث تكونت العينة من 122 طالبا وطالبة جامعية، واستخدم الباحث مقياس القدرة على إدراك الضغوط، ومقياس دافعية الأكاديمية، ومقياس جودة الحياة، وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث في جودة الحياة لدى الذكور.

ويذكر " **خميس سالم الراسي 2006** " أن مفهوم جودة الحياة الفرد مفهوم متعدد الأبعاد والجوانب، وكل فرد ينظر إلى جودة حياته من زوايا مختلفة، وهو مفهوم نسبي للشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية ودراسية والظروف والمواقف التي يعيشها، ولكن عندما ينظر إلى ربط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية وروحية والبدنية والعقلية، ويتم تلبية إشباع هذه الحاجات عندما تمثل الحاجات وإشباعها مقومات جودة حياة الفرد **(بعلي و جغلولي، 2018، ص 416)**.

ويرى كل من " **منسي محمود وكاظم علي 2010** " بأن جودة الحياة هي مدى شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال نوعية البيئة التي يعيش فيها، والخدمات التي تقدم له في مجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية، مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه. **ص41**.

وفي هذا السياق نجد دراسة " **نعيسة رغداء 2012** " والتي هدفت إلى تعرف عل مستوى جودة الحياة لدى الطلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات البلد ومحافظة دمشق واللادقية، والنوع الاجتماعي (ذكر، أنثى) والتخصص علوم النظرية والتطبيقية، وبلغ عدد أفراد العينة 360 طالب وطالبة (180 جامعة دمشق، 180 جامعة تشرين)، وتم استخدام مقياس جودة الحياة للطلبة الجامعة من إعداد منسي وكاظم 2006 وأشارت النتائج إلى وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى كل من طلبة جامعة دمشق وتشرين، ووجود تأثير مشترك للمتغيرات الديمغرافية الثلاثة معا في جودة الحياة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

وتشير المجموعة الدولية التابعة لمنظمة الصحة العالمية في هذا الإطار إلى أن جودة الحياة هي انعكاس لإدراك الفرد لمركزه في الحياة في ضوء سياق الثقافة ونسق القيم الذي يعيش فيه، وفي علاقة ذلك بأهدافه وتوقعاته واهتماماته، كما ترى أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بصحة الفرد الجسمية وحالته النفسية ومستوى استقلاله وعلاقته الاجتماعية وعلاقاته بجوانب المهمة في البيئة التي يعيش فيها **(جخراب و يحي، 2015، ص 472)**.

حيث هدفت دراسة " **حمايدية علي وآخرون 2008**" إلى تعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلبة دكتورة (ل،م،د) بالإضافة إلى محاولة الكشف عن إمكانية وجود فروق في مستوى جودة الحياة والتفاؤل لديهم تعزى لمتغير (الجنس والتخصص) وتكونت عينة الدراسة من حوالي 57 طالب وطالبة دكتوراه، وطبق عليهم مقياس جودة الحياة للطلبة الجامعة للباحثين "منسي وكاظم 2006" ومقياس التفاؤل من إعداد الباحثة "إيمان صادق عبدالكريم"، وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د)، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د) حسب متغير (الجنس والتخصص) وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د) حسب متغير (الجنس والتخصص).

وبالتالي يتضح تعدد الدراسات السابقة التي تناولت متغير جودة الحياة ، وهذا يبين مدى احتياج الطلبة الجامعيين إلى تحقيقها بالقدر الكافي لهم، إذ يمرون بمرحلة نهائية مهمة في حياتهم حيث يستعدون

للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الأسري، فإن نظرتهم لجودة حياتهم تؤثر في أداءهم الدراسي وفي دافعيتهم للإنجاز، وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم، فيرى "**تايلور 2005 (Taylor)** أن جودة الحياة للطالب هي الوصول إلى درجة الكفاءة في التعليم مما يؤدي إلى نجاحه في الحياة، وشعوره بالرضى والسعادة أثناء أداءه لأعمال المدرسية. التي يعبر عنها بحصوله على درجة الكفاءة في التعليم وأداء بعض الأعمال التي تتميز بالجودة في الحياة، وشعوره بالمسؤولية الشخصية والاجتماعية والتحكم الذاتي والفعال في حياته وبيئته وقدراته على حل المشكلات مع ارتفاع مستويات الدافعية الداخلية نتيجة التفاعل مع البيئة التعليمية الجيدة. يشعر فيها بالأمن النفسي وإمكانية النجاح وإدارة جيدة من المعلم، ويشعر بالمساندة الاجتماعية من زملاؤه ومعاونيه **(برابح و كتفى، 2020، ص 293).**

إذن شعور الفرد بجودة الحياة تمكنه من الشعور بالراحة والطمأنينة في ظل متغيرات حياتية متعددة ومن أهمها متغير المهارات الاجتماعية، لذا يجب على فئة طلبة الجامعيين أن يكون لهم مخزون مكتسب وكافي من المهارات الاجتماعية وذلك للوصول إلى تحقيق جودة حياة أفضل لهم وتمكنهم من تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وصحة نفسية إيجابية.

وعلى الرغم من وجود الكثير من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات بحثنا إلا أنه يوجد القليل من الدراسات التي تناولت الربط بين متغير المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة، وهذا ما دفعنا إلى اختيار هذا الموضوع، بهدف الكشف عن العلاقة بين متغير المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية لجامعة المدية وكذا معرفة الفروق في كل منهما تبعا لمتغير الجنس والتخصص ونوعية الإقامة، وعلى هذا تم طرح التساؤلات التالية:

التساؤلات الدراسة:

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة؟

2-فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).
- توجد فرق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فرق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة

3-أهداف الدراسة:

- التعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية.
- التعرف على الفروق في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).
- التعرف على الفروق في جودة الحياة لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).
- التعرف على الفروق في مهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص.

- التعرف على الفروق في جودة الحياة لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص.
- التعرف على الفروق في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة.
- التعرف على الفروق في جودة الحياة لدى طلبة كلية علوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة.

4-أهمية الدراسة:

يدرك الباحثين أهمية دراستهم من خلال طبيعة الظاهرة المدروسة والعينة المستهدفة بالدراسة وقيمتها العلمية وما يمكن أن تحقق من نتائج يمكن الاستفادة منها، وتكمن أهمية الدراسة على نحو التالي:

- تكمن أهمية دراستنا في أنها تركز على فئة متميزة في المجتمع، وهم الشباب الجامعيون وذلك باعتبارهم الفئة الأكثر حركة ونشاطا فيه ومصدرا من مصادر التغير الاجتماعي، كما تتصف هذه الفئة بالقوة والإنتاج والعطاء والإبداع في كافة المجالات، فهم مؤهلون للنهوض بمسؤوليات بناء المجتمع وذلك باعتبار الركيزة الأساسية والضرورية في المجتمع المتقدم فهم ينتجون المعرفة الإنسانية ويطوعونها للتطبيق، وهم الأمل في حل المشكلات التي تعرف التقدم الحضاري، وقوة الدافعة نحو التقدم المجتمع ورفاهيته وإسعاده، وله دور أساسي في عملية التنمية المجتمعية، فلا بد من إعداده وتهيئته للقيام بأدواره الاجتماعية على الوجه المطلوب وبشكل أمثل.
- وتبرز اهميتها ايضا في تناولها للمهارات الاجتماعية كجزء يساعد الفرد على الفهم والتكيف في الوسط الاجتماعي، كما تسمح له بالمحافظة على علاقات اجتماعية إيجابية تمكنه من إشباع حاجاته النفسية، وتعتبر فئة طلبة الجامعيين شريحة الأكبر في المجتمع والأهم، فهم بحاجة إلى اكتساب هذه المهارات لتسيير حياتهم العلمية والحياتية بسهولة، وكذا التعبير عن أنفسهم بطلاقة واسلوب سليم، والإصغاء الحسن للأخرين باحترام والتقدير وذلك ليتم إعدادهم إعدادا سليما أكاديميا وحياتيا.
- كما تناولت الدراسة متغير جودة الحياة والذي هو غالبا يخص باهتمام أغلب الدول المتقدمة وبشكل كبير، وذلك لارتباطه القوي بكل ما يخص حياة الفرد من جودة حياته الصحية والجسمية وسلامة

البدن، والتوجه الإيجابي نحو المستقبل، والرضا الدراسي، والشعور بالصحة النفسية، لذا وجب توفرها لدى الطالب الجامعي، إذ تمكنه من استثمار طاقته وإمكانياته وتطويرها بطريقة مبدعة، وفضلا عن ارتباطها الوثيق بتقدير الذات والثقة بالنفس ومستوى الطموح لديه.

- وتكمن أهمية الدراسة في كونها تكملة لسلسلة الأبحاث السابقة التي درست متغيري المهارات الاجتماعية وجودة الحياة.

5-تحديد المفاهيم والمصطلحات:

5-1 تعريف المهارات الاجتماعية:

- **تعريف رونالد ريجيو Ronald Riggio(1990):**

يعرفها بأنها القدرة على التعبير الانفعالي والاجتماعي واستقبال انفعالات الاخرين وتفسيرها والوعي بالقواعد الكامنة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي والمهارة في الضبط والتنظيم التعبيرات الغير اللفظية، والقدرة على لعب الدور والتحضير الذات اجتماعيا **(علي، 2012، ص 8).**

- **تعريف الاجرائي:**

هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب في اختبار المهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو Ronald Riggio1986 حيث تدل الدرجة المرتفعة في مقياس المهارات الاجتماعية على زيادة المهارة لدى الطالب.

5-2 تعريف جودة الحياة:

- **تعريف شاهر خالد سليمان (2010):**

تعرف جودة الحياة عموما بأنها جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي والمعرفي وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي، ودرجة توافقه مع الذات ومع الاخرين أو هي مطابقة لمتطلبات او مواصفات معينة **(معمرية، 2020، ص 16).**

- **تعريف الاجرائي:**

هي الدرجة التي يتحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم (2006)، والتي تعكس مستوى شعوره بالرضا وسعادة وقدرته على إشباع حاجياته

الفصل الثاني:

المهارات الاجتماعية

الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

تمهيد

1- تعريف المهارات الاجتماعية

2- تصنيف المهارات الاجتماعية

3- أهمية المهارات الاجتماعية

4- مكونات مهارات الاجتماعية

5- العوامل التي تسهم في تشكيل المهارات الاجتماعية

6- نظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية

7- مراحل اكتساب مهارات الاجتماعية

8- أساليب تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة في البيئة التعليمية

خلاصة الفصل

تمهيد:

تحتل المهارات الاجتماعية مكانة مهمة في حياة الفرد النفسية لما لها من أهمية كبيرة في عملية التواصل والتفاعل الاجتماعي، والتي تمكنه من تقدير وتحقيق ذاته من جهة، واستشعار أدواره الاجتماعية المتعددة من جهة أخرى، وكذلك تزيد في نفس الوقت من قدرته على التصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة دون خجل أو تردد أو خوف أو شك في الآخرين، ومن أهمها مهارات الوعي بالذات ومهارات حل المشكلات، والتي تحتاجها فئة طلبة الجامعيين في حياتهم اليومية.

1- تعريف المهارات الاجتماعية:

ليس هناك تعريف محدد للمهارات الاجتماعية ونظرا لاتساع هذا المفهوم من جهة، وما يطرأ عليه من تغير بسبب التغير العلمي مستمر في هذا المجال من جهة أخرى. ونظرا لهذا الاتساع، تعددت المفاهيم والمسميات المرادفة لمصطلح المهارات الاجتماعية، ولقد تم تعريف المهارات الاجتماعية من وجهات نظر متعددة:

فتعرف باعتبارها سمة، كما تعرف باعتبارها نموذجا سلوكيا، وينظر إليها من منظور التقبل الاجتماعي، ومن منظور الصدق الاجتماعي.

وسوف نصنف تعريفات المهارات الاجتماعية وفق أربعة توجهات:

1-1-1: المهارات الاجتماعية كسمة ثابتة أو قدرة مركبة في الشخصية:

هذا التوجه في النظر للمهارات الاجتماعية باعتباره سمة (Trait-oriented a proach to social skills) يرى أن سمة ‹‹ الاجتماعية ›› نموذج احترافي بدل على صفة عامة أو مشتركة بين الأفراد.

وفي ضوئه عرفت المهارة بانها: ‹‹ استعداد نفسي داخلي (حقيقي) كامن مسبق للاستجابة من خلال المواقف ››.

ويعرف "لي" (Lee,1977) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ إجراء ديناميكي يشمل قدرات الفرد المعرفية واللغوية والاجتماعية، وتطوير هذه القدرات بحيث تغدو استراتيجيات فعالة في مختلف البيئات››.

ويرى "بيلاك وهرسن" (Bellack et Hersen,1979) أن تعريف المهارات الاجتماعية يجب أن يركز على: ‹‹ قدرة الفرد على التعبير عن الاحاسيس الايجابية والسلبية في السياقات التي تحدث بين الأفراد بدون فقدان عنصر التدعيم، هذه المهارات تظهر في الكثير من السياقات التي تحدث في التواصل بين الافراد وتنطوي على التنسيق المتبادل في التعبيرات الشفهية الملائمة ››.

ويعرف كومز وسلابي (Combs et Slby) المهارات الاجتماعية بانها: ‹‹ قدرة مركبة على التفاعل الايجابي مع الأخرين في سياق اجتماعي معين بطرق مقبولة من المجتمع، أو يعترف بقيمتها وفي نفس الوقت مفيدة للشخص وذات نفع للآخرين ››.

ومن الملاحظ أن هذه التعريفات التي تنطوي في نموذج المهارات الاجتماعية كسمة ثابتة أو قدرة مركبة في الشخصية ركزت على أن المهارات الاجتماعية كسمة ثابتة في الشخصية، إلا أن هذه التعريفات تثير الكثير من الغموض والالتباس بحيث لا تتضح العلاقة بين سمة المهارات الاجتماعية وبين السلوك في المواقف الطبيعية أو مصطنعة.

1-1-2: المهارات الاجتماعية كنموذج سلوكي:

يرتبط تعريف المهارات الاجتماعية بالسلوك الاجتماعي الصادر عن الفرد والذي يمكن ملاحظته في مواقف التفاعل مع الاخرين وفي ضوء ذلك:

يعرف ليبيت وليونسون (Lebet et Lewinson,1973) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ قدرة حركية يصدرها يصدر عنها سلوكيات يمكن تدعيمها سلبا أو إيجابا، ولا يصدر عنها سلوكيات تستحق العقاب أو تتعرض للإنطفاء (Extinction) بواسطة الآخرين ››.

- ويعرف فوستر وريتشي (Foster et Ritchy) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ تلك الاستجابات التي تثبت جدواها أو فاعليتها في مواقف تفاعلية معينة مع الآخرين ››. أو بعبارة أخرى: ‹‹ تلك الاستجابات لا تزيد من احتمال حدوث واستمرا أو ريادة وتقوية الأثار الإيجابية للشخص المتفاعل››.
- ويشير كارتلدج وملبورن (Gartldeg et Milburn,1994) إلى أن المهارات الاجتماعية هي: ‹‹ قدرة الفرد على إظهار الأنماط السلوكية، والأنشطة المدعمة إيجابيا والتي تعتمد على البيئة، وتفيده في عملية التفاعل الإيجابي مع الآخرين في علاقات اجتماعية متنوعة بأساليب مقبولة اجتماعيا في كل من الجانب الشخصي والاجتماعي، وفي الاعتماد على نفسه في حياته اليومية››.

- يرى كيلي (Kelly,1982) أن المهارات الاجتماعية يمكن تعريفها بأنها: ‹‹ السلوكيات المكتسبة التي يستخدمها الأفراد في مواقف التفاعل الشخص للحصول على مجتمع متماسك أو الحفاظ عليه ››.
- ولقد طرح كل من ميشلسون ومنارينو (Michlson et Mannarino,1986) يشمل العناصر التالية:

أ- تكتسب المهارات الاجتماعية بالقلم: الملاحظة، النمذجة، المراجعة (البروفة) rehearsal، التغذية الرجعية.

ب- تتكون المهارات الاجتماعية من سلوك محدد ومميز سواء كان سلوكا لفظيا أو غير لفظي. المهارات الاجتماعية تستلزم مبادرات فعالة ومناسبة واستجابات فعالة مناسبة أيضا.

ت- المهارات الاجتماعية تقوي التدعيم الاجتماعي (أي الاستجابات الايجابية عن البيئة الاجتماعية للفرد).

ث- المهارات الاجتماعية ذات طبيعة تفاعلية، وبالتالي تتطلب استجابات فعالة مناسبة، مثل التفاعل المتبادل وتحديد زمن السلوكيات المحددة.

ج- ويتأثر أداء المهارات الاجتماعية بصفات المشاركين، والبيئات التي تحدث فيها (خصوصية الموقف)، وهي تتضمن عدة عوامل مثل: العمر، النوع، المكانة الاجتماعية للمتلقي التي تأثر على أدائه الاجتماعي.

ح- أن السلبيات أو التجاوزات يمكن تحديدها لوضع أهداف التدخل.

ومن الملاحظ أن هذه التعريفات التي تنطوي في النموذج السلوكي تركز مبادئ السلوكية في التعلم واكتساب في سياق اجتماعي ومبدأ (مثير واستجابة).

1-1-3: المهارات الاجتماعية للمنظور المعرفي:

يؤكد المنظور المعرفي cognitive approach في النظر المهارات الاجتماعية على العمليات المعرفية التي تمثل علاقة وسيطة بين أهداف وغايات في سياق اجتماعي.

- عرف ترور (Trower,1979) في تعريفه للمهارات الاجتماعية يرى: ‹‹ أن الشخص الماهر اجتماعيا هو الذي عنده مقاصد وأهداف يسعى إليها للحصول على المكافآت، وأن بلوغ الهدف يرتكز على السلوك الماهر الذي يتطلب دورة متواصلة من الملاحظات الدقيقة مع الأداء في ضوء

ما تسفر عنه النتائج، والإخفاق في المهارات يعطل أو يعاق في نقطة ما من الدائرة، وهذا يؤدي إلى نتائج سلبية ››.

- عرف السيد (1981) المهارات الاجتماعية « بأنها نظام متناسق من النشاط الذي يستهدف الفرد فيه لتحقيق هدف معين عندما يتفاعل مع الآخرين أو إنها عملية تفاعل فرد مع فرد آخر يقوم بنشاط اجتماعي يتطلب من مهارة ليوائم بين ما يقوم به الفرد لآخر وبين ما يفعله هو، وليصحح مسار نشاطه الاجتماعي، ليحقق بذلك هذه المواءمة ››.
- يعرف سلتز وآخرون (Selts, et,al...,1982) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ عبارة عن جميع أنواع المعرفة الاتصالية التي يحتاج إليها الأفراد والجماعات للتمكن من التعامل مع بعضهم البعض بطرق التي تعتبر مناسبة اجتماعيا، وفعالة استراتيجيا››.
- لذا المهارات الاجتماعية بأنها أيضا:

- ‹‹ نظام متناسق من النشاطات يستهدف الفرد فيه تحقيق هدف معين في تفاعله مع الآخرين ››.
- ‹‹ وهي عملية تفاعل فرد مع فرد آخر، حيث يقوم بنشاط اجتماعي يتطلب مهارة ليوائم بين ما يقوم به الفرد وما يقوم به هو، وليصحح مسار نشاطه الاجتماعي ليحقق هذه الموائمة ››.

ويلاحظ الباحثان أن هذه التعريفات التي تنطوي في نموذج المعرفي تنظر للمهارات الاجتماعية على أنها عمليات معرفية والتي تمثل علاقة وسيطة بين الأهداف والغيات في السياق الاجتماعي.

1-1-4: المهارات الاجتماعية من منظور تكاملي:

ولقد كان الباحثون في هذا الشأن يستخدمون مؤشرات التقبل من الأقران peer acceptance من خلال ما تبديه الجماعة من أراء بشأن الفرد وهو ما يعرف بالمكانة السوسيومترية ويكون الأطفال والمراهقين الذين يجدون عنصر التقبل الاجتماعي أو المعروفين من أقرانهم في المدرسة أو الجماعة يمكن أن نقول انهم يهتمون بالمهارات الاجتماعية.

ومنها تعرف المهارات الاجتماعية بأنها:

- ‹‹ تلك السلوكيات التي تنبئ بنتائج اجتماعية هامة للأطفال في موقف معين مثل: التقبل من الأقران والشهرة بينهم، والآراء التي يبديها الآخرون بخصوص تفاعلات الفرد في المواقف ››.

- ‹‹ هي مجموعة من الأنماط السلوكية اللفظية وغير اللفظية التي يستجب بها الطفل مع غيره: كالرفاق، الإخوة، الوالدين والمعلمين، والتي تحدد معدل تأثير في الآخرين
- عن طريق التحرك نحو أو بعيدا كما هو مرغوب في البيئة الاجتماعية دون أن يسبب أذى أو ضرر للآخرين من حوله ››.
- ‹‹ وهي قدرة الفرد على التفاعل الانفعالي والاجتماعي بطريقة لفظية: كإجادة لغة الكلام، إلى جانب مهارته في ضبط وتنظيم تعبيراته غير اللفظية، كقدرته على الضبط الانفعال، واستقبال انفعالات الآخرين وتفسيرها، ووعيه بالقواعد المستمرة وراء التفاعل وقدرته على لعب الدور الاجتماعي ››.
- يعرف أرجيل (Argyle,1981) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ القدرة على احداث التأثيرات المرغوبة في الآخرين في المواقف الاجتماعية ›››، وبذلك فإن مشاركة الآخرين تمثل درجة من التدعيم الاجتماعي الذي يقدمه الشخص المشارك وفي مقابله يصبح وجوده مرغوبا ومحببا.
- يعرف ريجيو (Riggio,1990) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي بطريقة لفظية كإجاد لغة الكلام، إلى جانب مهارته في ضبط وتنظيم تعبيراته غير اللفظية كقدرته على ضبط الانفعالي، واستقبال انفعالات
- الآخرين وتفسيرها، ووعيه بالقواعد المستترة وراء التفاعل، وقدرته على لعب الدور واستحضار الذات اجتماعيا ››.
- يعرف مبليش ولاندو (Meblech et Lando,1990) المهارات الاجتماعية بأنها: ‹‹ محصلة لنوع التفاعل الاجتماعي المؤثرة مع الاقران بعنصر القبول، بينما ترتبط العلاقات السلبية بالرفض ››.
- تعرف بخش (1997) أن المهارات الاجتماعية يقصد بها: ‹‹ عادات وسلوكيات مقبولة اجتماعيا يتدرب عليها الطفل إلى درجة الاتقان والتمكن من خلال مواقف الحياة اليومية تفيده في إقامة علاقات مع الآخرين في مجاله النفسي ››. **(شاش، 2015، ص ص 172،179).**
- ويلاحظ الباحثان أن هذه التعريفات للمهارات الاجتماعية في منظور تكاملي، جمعت بين الجوانب سلوكية والجوانب المعرفية والانفعالية في سياق تفاعل الاجتماعي.

1-2: الفرق بين المهارات الاجتماعية والمهارات الأخرى:

تتضمن هذه الفئة التعريفات التي حاول أصحابها التمييز بين مفهوم المهارات الاجتماعية وبعض المفاهيم الاخرى المرتبطة بها مثل مفهوم الكفاءة الاجتماعية، ومفهوم توكيد الذات، ومفهوم الشخصية، وذلك على النحو التالي:

أ- مفهوم الكفاءة الاجتماعية Social competence:

- غالبا ما ينظر الى المهارات الاجتماعية على أنها جزء من بناء واسع يطلق عليه الكفاءة الاجتماعية، وتشير الكفاءة الاجتماعية إلى قدرة الفرد على التفاعل بفاعلية والتكيف مع البيئة، وتحقيق الأهداف الشخصية والمهنية من خلال تكوين علاقات مع الآخرين، لها طابع استمرار، وتمكن الفرد من التأثير في الآخرين.
- كما تعرف الكفاءة الاجتماعية بأنها تعني الحصول على الأهداف الاجتماعية في سياقات اجتماعية معينة، وذلك بواسطة استخدام الوسائل الملائمة.
- وفي هذا المجال يفرق بوك (Buck,1919) بين كل من كفاءة اجتماعية والتي تعني قدرة الفرد على التعامل مع البيئة الاجتماعية، وكفاءة الانفعالية والتي تشير إلى التعامل مع البيئة الداخلية الخاصة بالمشاعر والرغبات.

واشار بوك الى العلاقة الوثيقة بين هذين النوعين من الكفاءة، وأوضح أهمية التفاعل بين كل من المزاج (باعتباره استعدادا انفعاليا فطريا يقوم على الميكانيزمات عصبية أو هرمونية) وبين المهارات الاجتماعية، فالمزاج من وجهة نظره هو المحدد لطبيعة البيئة الاجتماعية الانفعالية الخاصة بالعلاقات بين الأشخاص في العديد من المواقف.

ب- مفهوم التوكيد Assertiveness:

يتعامل البعض مع التوكيد والمهارات الاجتماعية على أنها مترادفات ولكن التصور الأكثر قبولا هو التعامل مع المهارات الاجتماعية تشمل على مهارتين رئيسيتين هما: توكيد الذات، والقدرة على إقامة علاقات وثيقة مع الآخرين.

وفي ضوء هذا التصور يتم التعامل مع السلوك التوكيدي على أنه مهارة اجتماعية تمكن الفرد من الدفاع عن نفسه وعن حقوقه، والتعبير عن مشاعره وآرائه بطريقة تلقائية وملائمة اجتماعيا، شريطة احترام حقوق الآخرين. أما فيما يتعلق بإقامة علاقات وثيقة مع الآخرين فهي مهارة تعمل على اقتراب الفرد من الآخرين والتودد إليهم، وجعله أكثر قبولا لديهم.

ت- مفهوم الشخصية Personality:

في ضوء العلاقة بين كل من المهارات الاجتماعية والشخصية تعامل بعض الباحثين مع المهارات الاجتماعية على أنها بمثابة مكونات مركزية أو أساسية في بناء شخصية الفرد.

وفي المقابل هؤلاء هناك من يرى بعض أوجه الاختلاف بين المفهومين، حيث يعد مفهوم الشخصية أكثر شمولا وعمومية، في حين تتركز المهارات الاجتماعية على جوانب نوعية محددة ترتبط بموقف معين. كذلك يشير مفهوم الشخصية إلى الأهداف والتفضيلات، في حين تشير المهارات إلى إنجاز وتحقيق هذه الأهداف. **(ريجيو، 2006، 12،13).**

2-تصنيف المهارات الاجتماعية:

تتعدد محاولات تصنيف المهارات، سواء كانت مهارات حياة أم مهارات اجتماعية، وتتنوع أصناف المهارات بتنوع اهتمامات المنشغلين بدراسة المهارات، ولكن تصنيف أساس منهجي يقوم عليه من معرفة أو تفاعل أو سلوك. وسوف نعرض بإيجاز أمثلة عن هذه التصنيفات:

2-1 التصنيف على أساس المعرفة والتفاعل:

من أمثلة هذا النوع من التصنيف للمهارات الاجتماعية تصنيف ماجوير ويريستلي 1971 حيث يحصرانها في ثلاث مجموعات رئيسية من مهارات هي:

1- مهارات الوعي بالذات Self-Awereness:

يدخل في ذلك مهارات تقييم الذات التي تتضمن محاولات التعرف إلى أوجه القصور والكمال في ذات الفرد من قوة أو ضعف أو تميز، ومهارات فهم البواعث والدوافع والتفضيلات ورسم الأهداف. وهذا النوع من المهارات مفيد في ذاته والحاجة إليه قائمة في حل الكثير من المشكلات الشخصية بما في ذلك العلاقات مع الناس.

2- مهارات التفاعل أو المهارات التفاعلية Interactiveskills:

يرتبط هذا النوع من المهارات بالتعامل مع الآخرين بغض النظر عن الموقف الذي يتطلبها، وقد تكون غاية في ذاته أو وسيلة لبلوغ غاية أخرى. ومن أمثلة هذا النوع من المهارات: مهارات التعبير عن الذات، والاتصال والتواصل الاجتماعي وتوكيد الذات والتعاطف والتأثير في الآخرين.

3- مهارات حل المشكلات Problem solving skills:

يواجه الأفراد في معترك الحياة كثيرا من المشكلات التي تتطلب حلولا وقدرة الفرد على حلها يعني مهاراته في التعامل مع معها، ومن أمثلة هذا النوع من المهارات: مهارات البحث والحصول على المعلومات، مهارات إدارة الصراع ومهارات اتخاذ القرار ومهارات التخطيط للحياة في أوساط العائلة أو التعليم أو العمل.

ويلاحظ أن مهارات التفاعل تقابل مع اصطلاح على تسميته من قبل المنشغلين في دراسة المهارات والتدريب عليها بالمهارات الاجتماعية أو البينية.

ويندرج تحت هذا التصنيف للمهارات تصنيف "هول" حيث يقسم المهارات الاجتماعية إلى صنفين رئيسيين يتراوحان بين الارسال والاستقبال، ومهارات اجتماعية إضافية تتضمن القدرات المعرفية، كمهارات حل المشكلات البينية والقدرة على تمثيل الأدوار.

ومن الملاحظ في هذا التصنيف يعمل على محاولة تعليم وتدريب على المهارات الاجتماعية.

2-2 تصنيف على أساس المعرفة والسلوك:

أبرز مثال لهذا النمط من التصنيف تصنيف "فوستر" حيث يحصر المهارات الاجتماعية في صنفين رئيسين هما:

1- المهارات الاجتماعية السلوكية:

ينتسب هذا الصنف من المهارات الاجتماعية إلى ما يصدر عن الفرد من سلوك اجتماعي ماهر، ويشير إلى أي تصرف يأتيه الفرد في أي موقف. وتعدد أنماط التصرفات بتعدد المواقف، ويصبح التصرف اجتماعيا متى ما كان له علاقة بالآخرين ماثلين للعيان أو متحيلين ومثل هذه التصرفات تمثل لب التحليل في تحديد المهارة في السلوك سواء أكانت هذه التصرفات ذهنية أم لفظية وغير لفظية أم انفعالية أم حركية، وقد تكون هذه التصرفات مرغوبة أم غير مرغوبة، وبلوغ المرغوب منها يتطلب مهارة في إتيانه. وبتعدد مواقف السلوك يصعب حصر نوع المهارات المرتبطة بكل موقف.

ومن أمثلة المهارات السلوكية مهارات التوكيد وكف العدوان وحسن التصرف مع مواقف الإغاضة والغضب وبناء الصداقات.

2-المهارات الاجتماعية المعرفية:

هذا الصنف من المهارات الاجتماعية من المهارات الاجتماعية معرفية أسهل تحديدا: لأنه يدخل في الأنماط المختلفة للسلوك مع تبيان المواقف، والمعرفة تقلل من الحاجة للتدريب على مهارات سلوكية معينة.

ويقسم "فوستر" (1983) هذا الصنف من المهارات الاجتماعية إلى ثلاث فئات من المهارات، تتمثل في: (أ) الوعي بما بين الأشخاص، (ب) المعرفة الاجتماعية، (ت) حل المشكلات البينية.

أ- مهارات الوعي بما بين الأشخاص أو الوعي البيني:

تشير هذه الفئة من المهارات الاجتماعية المعرفية إلى حساسية الفرد لما يقع بين الأشخاص من خبرات، ومن أمثلته القدرة على تبني أدوار الآخرين أو النظرة للأشياء كما ينظر إليها الآخرون، ويتضمن ذلك فهم وجهة نظر الآخر، وإدراك انفعالاته والاحساس بإحساسه. ومن المهارات المعرفية أيضا التعاطف مع الآخرين بما يعنيه التعاطف مع حسن إدراك للاستجابة الوجدانية والقدرة على الاستجابة لمثلها وتقبل الرأي الآخر مع الاختلاف معه، والوعي بما بين الأشخاص مكون رئيسي من مكونات الذكاء الانفعالي.

ب- مهارات المعرفة والعرف الاجتماعي:

يتطلب النجاح في التفاعل مع الآخرين ثروة من المعرفة الاجتماعية، يكون الفرد معها قادرا على استقبال المعلومات في بيئته الاجتماعية بوضوح كاف، ليعرف أيًّا من المعارف المخزونة لديه في بنك الذاكرة أفضل لتستخدمه. وهذه عملية معقدة تتضمن أربع عمليات إدراكية يقوم بها الفرد قبل التفاعل الاجتماعي وفي أثنائه وبعد من ذلك معرفة:

(1) ماهية الموقف، (2) من الشخص الآخر؟، (3) نوع العلاقة المتضمنة مع الآخر، (4) كيف تبدو له ولغير الأشياء في المواقف؟

ويدخل في سياق هذه الفئة من المهارات الاجتماعية المعرفية الوعي بمقومات التفاعل الاجتماعي الإيجابي والإلمام بقرائن وبدائل للسلوك: كالامتثال للأعراف والمعايير الاجتماعية، ويتضمن ذلك أيضا التقدير للآخرين واحترام حقوقهم وحفظ حرماتهم، والتأدب في الحديث معهم، فضلا عن احترام السلطة ورموزها والانقياد لمطالب النظام العام، وعدم العبث بالممتلكات العامة وإدراك ضرورة المساهمة في صيانتها.

ت-مهارات حل المشكلات البينية:

تشير هذه الفئة من المهارات الاجتماعية المعرفية إلى عملية التغلب على المعوقات التي تقف دون بلوغ الفرد لأهدافه. وتتطلب العملية عادة تبني كثير من القرارات أو الخيارات عند تحديد المشكلة وتحديد كيفية حلها. ويتضمن حل المشكلة جهد الفرد للحد من المعلومات التي تحول دون بلوغه ذلك الهدف. ويبدأ حل المشكلة بتقييم للموقف الحالي: ما الخطأ؟ ما الذي ينبغي لي عمله في هذا الموقف؟ وكل مشكلة في الغالب يمكن تنفيذها على أساس العوامل المسببة فيها، فمثلا: ندرة في المصادر، أو نقص في المعلومات، أو اختلاف وغياب الاتقان، كما هي الحال في مواقف الصراع بين الأشخاص.

ومن الملاحظ أن هذا الصنف ينقسم إلى قسمين: قسم أول يركز على سلوك أي يرجع المهارات الاجتماعية إلى كل ما يصدر عن الفرد من سلوك اجتماعي ماهر، وقسم الثاني هو المعرفة والتي يقصد بها الوعي بما بين أشخاص المعرفة اجتماعية، حل مشكلات البينية.

2-3 التصنيف على أساس المهارة في السلوك:

يمكن النظر للمهارات على أنها على مستويات من المهارة في السلوك، وعلى أساس من هذه الحقيقة يصنف "تريفيتك" (2005) المهارات الاجتماعية على أنها مهارات:

(1) مهارات أساسية، (2) مهارات متوسطة أو وسيطة الأساسية، (3) مهارات متقدمة.

1- المهارات الأساسية: وترتبط بالحاجة إلى التصرف في كثير من المواقف الاجتماعية كمهارات معرفة الذات وضبط الذات والتحكم في الانفعالات والمهارات البحث والحصول على المعلومات.
2- المهارات الوسيطة: ترتبط بالحاجة إلى التعامل مع مواقف أكثر صعوبة كالبدء في التحدث والمحادثة وما تتطلبه من فهم وإستماع وإنصات للطلب أو التوكيد الطلب أو الرفض أو الدخول في الآخرين والتعاطف معهم.
3- المهارات المتقدمة: وترتبط بالحاجة إلى التعامل مع مشكلات متعددة الأبعاد والأوجه، كمواقف الشقاق والصراع وحل المشكلات واتخاذ القرار.

ولتوضيح التنوع بين المهارات في المستوى نسوق إليك المثال الآتي: لو تأملت في التنوع في المستويات المهارات المطلوبة لإقامة علاقة صداقة مع الآخرين وكسب ودهم لوجدت أنها متنوعة في مستوياتها، إذ أن بناء صداقة حميمة مع الآخرين يتطلب في البدء معرفة بالذات وتعرفا إلى الآخر مع قدرة على كشف وضبط الذات والتحكم في الانفعالات بوصفها أساسا ومنطقا لكسب ود الآخرين (مهارات

أساسية)، فالناس لا تقبل على من لا يكشف عن ذاته ويخرج من عزلته، ولا تدنو من الشخص الذي لا يعرف بنفسه ولا يسعى في طلب التعرف إليهم، ولا ترتاح لمن يعاني قصورا في ضبطه لنزاعاته والتحكم في انفعالاته، كالأناني والأحمق، ثم إن الدخول معهم في صداقة حميمة يتطلب قدرة على بدء التحدث ومواصلة الحديث معهم بأسلوب يكشف عن احترام وحسن استماع وتمام إنصات فضلا عن إظهار ما يشير إلى عطف منه عليهم وتعاطف معهم (مهارات وسيطة)، وبعد نجاحهم في كسب ودهم، فإن موقف الصداقة يتطلب القدرة على التعامل مع ما يستجد من أحداث ووقائع عبر مسار علاقة الصداقة بينهم، فالصدق قد يظهر ما يشير إلى اختلاف مع الصديق حول مسألة ما أو قد يخل مع صديقيه في عراك يتطلب حلا عاجلا أو قرارا حاسما، وقد تتطلب الحميمية في الصداقة الإتيان بما ينبئ عن التضحية وإيثار (مهارات متقدمة).

جدول رقم(01): مراجعة تصنيف المهارات الاجتماعية.

تسلسل	مصدر التصنيف	الأساس في التصنيف	أصناف المهارات
1	ماجوير وبريستلي (1981)	المعرفة والتفاعل	1-مهارات الوعي بالذات. 2-مهارات التفاعل. 3-مهارات حل المشكلات.
2	إدوارد هول (1979)		1-مهارات الإرسال والاستقبال (رئيسية). 2-مهارات اجتماعية معرفية (ثانوية).
3	شارون فوستر (1983)	المعرفة والسلوك	1-المهارات الاجتماعية السلوكية. 2-المهارات الاجتماعية المعرفية ويدخل فيها: أ-مهارات الوعي البيني. ب-مهارات العرف. ج-مهارات حل المشكلات البينية.
4	بول تريفيتك (2005)	المهارة في السلوك	1-المهارات الأساسية. 2-المهارات المتوسطة أو الوسيطة. 3-المهارات المتقدمة.

(الدخيل، 2014أ، ص ص 30،36).

ومن ملاحظ أن هذا التصنيف يقسم المهارات الاجتماعية على مستويات ويحدد متى يتم توظيفها أن كل مهارة تتضمن توظيفها في مستوى معين.

3- أهمية المهارات الاجتماعية:

امتلاك الفرد لناصية المهارات الاجتماعية هاجرا لجملة من الأسباب والعوامل يمكن تلخيصها في:

1- يعزي الاهتمام بالمهارات الاجتماعية إلى كونها من العناصر المهمة الى تحدد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به في السياقات الاجتماعية المختلفة.
2- كلما كانت هذه التفاعلات تتصف بالكفاءة من ركائز التوافق النفسي على المستوى الشخصي كلما كان ذلك مؤشرا إلى تمتع الفرد بالسواء والتوافق والصحة النفسية.
3- حتى إذا كان الفرد كفئا لتفاعلاته مع الآخرين، وتكرر ذلك لدى غالبية أفراد المجتمع كلما أدى ذلك في النهاية إلى التوافق المجتمعي وسيادة المناخ في الصحة والتوافق.
4- إن إقامة علاقات ودية وثيقة مع المحيطين بالفرد والحفاظ عليها (أي استمرارها) كان ذلك من أهم المؤشرات الهامة للكفاءة الشخصية، فالفرد كما يشير كارليون (1991) يعيش في ظل شبكة من العلاقات التي تتضمن: الوالدين، الأقراب، المعلمين، ... إلخ. ومن ثم فإن نمو تلك المهارات ضروري للشروع في إقامة علاقات شخصية ناجحة ومستمرة معهم. **(غانم، 2015، ص 18)**.

ومن الملاحظ أن الطلاب الجامعيين هم أحوج الأفراد إلى المهارات الاجتماعية لأنهم يمرون بمجموعة مختلفة من التغيرات التي تؤثر على العلاقات المشتملة على التغيرات في جماعات الأقران ودراسة وتغيرات في بناء الأسرة أو الأداء الوظيفي، وهنا تظهر أهمية المهارات الاجتماعية فهي الأساس في بناء شخصية طالب وقبوله كعضو فاعل في المجتمع في المستقبل.

4- مكونات المهارات الاجتماعية:

تناول عديد من الباحثين عناصر أو مكونات المهارات الاجتماعية من زوايا متعددة:

فقد أشار موريسيون Morrisson (1981) إلى أن المهارات الاجتماعية تشتمل على ثلاثة عناصر رئيسية وهي:

أ- العناصر التعبيرية Expressive elements وتشمل:

1- محتوى الحديث.
2- عناصر لغوية وتشمل حجم الصوت.

3- السلوك غير اللفظي ويشمل: التمركز حول الجسد (المسافة بين الشخصية)، الحركة التعبيرية، الاتصال بالعين (تلاحم البصري)، التعبير الوجهي.

ب- العناصر الاستقبالية وتشمل:

1- الانتباه.

2- حل الشفرة (الفهم اللفظي وغير اللفظي للمحتوى).

3- معرفة زائدة بالعادات الثقافية وسياق الكلام.

ت- الاتزان التفاعلي ويشمل:

1- توقيت الاستجابة.

2- نمط الحديث بالدور.

3- التدعيم الاجتماعي.

كما حدد عبد الرحمن (1998) مكونات المهارات الاجتماعية وفقا لمقياس ماستون وآخرون، للمهارات الاجتماعية للصغار وذلك على النحو التالي:

1. المبادأة بالتفاعل: "وتعني قدرة الطفل على بدأ التعامل مع من جانبه مع الأطفال الآخرين لفظيا أو سلوكيا" كالتعرف عليهم أو ومد يد العون لهم أو زيارتهم أو تخفيف آلامهم أو إضحاكهم.
2. التعبير المشاعر السلبية: وتعني قدرة الطفل على التعبير عن مشاعره لفظيا أو سلوكيا كاستجابة مباشرة او غير مباشرة لأنشطة وممارسات الأطفال الآخرين التي لا تروق له.
3. الضبط الاجتماعي الانفعالي: وتعني قدرة الطفل على التروي على وضبط انفعالاته في المواقف التفاعل مع الأطفال الآخرين، وذلك في سبيل الحفاظ على روابطه الاجتماعية.
4. تعبير عن المشاعر الايجابية: وتعني قدرة الطفل على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة من خلال التعبير عن الرضا عن الآخرين ومجاملتهم ومشاركتهم الحديث واللعب وكل ما يحقق فائدة للطفل ولمن يتعامل معه. **(شاش، 2015، ص ص 183-186)**.

ومن ناحية أخرى وضع ريجيو (1986) نموذجا لتحديد مكونات المهارات الاجتماعية في ضوء مهارات التواصل الاجتماعي التي يقسمها إلى ثلاث مهارات هي: مهارة التعبير (الارسال)، مهارة الحساسية (الاستقبال)، مهارة ضبط وتنظيم المعلومات أثناء التواصل،

وتقع هذه المهارات الثلاثة في مستويين: المستوى الانفعالي، المستوى الاجتماعي، وفيما يلي التفصيل هذه المهارات:

أ- المهارات الاتصال الغير لفظي ويندرج تحتها المهارات التالية:

1- تعبير الانفعالي: ويتضمن الصدق والتلقائية في التعبير عن الانفعالات والمشاعر من خلال ما يبدو من تعبيرات الوجه وخصائص الصوت وإيماءات الجسم ... إلخ، كما يتضمن التعبير عن الاتجاهات والمكانة وإشعارات التوجه بين الشخص.

2- الحساسية الانفعالية: وتتضمن المهارة في استقبال وفك رموز أشكال الاتصال غير لفظي الصادرة عن الآخرين، سواء كانت تعبر عن انفعالاتهم ومشاعرهم أو عن اتجاهاتهم ومعتقداتهم أو عن مكانتهم ووضعهم.

3- الضبط الانفعالي: يتضمن القدرة على ضبط مظاهر التعبير عن الانفعالات الداخلية التي لا تتلائم مع الموقف.

ب- المهارات الاتصال اللفظي (الاجتماعي) ويندرج تحتها المهارات التالية:

1- تعبير الاجتماعي: ويشير إلى الطلاقة اللغوية والقدرة على الاتصال بالآخرين لفظيا، والاشتراك معهم في المحادثات الاجتماعية والكفاء في استهلاك الحديث وتوجيهه.

2- الحساسية الاجتماعية: وتشير إلى قدرة على حضور الاجتماعي للذات، ويتميز الفرد بالثقة بالنفس واللياقة والحكمة وصياغة السلوك الشخصي بما يلائم مقتضيات الموقف الاجتماعي.

3- الضبط الاجتماعي: ويرتكز على مهارة لعب دور وحضور الذات اجتماعيا، ويتسم الأشخاص المرتفعون في ضبط الاجتماعي بالثقة بالنفس، بأدوار اجتماعيا عديدة، والتكيف مع المواقف الاجتماعية والقدرة على تحديد اتجاه ومضمون التخاطب أثناء التفاعل الاجتماعي. **(ريجيو، 2006، ص ص 16،17).**

5- العوامل التي تسهم في تشكيل المهارات الاجتماعية:

ترتبط المهارات الاجتماعية بعدة متغيرات وتسهم العديد من العوامل في تشكيلها، منها ما يتصل بالفرد نفسه ومنها ما يتصل بالطرف الآخر ومنها ما يتصل بخصائص موقف التفاعل وتتحدد المهارات الاجتماعية للفرد بمدى قدرته على التفاعل الاجتماعي مع المواقف المختلفة.

وفي ما يلي أهم هذه العوامل:

5-1 الجنس:

يلعب الجنس دورا مهما في تجديد سلوك الفرد في مواقف التفاعل المختلفة، حيث نلاحظ أن الذكر يتميز بطابع مختلف عن ما تميز به الأنثى من مهارات اجتماعية يرجع ذلك إلى الفروق في عملية التنشئة الاجتماعية والمعايير الاجتماعية المقبولة لكل من الذكور والإناث، فالإناث يتعلمن اللغة بشكل أسرع وأسهل من الذكور وهن خبيرات في قراءة الإشارات العاطفية اللفظية وغير اللفظية وفي التعبير عن مشاعرهن وتوصيلها للآخرين أما الذكور فهم حريصون على الحد من الانفعالات التي تعرضهم للاعتقاد أو انفعالات الشعور بالذنب أو الخوف أو الأذى، وقد أكدت العديد من الدراسات ذلك حيث حدث فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الطريقة التي يستحبون بها على العديد من مقاييس المهارات الاجتماعية، فالإناث أكثر قدرة على التعبير الانفعالي كما أمن أكثر حساسية الفعالية من الذكور. وفي المقابل، الذكور أعلى درجة في الضبط الانفعالي والاجتماعي.

5-2 السن:

تعد مرحلة الطفولة المبكرة مرحلة أساسية لنمو السلوك الاجتماعي، وتحقيق مستوى النضج الاجتماعي اللازم لعملية التكيف الاجتماعي، فالفرد منذ طفولته تنمو لديه القدرة بالتدريج على انشاء العلاقات الاجتماعية الفعالة مع الآخرين، ويتعلم التفاعل الاجتماعي، كما يتعلم الأدوار الاجتماعية لذا يتأثر سلوك الفرد بسنه وخبرته، فالأكبر سنا يتعرض إلى خبرة أكثر من التي يتعرض لها الأصغر سنا، وهذا ينعكس على سلوكه.

5-3 التنشئة الاجتماعية:

تسهم التنشئة الاجتماعية في عملية النضج الاجتماعي، من خلال تعليم الفرد المعايير الاجتماعية التي تحدد له الأدوار الاجتماعية التي تتيح له الاستجابة بطرق ملائمة لمجتمعه، إذ يتعلم كيف يسلك سلوكا اجتماعيا مقبولا عن طريق علاقاته الاجتماعية.

ترتبط التنشئة الاجتماعية خاصة بالأسرة والمدرسة، فالأسرة هي العامل الأول المسؤول. من تعلم الأنماط السلوكية المتعارف عليها اجتماعيا، بينما تمثل المدرسة البيئة الثانية للتنشئة الاجتماعية والتي يقضي فيها الفرد جزءاً كثيرا من حياته ولا شك أنها تمده بالعديد من أنواع السلوك الاجتماعي.

5-3 جماعة الرفاق:

ترتبط التنشئة الاجتماعية كذلك جماعة الرفاق الي تتكون من مجموعة الأفراد المتقاربين في السن ويشتركون في نفس الاهتمامات كالميول والاتجاهات. وترجع أهميتها إلى أنها تنمي لدى الفرد الكثير من المهارات الاجتماعية والقيم والمعايير والتقاليد.

5-4 سمات الشخصية:

إن نجاح العلاقات الاجتماعية للفرد ليس مرتبطا بمواقف التفاعل الاجتماعي فقط، بل يرتبط أيا بقدراته الشخصية، فهي تلعب دورا مهما في تحديد سلوكه، أشارت العديد من الدراسات على أهمية سمات الشخصية وأبعادها عامة الانبساطية والعصابية باعتبارها أكثر أبعاد الشخصية أهمية في وصف السلوك الاجتماعي.

5-5 العادات والتقاليد:

إن فهم الشخصية في ضوء نظرية ألفرد أدلر Alferd Adler تستلزم الكشف عن الإطار الاجتماعي الذي يحيا فيه الإنسان والذي تتشكل حياته من خلال المعايير الثقافية والأخلاقية والاجتماعية هذا الإطار الاجتماعي. ومن ذلك فالعادات والتقاليد والأعراف الاجتماعية تمثل بالنسبة للفرد إطارا عاما يعيش في وسطه، يتأثر به ويؤثر فيه.

5-6 المهنة:

ممثل المهارات الاجتماعية حاليا مهما من جوانب إعداد القيادات المهنية وكذلك القيادات الاجتماعية، وتتجلى هذه الأهمية من خلال المواقف المختلفة في ميدان العمل، كأن يكون هناك تميز في الأداء وفي مستوى التفاعل مع الآخرين، ذلك أن طبيعة المهنة ترتبط بالمهارات الاجتماعية، فالكثير من المهن تملي على الفرد تعاملا خاصا مع المجتمع خاص كالأطباء والممرضين والمساعدين الاجتماعيين والأخصائيين النفسانيين. **(كروم، 2017، ص ص 31،32).**

ويتضح مما سبق أن المهارات الاجتماعية تعتبر متغير تابع يساهم في تشكيله العديد من المتغيرات والعوامل المرتبطة بخصائص الفرد وكذلك تتأثر بهم منها الجنس، السن، التنشئة الاجتماعية (سمات الشخصية، مهنة، العادات والتقاليد، جماعة الرفاق).

6-نظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية:

6-1 نظرية التعلم الاجتماعي :Social Learning Theory

حيث يرى باندورا أن الملاحظة هي المصدر الرئيسي لتعلم الفرد للمهارات الاجتماعية، ويحدث التعلم بالملاحظة من وجهة نظر باندورا من خلال أربع عمليات أساسية:

- الانتباه: حيث يلاحظ الفرد النموذج وينتبه لنمط السلوك المستخدم في النموذج.
- الاحتفاظ: حيث يحتفظ الفرد بالسلوك الذي لاحظه في الذاكرة البعيدة المدى.
- الاستخراج الكلي: حيث يحول الفرد ما تم ترميزه وتخزينه من سلوكيات النموذج إلى أنماط استجابية جيدة.
- الدافعية: وهنا لابد من وجود باعث مناسب لدى الفرد حتى يمكنه أداء الاستجابة المتعلمة.

ويؤكد شريف على أهمية المحاكاة في تعلم الكثير من السلوكيات والمهارات متفقة مع باندورا في ذلك.

ويرى أصحاب هذه النظرية أن مبادئ التعلم كالتعزيز والعقاب والإنطفاء والتعميم كلها تؤدي دورا رئيسيا في عملية التنشئة الاجتماعية واكتساب المهارات الاجتماعية.

وتدور الفكرة الأساسية لنظرية التعلم الاجتماعي حول كيفية تعلم الناس للسلوكيات والمهارات المختلفة عن طريق الاحتذاء، وكيفية تأثير القدوة أو النموذج على سلوكنا، خاصة على اكتساب أنماط السلوك المقبول اجتماعيا والتي تتم عن طريق المحاكاة، حيث يعتقد أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن القدوة أو النموذج ذات دور أساسي في عملية التنشئة الاجتماعية، وهم يسمون هذا النوع من "التعلم بالملاحظة"، ويصف باندورا هذه العمليات بأنها إحدى الوسائل الأساسية التي تكتسب بها أساليباً جديدة للسلوك.

كذلك إن تعلم أي سلوك يتشكل عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين، ويعد هؤلاء من الناحية التقنية نماذج، وأن العملية التي يتم عن طريقها تعلم الاستجابات الجديدة تسمى الاقتداء بالنموذج أو النمذجة يعتقدان أن العمليات المعرفية لها القدرة على التأثير بالتعلم بالملاحظة، فلا يحكي الشخص السلوك الذي يراه لدى الآخرين آليا بل يتخذ الفرد بالأحرى قراراً مقصوداً في أن يسلك الأسلوب نفسه.

ويعد باندورا العمليات المعرفية (Cognitive Processes) مثل الانتباه والإدراك والتذكر والتحليل والتفكير أن لها القدرة على التأثير في اكتساب السلوك، كما للإنسان القدرة على توقع النتائج قبل حدوثها، ويؤثر هذا التوقع (Expectation) المقصود أو المتخيل في توجيه السلوك.

ويتضح مما سبق أن هذه النظرية تمثل تكاملا بين النظرية معرفية وسلوكية وتستند على أن الأنسان كائن اجتماعي يعيش ضمن مجموعات يتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها، وتركز على التعلم بالملاحظة والنمذجة والتي تكون نتيجة تفاعل البيئة وعمليات المعرفية.

6-2 النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، فالفرد يكتسب في نموه أساليبا سلوكية جيدة عن طريق عملية التعلم ويحتفظ بها، ويحتل مفهوم العادة مكانة رمزية في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين المثير والاستجابة، كما تؤكد فرضيات هذه النظرية على أن العادة تكوين مؤقت وليس تكوينا دائما أو نسبيا، كما أنها متعلمة ومكتسبة وليست موروثة أو فطرية.

ومن المؤكد أن تعلم السلوك والمهارات يتم في خطوات متتابعة من البسيط إلى المعقد وذلك لتسهيلها على مراحل حيث يتم تعلم كل خطوة وإتقانها على حدة وعليه يجب تجزئة المهارات ثم تقديم الدعم المناسب لكل جزء من أجزاء المهارة فالتدعيم من الركائز الأساسية في تعلم المهارة.

من هنا يقرر أصحاب الاتجاه السلوكي أهمية تعلم الفرد للسلوك والمهارات بما فيها المهارات الاجتماعية من خلال تجزئتها، وعن طريق التعزيز الذي يتبع سلوك الفرد ليدعمه، كما يرى السلوكيون أن الفرد يستجيب بدلا من أن يبادر ويعتقدون أنه يمكن تعليم جميع أنواع السلوك والمهارات عندما تعزز الاستجابات بالمكافأة، وعندئذ يحدث التعلم ولكن هذه الاستجابات تحمد عند إيقاف عملية التعزيز.

وتركز النظرية السلوكية على السلوك الظاهر مع أهمية التأثير البيئي في تشكيل سلوك الفرد ومهاراته حيث تتضمن هذه النظرية عدة نظريات أخرى تفسر عملية التعلم كفنيات التدعيم والتعلم الشرطي والمحاولة بالخطأ ويطلق على هذه النظريات نظريات المثير والاستجابة **(علي، 2012، ص ص 51-53)**.

ويتضح مما سبق أن هذه النظرية تفسر المهارات الاجتماعية على دور حول كيفية التعلم واكتساب سلوك جديد، وترى سلوك على أنه مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، وكذلك ركزت على مفهوم العادة ومبدأ المثير والاستجابة.

6-2 النظرية المعرفية:

يفترض أصحاب هذا الاتحاد أن الاستجابات لا تحدث على نحو ألي وإنما هي نتاج السلسلة من العمليات المعرفية التي تتم عبر مراحل متسلسلة من المعالجة تؤدي في نهاية المطاف إلى أن يتسق توظيف المعلومات مع المواقف المتنوعة لذلك يفترض أن القصور في المهارات الاجتماعية انما هو نتاج للعوامل المعرفية مثل التوقعات السلبية، وعلى هذا الأساس يهتم المعرفيون بنمط المعارف والمعلومات والخبرات التي يكونها الشخص عن نفسه وسلوكه. **(كروم، 2017، ص ص 25،26)**.

ويتضح مما سبق أن تركيز هذه النظرية انصب على العمليات المعرفية وأنها الأساس في صدور استجابات الفرد كما أنها تتم عن طريق مراحل متسلسلة من المعالجة، وأن أي قصور في المهارات الاجتماعية يعود إلى العوامل المعرفية كالتوقعات السلبية والأفكار اللاعقلانية والخاطئة.

7- مراحل اكتساب مهارات الاجتماعية:

ويرى أدلر وتاون (1999) أن اكتساب الفرد للمهارة الاجتماعية على وجه التحديد يمر بأربعة مراحل هي: (1)- بداية الوعي بالمهارة (2)- غياب الاتقان

(3)- البراعة والتمهير (4)- التكامل

7-1 بداية الوعي:

الخطوة الأولى في تعلم أي مهارة تبدأ بتنامي الوعي بالمهارة. إذ أنها نقطة البداية التي يتعلم فيها الفرد أن هناك طريقة جديدة أفضل للتصرف. فمثلا عندما تحسن الانصات لمتحدث ينمو لديك وعي بأن الانصات طريقة مفيدة تحسن من قبول الآخرين لك، وتعرضك للتمارين المختلفة في سياق فصول هذا الكتاب قد تسهم في زيادة وعيك حول أهمية تطوير مهارتك في التفاعل مع الآخرين.

7-2 غياب البراعة والاتقان:

تظهر المحاولات الأولية للتدرب على مهارة ما عدم إتقان أو براعة في ممارسة المهارة. ويتجلى ذلك في شكل ارتباك وعدم ارتياح إلى درجة يبدو فيها المتدرب أخرق، ولا يعني ذلك أن الفرد قد أخطأ في اكتسابه للمهارة أكثر من أنها إشارة إلى حاجته لمزيد من الخبرة من خلال التدريب والممارسة وقد قيل: ‹‹اسأل مجربا، ولا تسأل طبيبا ››.

7-3 البراعة والتمهر:

يبلغ المتدرب هذه المرحلة عند مواصلته التغلب على مظاهر عدم الاتقان من ارتباك وعدم ارتياح التي ظهرت إبان محاولات الأولية. وخلال هذه المرحلة يبدو المتدرب متمهرا. إذ تتجلى قدرته على التعامل مع نفسه والتحكم في تصرفاته مع حاجته إلى مزيد من التفكير حول عمله، وحاله حال من يتعلم لغة جديدة غير لغته، فبداية التمهر في اتقان اللغة تبدأ مع القدرة على مراعاة قواعد اللغة في بناء الجمل وحسن اختيار المرادفات، تتميز هذه المرحلة من مراحل اكتساب المهارة بقدرة كبيرة من التفكير والتخطيط والنتائج الايجابية تأثيرا لهذه العملية.

4-7 التكامل:

بعد فترة من التمهر يجد المتدرب نفسه عند نهاية الاكتساب للمهارة حيث التكامل في اتيان السلوك الماهر، ويظهر التكامل في شكل الإتقان بالتصرف دون حاجة للتفكير فيه. ويصبح السلوك تلقائيا وجزءا من ذات الشخص فالمجيد للغة غير لغته يستطيع التحدث بطلاقة دون الحاجة الى الترجمة من لغته الى اللغة الثانية التي أجادها، والماهر في تواصله مع الآخرين يعبر عن أفكاره ومشاعره بارتياح وثقة تامة.

وعموما يتم التعلم المهارة بشكل تدريجي. كل خطوة من عملية التعلم تبنى على أخرى ما يسهل عملية الانتقال للتعلم، وقد انتهى البحث إلى أن العملية الأكثر فاعلية للتدريب تظهر في سلسلة من ثلاث خطوات: العرض والتشجيع والممارسة. ويتم تعزيز ما يتم تعلمه عن طريق التغذية الراجعة. ويذكر امستجوفير (1992) lmestggover مجموعة من العوامل التي تساعد على التدرب على المهارة من ذلك.

- مستوى الدافعية.
- التوجيهات اللفظية.
- التحصيل الحالي للمتدرب المتدرب.
- التمرين.
- التوجيه.
- التغذية الراجعة ومعرفة النتائج.
- المحفزات التي تدار بلطف ولباقة.

وكل عامل من هذه العوامل مهم وجوهري في عملية التدريب، والأهم أن كلا منها يدخل ضمن سلسلة برنامج التدريب. وسوء استخدامه يخفض من مستوى الفاعلية في التدريب **(الدخيل، 2014ب، ص ص 18-20)**.

ويعتبر كل عامل من هاته العوامل مهمة لطالب الجامعي في عملية التدريب واكتساب وتطوير مهارات الاجتماعية لديه، ولكن يجب أن تكون عملية تدريب مدروسة من طرف أخصائيين لكي لا تعود بسلب عليه وهنا يكون دور الجامعة في توفير وإعداد إخصائيين لأعداد مثل هذه نماذج التي تساعد على تحفيز طلبة لاكتساب مهارات اجتماعية تشمل داخل حياته داخل وخارج جامعة.

8- أساليب تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة في البيئية التعليمية:

إن تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطالب ضرورة تربوية فالطالب بحاجة إلى ثقة اجتماعية تساعده على التفاعل الاجتماعي الناجح مع الآخرين وتعوده على استخدام المنهج العلمي في حياته وتنمي لديه مهارات

التفاعل الاجتماعي كما أنها تعود عليه بمردود تعليمي يحقق له مكاسب كثيرة كزيادة التحصيل الدراسي ونمو المهارات الأكاديمية والاجتماعية وبناء اتجاهات ايجابية نحو المواد الدراسية وتساعده على تحقيق الذات والتوافق الاجتماعي وزيادة الثقة بالنفس بالآخرين وتنمى لديه مفهوم ايجابي للذات وتحد من الصراعات النفسية والبيئة.

لقد أثبتت الدراسات الحديثة انه لا يمكن تفسير التباين في أداء الأفراد في النواحي الأكاديمية أو غيرها بالعوامل العقلية فقط. فالذكاء وحده أو العوامل العقلية وحدها ما هي إلا عوامل تسهم في تحقيق النجاح لكنها لا تضمن ذلك فهي لا تصنع الإنسان الناجح، ومن تم فإنه يجب الأخذ في الاعتبار تأثير العوامل الانفعالية والاجتماعية على نجاح الطالب وخاصة المجال الأكاديمي **(سليمون و نازك، 2014، ص 342)**.

ويتضح مما سبق أهمية توفر أساليب لتنمية المهارات الاجتماعية داخل البيئة الجماعية وذلك أن جوانب الأكاديمية وحدها غير كافية إذ يتأثر الطالب بعوامل انفعالية واجتماعية تؤثر على نجاحه وخاصة الجانب الأكاديمي.

خلاصة الفصل:

مما سبق يتأكد لنا أن المهارات الاجتماعية من أهم المهارات التي يجب أن يكتسبها طالب الجامعي إذ تساعده على أن يحيى حياة سعيدة مليئة بالتفاعلات الإيجابية مع ذاته والآخرين، كما أنها تساعده على إقامة وتدعيم علاقاته كذلك، لذا يعد افتقاده لهذه المهارات أمرا خطيرا يهدد صحته النفسية وكذا مساره الأكاديمي والمهني، لأنها تجعله غير قادر على دخول في علاقات سوية مع الآخرين بينما يؤدي تمتع بالمهارات الاجتماعية إلى تزايد دوافعه النفسية والاجتماعية من خلال قدرته على القيام بأعمال والأنشطة المميزة لأسلوب تفاعله الاجتماعي مع الآخرين من حوله .

الفصل الثالث:

جودة الحياة

الفصل الثاني: جودة الحياة

تمهيد

1- تاريخ ظهور جودة الحياة

2- تعريفات جودة الحياة

3- أسباب صعوبات تعريف جودة الحياة

4- إتجاهات نظرية المفسرة لجودة الحياة

5- أبعاد جودة الحياة

6- مكونات جودة الحياة

7- مقومات جودة الحياة

8- كيف تحقق جودة الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد:

أضحى مصطلح جودة الحياة في العصر الحالي الأكثر شيوعا واستخداما من أي وقت مضى، حيث نستخدمه عندما يتعلق بشؤون الفرد والمجتمع فهو يعكس درجة استمتاع الفرد بحياته من خلال التفاعل المتبادل مع المجتمع فيعتبر مقياس لرفاهية الشعوب والأفراد وتقدمهم حضاريا ويعتمد على مدى ما يتمتع به الفرد من خدمات صحية وحياتية وتعليمية واجتماعية، وغيرها من الخدمات التي تمنحه الشعور بالسعادة والاستمتاع في الحياة مما أدى إلى الاهتمام الواسع به في كل من العلوم الطبية والإنسانية.

1- تاريخ ظهور جودة الحياة:

يعد كتاب الأخلاق لأرسطو أحد المصادر المبكرة التي تعرضت لتعريف جودة الحياة حيث قال: إن كلا من العامة وأصحاب الطبقة العليا يدركون الحياة الجيدة بطريقة واحدة وهي أن يكونوا سعداء ولكن مكونات السعادة عليها خلاف إذ يقول بعض الناس شيئا ما في حين يقول آخرون غيره ومن الشائع كذلك أن الرجل نفسه يقول أشياء مختلفة في مختلف الأوقات فعندما يقع فريسة المرض فإنه يعتقد أن السعادة هي في الصحة وعندما يكون فقيرا يرى السعادة في الغنى. ويرى أرسطو أن الحياة الطيبة تعني حالة شعورية، ونوعا من النشاط وما ذلك بالتعبير الحديث سوى جودة الحياة.

وأصبحت جودة الحياة من الأولويات المهمة لدى المجتمعات الغربية بعد الحرب العالمية الثانية، وأدخل المفهوم إلى معجم المفردات، واستخدم للتعبير عن الحياة الهانئة التي تتشكل من عدة مكونات منها: العمل والمسكن، والبيئة والصحة.

ومع بداية فترة الثمانينات وما تلاها في التسعينات والظهور السريع لثورة الجودة وتأكيدها على جودة المنتجات وجودة المخرجات، ودخول معايير الجودة وتطبيقها في العديد من المجالات مثل الصناعة، الزراعة، الاقتصاد، الطب والسياسة، والاجتماع والدراسات النفسية، كان أحد نواتج تلك الثورة هي زيادة الاهتمام البحثي بدراسة مفهوم جودة الحياة في المجالات السابقة **(مسعودي، 2015، ص 204)**.

ويتضح مما سبق أن بدايات الاهتمام بجودة الحياة كان منذ عصر الفلسفة ومن أوائل الفلاسفة الذين اهتموا بها أرسطو وعرفت اهتمام أكبر من طرف العلماء بعد نهاية الحرب العالمية الثانية وأصبحت تعرف بمصطلح نوعية الحياة ومع بداية فترة الثمانينات وفترة التسعينات أو ما يعرف بفترة الثورة الصناعية خاصة في أوروبا بدأ الاهتمام بمفهوم الجودة عامة وأصبحت تتميز بمجموعة من المعايير وتم تطبيقها في العديد من المجالات ومنها علم النفس السريري.

2- تعريفات جودة الحياة:

عرفها تارتار وآخرون (1988) Tatare et la: بأنها مكون متعدد المظاهر يتضمن قدرة الفرد السلوكية، والمعرفية والسعادة النفسية والقدرات اللازمة للتفاعل مع بيئته والأدوار الاجتماعية والمهنية التي يقوم بها.

ربطها تارتار وآخرون (1988) Tatare et la بمدى امتلاك الفرد لمجموعة من قدرات سلوكية ومعرفية وقدرات تتفاعل لديه وكذا دور الاجتماعي والمهني الذي يقوم به الفرد.

تعريف تايلور وروجدان (1990) Taylor et Rojdan : على أنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة **(الحوراني، 2016، ص 75)**.

حيث أشار تايلور وروجدان (1990) Taylor et Rojdan إلى أن جودة الحياة هي مدى شعور الفرد بالرضا عن حياته والشعور بالسعادة والراحة.

تعريف منظمة الصحة العالمية (1998): بأنها إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيه أو مدى تطابق أو عدمه ذلك مع أهدافه، وتوقعاته وقيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية وحالته النفسية، ومستوى استقلاليته وعلاقاته الاجتماعية واعتقاداته الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة **(برابح و كتفى، 2020، ص 299)**.

ويعتبر هذا التعريف من أشمل تعريفات لجودة الحياة إذ ربط بين مدى تطابق الثقافة والقيم والسياق الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد وظروف حياته من (أهداف وقيام وصحة نفسية وجسدية واستقلالية وعلاقات اجتماعية ومعتقداته الشخصية).

تعريف عبد الكريم (2006): ترى أن المعيار الأفضل في تحديد مفهوم جودة الحياة هو أن يتضمن إدراكات الفرد لحياته من جهة وخصائص الموقف الذي يعيش فيه من جهة أخرى على اعتبار أن جودة الحياة الفرد ترتبط بالعوامل الذاتية كما أنها تربط بالعوامل الموضوعية **(جخراب و يحي، 2015، ص 474)**.

إذ يعتبر جودة الحياة هي درجة شعور الفرد بالتحسن في جوانب شخصيته وكيفية استخدامها لتهيئة مناخ مزاجي وانفعالي مناسب يساعده على الإنجاز والتعلم وحل مشكلات التي تواجهه واستمراره في توليد الأفكار والإبداع مما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية للوصول إلى جودة حياة أفضل له.

3-أسباب صعوبة تعريف جودة الحياة:

لقد أفيد أن الأدبيات النفسية تشير إلى صعوبة صياغة تعريف محدد لجودة الحياة، فعلى الرغم من شيوع استخدامه إلا أنه غير واضح ويتسم بالغموض، ويرجع ذلك إلى الأسباب الآتية:

- حداثة المفهوم على مستوى التناول العلمي الدقيق.
- تعدد استخدمات هذا المفهوم في العديد من العلوم والمجالات، حيث يستخدم أحياناً للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما يستخدم للتعبير عن إدراك الأفراد لمدى قدرة هذه الخدمات على إشباع حاجاتهم.
- إن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المحيرة، نظراً لاستخدامه في العديد من المواقف المختلفة فيمكن أن يشير إلى الصحة، أو السعادة، أو الرضا عن الحياة، أو فعالية الذات، أو الصحة النفسية.
- مفهوم جودة الحياة يتغير بتغير الزمن وبتغير حالة الفرد النفسية، والمرحلة العمرية التي يمر بها.
- أنه لا يوجد نظرية محددة لجودة الحياة ينطلق منها هذا التعريف، مما جعل العديد من الدراسات تتناول جودة الحياة دون تحديد تعريف محدد لها، واكتفت بتحديد المؤشرات الدالة عليها.
- إن مفهوم جودة الحياة يتأثر بالمتغيرات الثقافية لكل مجتمع، مما يجعل هناك فروقاً في التعريف بين الثقافات المختلفة فما ننظر إليه على أنه يمثل جودة في حياتنا وثقافتنا العربية ليس بالضرورة أنه يعني الجودة في المجتمعات العربية وقد أشار العديد من الباحثين إلى أهمية البعد الثقافي والقيمي في تحديد مؤشرات جودة الحياة في كل مجتمع **(الحوراني، 2016، ص ص 74،75)**.

4- اتجاهات نظرية المفسرة لجودة الحياة:

أولا: المنظور النفسي:

تركز المداخل النفسية في جودة الحياة على الاحتياجات الانسانية وإشباعها، وقد أسهمت عدة نظريات في تناول مفهوم جودة الحياة من المنظور النفسي.

1- جودة الحياة ونظرية التحليل النفسي:

لقد أوضح فرويد Freud أن الشخصية تتكون من ثلاثة ابعاد، البعد الأول بيولوجي والمتمثل بالهو، والبعد الثاني سيكولوجي والمتمثل بالأنا، والبعد الثالث اجتماعي والمتمثل بالأنا الأعلى، وهذه الابعاد الثلاثة متفاعلة فيما بينها كما يقول فرويد Freud: (الحياة النفسية هي عبارة عن تبادل المواقع أو التفاعل بين

قوة حافزة وأخرى كابحة)، فالهو تدفع الفرد إلى الاشياء الغريزية البدائية التي قد تضره اجتماعياً، ويظل الأنا الأعلى يجذب الفرد إلى القيام بأدوار وأعمال قد تكون مضادة للهو وذات طابع مثالي، ويظل الانا يوازن ويوفق بين متطلبات الهو والأنا الأعلى ومتطلبات الواقع، فيظل باستمرار يعادل بين هذين البعدين وإذا ضعف فإن احدهما قد يغلب ويتطرف في شد الفرد، فيصير كالحيوان في إرضاء غرائزه بقوة الهو، أو متطرفاً بالمثاليات الذي سوف يخل بتوازنه بقوة الانا الأعلى في حين ينظر إلى مفهوم جودة الحياة وفقا للمنظور النفسي على أنه " البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية ". وكلما انتقل الإنسان إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح على الإشباع مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا "في حالة الإشباع" أو "عدم الرضا" في "حالة عدم الإشباع" نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة.

يتضح مما سبق أن نظرية التحليل النفسي ربطت جودة الحياة بإشباع الفرد لحاجته الموضوعية والذاتية، فيظهر الرضا في حالة الإشباع وعدم الرضا في حالة عدم الإشباع وكل مرحلة يمر بها الفرد لها متطلباتها وحاجات جديدة يجب إشباعها.

2- جودة الحياة والنظرية السلوكية:

يعرف السلوكيون الشخصية كدالة كلية لسلوك الفرد، ويعتبرونها احتمالاً قوياً للفرد لكي يسلك طرقاً متشابهة في مواقف مختلفة تشكل حياته اليومية، والتركيز على ما يقوم به الفرد في المواقف المختلفة دون الرجوع لسمات شاملة تجعل الفرد يتصرف بطريقة شخصية، ويعتقد السلوكيون أن الفرد يتعلم أن يسلك بطريقة محددة من خلال تفاعله مع البيئة ويرث تركيبا بيولوجيا يساعده في عملية التفاعل التي تحدد السلوك.

ويتضح مما سبق أن النظرية السلوكية ترى بأن شخصية الفرد هي التعبير عن سلوكاته وأن الفرد يتعلم التفاعل من خلال بيئته وما يرثه بيولوجيا وكل هذا يساعد على تحديد سلوكه الذي يتفاعل به مع الأخرين أي أن جودة الحياة تعبر عن طريق مجموعة من السلوكات التي تعلمها من بيئته وتفاعل بها مع الآخرين وما ورثه من تركيبة بيولوجية.

3- جودة الحياة والنظرية المعرفية:

تؤكد على أن ما يفكر فيه الانسان ويشعر به وينفعل له ويدركه على المستوى الشعوري هو الذي يشكل تصوراته للحياة ويصوغ عقائده ويقوده ويوجه تصوراته الخارجية السوية منها والشاذة ويرى (بيك) أن فكرة الإنسان مؤداها ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وآرائه ومثله تعد جميعا بمثابة أمور هامة وذات صلة وثيقة بسلوكه الصحيح أو المريض وأن ما يكتسبه الفرد خلال حياته من معلومات ومفاهيم وصيغ جميعاً في التعامل مع المشكلات النفسية المختلفة التي قد تعترض حياته.

ترى بأن جودة الحياة هي ما يعتقده ويفكر ويشعر به وينفعل له ويدركه الفرد على مستوى الشعور وكل هذا يكون له تصورات عن حياته (سوية أو شاذة) ويستطيع أن يقيم جودة حياته عن طريقها.

4- جودة الحياة والتوجه الإنساني:

الافتراض الأساسي للاتجاه الإنساني هو أن كل الناس طيبين ولذلك يكون اتجاههم نحو العالم ونحو الآخرين إيجابي، ويؤكد علم النفس الإنساني إذن على الحاجة للنمو الشخصي وتحقيق الذات وتعد أكثر النظريات شيوعاً في تناول مفهوم الحياة هي نظرية مدرج الحاجات الابراهام ماسلو Abraham Maslow الذي يرى أن الحاجة الفسيولوجية في ارتباطها بالحاجات الحيوية تؤلف الأساس في جودة الحياة، ويؤخذ على ماسلو Maslow وضعه نهاية وحدود واضحة لتحقيق التقدم والتطور بالوصول للمستوى الأخير من الحاجات بتحقيق الذات.

ويتضح أن هذا التوجه من أكثر التوجهات التي ركزت على مفهوم الحياة عامة وأن الإنسان الصلب هو الذي يكون لديه نظرة إيجابية للعالم والأخرين ويؤكد هذا التوجه على النمو الشخصي والتحقيق الفرد لذاته ومن أهم نظريات في هذا التوجه نظرية الحاجات لماسلو Maslow ; إذ ترى أن الحاجات الفيزيولوجية بارتباطها بالحاجات الحيوية تشكل الأساس في جودة الحياة.

<u>ثانياً: المنظور الاجتماعي:</u>

يعتمد المنظور الاجتماعي على مفاهيم مهمة مثل الطبقة الاجتماعية والسلالة والقيم والتغير الاجتماعي وتقسيم الوقت على الانشطة والاهتمامات المختلفة ومن الملاحظ أن الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد معدلات الوفيات معدل ضحايا المرض نوعية السكن المستويات التعليمية لأفراد المجتمع إضافة إلى مستوى

الدخل وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى أخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا الفرد عن عمله.

وركز هذا المنظور على العوامل الموضوعية في الحياة من معدلات الوفيات والمواليد والمستوى التعليمي والمستوى الدخل، وأهم عنصر تطرق إليه هو طبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وذلك أن جودة الحياة تقتصر على ما يجنيه من مال ونوع عمله وعلاقته مع زملائه في العمل.

ولكن يعاب على هذا المنظور اهماله للعوامل الذاتية لجوده الحياة فالجوانب النفسية وعلاقته مع أفراد أسرته والآخرين كلها عوامل تؤثر على جودة حياة الفرد.

ثالثا: المنظور البيئي:

الحقيقة أن الإنسان هو ابن البيئة والوراثة معاً، بمعنى أن شخصيته وتكوينه ونموه وسلوكه واتجاهاته وميوله وأفكاره وسمات شخصيته، وليدة التفاعل بين البيئة والوراثة، وهناك بعض السمات الشخصية التي تتكون وتتولد في الانسان من جراء المؤثرات البيئية، وما يتعرض له من تربية وتعامل وتنشئة اجتماعية وسياسية وأخلاقية وروحية ودينية ومهنية وفكرية وعقائدية، ولذلك هناك ما يعرف باسم السمات التي تشكلها ظروف البيئة وهنالك نظريات ومذاهب ومدارس في علم النفس تؤكد تأثير البيئة في تفسير سلوك الانسان، وفي نموه وفي صحته أو مرضه ومن ذلك المذهب البيئي.

بالرغم من التغير الهائل في الطرق المعيشية وتراكم المعرفة البشرية، ودخول التكنولوجيا كافة ميادين الحياة، إلا أن العديد من العلماء يعتقدون أن جودة الحياة المعاصرة، ليست بالضرورة أفضل من نوعية حياة

الأجيال التي سبقت الثورة الصناعية، فقد جاء تراكم الثورة في غالب الأحيان على حساب البيئة، وبالتالي فإن الدول الأكثر تصنيعاً مسؤولة أساساً عن تدهور توازنات المناخ، وأن أنماط الاستهلاك السائدة في مجتمع اليوم خاصة الصناعي منه هي السبب الرئيسي في تفاقم مشكلة التلوث نتيجة لحجم ونوعية الفضلات والنفايات ومياه الصرف التي لوثت الأنهار والسواحل والمدن إضافة إلى تلوث الهواء والمياه وانتشار أمراض وأوبئة لم تكن مألوفة سابقا.

ربطت جودة حياة الفرد بالمحيط البيئي والاجتماعي الذي يعيش فيه فبالرغم من التغير الهائل في طرق المعيشة وتراكم المعرفة ودخول التكنولوجيا إلا أن عدد من الباحثين يرون بأن جودة الحياة المعاصرة ليست بالضرورة أفضل من الأجيال السابقة فثورة الصناعية وما أحدثته من أثار سلبية على البيئة والمناخ وأنماط الاستهلاك في المجتمع كلها لها أثر في تدني جودة الحياة عند الكثير من الأفراد وذلك من خلال انتشار الكثير من الأمراض وظهور العديد من الضغوطات النفسية والاجتماعية.

رابعا: المنظور الاقتصادي:

النمو الاقتصادي هام ليس فقط للتنمية البشرية، ولكن للتنمية بشكل عام وهو ليس هدفاً في حد ذاته ولكنه يسهم في تحسين الرفاء الانساني وجودة الحياة البشرية، فهدفه الأساسي هو التنمية البشرية. وركزت تقارير برنامج الأمم المتحدة الإنمائي منذ العام 1990م على مفهوم جودة الحياة وعلى محورية البشر في التنمية وزيادة قدراتهم على الاختيار، وتمكينهم من ممارسة هذه الخيارات وتفجير طاقاتهم الابداعية وتمكينهم من المشاركة في أمور حياتهم، وأصبح النمو الاقتصادي ليس غاية بحد ذاتها بل هو وسيلة لتحقيق التنمية، ومن واجب الحكم الصالح أن يتأكد من تحقيق المؤشرات النوعية لتحسين السكان، وهذه المؤشرات تتعدى الجوانب المادية ليندرج فيها العلم والصحة والكرامة الانسانية والمشاركة والمدخل الاقتصادي التقليدي في تعريف جودة الحياة يعتمد على الأرقام أساساً بحيث يمكن القول بأن المنهج الاقتصادي يقيم جودة الحياة بلغة كمية.

كما ان الاقتصاد كعلم يشمل تحليل تفاعل كل القيم الانسانية التي تؤثر على سلوك الانسان تجاه الموارد النادرة وكذلك نمط استخدام مورد نادر. وتؤكد هذه الفكرة أن مفهوم جودة الحياة من هذا المنظور هو مفهوم اقتصادي أكثر منه مفهوم اجتماعي **(الحاج، 2017، ص ص 17،20)**.

أشار إلى أن جودة الحياة تتمثل في مدى النمو الاقتصادي وتحسين رفاهية الفرد في المجتمع وتسهيل المأمورية له لتفعيل طاقاته وإبداعاته وذلك للبلوغ والتحقيق الهدف الأساسي وهو التنمية البشرية.

5-أبعاد جودة الحياة:

يقرر كومينز وماك كيب (1994) Commis et Mack kepe أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المتعددة الأبعاد وأن جميع المقاييس التي أعدت في هذا المجال تأخذ بهذا الاتجاه، ويضيف أن أي مقياس

الجودة الحياة، يجب أن يتضمن المؤشرات الموضوعية والمؤشرات الذاتية. وتتقسم على فرعين: الأول الأهمية، والثاني الرضا.

حيث أشار ماك كيب إلى أن جودة الحياة تعتمد على بعدين أساسيين هما: البعد الذاتي والبعد الموضوعي.

كذلك يرى مالدون وبارجر Maldon et pergre أن الجانب الموضوعي: قياس مدى قدرة الفرد على إنجاز بعض المهام أو الأنشطة.

أما الجانب الذاتي فيتضمن إدراك الفرد للآثار، والتي تتركها حالته الصحية على حالته الجسمية حيث حدد جود ثلاثة أبعاد أساسية لجودة الحياة هي:

1. حاجات الفرد.
2. التوقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه.
3. المصادر المتاحة لإشباع هذ الحاجات بصورة مقبولة اجتماعياً، والنسيج المرتبط بإشباع هذه الحاجات.

وفقا لموسوعة علم النفس أن جودة الحياة مفهوم ذو أبعاد عديدة لخصها في سبعة محاور مجموعها تمثل جودة الحياة:

1. التوازن الانفعالي: حيث يتمثل في ضبط الانفعالات الإيجابية، والانفعالات السلبية، كالحزن والكآبة والقلق والضغوط النفسية.
2. الحالة الصحية للجسم.
3. الاستقرار المهني حيث يمثل الرضا عن العمل، أو الدراسة.
4. الاستقرار الأسري وتواصل العلاقات الاجتماعية خارج نطاق العائلة.
5. الاستقرار الاقتصادي وهو ما يرتبط بدخل الفرد الذي يعينه على مواجهة الحياة.
6. التوائم الجنس.
7. الرضا عن المظهر والشكل العام.

كما تشير منظمة الصحة العالمية (WHO)، إلى أن مفهوم جودة الحياة يتكون من عدة أبعاد مثل: الحالة النفسية، الحالة الانفعالية، والرضا عن الحياة، والمتعقدات الدينية، والتفاعل الأسري، والتعليم والدخل المادي،

هذا وتتكون جودة الحياة من خلال الإدراك الذاتي للفرد عن حالته العقلية، وصحته الجسمية وقدراته الوظيفية ومدى فهمه للأعراض التي تعتريه.

وترى روزن (1995) Rosene أن جودة الحياة تشمل أربعة أبعاد أساسية تضمنها المقياس الذي أعدته لهذا الغرض هي:

1- الضغط النفسي المدرك.

2- العاطفة.

3- الوحدة النفسية.

4- الرضا.

ويقدم فيلسي وبيرى (1995) Felisi et Pirri نموذجا لجودة الحياة تتكامل فيه المؤشرات الموضوعية والذاتية للمدى الواسع المجالات الحياة، والقيم الفردية ويتضمن هذا النموذج خمسة أبعاد أساسية وهي: الصلاحية الجسمية والرفاهية المادية، والرفاهية الاجتماعية، والصلاحية الانفعالية والنمو والنشاط **(عليان، 2014، ص ص 81،82).**

ووضع شارلوك (2004) Sharelock ثمانية أبعاد لجودة الحياة هي:

1. جودة معيشية الانفعالية: وتشمل الشعور بالأمان، والجوانب الروحية، السعادة، ومفهوم الذات والرضا أو القناعة.
2. العلاقة بين الأشخاص: وتشمل الصداقة الحميمة والجوانب الوجدانية، والعلاقة الأسرية والتفاعل والمساندة الاجتماعية.
3. جودة المعيشية المادية: وتشمل الوضع المادي، وعوامل الأمن الاجتماعي، وظروف العمل، والممتلكات والمكانة الاجتماعية والاقتصادية.
4. الارتقاء الشخصي: يشمل مستوى التعلم، المهارات الشخصية ومستولى الإنجاز.
5. جودة المعيشية الجسمية: وتشمل الحالة الصحية والتغذية، النشاط الحركي، الرعاية الصحية، والتأمين الصحي، ووقت الفراغ، نشاطات الحياة اليومية.
6. محددات الذات: تشمل الاستقلالية، والقدرة على الاختيار الشخصي وتوجيه الذات والأهداف والقيم.
7. التفاعل الاجتماعي: ويشمل القبول الاجتماعي والمكانة الاجتماعية، خصائص بيئة العمل والتكامل والمشاركة الاجتماعية والنشاط التطوعي.

8. الحقوق: وتشمل الخصوصية، والحق في الانتخاب والتصويت وأداء الواجبات والحق في الملكية **(المشاقبة، 2015، ص 36).**

حيث يرى الباحثان أن هناك اتفاق بين عدد كبير من الباحثين ومنهم كومينز وماك كاب، مالدون وبارجر، فيليسي وبيري على وجود نوعين من المؤشرات في جودة الحياة والتي تتمثل في مؤشرات (موضوعية ذاتية).

ونجد أن كل من جود وروزن وشارلوك وكذا منظمة الصحة العالمية وموسوعة علم النفس أعطت كلها تقسيمات مختلفة لجودة الحياة إلا أن في مضمونها تتمثل في مؤشرات (موضوعية وذاتية) كما يتفق الباحثان مع فكرة أن جودة الحياة تتضمن بعدين بعدا (موضوعي وبعد ذاتي) فهما مكملان لبعضهما البعض ولا يمكن إنكار أو التقليل من أهمية أي بعد منهم.

6-مكونات جودة الحياة:

يوضح محمد أبو حلاوة مكونات جودة الحياة كما يلي:

- يتكون مفهوم جودة الحياة كما يستخدم في أدبيات المجال من ثلاث مكونات رئيسية تتمثل فيما يلي:

1. الشعور الداخلي بحسن الحال والرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها المرء (بينما يرتبط الشعور بحسن الحال بانفعالات، ويرتبط الرضا بالقناعات الفكرية أو المعرفية الداعمة لهذا الشعور، وكليهما مفاهيم نفسية ذاتية أي ذات علاقة برؤية وإدراك وتقييم المرء).
2. القدرة على رعاية الذات والالتزام والوفاء بالأدوار الاجتماعية (تمثل الإعاقة المنظور المناقض لهذه القدرة، وترتبط بعجز المرء عن الالتزام أو الوفاء بالأدوار الاجتماعية).
3. القدرة على الاستفادة من المصادر البيئة المتاحة الاجتماعية منها (المساندة الاجتماعية) والمادية (معيار الحياة) وتوظيفها بشكل إيجابي.

- كما يطرح فيلسي وبيري (1995) Felisi et Pirri نموذج ثلاثي العناصر لجودة الحياة يعكس التفاعل بين: ظروف الحياة، الرضا عن الحياة والقيم الشخصية. وقدما تعريفات محددة لهذه العناصر على النحو التالي:

أ- ظروف الحياة Life conditions: وتتضمن الوصف الموضوعي للأفراد وللظروف المعيشية لهم.

ب- الرضا الشخصي عن الحياة Personal satisfaction: ويتضمن ما يعرف بالإحساس بحسن الحال والرضا عن ظروف الحياة أو أسلوب الحياة.

ت- القيم الشخصية والطموح الشخصيPersonnel values and aspiration : وتتضمن القيمة أو الأهمية النسبية التي يسقطها الفرد على مختلف ظروف الحياة الموضوعية أو جودة الحياة الذاتية **(نصار، 2015، ص 59)**.

ويتضح مما سبق أن كل من أبو حلاوة، فليسي وبيري اتفقوا على أن جودة الحياة تتكون من ثلاث عناصر أساسية تتمثل في (رضا الفرد عن حياته، وظروفه المعيشية، والقيم والأهداف الشخصية).

7-مقومات جودة الحياة:

ما هي مقومات جودة الحياة؟، ربما يجدها الشخص في الاستمتاع بجمال منظر غروب الشمس وآخر عند الجلوس في حديقة مع أفراد عائلته مستمتعا بالطبيعة ... أو غيرها من الاشياء التي تشبع حاجة الإنسان سواء على المستوى النفسي أو الروحي أو العقلي أو الجسدي ومن مختلف النواحي: صحية أو اقتصادية أو اجتماعية، ومن ثم فإننا نستطيع القول بأنه تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير تقييم حياته. وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة:

- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- القدرة على التحكم.
- الصحة الجسدية والعقلية.
- الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- المعتقدات الدينية.
- القيم الثقافية والحضارية.

الأوضاع المالية والاقتصادية والتي عليها يحدد كل شخص ما هو الشيء الأهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في حياة التي يعيشها، فالصحة هي حالة سلامة بدنية وعقلية واجتماعية وعاطفية ونفسية واقتصادية وتعليمية كاملة وليست مجرد انعدام المرض أو الإعاقة ومع ذلك فإن الصحة والسلامة لا يتوافران لغالبية الأشخاص مما يؤدي إلى خلق الصراعات داخل الإنسان وبالتالي يكون لها تأثير سلبي على صحته، وإذا

تحدثنا عن مقومات جودة الحياة ونعني هنا الناحية الصحية نجدها تتمثل في أربعة نواحي أساسية والتي تؤثر بشكل أو بآخر على صحة الإنسان بل وعلى نموه كما أن تتفاعل مع بعضها البعض:

- الناحية الجسدية.
- الناحية الانفعالية.
- الناحية العقلية.
- الناحية النفسية.

وتتمثل هذه النواحي الأربع في الاحتياجات الأساسية الأخرى الضرورية للحياة الإنسان التي لا يستطيع العيش بدونها والتي يمكن أن نطلق عليها الاحتياجات الأولية.

أن جودة الحياة تنصرف إلى الجوانب والخصائص والعمليات المتشابهة التي توجد لدى جميع الأشخاص وبصفة عامة تنصرف إلى الأشياء المهمة لكل أفراد الجنس البشري، ولهذا فإن قضايا مثل: التغذية، الصحة، الإسكان، الترابط الاجتماعي، الراحة في قضايا مهمة لكل الأشخاص سواء كان لديهم إعاقة أو لا والذين يعيشون في كل الأقطار وفي مراحل مختلفة عبر التاريخ.

جودة الحياة الشخصية Personal: فعلى الرغم من أن جودة الحياة تنصرف إلى العمليات المتشابهة لدى جميع الأفراد فإن هذا التشابه يتغير عندما يقرر كل فرد اختياراته ويستجيب لحاجاته ولهذا فإن جودة الحياة هي أيضا معنى شخصي وهي تعني شيئا مختلفا قليلا عند كل فرد ويوجد تفاعل فريد بين الفرد وخصائص بيئته وهذا التفاعل هو الذي يحدد جودة الحياة كما أن فهم هذا الفرد والتدخل الفعال هو المفتاح لمساعدة على فهم جودة الحياة **(إبراهيم ، 2016، ص ص 179،180)**.

8-كيف تحقق جودة الحياة:

لكي يستطيع الإنسان الشعور بجودة الحياة والوصول إليها، لابد أن تتضافر وتتوافر مجموعة من العوامل تتمثل فيما يلي:

8-1 إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة:

ويذكر العارف بالله الغندور أن البعض يرى أن لب موضوع جودة الحياة يكمن في دراسية ماسلو عن الحاجات الإنسانية والنظرية الاقتصادية للمتطلبات الإنسانية وأن تصنيف ماسلو للحاجات يشتمل على خمسة مستويات متدرجة حسب أولوياتها وهي:

- ✓ الحاجات الفسيولوجية.
- ✓ الحاجة للأمن.
- ✓ الحاجة للانتماء.
- ✓ الحاجة للمكانة الاجتماعية.
- ✓ الحاجة لتقدير الذات.

حيث أن إشباع الحاجات هي الأساسية هي ضرورية لكل فرد من أفراد المجتمع بشكل عام قد تتفاوت من فرد لأخر من حيث درجة تحقيقها على الرغم من وجود بعض الظروف المحيطة بالفرد.

8-2 تحقيق الفرد لذاته وتقديرها:

حيث يعرف كل من عبد الحميد وكافي مفهوم الذات على أنه:" فكرة الفرد وتقييمه لنفسه بما تشتمل عليه من قدرات وأهداف واستحقاق شخصي ".

وتذكر فرغلي " أن مفهوم الذات لدى الفرد يتكون من مجموعة من العوامل من أهمها: تحديد الدور والمركز والمعايير الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي واللغة والعلاقات الاجتماعية.

ويرى كل من كيرت وتوري Kurt et Tory أن السعي وراء تحقيق الذات هو كتابة الهدف الأساسي والنهائي للطموح الإنساني، وتشير مجدي إلى علاقة تحقيق الذات بجودة الحياة قام فيثرسون (2004) Viterso بدراسة السعادة الشخصية مقابل تحقيق الذات من أجل تنمية جودة الحياة على (264) من طلبة المرحلة الثانوية والجامعية، حيث أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من السعادة الشخصية وتحقيق الذات من ناحية، وجودة الحياة من ناحية أخرى.

وعليه يجب على الفرد أن يترك بأنه يمتلك عملك القدرات والطاقات، وأن يقدر ذاته وأن يعمل جاهدا لتحقيقها على الرغم من وجود العقبات التي تعترضه في حياته، فتحقيق الذات يعتبر بمثابة قمة الشعور والإحساس بالرضا عن الذات ومن ثم شعوره بجودة الحياة **(عبيد، 2017، ص 358).**

8-3: الشعور بالرضا عن الحياة

الرضا عن الحياة هو شعور الفرد بالفرح والسعادة والراحة والطمأنينة واقباله على الحياة بحيوية نتيجة لتقبله لذاته ولعلاقاته الاجتماعية والرضا عن اشباع حاجاته، ويعد الشعور بالرضا واحدا من المكونات الأساسية للسعادة والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الان أو في

الماضي، وهناك شعور بالرضا عن الحياة بوجه عام وعن العمل وعن الوقت الفراغ عن الزواج وعن المجالات الأخرى، فالأشخاص المستقرون في زواجهم ولديهم عمل يعتبر مؤشر على الشعور بالرضا عن الحياة وما من شك أنهم أكثر سعادة من الآخرين **(عليان، 2014، ص ص 91،92).**

ويرى الباحثين ان الرضا عن الحياة مصدر هام يستمد منه الفرد جوده حياته فالشخص الذي يصل إلى ما كان يتوقعه ويحقق احتياجاته ورغباته فيصبح لديه رضا عن حياته وبتالي تتمثل فيما بعد في جودة حياه أفضل له.

8-4 وجود علاقات اجتماعية ودعم اجتماعي:

أن العلاقات الجيدة تعتبر من اهم مصادر السعادة كأن يكون الفرد متزوجا زيجة سعيدة أو له اصدقاء، أو أن تكون علاقاته جيدة مع أفراد الأسرة والاقارب، والزملاء العمل والجيران، وربما يحتاج الفرد إلى التدريب على المهارات الاجتماعية التي تجلب له السعادة.

وفي دراسة كوستوليسكى وليمبريس (Kostelecky et Lempers) والتي هدفت إلى معرفة تأثير الدعم الاجتماعي من الاسرة على درجات الرضا عن الحياة والرفاهية وتحقيق الذات كأبعاد للصحة النفسية لدى عينة من المراهقين والمراهقات ودلت النتائج على وجود ارتباط سالب بين الضغوط الأسرية وضغوط الدعم الاجتماعي وبين الرفاهية والرضا عن الحياة.

وفي دراسة أخرى أجراها وان وآخرون، (1996) على مجموعة من الأباء والأمهات توصلوا إلى أن الدعم الأسري ذو أهمية كبيرة في رضا الفرد عن حياته ويؤيد ذلك آدمز وآخرون(1996) على أهمية الدعم الأسري في جودو الحياة ويشير حنفي (1992) إلى دور الاجتماعي من الاسرة والأصدقاء ودور العبادة ودور الرعاية على جودة الحياة **(عليان، 2014، ص 88).**

8-5 الوقوف على معنى إيجابياً للحياة:

ويعتبر مفهوم معنى الحياة مفهوما هاما ويعتبر Frankil أن الحياة يجب أن تكون لها معنى تحت كل الظروف، وأن هذا المعنى في حالة دائمة من التغيير، إلا أنه يظل موجوداً دائما.

فقد لاحظ Frankil أن نسب الانتحار كانت مرتبطة بين طلاب بعض الجامعات الأمريكية، وان الذين أقدموا على الانتحار كانوا في معظمهم من الطلاب الذين ينتمون إلى أسر ميسورة وعلاقاتهم الاجتماعية طيبة، وحتى مستوى تحصيلهم الأكاديمي كان مرتفعا إلى حد كبير، أي أن ظروفهم المحيطة بهم تبدو جيدة ولا توحي بأن هؤلاء الطلاب قد يصل بهم اليأس إلى حد يدفعهم إلى التخلص من حياتهم.

وتبين أن نسبة كبيرة من الناجين من محاولة الانتحار، أقروا فيما بعد أنهم فعلوا ذلك لأن الحياة لم تكن تحمل لهم أي معنى، وهي بذلك لم تكن حياة تستحق أن تعاش.

حيث يرى أن الإنسان يستطيع اكتشاف ذلك المعنى في حياته بثلاث طرق مختلفة وهي:

- عمل شيء جديد أو القيام بعمل ما.
- تجربة خبرات وقيم سامية مثل الخير والحق والجمال.
- الالتقاء بإنسان آخر في أوج تفرده الإنساني.

وقد حده Frank ثلاثة مصادر يستطيع الإنسان من خلالها تحقيق معنى لحياته وهي كالتالي:

- القيم الإبداعية: وتشمل كل ما يستطيع الفرد إنجازه فقد يكون ذلك الإنجاز عملاً فنيا أو اكتشافا علميا.
- القيم الخبراتية: وتتضمن كل ما يحصل عليه الإنسان من خبرات حسية ومعنوية، وخاصة ما يمكن أن يحصل عليه من خلال الاستمتاع بالجمال، أو محاولات البحث عن الحقيقة أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب أو الصداقة، وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان.
- القيم الاتجاهية: وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء معاناته التي لا يمكن أن يتجنبها كالقدر أو المرض أو الموت.

8-6 توافر الصلابة النفسية:

يرى جمال السيد أن الصلابة النفسية اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك الفرد ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة، فالصلابة النفسية سمة ذات ثلاث أبعاد، الالتزام والتحكم والتحدي، يستطيع الإنسان من خلالها مواجهة الصعاب والأزمات، التي تقف عائق بينه وبين التمتع بالحياة، والرضا عنها والشعور بمعناها.

فالصلابة النفسية تعد إحدى المتغيرات الشخصية الايجابية التي من شأنها مساعدة الفرد في الوقاية من الآثار النفسية والجسدية الناتجة عن التعرض للضغوط **(عبيد، 2017، ص 359)**.

8-7 الصحة:

عرفت هيئة الصحة العالمية بأن الصحة هي التكيف الأفراد مع أنفسهم ومع العالم عموما مع حد أقصى من النجاح والرضا والانشراح والسلوك الاجتماعي السليم، والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها، وهناك تعريف اخر بانها حالة دائمة نسبيا ويكون الفرد متوافقا نفسيا، ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق الذاتي واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوك عاديا بحيث يعيش في طمأنينة وسلام.

حيث أكد مارتن (1994) Marten إدراك جوده الحياة يرتبط بالحالة الصحية للفرد.

وفي دراسة فاهي وآخرون (1996) على عين قوامها (157) من الذكور والاناث تتراوح اعمارهم من (16) الى 47 سنة، إلى أن الصحة تؤثر بصورة جوهرية على الرضا الفرد عن الحياة ومن ثم تحقيق جودة الحياة.

يرى كومنس (1947) أن مفهوم جودة الحياة يشير إلى الصحة الجيدة أو السعادة أو تقدير الذات أو الرضا عن الحياة أو الصحة النفسية.

ويرى الباحثان أن تمتع الفرد بصحة جيدة وخالية من الامراض تعتبر مؤشر واضح على الشعور بجودة الحياة لأن الصحة النفسية والجسدية تعتبر من أهم من الأولويات التي يسعى أي فرد الى تحقيقها وبالتالي تعتبر عنصر اساسي للطلبة الجامعيين فالطالب الجامعي يحتاج كذلك أن يحقق الصحة النفسية والجسدية وذلك للوصول إلى جودة حياة أفضل له.

8-8 السعادة:

السعادة هي: الشعور الداخلي ايجابي شبه دائم يعكس الرضا عن الحياة والطمأنينة النفسية والبهجة والاستماع والضبط الداخلي والتحقيق الذات، والقدرة على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفاعلية.

ويعرفها فينهوفن (1991) venhoven بأنها الدرجة التي يحكم فيها الشخص ايجابيا على نوعية حياته بوجه عام وبمعنى آخر تعني السعادة حب الشخص للحياة التي يحيها و استمتاعه بها، وتقديره الذاتي لها ككل.

عرفها اليوسفي عام (1989) السعادة بانها شعور ناتج من عملية التوازن بين العمليات العقلية واشباع الحاجات الاولية لتحقيق الطموح والانجاز، وهي فن اسعاد الذات بنجاح والعمل على اسعاد الاخرين، وإذا ما تحقق هذا كله يكون الشخص بصحة نفسية جيدة ويشعر بالسعادة.

فهناك العديد من الدراسات الذي اثبتت الوجود علاقة موجبة بين السعادة وجودة الحياة ومنها دراسة فيثرسو (2004) vitherso اثبتت ان السعادة الشخصية عامل قوي ومرتبط بجودة الحياة كما اشارت دراسة هيجس (2007) ودراسة رينج (2007) ودراسة باراون (2009) كمنبئ لجودة الحياة **(عليان، 2014، ص ص 89،90).**

8-9 التدين:

ترى مجدي أن العامل الديني يعتبر من العوامل المؤثرة في مدى ما يشعر به الإنسان من رضا عن الحياة، كما أن التدين يمكن أن يتخذ كقيمة تنمي لدى الفرد المعنى الإيجابي للحياة، وتجعله أكثر قدرة على التكيف مع الضغوط وأكثر قدرة على مواجهة الصعاب.

ويضيف حسن مصطفى بأن الإرشاد الديني يستخدم لخفض الإحساس بضغوط الحياة، ويجعل الفرد أكثر قدرة على ضبط انفعالاته إلى الحد الذي يساعده على النجاح في الحياة.

ويشير حبيب إلى وجود خطوات هامة يستطيع الفرد من خلالها الوصول إلى جودة الحياة وتتمثل فيما يلي:

- بناء الوعي بضرورة الحاجة إلى التحسين والتطوير.
- تحديد أهداف التحسين المستمر للأداء، وبناء تنظيم لتحقيق تلك الأهداف.
- تنفيذ جوانب الجودة الحياتية **(عبيد، 2017، ص 360).**

8-10 الحرية:

الحرية خاصية مهمة لوجود الانسان، والانسان هو الجوهر الذي يقرر ويختار بفضل الحرية التي تعني مواجهة الغرائز أو النزعة الموروثة، أي أنه يستطيع أن يتعامل بشكل إرادي وحر مع الظروف البيولوجية والإجتماعية، التي منها على العلاقة التي منها علاقة بالآخرين، ويقول في هذا ليبون 2001 lebon لقد وجدت أربع معطيات للوجود على نحو خاص ذات علاقة بالعلاج النفسي في قضية الموت لكل منا لأولئك الذين نحبهم والحرية لصنع حياتنا كما نريد وتفردنا النهائي وغياب أي معنى.

ويرى الباحثان ان الحرية تعتبر عنصر المهم للفرد للوصول إلى جودة حياة، فمن خلال حريته يختار ويقرر مصيره ويحدد اهدافه التي تناسبه وامكانياته وميوله.

8-11 القيم:

أشار ريكر (2000) reker إلى أن القيم والمعتقدات تمثل الحجر الأساسي لمصدر جودة الحياة ومعناها، والقيم من منظوره تتجاوز مواقف محدودة إلى مواقف شمولية، وأنها ذات تفضيل اجتماعي وشخصي.

عرفها روكاش (1973) rokeach بأنها اعتقاد دائم وأسلوب سلوكي معين أو حاله غائبة محددة من حالات الوجود المفضلة شخصيا واجتماعيا على سواها.

وميز رو كاش بين نوعين من القيم:

أولا: القيم الغائية وهي القيم التي تشير إلى الأهداف والحالات لغاية الوجود البشرى ويتضمن:

1-القيم الشخصية: مثل احترام الذات والرغبة والسعادة.

2-القيم الاجتماعية: مثل المساواة والسلام.

ثانيا: القيم الوسيلة: وهي القيم التي تشير الى اساليب السلوك المؤثرة في تحصيل النتائج وتعديلها وقد تتحقق بالقيم المتعلقة ب:

1-الكفاءة: مثل التمكن والطموح والشجاعة وسعة الخيال

2-الاخلاق: مثل التحمل المسؤولية والتسامح

واشار زايد أنه لتحقيق جودة الحياة نحتاج لتنمية الاتي:

-الاستقلال الذاتي.

- النمو الشخص (نضج الشخصية).

-تعديل الذات.

-العلاقات الإيجابية مع الاخرين.

- تحديد هدف الحياة.

-الكفاءة البيئية.

وحدد كرومباخ ومولیش crumbaugh et mohalish أربعة مصادر يجد الانسان فيها ما يحقق له جودة حياته:

1- القناعة في الحياة.

2- القدرة على وضع أهداف محدودة وانجازه

3- أن يكون الفرد لديه قدرات السيطرة على حياته

4- الاستتارة والحماس والجد في الحياة

أما روكاش Rockeach صنف مصادر المعنى الشخصي الى المستويات الآتية:

اولا: ويتمثل بانشغال الفرد بالرغبات اللذائذ الراحة للذات.

ثانيا: إدراك الامكانيات الشخصية والخصائص المتفردة.

ثالثا: الانخراط في النشاطات والفعاليات التي تصب في مصلحة الاخرين.

رابعا: البحث فيما هو كوني أو ذو غرض نهائي.

ويذكر لو اساكي (2007) Assaaki بعض العوامل التي تؤدي الى تحسين جودة الحياة وهي:

1- المشاعر الايجابية المرتبطة بالتفاعل والسعادة.

2- الهوية الايجابية وتقدير الذات

3- تواصل الاجتماعي والثقافي المتنامي.

4- التعليم والتنمية الانسانية عبر الحياة.

5- البحث عن معنى الحياة

أما برجر (1998) perger حدد مصادر جودة الحياة كالاتي:

1_ النمو الشخصي كما يتجلى في تحقيق معارف أكثر وتطوير الامكانات العقلية يظهر في خدمة مساعدة الآخرين

2_العلاقة المتبادلة مع الآخرين.

3-العيش طبقا لمعتقدات محدودة.

4-التعبير والابداع من خلال الفن الجمال الموسيقى الشعر التأليف.

5-النواحي المادية من خلال حيازة الممتلكات واسباب الرفاهية.

6 توجه الوجودي القائم على اللذة والمتعة. **(عليان، 2014، ص ص 92،94).**

ويرى الباحثان أن كل من هؤلاء الباحثين اتفقوا على ان الفرد يجب عليه تحديد مجموعة من القيم والضوابط في حياته والتي بالتالي سوف تساعده على تحسين جودة حياته وتحقيقها.

خلاصة الفصل:

وبالتالي تعتبر جودة الحياة مؤشرا حيويا للسعادة، وهدف يسعى إليه كل فرد بحيث تترتب عليها العديد من الفوائد والأثار الإيجابية على الأفراد والمجتمع بشكل عام، فعندما يكون لدينا جودة حياة مرتفعة نشعر بسعادة والرضا الذي ينعكس على صحتنا العامة وحيوتنا كما يؤثر ذلك على علاقتنا الاجتماعية ونجاحنا المهني مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق الرفاهية الشخصية والنجاح في الحياة، لذا على طالب الجامعي تحقيق جودة حياة تمكنه من عيش حياة سعيدة خالية من المشكلات النفسية.

الجانب التطبيقي:

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية.

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية

2-2 نتائج الدراسة الاستطلاعية

2-3 عينة الدراسة الاستطلاعية

3-الدراسة الأساسية

3-1 مجالات الدراسة الأساسية

3-2 مجتمع وعينة الدراسة الأساسية

4-أدوات جمع البيانات

5-أدوات تحليل البيانات

خلاصة الفصل.

تمهيد:

بعد أن تناولنا إشكالية الدراسة وحددنا فرضياتها ثم تطرقنا إلى استعراض الجانب النظري ويضم أهم المعلومات التي لها صلة بمتغيرات الدراسة والتي تتمثل في المهارات الاجتماعية وجودة الحياة نعرض في هذا الجانب التطبيقي إجراءات الدراسة الاستطلاعية والتي تعتبر همزة وصل بين الجانب النظري والتطبيقي والحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة فمن خلال الميدان يتم جمع البيانات الخاصة حول الظاهرة التي هي قيد الدراسة ثم تحليلها كما سنتعرض في هذا الفصل، كل من المنهج المناسب والأدوات الملائمة للقياس وكذا أدوات تحليل البيانات المستعملة وتعرف على المجتمع الاصلي وعينة الدراسة ومجالات الزمنية والمكانية والبشرية للدراسة الحالية.

1-منهج الدراسة:

يقصد بالمنهاج بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في الدراسة موضوع ما، ويعرف أيضا بأنه أسلوب للتفكير والعمل يعتمد الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها وبالتالي الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة حول الظاهر موضوع الدراسة، كما يعرف بأنه الاسلوب الذي يستخدمه الباحث في الدراسة ظاهرة معينة والذي من خلاله يتم تنظيم الأفكار المتنوعة بطريقة تمكن من علاج مشكلة البحث **(المحمودي، 2019، ص 35).**

وبما أن البحث الحالي سيعالج العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية، فإن المنهج المناسب للدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي والذي يستخدم لشرح العلاقة بين متغيرين أو أكثر.

كما تم استخدام المنهج الوصفي المقارن والذي يستخدم لمقارنة المعلومات والنتائج بوصفها وتحليلها بين ظاهرتين أو أكثر، وتم الاعتماد عليه في دراسة الحالية للدراسة الفروق بين فرضيات الدراسة

ويعرف المنهج الوصفي بأنه طريقة لوصف الموضوع مراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها ويعرف أيضا بأنه محاولة الوصول الى المعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر مشكلة أو ظاهرة القائمة للوصول الى فهم أفضل وأدق وأضح لسياسات والإجراءات المستقبلية الخاصة بها **(المحمودي، 2019، صفحة 46).**

2-الدراسة الاستطلاعية:

انطلقت الدراسة من شهر جانفي 2024 إلى غاية شهر مارس 2024، وتعتبر دراسة الاستطلاعية بمثابة مرحلة تمهيدية لأي بحث علمي قبل شروع في الدراسة الاساسية فهي تتيح لنا توفير قدر كبير من المعلومات حول الظاهرة المراد دراستها كما تقدم مجموعة من فروض حول الدراسة ونستطيع من خلالها

تحديد الظروف والامكانيات المتاحة لإجراء الدراسة الاساسية وكذا تدريب الباحث على اجراءات البحث الميداني وتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة.

2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- تعرف على الظاهرة وخصائصها ميدانيا وجمع المعلومات والبيانات عنها.
- بلورة وصياغة البحث بشكل اجرائي.
- ضبط وصياغة الاشكالية وفروض البحث بشكل دقيق.
- ضبط وتحديد المفاهيم الاساسية للبحث لمنع خلط بين ما هو متقارب منها.
- تعرف على الظروف التي ستجرى فيها في فيها الدراسة الأساسية.
- التعرف على الصعوبات والعقبات التي قد تعترض اجراء البحث.
- تاكد من خصائص السكومترية للمقاييس
- التأكد من صلاحية أو قابلية تطبيق منهج الدراسة .
- ضبط عينه الدراسة.

التعرف على مختلف الجوانب التي لها علاقة بموضوع الدراسة.

2-2 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

_ قمنا بتحديد مكان الدراسة ميدانية وتأكدنا من مجموعة البحث المعنية بدراستنا.

_ تم تحديد منهج الدراسة ومدى تلائمه مع متغيرات البحث.

_ توصلنا الى تحديد الدقيق لعينة دراستنا والتي اقتصرت على طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس بالمدية.

_ قمنا بتحديد أدوات الدراسة الملائمة والتي سوف يتم تطبيقها عينة البحث وكذا التأكد من صلاحيتها وتمثلت في كل من اختبار مهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو (1986) Riggio Ronald ومقياس جودة الحياة لمنسي محمود والكاظم علي(2006) وتبين لنا وضوح البنود مقاييس وتجاوب عينة البحث، وبالتالي يمكن تطبيقها في دراستنا الأساسية.

_ تعرف على كيفية إنجاز استبيان الكتروني وذلك لاستخدامه في توزيع مقاييس وتبين لنا تجاوب طلبة في الاجابة على مقاييس التي تم توزيعها عن طريق استبيان الالكتروني.

_ وتمثلت صعوبات في كيفية إنجاز استبيان الكتروني اذ لم تكن لدينا الخبرة السابقة عن كيفية إنجازه وتوزيعه على عينة البحث.

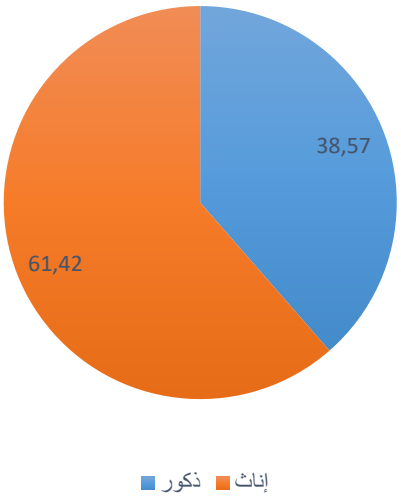
2-3 عينة دراسة استطلاعية:

شملت عينة دراسة الميدانية 70 طالب وطالبة من كلية علوم الإنسانية والاجتماعية، وتم اختيار هذه العينة بطريقة معاينة العشوائية، وكان ذلك بجامعة يحي فارس بالمدية، وتم تطبيق عليها كل من اختبار مهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو (1986) Ronald Riggio، ومقياس جودة الحياة لمنسي محمود والكاظم علي(2006)، وتم توزيعهما عن طريق استبيان الكتروني، وتميزت عينة دراسة استطلاعية بمجموعة الخصائص تالية:

جدول رقم (02): توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

الجنس	تكرار	نسبة المئوية
ذكور	27	%38.57
الإناث	43	%61.42
المجموع	70	%100

الشكل رقم 01: توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

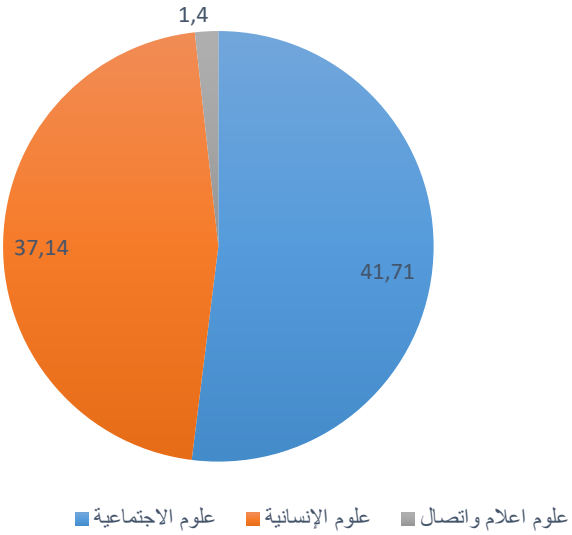


من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي، حسب الجنس فنجد عدد الإناث 43 طالبة أي ما نسبته 61.42% وعدد ذكور 27 طالب أي ما نسبته 38.57%، كما من ملاحظ أن نسبة الإناث أكبر من نسبة الذكور.

جدول رقم (03): توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص

تخصصات	تكرار	نسبة مئوية
علوم الاجتماعية	32	%41.71
علوم الانسانية	26	%37.14
علوم اعلام واتصال	12	%17.14
المجموع	70	%100

الشكل رقم 02: توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص



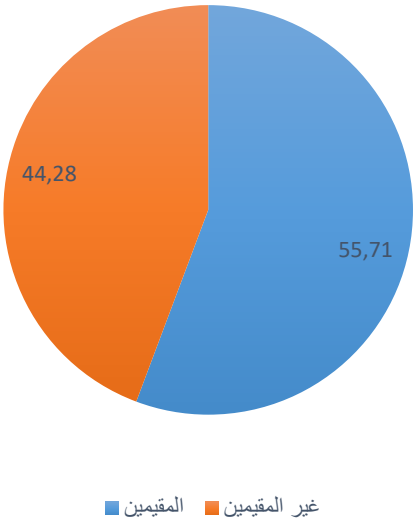
من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي، حسب تخصصات فنجد عدد تخصصات العلوم الاجتماعية 32 طالبة وطالبا أي ما نسبته 41.71%وعدد طلبة تخصصات علوم الإنسانية 26 طالبة وطالبا أي ما نسبته 37.14% وعدد طلبة تخصصات علوم الاعلام والاتصال 12 طالبة وطالبا أي ما

نسبته 17.14%، ومن ملاحظ أن نسبة تخصصات العلوم الاجتماعية هي الأكبر ثم تليها تخصصات العلوم الإنسانية وأخيرا تخصصات علوم الاعلام والاتصال.

جدول رقم (04): توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب نوعية الإقامة

نوعية الإقامة	تكرار	نسبة المئوية
المقيمين	39	%55.71
غير المقيمين	31	%44.28
المجموع	70	%100

الشكل رقم 03: توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب نوعية الإقامة



من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي حسب نمط الإقامة فنجد العدد طلبة المقيمين 39 طالبا وطالبة أي ما نسبته 55.71% وعدد طلبة الغير المقيمين 31 طالبا وطالبة أي ما نسبته 44.28%، كما من ملاحظ ان نسبة طلبة المقيمين أكبر من طلبة الغير المقيمين.

3- الدراسة الأساسية:

حيث بدأنا بدراسة الاستطلاعية وقمنا بتأكد من صلاحية المقاييس كل من مقياس المهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو Ronald Riggoi (1986) والذي تم تقنينه من طرف كروم موفق 2017 ،

ومقياس جودة الحياة لمنسي محمود والكاظم علي 2006 والذي تم تقنينه من طرف عبد الحفيظي يحي 2016 في البيئة الجزائرية وتم ذلك على فئة طلبة الجامعة لكل منهما، وتميزت بنود مقاييس بالوضوح لأفراد العينة وبتالي لم نقم بتغيير أي بند من البنود مقياسين، ونظرا لذلك قمنا بالجمع بين الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية وذلك من خلال إضافة عينات دراسة استطلاعية إلى عينات دراسة اساسية ، ثم شرعنا في توزيع مقاييس على عينة البحث عن طريق الاستبيان الكتروني، وذلك من خلال مشاركته في مجموعة كل فوج لطلبة كلية علوم انسانية والاجتماعية عبر موقع تواصل فيسبوك Facebook ،ومسنجر Messenger، والإيميل Gmail.

3-1 مجالات الدراسة:

3-1-1مرحلة الأولى: الدراسة استطلاعية: وامتدت من 23 جانفي 2024 الى غاية 20 مارس 2024.

3-1-2مرحلة الثانية: الدراسة الاساسية وامتدت من 25 مارس 2024الى غاية 2 جوان 2024.

3-1-3 مجال المكاني: جامعة يحي فارس بالمدية.

3-1-3 مجال البشري: تمثل مجتمع الدراسة في 23000 من طلبة جامعة المدية.

3-2 مجتمع وعينة الدراسة:

تكونت عينة دراسة الاساسية من 350 طالب وطالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وبالغ عددهم 3719 من مختلف مستويات تعليمية (ليسانس، ماستر) و شملت العينة تخصصات الموجودة بالكلية علوم الإنسانية والاجتماعية وتتمثل في تخصصات علوم الاجتماعية و تخصصات علوم الإنسانية و تخصصات علوم الإعلام والاتصال ، كما شملت العينة الطلبة المقيمين والغير المقيمين في الاقامات الجامعية بالمدية ، وتم اختيار هذه العينة بطريقة المعاينة العشوائية الطبقية، والتي تستخدم عندما يكون هناك تباين واضح في مجتمع الدراسة، حيث أن المجتمع دراستنا مكون من طبقات بحيث يمكن تقسيم عينة الدراسة الى طبقتين (ليسانس وماستر).

وتم تقدير حجم العينة باستخدام معادلة ستيفن ثومبسون Stephen Thompson، كما تم توزيع المقايسين عن طريق استبيان إلكتروني وتميزت عينة دراسة الأساسية بمجموعة الخصائص تالية:

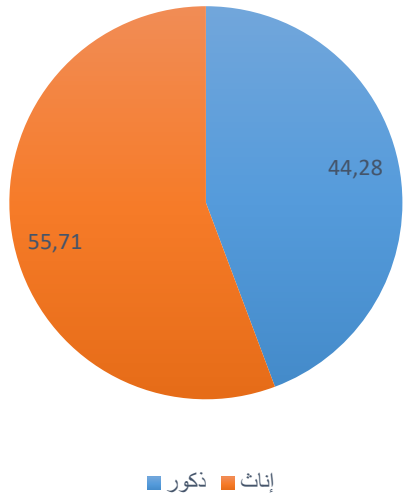
3-2-1 خصائص العينة:

جدول رقم (05): توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة
الذكور	155	%44.28

الإناث	195	%55.71
المجموع	350	%100

الشكل رقم 04: توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس

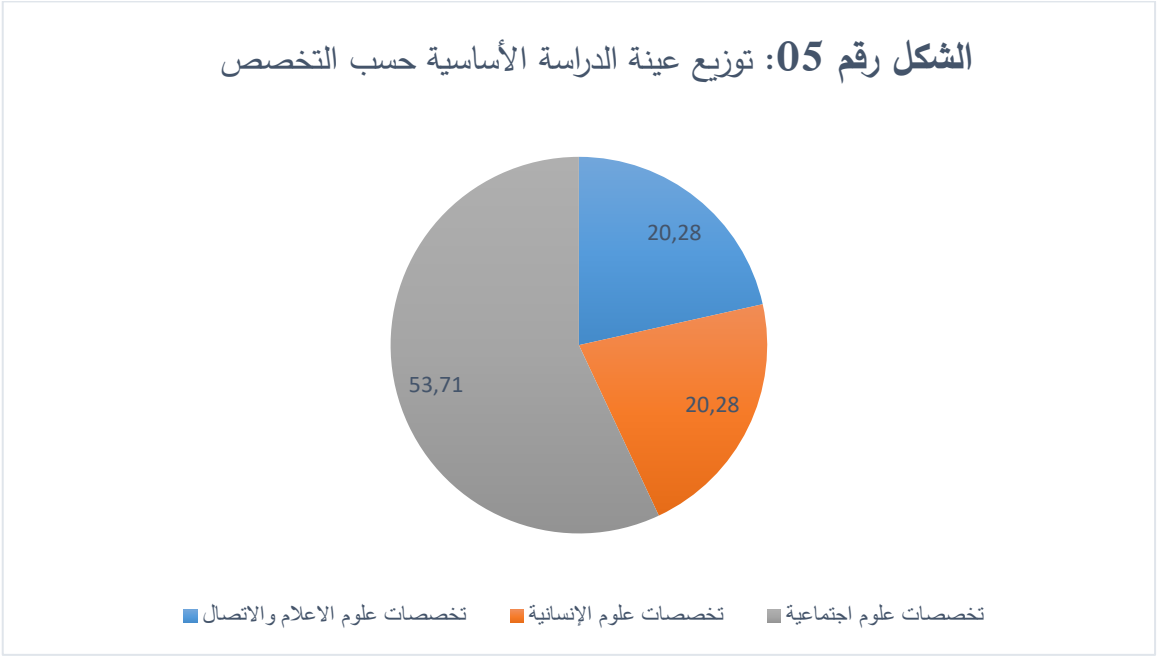


من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي حسب الجنس فنجد عدد الاناث 195 طالبة أي ما نسبته55.71% وعدد الذكور 155 طالب أي ما نسبته44.28%، كما من ملاحظ أن نسبة الإناث أكبر من نسبة الذكور.

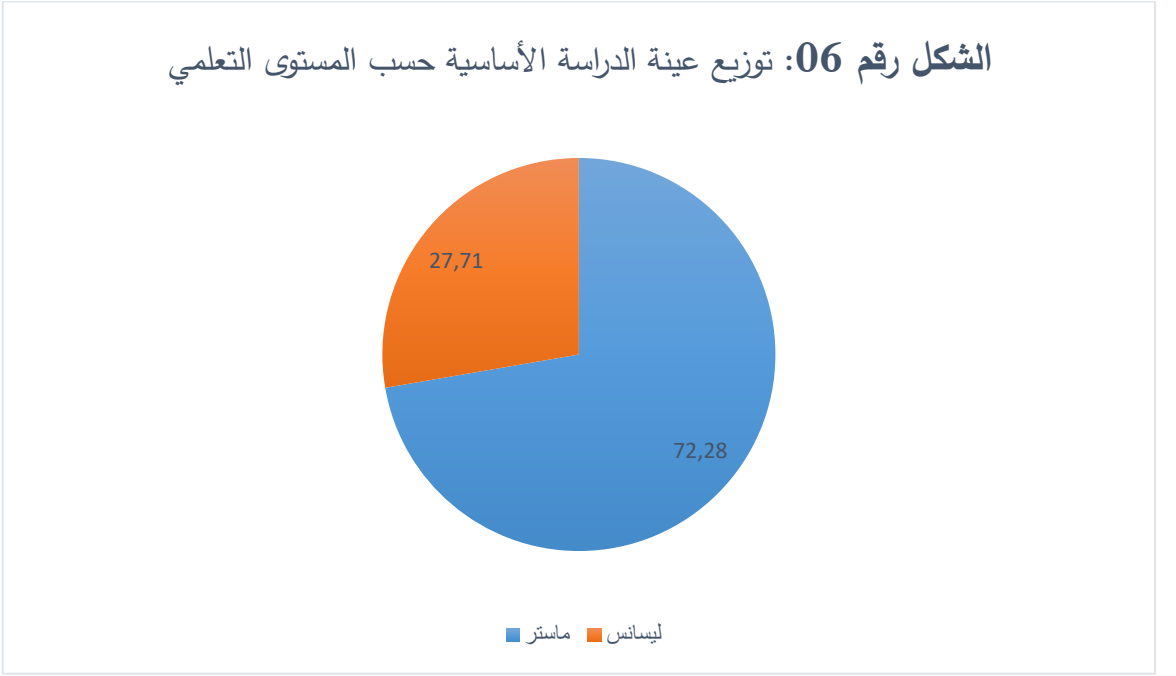
جدول رقم (06): توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص والمستوى التعلمي

التخصص / مستوى التعليمي	تخصصات علوم اجتماعية		تخصصات علوم إنسانية		تخصصات علوم الاعلام والاتصال		[illegible]	[illegible]
	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة		
ليسانس	136	%53.75	54	%21.34	63	%24.90	253	%72.28
ماستر	52	%53.60	27	%27.83	18	%18.55	97	%27.71
المجموع	188	%53.71	81	%20.28	81	%20.28	350	%100

الشكل رقم 05: توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص



الشكل رقم 06: توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المستوى التعلمي



من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي، حسب التخصص والمستوى التعلمي، حيث بلغ عدد افراد العينة 350 طالبة وطالبا جامعية من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، منهم 188 طالبة وطالبا من تخصصات العلوم الاجتماعية أي ما نسبته 53.71%، و81 طالبة وطالبا من تخصصات العلوم الإنسانية أي ما نسبته 20.28%، وأيضا 81 طالبة وطالبا من تخصصات علوم الاعلام والاتصال

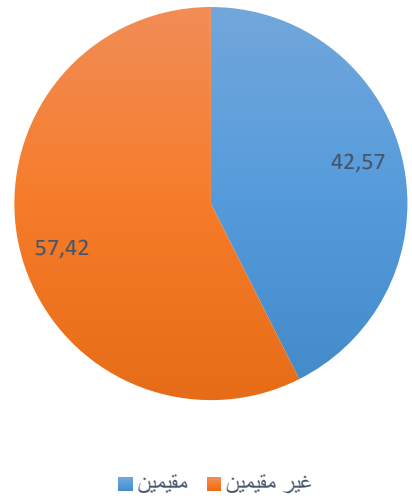
أي ما نسبته كذلك 20.28%. ونلاحظ هنا أن نسبة طلبة تخصصات علوم الاجتماعية هي الأكبر حيث بلغت 53.71%، وأن نسبة تخصصات العلوم الإنسانية وتخصصات علوم الاعلام والاتصال متكافئة حيث بلغت كل منهما 20.28%.

كما يوضح نفس الجدول أن عدد طلبة ليسانس يتمثل في 253 طالبة وطالبا أي ما نسبته 72.28%، وعدد طلبة الماستر تمثل عددهم في 97 طالبة وطالبا أي ما نسبته 27.71%. ونلاحظ ان نسبة طلبة ليسانس أكبر من نسبة طلبة الماستر.

جدول رقم (07): توزيع عينة الدراسة الاساسية حسب نوعية الإقامة

نوعية الإقامة	التكرار	نسبة المئوية
مقيمين	149	%42.57
غير مقيمين	201	%57.42
المجموع	350	%100

الشكل رقم 07: توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب نوعية الإقامة



من خلال الجدول التالي نلاحظ توزيع العينة كالآتي، حسب نمط الإقامة فنجد العدد طلبة المقيمين 149 طالبة وطالبا أي مانسبته42.57% وعدد طلبة الغير المقيمين 201 طالبة وطالبا أي ما نسبته 57.42%، كما من ملاحظ ان نسبة طلبة المقيمين أقل من نسبة طلبة الغير المقيمين.

4- أدوات جمع البيانات:

4-1: استمارة معلومات:

هي عبارة عن نموذج مجموعة من الأسئلة، توجه إلى الافراد بهدف الحصول على بيانات معينة وتعتبر أكثر أدوات جمع البيانات استخداما وشيوعا في الدراسات الاستطلاعية الكشفية والوصفية **(ابو شنب ، 2004، ص 92).**

تحتوي هذه الاستمارة على بيانات عامة تتمثل في التخصص، الجنس، المستوى التعليمي ونوعية الإقامة كل هذه البيانات تستعمل للمقارنة بين عينة الدراسة متمثلة في الطلبة الجامعيين.

4-2 اختبار المهارات الاجتماعية:

4-2-1 وصف الاختبار:

اختبار المهارات الاجتماعية (Social Skills Inventory) المعروف اختصارا بـ (SSI) أعده الباحث الأمريكي رونالد ريجيو (Riggio,1986) وهو عبارة عن أداة سيكولوجية للتقرير الذاتي صمم كوسيلة لقياس مهارات التواصل الاجتماعي يتكون الاختبار من 90 فقرة منها سالبة ومنها موجبة، موزعة على سنة (06) اختبارات فرعية، وكل اختبار مكون من 15 فقرة، وزعت الفقرات على الاختبارات الفرعية بطريقة دائرية.

وبعد تقنين الاختبار من طرف كروم موفق (2017)، أصبح الاختبار في صورته النهائية المعدة للتحليل مكونا من (55) فقرة) من أصل (90) فقرة تضمنتها الصورة الأصلية وذلك بعد حذف (35) فقرة) تالية:

V31 –V29 –V25–V23 –V21 –V19 –V17–V13–V11 –V10 –V09 –V07 –V05 –V01
–V75 –V74 –V73 —V55–V53 –V49 –V46 –V43 –V41 –V39 –V37 –V35 –V33 –
–V71 –V69 –V67 –V65 –V62 –V59 –V56

V77– V80 –V81-،بعد هذه الخطوة أصبح عدد الفقرات القابلة للتحليل (55) فقرة.

كما أصبح الاختبار يتضمن 10 عوامل فرعية تالية:

جدول رقم (08): عوامل وفقرات اختبار المهارات الاجتماعية

رقم العامل	تسمية العامل	عدد الفقرات	ارقام الفقرات
العامل الأول	مهارات الاختلاط والمشاركة الاجتماعية	09	V58- V70- V61- V82- V54 - V76- V44- V28- V64
العامل الثاني	مهارات المبادأة بالتفاعل	05	V04- V16- V22- V34- V40
العامل الثالث	مهارات المحادثة	09	V84- V30- V72- V24- V36- V18- V47- V29- V88
العامل الرابع	المهارات القيادية	04	V78- V12- V52- V42
العامل الخامس	مهارات التعبير عن المشاعر والانفعالات	06	V73- V57- V63- V27- V79- V87
العامل السادس	مهارات الحساسية الاجتماعية	04	V38- V50- V32- V26
العامل السابع	مهارات المراقبة الاجتماعية	05	V02- V20- V74- V14- V83
العامل الثامن	مهارات التعاطف والارتياح الاجتماعي	03	V68- V86- V08
العامل التاسع	مهارات الضبط الاجتماعي والانفعالي	04	V39- V15- V03- V45
العامل العشر	مهارات التكيف مع المواقف الاجتماعية	06	V66- V51- V90- V48- V06- V60
المجموع	10 عوامل		55 فقرة

(كروم، 2017، ص ص 103-245).

الملحق(02): أنظر اختبار مهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو (1986) Ronald Riggio.

4-2-2 تصحيح الاختبار:

نمط الاستجابة على الاختبار من نوع ليكرت Likert خماسي الاستجابة، وتتطلب الإجابة ريجيو الاختيار من بين خمسة بدائل، هي: (تنطبق علي تماما)، (تنطبق علي كثيرا)، (تنطبق على أحيانا)، (تنطبق علي قليلا)، (لا تنطبق علي إطلاقا). يتضمن الاختبار (32) فقرة سالبة و(58) فقرة موجبة، ويتم تقدير درجات الاختبار كما يلي:

بالنسبة للعبارات الموجبة تعطى (5) درجات عند الاستجابة بـ (تنطبق علي تماما)، وتعطى (4) درجات عند الاستجابة بـ (تنطبق علي كثيرا)، وتعطى (3) درجات عند الاستجابة بـ (تنطبق علي أحيانا) وتعطى درجتين (2) عند الاستجابة بـ (تنطبق علي قليلا) وتعطى درجة واحدة عند الاستجابة بـ (لا تنطبق علي اطلاقا). أما بالنسبة للعبارات السالبة فتكون درجاتها معاكسة لتقدير الدرجات الموجبة **(كروم، 2017، ص 104).**

الملحق(4): أنظر يوضح العبارات سالبة والموجبة للاختبار.

4-2-3 خصائص السيكومترية للاختبار (صدق، ثبات):

أولا: الثبات

يعد ثبات الفقرات شرطا أساسيا من شروط أدوات البحث، ويقصد أن تعطي فقرات الاختبار نفس النتائج أو قريبة منها إذا ما أعيد تطبيقها على الأفراد أنفسهم في الظروف نفسها.

وقد تم حساب معامل ثبات الاختبار بطريقة التباين ألفا كرونباخ، حيث تتمتع هذه الطريقة بأهمية خاصة في حساب ثبات الاختبارات الموضوعية، وهي تمثل التجانس في أداء الأفراد في قياس خاصية محددة، ويشترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط. لذلك تم حساب معامل الثبات لكل عامل على انفراد.

الجدول رقم (09) يوضح قيم معاملات الثبات لكل عامل.

رقم العامل	العـــوامـــل	عدد الفقرات	قيمة ألفا
01	مهارات الاختلاط والمشاركة الاجتماعية	9	0,7917

02	مهارات المبادأة بالتفاعل	5	0,6227
03	مهارات المحادثة	9	0,6604
04	المهارات القيادية	4	0,6817
05	مهارات التعبير عن المشاعر والانفعالات	6	0,4885
06	مهارات الحساسية الاجتماعية	4	0,6915
07	مهارات المراقبة الاجتماعية	5	0,5900
08	مهارات التعاطف والارتياح الاجتماعي	3	0,3789
09	مهارات الضبط الانفعالي والاجتماعي	4	0,5059
10	مهارات التكيف مع المواقف الاجتماعية	6	0,5892
الدرجة الكلية للاختبار		55	ــــــ

* الارتباط دال عند مستوى معنوية 0.01

* الارتباط دال عند مستوى معنوية 0.05

المصدر: مخرجات التحليل العاملي من برنامج الـ spss.

تشير البيانات في الجدول السابق إلى أن قيم معاملات الثبات لعوامل الاختبار باستخدام معادلة كرونباخ تراوحت ما بين (0,3789) للعامل الثاني و (0,7917) للعامل الأول، وهي قيم جيدة، مما يؤكد أن العوامل تتميز بدرجة مقبولة من الثبات.

ثانيا: الصدق

4-2-4 صدق عوامل الاختبار بطريقة الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي، تم حساب معامل الارتباط بين درجات كل عامل والدرجة الكلية للاختبار.

والجدول رقم (10)، يوضح هذا الإجراء.

جدول رقم (10): مصفوفة معاملات الارتباط بين العوامل والدرجة الكلية للاختبار

	العامل01	العامل02	العامل03	العامل04	العامل05	العامل06	العامل07	العامل08	العامل09	العامل10
العامل01	1									
العامل02	0,507**	1								
العامل03	0,355**	0.132**	1							
العامل04	0,492**	0,305**	0,305**	1						
العامل05	0,028-	0,076	-0,093**	0,057	1					
العامل06	0,064	0,218**	0,093**	0,315**	0,278**	1				
العامل07	0,063	0,260**	-0,074	0,221**	0,145**	0,407**	1			
العامل08	0,201**	0,204**	0,034	0,354**	0,205**	0,344**	0,229**	1		
العامل09	0,010	0,126**	0,223**	0,018	0,345**	0,106	0,002-	0,039	1	
العامل10	0,505**	0,308**	0,476**	0,419**	0,029	0,208	0,063	0,283**	0,134**	1
SSI	0,705**	0,604**	0,554**	0,655**	0,321**	0,493**	0,375**	0,456**	0,348**	0,684**

* الارتباط دال عند مستوى معنوية 0.01

* الارتباط دال عند مستوى معنوية 0.05

يتضح من الجدول (10) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين كل عامل والدرجة الكلية للاختبار دالة عند مستوى (0,01). كما يمكن القول بصفة عامة أن هناك ارتباطا بين عوامل الاختبار فيما بينها. وهذا يشير إلى عوامل الاختبار متناسقة ومتجانسة وأن مفرداته متماسكة، مما يعني أن العوامل والفقرات تتمتع بدرجة عالية من الصدق.

إضافة إلى ذلك تم إجراء الصدق التلازمي وذلك من خلال الحكم على أداء المفحوصين في الاختيار في ضوء محك خارجي حيث اعترت العلاقة الارتباطية بين درجات اختبار المهارات الاجتماعية ودرجات اختبار كاتل للشخصية مؤشرا للصدق التلازمي. **(كروم، 2017، ص ص 131،133).**

4-3 مقياس جودة الحياة لمنسي المحمود والكاظم علي(2006):

4-3-1 وصف المقياس:

يتألف المقياس من 60 بندا، تقيس درجة شعور الطالب الجامعي بجودة حياته ضمن ستة أبعاد وهي:(جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة شغل وإدارة الوقت)، تمت صياغة عشر بنود لكل بعد من أبعاد جودة الحياة، بواقع خمسة بنود سالبة وخمسة بنود موجبة، ووضع أمام كل بند مقياس تقدير خماسي (Rating scale)، (أبدا، قليلا جدا، إلى حد ما، كثيرا، كثيرا جدا) وأعطيت البنود الموجبة التي تحمل الأرقام الفردي الدرجات «1، 2، 3، 4، 5» في حين أعطي عكس الميزان السابق للبنود السالبة (التي تحمل الأرقام الزوجية).

جدول رقم (11) يوضح أرقام بنود مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم

أبعاد المقياس	أرقام البنود من:
جودة الصحة العامة	10-01
جودة الحياة الاسرية والاجتماعية	20-11
جودة التعليم والدراسة	30-21
جودة العواطف (الجانب الوجداني)	40-31
جودة الصحة النفسية	50-41
جودة شغل الوقت وإدارته	60-51
مقياس جودة الحياة بشكل عام	60-01

جدول رقم (12): يوضح طريقة تصحيح مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم

البدائل / البنود	ابدا	قليلا جدا	الى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا

البنود التي تحمل الارقام فردية	1	2	3	4	5
البنود التي تحمل الارقام الزوجية	5	4	3	2	1

(عبد الحفيظي، 2016، ص ص 80-126).

الملحق (03) أنظر مقياس جودة الحياة لمنسي المحمود والكاظم علي(2006).

4-3-2 صدق المحتوى:

عرض المقياس على ستة خبراء من المتخصصين في القياس والتقويم، والإرشاد النفسي، والطب النفسي، للتعرف على مدى ملاءمة تعليمات الإجابة لطلبة الجامعة، وانتماء البنود للأبعاد التي وضعت فيها، ومدى جودة صاغتها ووضوحها، وبعد الأخذ باقتراحاتهم في تعديل صياغة 10 بنود التي تحمل الأرقاء (11، 19، 25، 30، 33، 41، 45، 48، 55، 59)، حصل المقياس على مؤشر هذا النوع من الصدق من خلال اتفاقهم بنسب تراوحت بين 83 و100% على أن بنود مقياس جودة الحياة تقيس مكونات الجودة التي تم تحديدها في التعريف الإجرائي.

4-3-3 تحليل البنود:

تم التعرف على القدرة التمييزية لكل بند من بنود المقياس، باستخدام اختبارات لدلالة الفروق بين متوسطي البند عند المجموعتين الطرفيتين بعد سحب أعلى وأدنى 27 من العينة على أساس الدرجة الكلية لكل بعد، وأظهرت النتائج أن قيم المحسوبة تراوحت بين 2.69 و15.69، وقد تمتعت جميع هذه القيم بالدلالة الإحصائية.

4-3-4 صدق البناء:

لتقدير هذا النوع من الصدق، تم التعرف على علاقة البند بالبعد الذي ينتمي إليه البند من جهة، وعلاقة الأبعاد الفرعية مع بعضها من جهة أخرى، وفيما يلي عرض عام للنتائج المتوصل إليها:

- علاقة البند بالدرجة الكلية للبعد: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه البند، وأسفرت النتائج عن تمتع جميع قيم معاملات الارتباط بالدلالة الإحصائية عند مستوى لا يقل عن 0.05.
- علاقة درجة كل بعد بدرجات الأبعاد الأخرى: تم حساب نفس معامل الارتباط السابق بين أبعاد المقياس الستة، وقد تراوحت قيم الارتباطات بين 0.32 و0.70 وجميعها دالة إحصائيا عند مستوى لا يقل عن 0.01.

4-3-5 الصدق التلازمي:

لتقدير هذا النوع من الصدق استخدم الدخل الشهري كمحك موضوعي لجودة الحياة، وتم حساب دلالة الفروق في جودة الحياة بين ذوي الدخل المنخفض وذوي الدخل المرتفع، باستخدام اختبارات للعينتين مستقلتين، وبينت النتائج أنها بلغت القيمة 2.34 وهي دالة إحصائيا لمصلحة ذوي الدخل المرتفع.

4-3-6 ثبات المقياس:

للتحقق من الثبات قام معدا المقياس بحساب معامل الاتساق الداخلي بطريقة آلفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس الستة، وقد تراوحت قيم معاملات ثباتها بين 0.62 و0.85 بوسيط قدره 0.85، وللمقياس ككل «0.91».

أما الخطأ المعياري فتراوحت قيمته بين (0.53± و3.21±) للأبعاد الستة، في حين بلغ 7.44 للمقياس ككل.

4-3-7 المعايير:

تم اشتقاق المئينيات Percentiles كمعايير للدرجات الخام لكل بعد من أبعاد المقياس الستة **(عبد الحفيظي، 2016، ص ص 81،82).**

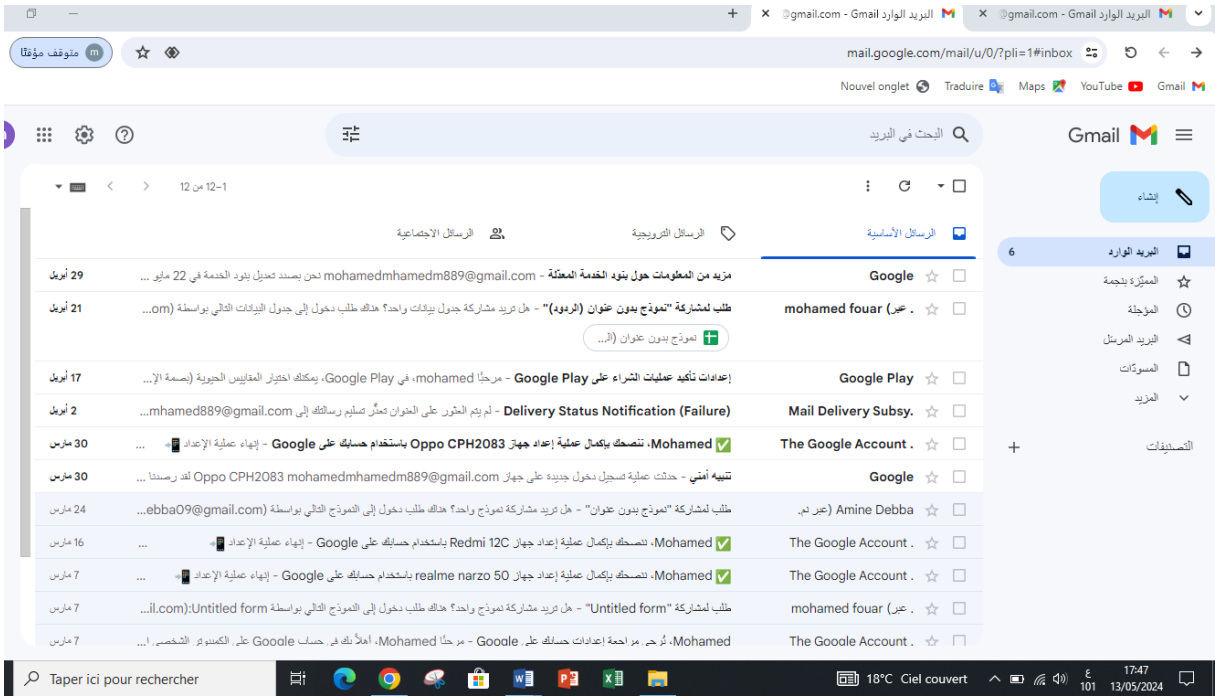
لقد تم توزيع المقاييس وذلك:

بطريقة الكترونية: عن طريق إنشاء استبيان الكتروني وتوزيعها باستخدام الانترنت عن طريق الايميل Gmail **أو** الفايسبوك Facebook أو المسنجر Messenger.

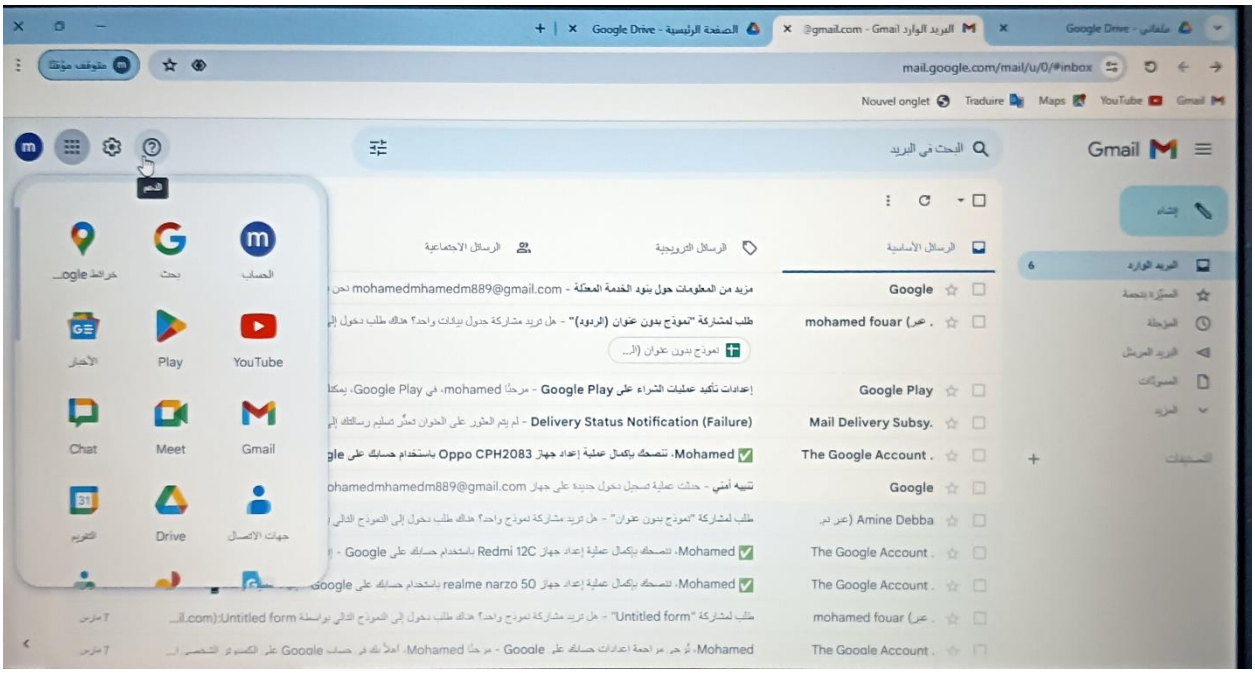
4- 4خطوات إنشاء استبيان الكتروني:

1-إنشاء حساب على الجي ميل Gmail، حيث أنه تم استخدامه مع كلمة السر الخاصّة للدخول إلى قوقل درايف Google Drive، والذي من خلاله تم إنشاء الاستبيان .

2-الدخول إلى قوقل درايف، وذلك من خلال الضغط على الرابط التالي:

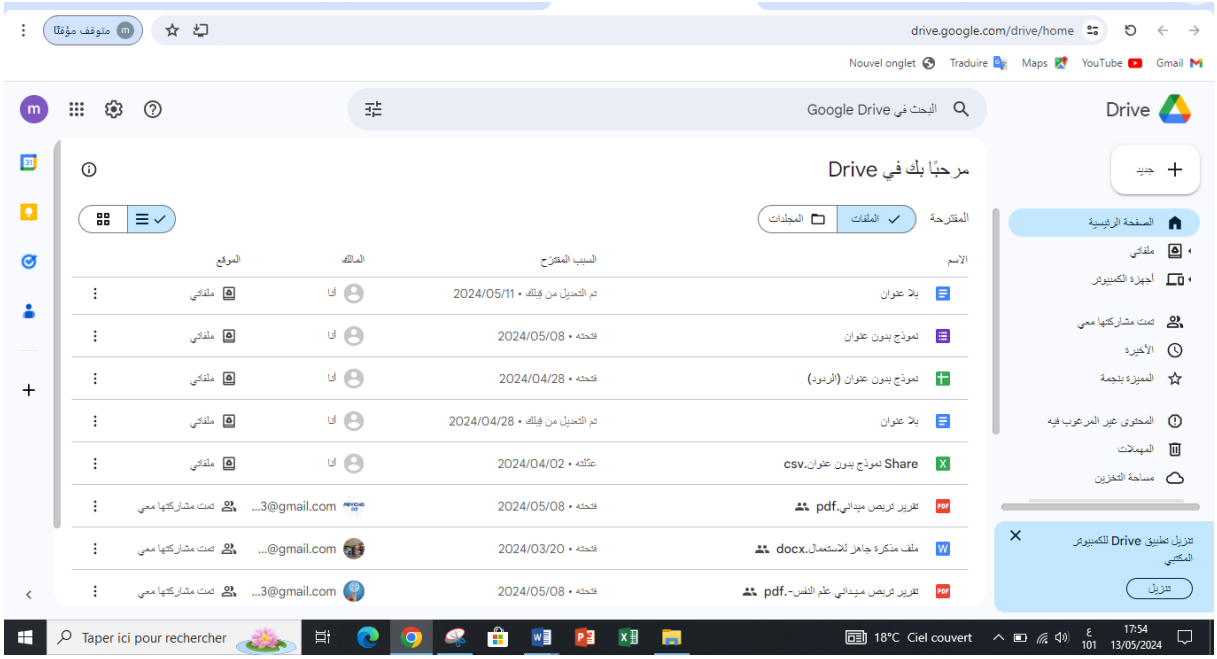


https://drive.google.com/drive/my-drive من الجدير بالذكر أنّه في حالة عدم توفر "القوقل درايف" على الجهاز، فإنّه من الممكن تحميله عن طريق الإنترنت على الجهاز. من الممكن الدخول إلى قوقل درايف من بعد الدخول إلى حساب البريد الإلكترونيّ الخاص بالتحميل، وذلك من بعد الضغط على المربع المقسم، والذي يكون بجانب اسم المستخدم، حيث سيظهر مربع للخيارات فيه إشارة القوقل درايف.



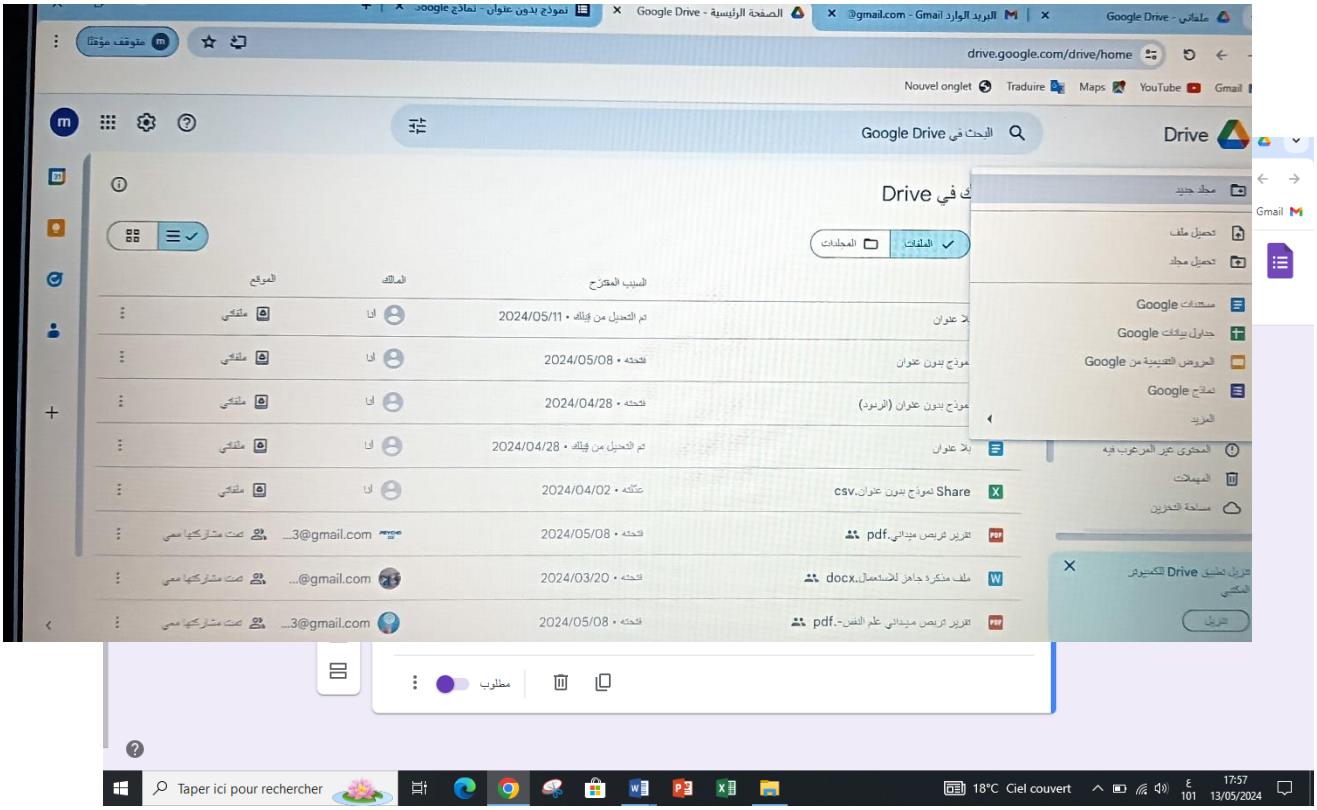
3-ستفتح صفحة جديدة والتي تحتوي على جميع الملفات الخاصة بالمستخدم على الحساب الخاص، هذا بالإضافة إلى الملفات المميزة أو التي تمت مشاركتها مع المستخدم من الأصدقاء أو جهات الاتصال الخاصّة به.

4-الضغط على أيقونة "جديد" (علامة +)، والموجودة في أعلى الجهة اليمنى من الشاشة.



5- بعدها ستنحدر قائمة جديدة بالعديد من الخيارات المتنوّعة، منها: جداول بيانات، ومستندات، وعروض بالإضافة إلى نماذج وغيرها، اضغط على خيار "نماذج"، وسوف تفتح الصفحة الجديدة التي من خلالها يمكن البدء بعمل الاستبيان، من الجدير بالذّكر أنّه في حالة عدم ظهور خيار "نماذج" في القائمة الأساسية لأيقونة "جديد"، فمن الممكن العثور عليها بعد الضغط على خيار مزيد والموجود في أسفل القائمة التي تظهر من بعد الضغط على "جديد".

6-وضع عنوان مناسب للاستبيان وذلك مكان عبارة "نموذج بدون عنوان"، ثم يوضع وصف لهذا الاستبيان،



كذكر السبب وراء عمله، أو أسس اختيار الإجابة المناسبة وغيرها

7- إدراج السؤال الأول في الخانة الاولى، بدل عبارة "سؤال بدون عنوان"، وذلك من بعد الضغط عليها وحذف العبارة الأصلية. البدء بإدراج الخيارات أو الإجابات المتعددة الخاصة بكل سؤال، وذلك بعد الضغط



على "الخيار رقم 1"، وسيلاحظ بعدها أن هناك خياراً إضافياً قد ظهر وهو: "إضافة خيار آخر أو إضافة خيار غير ذلك"، حيث إنه عند الضغط عليه ستكون هناك إمكانية إدراج خيارات إضافية. هكذا يكون الاستبيان قد أصبح جاهزاً للنشر، حيث أنه سيظهر قائمة ملفاتي في الشاشة الرئيسية:

8- نقوم بنسخ رابط الاستبيان الخاص بك كالتالي:

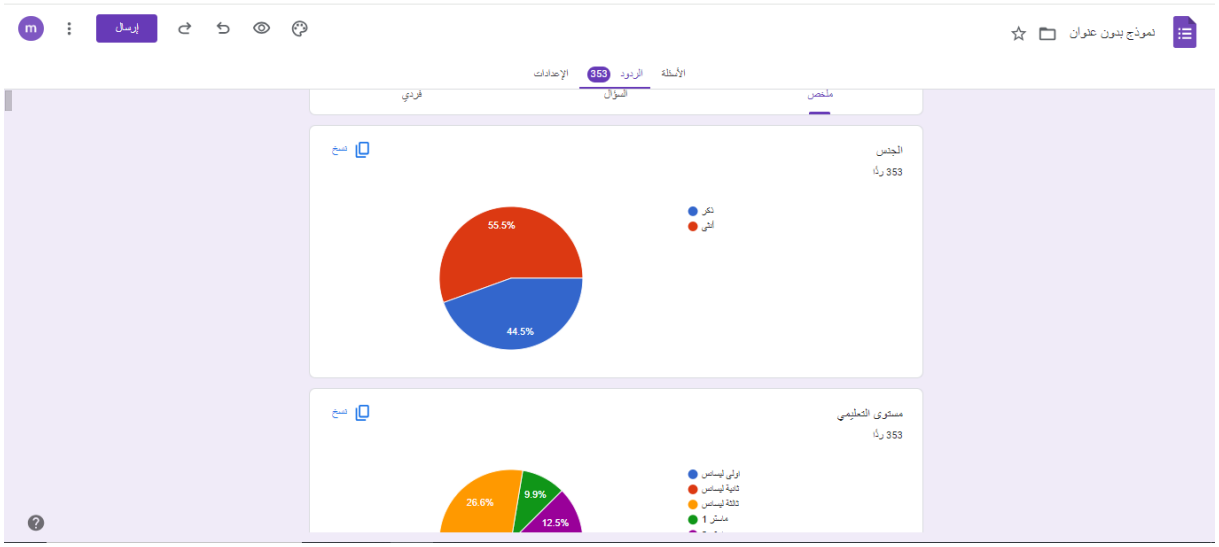
(https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeA63Y8oUVpMzJLJkolrDNFKUvgyW8kBU_fR_g_0vRYdw0ZLQ/viewform?usp=sf_link).

وإرساله لمجموعة الأصدقاء والزملاء الذين يشترط فيهم أن يكون من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس بولاية المدية، عن طريق البريد الالكتروني **Gmail** أو الفايسبوك **Facebook** أو تطبيق المسنجر **Messenger** وذلك عن طريق مشاركته في مجموعات الافواج الخاصة بطلبة او غيرها من وسائل التواصل الأخرى.

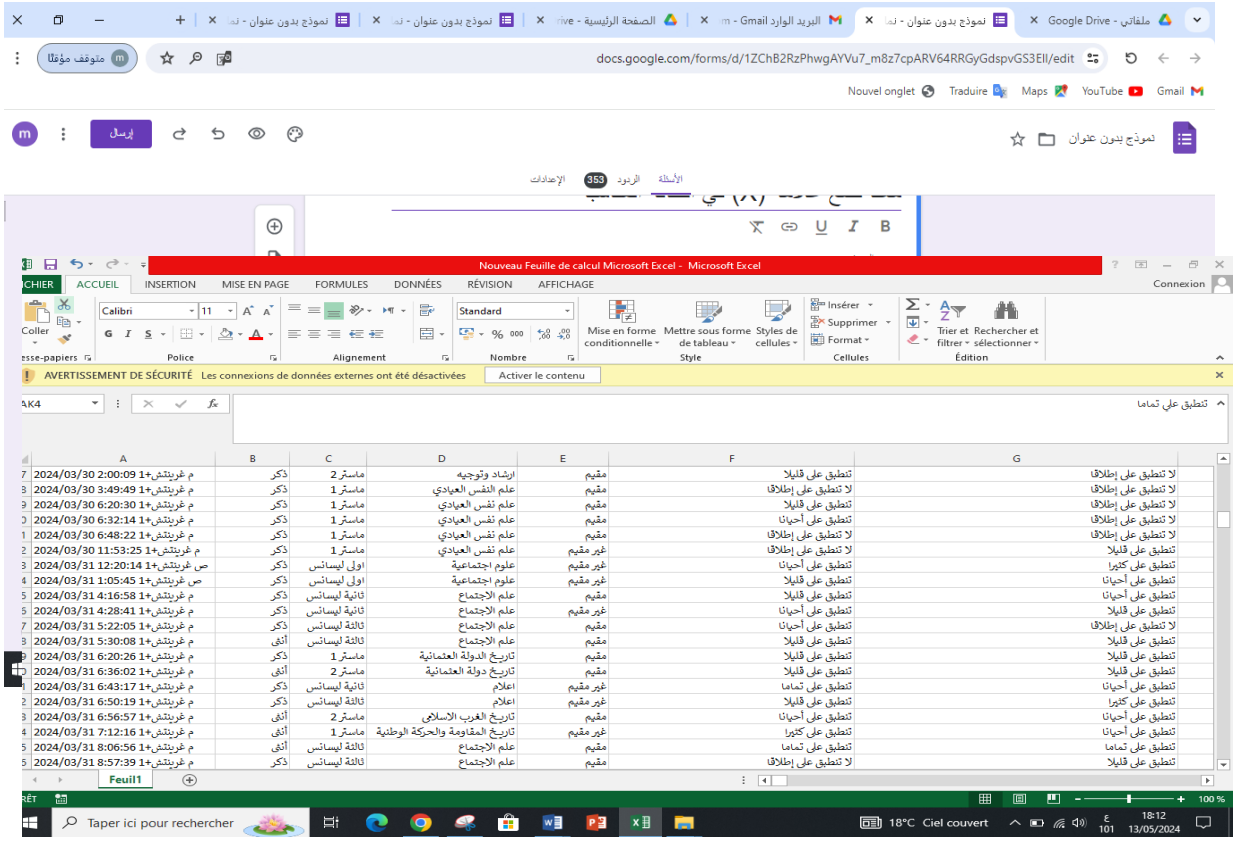
وبعد إرساله تصلنا الردود ولا يستطيع الطالب إرسال إجابته إلا بعد أن يجيب على كل الأسئلة الخاصة بالاستبيان، وتكون الردود بشكل فردي معناه كل فرد على حدا كما يبينه الشكل التالي:


متوقف مؤقتًا
docs.google.com/forms/d/1hSxTKW4z44HEz1IUV5u31Y7kYsohCntI1bRzcjLwfF8/edit
Nouvel onglet
Traduire
Maps
YouTube
Gmail
إرسال
تم حفظ جميع التغييرات في Drive
نموذج بدون عنوان
الأسئلة
الردود
الإعدادات
استبيان خاص بالطلبة
جامعة المدية
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علوم اجتماعية تخصص علم النفس العيادي
في إطار إجراء بحث ميداني وذلك بغرض نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي نضع بين أيديكم هذه المقاييس ونرجو منكم الإجابة عنها مع العلم أن اجابتكم ستحاط بسرية والكتمان ولا ستستعمل الا لغرض علم بحث
ونشكركم مسبقا على مساعدتكم لنا في انجاز هذا البحث
من اعداد الطلبة:
خوجة بلال
بوعنيقة عبد المجيد
تحت اشراف الدكتورة:
بوعيشة فتيحة
2024-2023
Taper ici pour rechercher
18°C Ciel couvert
18:05

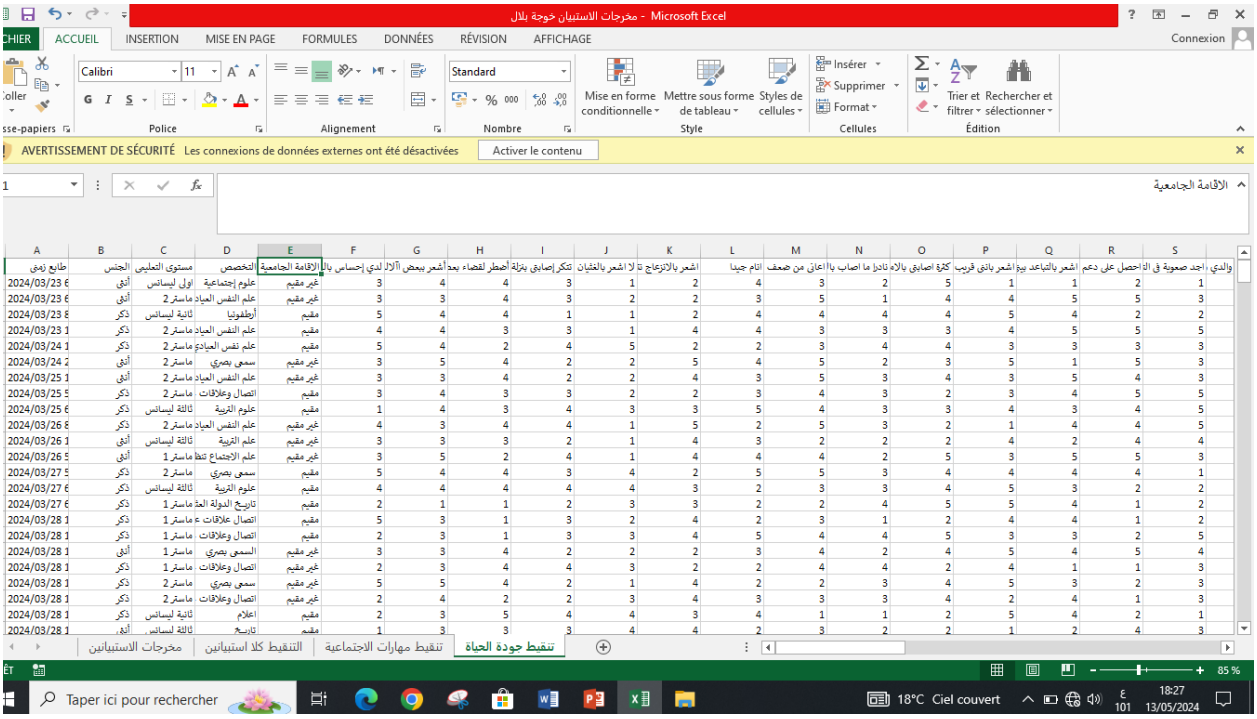
أو بشكل مختصر حيث يتم فيه عرض ملخص للردود الموجودة في شكل دائرة بيانية.



9- عند الانتهاء من الردود عند عدد معين، نقوم بتنزيل الردود في ورقة إكسيل **Microsoft Excel**



ثم نقوم بإنشاء برنامج صغير بواسطة الإكسيل **Excel** يمكنه تحويل معلومات الردود الخاصة بالاستبيان إلى أرقام حسب سلم التصحيح ، كما يبينه الشكل التالي:



لقد ساعدنا هذا البرنامج في توزيع الاستمارات بطريقة سهلة غير مكلفة ولا تحتاج إلى جهد كبير، كما ساعدنا من خلال إعداده للجداول ودوائر البيانية، وسهولة تحويله إلى برنامج **SPSS**.

5- أدوات تحليل البيانات:

يستطيع أي باحث في أي بحث علمي اتباع أحد الأساليب او أكثر من أسلوب إحصائي، وذلك حسب طبيعة المعلومات ونوع المشكلة وغيرها من العوامل، لقد تم الاستعانة بنظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برنامج **Statistical Package for Social Sciences SPSS** النسخة 20، وبالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

النسبة المئوية:

$$\% = \frac{\text{س} \times 100}{\text{ن}}$$

بحيث % النسبة المئوية

ن مجموع التكرارات

وقد تم استعمالها في دراسة خصائص عينة البحث وذلك بحساب النسبة المئوية لتكرارات العينة في كل من الجنس والمستوى تعلمي والتخصص ونوعية الاقامة.

المتوسط الحسابي:

المتوسط الحسابي لمجموع مشاهدات هو مجموع هذه المشاهدات مقسوم على عددها ويمكن كتابة العلاقة كما يلي:

س=مج $\frac{\text{س}}{\text{ن}}$ **(صبري، 2006، ص 97).**

وتم الاعتماد عليه في ترتيب أبعاد البحث لكل من الجنس، والمستوى العلمي، والتخصص، ونوعية الإقامة.

5-1 الانحراف المعياري:

هو من أهم مقاييس التشتت، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، ويفيدنا في معرفة توزيع أفراد العينة أي مدى انسجامها وكذا مقارنة مجموعة بأخرى ويحسب كما يلي ع = مج $\frac{\text{س}^2}{\text{ن}}$ **(مقدم، 1993، ص 71).**

وتمت الاستعانة به لمعرفة مدى تشتت أو انسجام أبعاد متغيرات البحث لكل من الجنس والمستوى التعلمي والتخصص ونوعية الإقامة.

5-2 اختبارات (T.Test):

هو من أكثر اختبارات الدلالة شيوعا في الأبحاث النفسية والتربوية، يهدف إلى معرفة إذا كانت الفروق بين المتوسطات حقيقية وتعزى إلى متغيرات معينة أم أنها تعزى إلى الصدفة وحدها.

ومن شروط استخدام ت لدلالة الفروق ما يلي:

1- تستخدم مع العينات الصغيرة والتي يقل حجمها عن 30 وكذلك العينات الكبيرة.

2- يفضل أن يكون حجم عينة المتغيرين متقاربا إلى حد ما.

3- مدى تجانس العينتين بقسمة التباين الأكبر على الأصغر.

4- مدى اعتدالية التوزيع التكراري لكل من عينتي البحث ويقاس ذلك بعامل الالتواء.

$$\text{الإلتواء} = \frac{\text{مجموع المتوسط} + \text{الوسيط}}{\text{الإنحراف المعياري}}$$

وتحسب قيمة "**ت**" بالمعادلة التالية:

$$\text{ت} = \frac{\text{م}1 - \text{م}2}{\sqrt{\frac{\text{ع}_1^2}{\text{ن}_1 - 1} \cdot \frac{\text{ع}_2^2}{\text{ن}_2 - 1}}}$$

(إخلاص و باهي، 2002، ص ص 335،336).

وقد تم استخدامه لدراسة الفروق في الجنس والتخصص ونوعية الاقامة في كل من متغير المهارات الاجتماعية والجودة الحياة.

5-3 معامل الارتباط البسيط "Pearson correlation":

نعتمد في حساب معامل الارتباط بين متغيرين باستخدام القيم الكمية الأصلية على المعادلة كالتالي:

$$r = \frac{n\sum(X- Y) -(\sum X)(\sum Y Y}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2]}\ \sqrt{[n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

حيث:

r : **معامل الارتباط**

n: **حجم العينة**

X & Y: **متغيران (بوحفص، 2005، ص 214).**

وقد تم استخدامه لدراسة العلاقة بين المهارات الاجتماعية والجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة

خلاصة الفصل:

لقد تم في هذا الفصل عرض المنهج المتبع في الدراسة وكيفية اختيار عينة الدراسة، وتحديد أدوات اللازمة، والتي تتمثل في كل من مقايس المهارات الاجتماعية ومقياس جودة الحياة وعرض خصائص السيكومترية للمقياسين (الصدق، الثبات)، والاعتماد كذلك على استبيان الكتروني للتوزيع مقياسين وتم شرح طريقة انجاز ذلك، بالإضافة إلى عرض أدوات التحليل البيانات.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد:

1_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى.

2_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية.

3_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.

4_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.

5_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة.

6_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة.

7_ عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السابعة.

الاستنتاج العام.

تمهيد:

بعدما تطرقنا في الفصل السابق إلى الجانب المنهجي للدراسة وبعد جمع بيانات الدراسة الميدانية، سنتطرق في هذا الفصل لعرض وتحليل نتائج متوصل إليها ومناقشتها وتفسيرها، وتقديم استنتاج عام لنتائج الدراسة وفي الأخير تقديم اقتراحات وتوصيات في ضوء ما توصلت اليه الدراسة.

1-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على وجود علاقة ارتباطية بين المهارات الاجتماعية بجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية وللتحقق من صدق الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون من أجل معرفة مستوى دلالة الارتباط بين المتغيرين والنتائج كما يلي:

جدول رقم (13): يوضح نتائج الارتباط بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة باستخدام معامل الارتباط بيرسون لدى افراد العينة

المتغيرات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الترابط	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
المهارات الاجتماعية	350	267.09	14.66	-0.08	0.12	غير دال عند 0.05
جودة الحياة		184.87	13.98			

يتضح من خلال الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي للمهارات الاجتماعية بلغ(267.09) بانحراف معياري (14.66) أما المتوسط الحسابي لجودة الحياة يساوي (184.87) بانحراف معياري يساوي (13.98) ومعامل ارتباط قدر بـ (0.08-) ومستوى دلالة (0.12) وهو أكبر من مستوى الدلالة المعنوية (0.05) أي أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية ومنه نقبل الفرضية الصفرية.

1-1 مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

يتضح من الجدول السابق رقم (13) بأنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية واختلفت هذه الاخيرة مع دراسة سفاري اكرام وفايد منال (2022) والتي انتهت نتائجها إلى أنه ، توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة، وعلى حسب علمنا تبين لنا قلت الدراسات التي ربطت بين متغير مهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى فئة طلبة.

ويعزوا الباحثين هذه النتيجة إلى أن هناك متغيرات أخرى تؤثر على الطالب الجامعي لتحقيق جودة حياته ومن هذه المتغيرات المحيط الاجتماعي فإن كان طالب في بيئة اجتماعية ملوثة تتميز بانتشار افات الاجتماعية أو يتعرض في هذه البيئة إلى نوع من المضايقات والتنمر فيعتبر هذا عائق في تقدمه لتحقيق جودة حياته وكذا المحيط الأسري وذلك من خلال عدم وجود الوالدين أو وجود مشاكل بينهما أو أنهما مطلقان فهذا يعتبر عامل مؤثر، وكذلك الوضع المادي للأسرة فالكثير من الطلبة ينقطعون عن الدراسة ليزاولوا أعمال حرة وهذا ما يؤدي إلى تضييعهم إلى العديد من الدروس التي تعتبر مهمة في مجال الخبرة المهنية أو الدخول في مسابقات للضفر بمناصب شغل، وكذا متغير البيئة الدراسية فعدم توفر بيئة دراسية ملائمة تناسب طموحات الطالب فهذا يعتبر معطل لتنمية المهارات الاجتماعية الخاصة به فتعتبر البيئة الدراسية محفز لتطوير هذه المهارات وليس العكس، و كذا متغير الشغل وذلك بعدم توفير الدولة لمناصب شغل كافية أو عدم توفر بيئة عمل تناسب مستوى مهارات الاجتماعية التي يمتلكها.

2-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على وجود فروق في المهارات الاجتماعية حسب متغير الجنس لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام "اختبار ت" لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (14): يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى أفراد العينة حسب الجنس

المتغيرات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
ذكر	155	267.35	14.90	0.29	348	0.76	غير دال عند 0.05
أنثى	195	266.88	14.51				

يتضح من خلال الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي المهارات الاجتماعية لعينة الذكور بلغ (267.35) بانحراف معياري (14.90) اما المتوسط الحسابي لعينة الإناث يساوي (266.88) بانحراف

معياري يساوي (15.38) وقيمة "اختبار ت" قدرت (0.38) ومستوى دلالة (0.76) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية ومنه قبول الفرضية الصفرية.

2-1 مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

ويتضح من خلال الجدول السابق رقم (14): بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس واختلفت هذه الأخيرة مع دراسة كل من انجين وزملائه (2005) Engine et la إذ انتهت إلى أن مستويات المهارات الاجتماعية كانت دالة بشكل مرتفع لدى الإناث مقارنة بالذكور في كل من مستوى التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي أما مستويات الضبط الاجتماعي للذكور كان الدالة أكثر مقارنة بالإناث، وكذا دراسة أحمد دعيس و الكساب علي (2010) والتي أشارت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس في مجال التعبير الانفعالي لصالح تقديرات الإناث وكان تقدير أفضل لصالح الذكور في مجال الضبط الانفعالي ونجد أيضا دراسة مساوي أم السعد وبوعبد الله هدى (2022) إذ توصلت نتائجها بأنه توجد فروق ذات الدلالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، واتفقت مع دراسة كروم موفق (2017) بأنه لا توجد فروق ذات الدلالة إحصائية بين ذكور والإناث في مستوى المهارات الاجتماعية.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة بالعودة إلى أن كلا الجنسين يعيشان في بيئة متشابهة (الجامعة)، مما يساعد كلاهما على التكيف مع المواقف الاجتماعية ولا ننسى الدور الفعال لتنشئة الاجتماعية بحيث أن مجتمعنا أصبح لا يميز بين الجنسين في دائرة العلاقات الاجتماعية مما يشجع على تنميه المهارات الاجتماعية لديهم بصفة متكافئة ولا يمكننا ان نغفل عن دور مواقع التواصل الاجتماعي والأنترنت بصفة عامة والتي أصبحت في متناول الجميع مما سهل المأمورية على كلا الجنسين في نسج علاقات بين مختلف الفئات والمستويات والأمر الذي سرع إلى تلاشي الفروق بين الجنسين.

3-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على وجود فروق في جودة الحياة حسب متغير الجنس لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام "اختبار ت" لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (15) يوضح الفروق في جودة الحياة لدى أفراد العينة حسب الجنس

المتغيرات	عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
ذكر	155	185.19	13.49	0.38	348	0.70	غير دال عند 0.05
أنثى	195	184.62	14.38				

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن المتوسط الحسابي لجودة الحياة لعينة الذكور بلغ 185.19 بانحراف معياري 13.49 أما المتوسط الحسابي لعينة الإناث يساوي (184.62) بانحراف معياري يساوي (14.38) وقيمة "اختبار ت" قدرت بـ (0.38) ومستوى دلالة (0.70) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية ومنه قبول الفرضية الصفرية.

3-1 مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

يتضح من خلال جدول السابق رقم (15) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ، واختلفت هذه الاخيرة مع ما توصلت إليه كل من دراسة علي حمايدية وآخرون (2018) والتي أسفرت نتائجها على وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى إلى متغير الجنس وكانت لصالح الذكور على حساب الإناث ، وكذا دراسة كريدي كاظم والعادلي خلف (2013) و أوضحت نتائجها على وجود فروق في إحساس الطلبة بجودة الحياة على وفق متغير الجنس وتبين فيها أن ذكور أكثر إحساسا بجودة الحياة من الإناث، واتفقت مع ما توصلت إليه دراسة بالرابح نعيمة وعزوز كتفي (2020) والتي تنص نتائجها على أنه لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة إلى أن الطلبة الجامعيون يعيشون في ذات سياق الاجتماعي والثقافي، وفي نفس الظروف داخل الحرم الجامعي ، و بالتالي إن كلا من الذكور والإناث يتمتعون بنفس الحقوق والواجبات والموارد والفرص ، الأمر الذي خلق التكافؤ بين الجنسين كما أن طبيعة المجتمع الذي نعيش فيه أصبح يعادل أو يقارب بين الجنسين في دور كل من الذكر والأنثى في المجتمع وترتبط أيضا بالمساواة

والتكافؤ بين الطلبة و الطالبات والمساواة بين الجنسين لا تعني أن يصبح الرجال كالنساء أو العكس ولكن تعني أن تكون فرص في الحياة واحدة من خلال أدوارهم الدراسية والمهنية والاجتماعية مما يؤدي إلى عدم وجود فروق ما بينهم في جودة الحياة.

وتشير المجموعة الدولية التابعة لمنظمة الصحة العالمية في هذا الإطار إلى أن جودة الحياة هي انعكاس لإدراك الفرد لمركزه في الحياة في ضوء سياق الثقافة ونسق القيم الذي يعيش فيه، وفي علاقة ذلك بأهدافه وتوقعاته واهتماماته، كما ترى أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بصحة الفرد الجسمية وحالته النفسية ومستوى استقلاله وعلاقته الاجتماعية وعلاقاته بجوانب المهمة في البيئة التي يعيش فيها **(جخراب و يحي، 2015، ص 472).**

ويذكر " **خميس سالم الراسي 2006** " أن مفهوم جودة الحياة الفرد مفهوم متعدد الأبعاد والجوانب، وكل فرد ينظر إلى جودة حياته من زوايا مختلفة وهو مفهوم نسبي للشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية ودراسية والظروف والمواقف التي يعيشها، ولكن عندما ينظر إلى ربط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية وروحية والبدنية والعقلية، ويتم تلبية إشباع هذه الحاجات عندما تمثل الحاجات وإشباعها مقومات جودة حياة الفرد. **(بعلي و جغلولي، 2018، ص 416).**

4- عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على وجود فروق في المهارات الاجتماعية حسب متغير التخصص لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (16): يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة حسب التخصص

المتغيرات	عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
علوم اجتماعية	185	264.02	14.73	-4.25	348	0.000	دال عند 0.05
علوم انسانية	165	270.54	13.84				

يتضح من خلال الجدول رقم (16) أن المتوسط الحسابي جودة الحياة لعينة الذكور بلغ (264.02) بانحراف معياري (14.739) أما المتوسط الحسابي لعينة الإناث يساوي (270.54) بانحراف معياري يساوي (13.84) وقيمة "اختبار ت" قدرت (4.25-) ومستوى دلالة (0.000) وهو أصغر من مستوى الدالة المعنوية (0.05) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة العلوم الانسانية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية لصالح طلبة العلوم الاجتماعية ومنه قبول الفرضية البديلة.

4-1 مناقشة وتفسير الفرضية الرابعة

ويتضح من خلال جدول السابق رقم(16) التحقق الفرضية القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية، واختلفت هذه الأخيرة مع دراسة حسيب ،عبد الله (2001) والتي أسفرت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين طلبة التخصص العلمي والأدبي واتفقت مع دراسة علي سالمة (2012) والتي أقرت بوجود فروق ذات الدلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة جامعة طرابلس وعمر المختار في بعدي التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي لصالح طلبة تخصص العلمي.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة إلى أن الفرق بين كل من طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة علوم الإنسانية وطلبة علوم الاعلام والاتصال في المهارات الاجتماعية والتي كانت لصالح طلبة العلوم الاجتماعية، وارجعنا ذلك الى ما تتطلبه طبيعة المهن وذلك أن طلبة يأخذون بعين الاعتبار التخصص الذي يختارونه فهم مقبلون على التخرج والالتحاق بسوق العمل، حيث يشير كروم موفق (2017) إلى أن طبيعة المهن ترتبط بالمهارات الاجتماعية فكثير من المهن تملي على الفرد تعاملا خاصا مع المجتمع خاصة الاطباء والمساعدين الاجتماعيين و الإخصائيين النفسانيين **(كروم، 2017، صفحة 32)** ولا يمكننا أن نغفل على طبيعة التخصص الذي يختاره الطالب ومدى تأثره به وتحفيزه لتنمية المهارات الاجتماعية اللازمة للتعامل مع هذا التخصص وبالتالي يجعله يتفاعل بطريقة إيجابية وأكثر فعالية.

5- عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على وجود فروق في جودة الحياة حسب متغير التخصص لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام "اختبار ت" لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (17): يوضح الفروق في جودة الحياة لدى أفراد العينة حسب التخصص

المتغيرات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
علوم اجتماعية	185	187.54	15.20	3.91	348	0.000	دال عند 0.05
علوم إنسانية	165	181.87	11.81				

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن المتوسط الحسابي جودة الحياة لعينة الذكور بلغ (187.54) بانحراف معياري (15.20) أما المتوسط الحسابي لعينة الإناث يساوي (181.87) بانحراف معياري يساوي (11.81) وقيمة "اختبار ت" قدرت (3.91) ومستوى دلالة (0.000) وهو أصغر من مستوى الدالة المعنوية 0.05 اي انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة العلوم الإنسانية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية لصالح طلبة العلوم الاجتماعية ومنه قبول الفرضية البديلة.

5-1 مناقشة وتفسير الفرضية الخامسة:

يتضح من خلال جدول السابق رقم (17) بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص وكانت لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية ، اختلفت هذه الأخيرة مع دراسة بوعمامة حكيم (2017) والتي نصت نتائجها بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة الجامعة في مستوى جودة الحياة وفقا لمتغير التخصص، واتفقت مع دراسة كل من رغداء نعيسة (2012)والتي أسفرت نتائجها على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص، و دراسة كاظم الكريدي والعادلي خلف (2013) وأشارت نتائجها إلى وجود

فروق في الإحساس بجودة الحياة على وفق متغير التخصص وأظهرت النتائج فرق بين متوسطات طلبة الجغرافيا ومتوسطات طلبة التخصصات الاخرى، وكذا دراسة علي حمايدية واخرون (2018) وانتهت نتائجها إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى إلى متغير التخصص وكانت لصالح تخصصات الأدبية.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة إلى تفضيل طلبة الجامعة للتخصصات العلوم الاجتماعية إذ يعتبر قسم العلوم الاجتماعية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة يحي فارس بولاية المدية أكبر قسم إذ يحتوي على أكثر من 2001 طالب وطالبة وقد يرجع هذا التفضيل إلى ان التخصصات العلوم الاجتماعية لديها فرص أفضل في مجال الشغل أي الحصول على وظيفة.

6-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

تنص الفرضية السادسة على وجود فروق في المهارات الاجتماعية حسب متغير نوعية الإقامة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام "اختبار ت" لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (18) يوضح الفروق في المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة حسب نوعية الإقامة

المتغيرات	عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
مقيم بالإقامة الجامعية	150	267.52	15.37	0.47	348	0.63	غير دال عند 0.05
غير مقيم بالإقامة الجامعية	200	266.77	14.14				

يتضح من خلال الجدول رقم (18) أن المتوسط الحسابي جودة الحياة لعينة المقيمين بالإقامة الجامعية بلغ (267.52) بانحراف معياري (15.37) أما المتوسط الحسابي لعينة غير المقيمين بالإقامة الجامعية يساوي (266.77) بانحراف معياري يساوي (14.14) وقيمة "اختبار ت" قدرت بـ (0.47) ومستوى دلالة (0.63) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05) اي أنه لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين طلبة العلوم الاجتماعية و طلبة العلوم الإنسانية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة ومنه قبول الفرضية الصفرية.

6-1 مناقشة وتفسير فرضية السادسة:

ويتضح من خلال جدول السابق رقم (18) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، واختلفت هذه الأخيرة مع دراسة دعيس أحمد والكساب علي(2013) والتي اسفرت نتائجها على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السكن وكان ذلك لصالح تقدير طلبات القرى.

وعلى حسب علمنا تبين لنا قلت دراسات التي تناولت الفروق في متغير نوعية الإقامة لدى الطلبة بالنسبة للمهارات الاجتماعية.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة وذلك من خلال المحيط الاجتماعي الذي توفره الإقامات الجامعية إذ نجد التطور في تحسين نوعية الخدمات والعمل على توفير الأنشطة الترفيهية داخل الإقامات للطلبة المقيمين وكذا التوفير الأنشطة الرياضية و القاعات المخصصة لها الأمر الذي جعلهم لا يشعرون بنوع من الانقطاع عن ما كانوا يمارسونهم في حياتهم اليومية وبالتالي يساهم في تكوين علاقات وروابط اجتماعية تعمل كل منها على تحفيز وتطوير المهارات الاجتماعية وكذلك أدى إلى تقليص الفجوة بينهم وبين طلبة الغير المقيمين بالإقامات الجامعية ولا يمكننا تغيب من دور وسائل التواصل الاجتماعي ومساهمتها في تطوير مهارات التواصل لدى الطلبة والتي تعتبر مهارة مهمة من مهارات الاجتماعية وكذا التطور الحاصل في النقل الأمر الذي يساهم في تقليل الشعور الطلبة بالانقطاع عن أهل خاصة وعن المجتمع عامة.

7-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السابعة:

تنص الفرضية السابعة على وجود فروق في جودة الحياة حسب متغير نوعية الإقامة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية للتحقق من صدق الفرضية تم استخدام "اختبار ت" لعينتين مستقلتين حيث جاءت النتائج كما يلي:

جدول رقم (19): يوضح الفروق في جودة الحياة لدى افراد العينة حسب نوعية الإقامة

المتغيرات	عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
مقيم بالإقامة الجامعية	150	184.31	14.06	-0.64	348	0.52	غير دال عند 0.05
غير مقيم بالإقامة الجامعية	200	185.29	13.94				

يتضح من خلال الجدول رقم (19) أن المتوسط الحسابي جودة الحياة لعينة المقيمين بالإقامة الجامعية بلغ (184.31) بانحراف معياري (14.06) أما المتوسط الحسابي لعينة غير المقيمين بالإقامة الجامعية يساوي (185.29) بانحراف معياري يساوي (13.94) وقيمة "اختبار ت" قدرت (-0.64) ومستوى دلالة (0.52) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة العلوم الاجتماعية و طلبة العلوم الانسانية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة ومنه قبول الفرضية الصفرية.

7-1 مناقشة وتفسير الفرضية السابعة:

ويتضح من خلال جدول السابق رقم (19) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، واختلفت هذه الأخيرة مع دراسة بعلي مصطفى وجغلولي يوسف (2018) والتي أسفرت نتائجها انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة.

كما تبين لنا قلت دراسات التي تناولت الفروق في متغير نوعية الإقامة لدى الطلبة بالنسبة لجودة الحياة.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة في ضوء الواقع الذي يعيشه الطلبة داخل الإقامات الجامعية، إذ نجد أن خدمات الإقامات الجامعية عرفت تطور والتحسن عما كانت عليه، وكذا دور وسائل التواصل الاجتماعي

الأمر الذي خفف على طلبة الشعور بالغربة نتيجة ابتعادهم عن الأهل خاصة وكذلك تطور حاصل في وسائل النقل وبالتالي نجد ان المقيم لا ينقطع عن أهله لمدة طويلة الأمر الذي لا يطرح فرضية الغربة والإحساس بها بمعناها المتداول مثل الطلبة الذين يدرسون خارج الوطن.

الاستنتاج العام:

هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، وكذا معرفة دلالة الفروق في كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة تبعا لمتغيرات الجنس (ذكور، إناث) والتخصص والتي تمثلت في تخصصات كلية العلوم الانسانية والاجتماعية (العلوم الاجتماعية والعلوم الانسانية وعلوم الاعلام والاتصال)، ودلالة الفروق لمتغير نوعية الاقامة وذلك بين المقيمين وغير المقيمين في الاقامة الجامعية بالمدية، وبعد اختبار الفرضيات تم توصل إلى:

عدم تحقق الفرضية الأولى: حيث تم توصل إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية، لدى عينة الدراسة،وذلك مستوى دلالة (0.12) وهو أكبر من مستوى الدلالة المعنوية (0.05).

عدم تحقق الفرضية الثانية: حيث تم توصل إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية ولاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، لدى عينة الدراسة، اذ قدر اختبار ت" ب- (0.38) ومستوى دلالة (0.76) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05).

عدم تحقق الفرضية الثالثة: حيث تم توصل إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس، لدى عينة الدراسة، اذ قدر "اختبار ت" بـ (0.38) ومستوى دلالة (0.70) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05).

تحقق الفرضية الرابعة: حيث تم توصل إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص، لدى عينة الدراسة، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية، اذ قدر "اختبار ت" ب-(4.25-) ومستوى دلالة (0.000) وهو أصغر من مستوى الدالة المعنوية (0.05)

تحقق الفرضية الخامسة: حيث تم توصل إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص، لدى عينة الدراسة، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية، اذ قدر "اختبار ت" ب- (3.91) ومستوى دلالة (0.000) وهو أصغر من مستوى الدالة المعنوية (0.05).

عدم تحقق الفرضية السادسة: حيث تم توصل إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، لدى عينة الدراسة، اذ قدر "اختبار ت" بـ (0.47) ومستوى دلالة (0.63) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05).

عدم تحقق الفرضية السابعة: حيث تم توصل إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، لدى عينة الدراسة، اذ قدر "اختبار ت" ب- (0.64-) ومستوى دلالة (0.52) وهو أكبر من مستوى الدالة المعنوية (0.05).

ومن خلال تحليلنا و مناقشتنا لفرضيات البحث سابقة الذكر توصلنا الى نتائج التالية ونوجزها كالتالي:

* لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المديةو هذا سياق نجد دراسة سفاري اكرام وفايد منال (2022) والتي هدفت إلى تعرف على طبيعة العلاقة بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وكذا قياس مستوى كل من المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لديهم، و انتهت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المهارات الاجتماعية متوسط لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، ومستوى جودة الحياة متوسط يميل للارتفاع لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير الجنس و في هذا سياق نجد دراسة كل من، " إينجين وزملاؤه Engin et la 2005 " هدفت الدراسة إلى تعرف على روابط التعلق وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية ومستويات الوحدة النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستويات التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي ومستوى المهارات الاجتماعية كانت دالة بشكل مرتفع لدى الإناث مقارنة بذكور، أما مستويات الضبط الاجتماعي للذكور كانت أكثر دلالة مقارنة بالإناث، وأن مستويات المهارات الاجتماعية لدى الطلاب الذين يؤمنون بروابط التعلق كانت دالة بشكل كبير مقارنة بمستوى المهارات الاجتماعية لدى طلاب الذين يفتقدون لروابط التعلق.

كما هدفت دعيس أحمد وكساب علي 2010 " إلى معرفة مدى امتلاك طلبة معلم صف في الجامعات الأردنية للمهارات الاجتماعية من وجهة نظرهم ومعرفة الفروق بين هؤلاء الطلبة تبعا لمتغيرات نوع الجامعة، الجنس ومكان السكن، وأظهرت نتائج الدراسة أن مجالات العلاقات الاجتماعية احتل المرتبة الأولى، ويليه

القيادة والتعبير عن المشاعر كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في مجال التعبير الانفعالي لصالح تقديرات الإناث، وكان تقدير أفضل لصالح ذكور في مجال الضبط الانفعالي، ومجال صنع القرار .

وهدفت هدفت دراسة " موساوي أم سعد، بوعبدالله هدى 2022 " إلى تعرف على مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلبة الإعلام والاتصال بجامعة المسيلة، وانتهت إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس .

وهدفت دراسة كروم موفق (2017) هدفت الدراسة الى إيجاد علاقة بين المهارات الاجتماعية وبعض المتغيرات الشخصية وكذا معرفة دلالة الفروق بين الجنسين في استجابات العينة على عوامل اختبار مهارات الاجتماعية لرونالدو ريجيو Ronald riggio

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير الجنس، وفي هذا الصدد هدفت دراسة " جافالا Gavala 2005" إلى تعرف على العلاقة بين إدراك الضغوط وعدم الارتياح في البيئة الجامعية والاستمتاع والدافعية الأكاديمية وجودة الحياة، حيث، و أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق إحصائية دالة بين الذكور والإناث في جودة الحياة لدى الذكور.

كما هدفت دراسة " حمايد علي وآخرون 2008" إلى تعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلبة دكتورة (ل،م،د) بالإضافة إلى محاولة الكشف عن إمكانية وجود فروق في مستوى جودة الحياة لديهم تعزى لمتغير (الجنس والتخصص)، وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د)، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د) حسب متغير (الجنس والتخصص).

وهدفت دراسة كاظم الكريدي والعادلي خلف (2013) هدفت الدراسة إلى تعرف على احساس الطلبة الجامعة بجودة الحياة وتعرف على معنوية الفروق بين طلبة الجامعة ومدى احساس بجودة الحياة على وفق متغيري (الجنس والتخصص) أوضحت نتائجها على وجود فروق في إحساس الطلبة بجودة الحياة على وفق متغير الجنس وتبين فيها أن ذكور أكثر إحساسا بجودة الحياة من الإناث.

وهدفت دراسة بالرابح نعيمة وعزوز كتفي (2020) إلى تعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة والتعرف على الفروق بين الجنسين في جودة الحياة و نصت نتائجها على أنه لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس.

* وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير التخصص، وكان ذلك لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية، وفي هذا الصدد هدفت دراسة دراسة حسيب ،عبد الله (2001) هدفت الدراسة الى تعرف على العلاقة بين المهارات الاجتماعية وفعالية الذات لدى طلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسيا، وأسفرت نتائجها إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين طلبة التخصص العلمي والأدبي.

كما هدفت دراسة علي سالمة (2012) إلى تعرف على العلاقة بين المهارات الاجتماعية والفروق العائدة للنوع والتخصص والسنة الدراسية والجامعة في المهارات الاجتماعية، وأقرت بوجود فروق ذات الدلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة جامعة طرابلس وعمر المختار في بعدي التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي لصالح طلبة تخصص العلمي.

* وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغير التخصص وكانت لصالح طلبة تخصصات العلوم الاجتماعية، وفي هذا سياق نجد دراسة بوعمامة حكيم (2017) والتي هدفت الى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة وعلاقته بطبيعة التخصص علوم اجتماعية، وعلوم تجارية، والحقوق، ونصت نتائجها بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة الجامعة في مستوى جودة الحياة وفقا لمتغير التخصص.

كما هدفت نعيسة رغداء 2012 " إلى تعرف عل مستوى جودة الحياة لدى الطلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات البلد ومحافظة دمشق واللادقية، والنوع الاجتماعي (ذكر، أنثى) والتخصص علوم نظرية وعلوم تطبيقية، وأشارت النتائج إلى وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى كل من طلبة جامعة دمشق وتشرين، ووجود تأثير مشترك للمتغيرات الديمغرافية الثلاثة معا في جودة الحياة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

وهدفت دراسة كاظم الكريدي والعادلي خلف (2013) هدفت الدراسة إلى تعرف على احساس الطلبة الجامعة بجودة الحياة وتعرف على معنوية الفروق بين طلبة الجامعة ومدى احساس بجودة الحياة على وفق

متغيري (الجنس والتخصص) أوضحت نتائجها على وجود فروق في إحساس الطلبة بجودة الحياة على وفق متغير الجنس وتبين فيها أن ذكور أكثر إحساسا بجودة الحياة من الإناث، وجود فروق في الإحساس بجودة الحياة على وفق متغير التخصص وأظهرت النتائج فرق بين متوسطات طلبة الجغرافيا ومتوسطات طلبة التخصصات الاخرى.

وهدفت دراسة " حمايدية علي وآخرون 2008" إلى تعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلبة دكتورة (ل،م،د) بالإضافة إلى محاولة الكشف عن إمكانية وجود فروق في مستوى جودة الحياة لديهم تعزى لمتغير (الجنس والتخصص)، وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د)، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه (ل،م،د) حسب متغير (الجنس والتخصص).

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، وفي هدا صدد، هدفت دراسة دعيس أحمد وكساب علي 2010 " إلى معرفة مدى امتلاك طلبة معلم صف في الجامعات الأردنية للمهارات الاجتماعية من وجهة نظرهم ومعرفة الفروق بين هؤلاء الطلبة تبعا لمتغيرات نوع الجامعة، الجنس ومكان السكن، وأظهرت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السكن وكان ذلك لصالح تقدير طلبات القرى.

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية تعزى لمتغير نوعية الإقامة، وفي هدا سياق هدفت دراسة بعلي مصطفى وجغلولي يوسف 2017 " إلى تعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، كما سعت إلى الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السن ونمط الإقامة، وأشارت النتائج إلى أن مستوى جودة لدى طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة مرتفع ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الشعبة الدراسية، السن ونمط الإقامة.

وفي الأخير نأمل أن تكون هذه الدراسة دافعا قويا لدراسات أخرى في هذا المجال لأن الدراسة الميدانية في البيئة الجزائرية هي السبيل الأصح لتحقيق تراكم علمي يمكننا من الفهم الجيد لشخصية الطالب الجامعي بالجزائر.

خاتمة

خاتمة:

شمل هذا البحث متغيرين أساسين يؤثران بشكل مباشر على شخصية الطالب الجامعي، أولهما متغير المهارات الاجتماعية التي تعتبر موضوعا مهما من المواضيع التي أهتم بها علم النفس عامة، وعلم نفس العيادي خاصة، وهذا لاعتبارها من العناصر المهمة، التي تساعد الفرد على تحقيق التوازن النفسي وتجنبه دخول في الكثير من الاطربات النفسية، فالفرد الذي يكتسب قدر كافي من مهارات اجتماعية كمهارات التواصل ومهارة الضبط والتعبير الانفعالي ومهارة حل المشكلات، تجد لديه مرونة نفسية تمكنه من تحمل الضغوط الحياة اليومية دراسة عمل زواج وغيرها، وكذا صلابة نفسية تجعله يقاوم أي صدمات نفسية مفاجئة تعترضه في حياته، إذا يتضح أن المهارات الاجتماعية تدخل في كل مظهر من مظاهر حياته المختلفة، بشكل خاص خلال مواصلته لدراسته الجامعية، كما تعتبر عنصر مهم يحدد طبيعة سلوكه وتفاعلات اليومية مع المحيطين به في الوسط الجامعي، فقدرته على تكوين علاقات اجتماعية تحدد درجة شعبيته وهذا ما قد ينعكس على جودة حياته ومدى إدراكه لها.

ويعتبر متغير جود الحياة المفاهيم الحديثة الأكثر انتشارا، بحيث تناولته العديد من العلوم كالطب ومعظم العلوم الإنسانية والاجتماعية، وفي مقدمتهم تخصص علم النفس بجميع فروعه ومنها علم النفس العيادي، وغيرهم من العلوم الأخرى كالاقتصادية والسياسية، وذلك لماله من امتدادات إلى كل جوانب حياة الفرد الشخصية ، والاجتماعية، وذلك في علاقته مع زملاء الدراسة والعمل وغيرها، ولذا نجد أن طالب الجامعي في حاجة لتحقيق جودة حياة تمنح له الاستقرار والتوازن النفسي ، الذي يسهل له في ما بعد التعلم والعمل والانجاز، من خلال التغلب على مختلف المشكلات والمواقف الحياتية التي تعترض طريقه أثناء الدراسة أو بعد التخرج ، وذلك بعد دخول في الحياة المهنية، الأمر الذي يحفزه إلى سعي لتلبية واشباع رغباته، بالقدر المتوازن مما قد يمكنه من تنمية مهارات نفسية واجتماعية، تسهل له تأقلم وتكيف دائم مع نمط والمحيط الذي يعيش فيه.

كما تطرق البحث إلى علاقة بين مفهومين (المهارات الاجتماعية، جودة الحياة) لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة المدية، والتي انتهت إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية بينهما، وبناء على ما توصل إليه البحث من نتائج تم وضع جملة من الاقتراحات التي من الممكن ان تفيد في دراسات لاحقة لنفس الموضوع أو تكون انطلاقة لمواضيع جديدة.

كما أسفرت هذه الدراسة على تقديم جملة من الاقتراحات وتتمثل في:

- ضرورة تعزيز الاهتمام بالطلاب الذين لديهم مهارات اجتماعية وزيادة الاهتمام بالطلاب الذين يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية.
- العمل على تنميه المهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة من خلال تصميم برامج تدريبية متخصصة ومخطط لها بعناية من طرف مختصين في الارشاد النفسي والتربوي.
- يجب ان تعطى الابحاث والدراسات المتعلقة بالمهارات الاجتماعية أهمية كبيرة ولا سيما في مرحلة الطفولة والمراهقة بصفة عامة وذلك لأهميتها في تكوين شخصيه الفرد.
- العمل على زيادة الاهتمام الجامعة ووزارة التعليم العالي عامة بجودة الحياة لدى طلبة لما لها من تأثير إيجابي على الفاعلية الذاتية لديهم.
- تحديد مدى فعالية الخدمات والأنشطة الطلابية بالجامعة في تحقيق جودة الحياة الطلبة.
- تطوير وبناء وتقنين اختبارات ومقاييس جزائرية خاصه تقيس المهارات الاجتماعية وجودة الحياة لدى فئة الطلبة في المجتمع الجزائري.
- القيام بإجراء المزيد من البحوث النفسية على فئة الطلبة الجامعيين وهذه بعض المواضيع مقترحة من طرفنا:
- أثر الضغط النفسي المدرك على جودة الحياة لدى الطلبة الجامعة.
- تنظيم الانفعالات وعلاقتها بجودة الحياة لدى الطلبة الجامعة.
- فعالية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة الجامعة.
- فعالية برنامج سلوكي معرفي لتنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.

قائمة

المراجع

قائمة المراجع:

الكتب:

1- إبراهيم صفاء. (2016). *جودة الحياة والصحة النفسية طريقك إلى السعادة*، (ب ط)، مصر: دار يسطرون.

2- أبو شنب جمال. (2004). أصول الفكر والبحث العلمي، المنهاج والطرق والأدوات، (ب ط)، مصر: دار المعرفة الجامعية.

3- إخلاص عبدالحفيظ، باهي مصطفى. (2002). *طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي*، (ط 3)، القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.

4- بوحفص عبد الكريم. (2005). *الإحصاء المطبق في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (ب ط)، الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.

5- الدخيل الله دخيل. (2014أ). *المهارات الاجتماعية المفهوم والوحدات والمحددات*، (ط 1)، الرياض، السعودية: مكتبة العبيكان.

6- الدخيل الله دخيل. (2014 ب). *المهارات الاجتماعية تعليم وتدريس المهارات الاجتماعية والقيم*، (ط 3)، الرياض، السعودية: مكتبة العبيكان.

7- ريجيو رونالد. (2006). *قائمة المهارات الاجتماعية* (عبد اللطيف خليفة، ترجمة)، (ب.ط)، القاهرة ،مصر: دار غريب (1986)

8- شاس سهير. (2015). *تنمية المهارات الحياتية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة*، (ط 1)، مصر: مكتبة زهراء الشرق

9- صبري عزام. (2006). *الإحصاء ونظام spss*، (ب.ط)، الأردن: عالم الكتاب.

10- غانم محمد. (2015). *كيف تتعامل بكفاءة مع نفسك ومع الآخر*، (ب.ط)، مصر: كتبة أنجلو المصرية.

11- فرج طريف. (2003). *المهارات الاجتماعية والاتصالية دراسات وبحوث النفسية*، (ب.ط)، مصر: دار غريب.

12- المحمودي محمد. (2019). *مناهج البحث العلمي*، (ط.3)، اليمن: دار الكتب.

13- مقدم عبد الحفيظ. (1993). *الإحصاء والقياس النفس والتربوي*، (ب.ط)، الجزائر: ديوان مطبوعات الجزائرية.

المجلات:

14- برابح نعيمة، كتفي عزوز. (2020). مستوى جودة الحياة لدى طلبة علم النفس بجامعة المسيلة: دراسة ميدانية على طلبة الليسانس. *مجلة دراسات نفسية وتربوية، 13*(1)، 291-312. مسيلة الجزائر.

15- بعلي مصطفى، وجغلولي 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*، (08)، 413-431. مسيلة الجزائر.

16- بوعمامة حكيم. (2017). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية بجامعة تيبازة. *مجلة دراسات تربوية والنفسية، 4* (16)، 415، 429. البليدة الجزائر.

17- جخراب محمد، ويحي عبد الحفيظ. (2015). تقدين مقياس جودة الحياة على طلبة الجامعيين. *مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية*، (26)، 469-491. ورقلة الجزائر.

18- جعيص عفاف، والحديبي مصطفى. (2015). إعاقة الذات كمتغير وسيط بين التفاؤل الإستراتيجي والتشاؤم الدفاعي وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية جامعة أسيوط، 31*(5)، 449-546. مصر.

19- حسيب عبد المنعم عبد الله. (2001). المهارات الاجتماعية وفعالية ذات لطلاب الجامعة المتفوقين والعاديين والمتأخرين دراسيا. *مجلة العلم النفس*، (59)، 124- 139. القاهرة، مصر.

20- دحماني مريم. (2020). جودة الحياة لدى تلاميذ الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 2*(4)، 115-128.تلمسان الجزائر.

21- دعيس أحمد، والكساب علي. (2011). درجة امتلاك طلبة معلم صف في الجامعات الأردنية للمهارت الاجتماعية من وجهة نظرهم. مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية، *11*(1)، 13-24.الأردن.

22- عبيد عائشة. (2017). جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الإيجابي. (6)، 358-662. عنابة الجزائر.

23- علي حمايدية وآخرون. (2018). جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة طلبة الدكتوراه (ل،م،د): دراسة ميدانية على طلبة. *مجلة وحدة البحث في تنمية موارد البشرية، 9* (2)، 194-217. سطيف الجزائر.

24- العمري حسان. (2011). مؤشرات الثبات والصدق المحاكي المقياس المهارات الاجتماعية للطلبة SSTT على عينات أردنية، *مجلة العلوم التربوية والنفسية، 14* (2)، 286-306.الأردن.

25- الكريدي كاظم، والعادلي خلف (2013). إحساس طلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية الأساسية، 20* (82)، 673- 690. العراق.

26- محمد إبراهيم. (2013). جودة الحياة وعلاقتها بقوة الأنا لدى مدرسي التربية الرياضية. *مجلة الفتح*، (54)، 334- 349. مصر.

27- مساوي أم سعد، وبراهيمي سامية. (2022). الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى طالبات الجامعة: دراسة ميدانية بالإقامة الجامعية دبيح عبد القادر بالمسيلة. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، 7* (3)، 651-675.مسيلة الجزائر.

28- مساوي أم سعد، وهدى بوعبدالله. (2022). مهارات الاجتماعية لدى طلبة الإعلام والاتصال: دراسة ميدانية بجامعة المسيلة. *مجلة الرسالة للدراسات الإعلامية، 06*(04)، 204-226.الجزائر

29- مسعودي أمحمد. (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي، *مجلة العلوم الإنسانية*، (20)، 203-220.ورقلة الجزائر.

30- المشاقبة محمد. (2015). جودة الحياة كمتنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية في جامعة الحدود الشمالية. *مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، 10* (1)، 33-49.مملكة العربية السعودية.

31- منسي محمود، وكاظم علي. (2010). تطوير وتعنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان البحرين. *مجلة أمارباك، 1*(1)، 41-60.البحرين

رسائل والأطروحات:

32- الحاج جهاد (2017). جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمس الكبرى لدى المكفوفين [رسالة دكتوراه غير منشورة]. سودان: جامعة النيلين.

33- الحوراني حياة. (2016). فعالية الذات والمهارات الاجتماعية كمتنبئان بجودة الحياة لدى المعلمات في مدارس التعليم العالي [رسالة ماجيستير غير منشورة]. غزة فلسطين: جامعة الأقصى.

34- علي سالمة. (2005). المهارات الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعتي طرابلس وعمر المختار [رسالة ماجيستير منشورة]. ليبيا: جامعة بنغازي.

35- عليان وفاء. (2009). الجمود الفكري وقوة الأنا وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة [رسالة ماجيستير غير منشورة]. غزة، فلسطين: جامعة الزهر.

36- كروم موفق. (2017). البنية العاملية لاختبار المهارات الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية [رسالة ماجيستير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية، الجزائر: جامعة وهران 2.

37- محمد مشيره. (2013). الانتباه والمهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذواتيين [الرسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عدن شمس.

38- نصار سالي. (2015). فعالية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي سلوكي لتنمية المرونة النفسية في تحسين جودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية [الرسالة ماجستير غير منشورة]. مصر: جامعة الزقازيق.

39- النفيعي عبد الله. (2009). المهارات الاجتماعية وفاعلية الذات لدى عينة من المتفوقين والعاديين من طلاب مرحلة الثانوية بمحافظة جدة [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، مملكة العربية السعودية: جامعة أم القرى.

مؤتمرات والملتقيات:

40- معمرية بشير. (4-5 فيفري 2020). جودة الحياة تعريفها محدداتها مظاهرها أبعادها، أعمال الملتقى الوطني أول، الجزائر: جامعة محمد أمين دباغين سطيف 2.

41- منسي محمود، وكاظم علي. (17-19 ديسمبر 2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة [بحث مقدم]. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. 20-36. جامعة السلطان قابوس مسقط.

المراجع الأجنبية:

41- Egin D, Erda H, & Ari,R. (2005). An, investigation, Of social skills and loneliness, university students whith respect to their ottachment stuyles in a samples of Turkish students. *fourmal of social behavior personality, 33*,(01),19-32.

42- Gavala, j.(2005). Influential factors moderating academeic emjoversity motivatiom and psychological well-bing for maori university. *Newzealand journal of psychigu, Nol,* (1) 52-57.

قائمة

الملاحق

أ) الملحق رقم (01): استمارة المعلومات

ضع علامة (X) في الخانة المناسبة

- الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐
- المستوى التعليمي: –أولى ليسانس ☐ – ثانية ليسانس ☐ – ثالثة ليسانس ☐

  – ماستر 1 ☐ – ماستر 2 ☐
- التخصص: .....
- نوعية الإقامة: – مقيم ☐ – غير مقيم ☐

أ) الملحق رقم (02): اختبار المهارات الاجتماعية لرونالد ريجيو1986 Ronald Riggio

التعليمة: عزيزي الطالب ...

في إطار إعداد بحث ميداني في علم النفس العيادي يسرني أن أقدم إليك مجموعة من العبارات التي تصف مواقف اجتماعية وانفعالية، يمكن أن تصادفك أو تمر بها في حياتك اليومية.

والمرجو منك أن تقرأها جيدا وتضع علامة (x) واحدة فقط داخل الخانة التي ترى أنها تتناسب مع شعورك أو تحس أنها تنطبق عليك تماما.

- لا تضع أكثر من علامة واحده أمام عبارة واحدة.

- لا تنس أن تجيب على كل العبارات.

- لاحظ أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، والإجابة تعد صحيحة طالما أنها تعبر عن حقيقة شعورك تجاه المعنى الذي تحمله العبارة.

- تستخدم النتائج المحصل عليها في إطار البحث العلمي لا غير وأنها تحظى بالسرية التامة.

الرقم	الـــــــــفـــــــــقـــــــــرات	لا تنطبق علي إطلاقا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي أحيانا
1	يصعب على الاخرين أن يعرفوا متى أكون حزينا أو مكتئبا					
2	عندما يتحدث الناس معي أراقب حركاتهم وتصرفاتهم بقدر ما أستمع إليهم					
3	يمكن للناس معرفة متى لا أستلطفهم مهما حاولت جاهدا إخفاء ذلك					
4	أستمتع بوجودي في الحفلات التي أتمكن فيها من الالتقاء بعدد كبير من الأشخاص و المعارف					
5	نادرا ما أشعر بالضيق من النقد والتوبيخ					
6	يمكنني أن اتوافق وأتكيف مع كل الناس الصغار والكبار، الأغنياء والفقراء					
7	أحيانا أتسرع في تعبير عما أشعر به.					
8	القليل من الناس حساسون ومتفهمون مثلي					
9	غالبا ما يكون من الصعب على أن أمنع نفسي من الضحك عندما أحكي نكتة أو قصة مضحكة					
10	يأخذ الناس الكثير من الوقت للتعرف علي بشكل جيد					
11	يعد الناس أكبر مصدر لسعادتي وأحزاني					
12	عندما أكون مع مجموعة من الأصدقاء فغالبا ما أكون أنا المتحدث باسمهم					
13	عندما أكون مكتئبا أجعل الأخرين من بحولي مكتئبين أيضا					
14	أثناء وجودي في الحفلات أستطيع أن أدرك في الحال أي شخص يهتم بي					

15	يمكن للناس معرفة متى أكون مرتبكا من خلال تعبيرات وجهي					
16	أحب أن اشارك في الانشطة الاجتماعية التي تسمح لي بالالتقاء بالأشخاص لم أكن أعرفهم من قبل					
17	أفضل أكثر المشاركة في النقاش، بدلا من مراقبة وتحليل ما يقوله المشاركون					
18	أحيانا أحد صعوبة في النظر إلى وجوه الآخرين عندما أتحدث معهم في أمور شخصية					
19	قيل لي بأن عيناي فعلا تعبران عن ما أشعر به					
20	أهتم بمعرفة كل ما يصدر عن الناس من إشارات أو إيماءات أو علامات					
21	في كثير من الأحيان لا أستطيع التحكم والسيطرة على مشاعري					
22	أفضل الوظائف التي تتطلب العمل مع عدد كبير من الناس					
23	أتأثر بدرجة كبيرة بمزاج الافراد الذين يحيطون بي					
24	لست ماهرا في إجراء المحادثات، حتى ولو سبق لي الإعداد لها					
25	أشعر عادة، بعدم الارتياح عندما ألامس أو أقترب من الآخرين					
26	أستطيع بسهولة فهم طبيعة أي شخص من خلال تعامله مع الآخرين					
27	أستطيع أن أخفي عن اي شخص مشاعري الحقيقية نحوه					
28	أختلط دائما بالأخرين أثناء المناسبات الاجتماعية					

29	أجد نفسي في بعض الحالات، قلقا بشأن مدى صحة ما أقوله					
30	أجد صعوبة بالغة في التحدث أمام مجموعة كبيرة من الناس					
31	أضحك عادة بصوت مرتفع					
32	يبدو وكأنني أعرف دائما المشاعر الحقيقية للناس، مهما حاولوا وبذلوا من جهد لإخفائها					
33	أستطيع أن أمنع نفسي عن الابتسامة أو الضحك، حتى عندما يحاول أصدقائي أن يضحكوني					
30	أجد صعوبة بالغة في التحدث أمام مجموعة كبيرة من الناس					
31	أضحك عادة بصوت مرتفع					
32	يبدو وكأنني أعرف دائما المشاعر الحقيقية للناس، مهما حاولوا وبذلوا من جهد لإخفائها					
33	أستطيع أن أمنع نفسي عن الابتسامة أو الضحك، حتى عندما يحاول أصدقائي أن يضحكوني					
34	عادة ما أبادر بتقديم نفسي للغرباء في المواقف الاجتماعية					
35	قر في بعض الأحيان، أن ما يقوله عن الأخرون ينطبق علي					
36	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص اختيار المواضيع الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها					
37	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون كم أنا مزعج لوجودي معهم					

36	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص اختيار المواضيع الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها					
37	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون كم أنا مزعج لوجودي معهم					
36	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص اختيار المواضيع الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها					
37	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون كم أنا مزعج لوجودي معهم					
25	أشعر عادة، بعدم الارتياح عندما ألامس أو أقترب من الآخرين					
26	أستطيع بسهولة فهم طبيعة أي شخص من خلال تعامله مع الآخرين					
27	أستطيع أن أخفي عن اي شخص مشاعري الحقيقية نحوه					
28	أختلط دائما بالأخرين أثناء المناسبات الاجتماعية					
29	أجد نفسي في بعض الحالات، قلقا بشأن مدى صحة ما أقوله					
30	أجد صعوبة بالغة في التحدث أمام مجموعة كبيرة من الناس					
31	أضحك عادة بصوت مرتفع					
32	يبدو وكأنني أعرف دائما المشاعر الحقيقية للناس، مهما حاولوا وبذلوا من جهد لإخفائها					
33	أستطيع أن أمنع نفسي عن الابتسامة أو الضحك، حتى عندما يحاول أصدقائي أن يضحكوني					

34	عادة ما أبادر بتقديم نفسي للغرباء في المواقف الاجتماعية					
35	قر في بعض الأحيان، أن ما يقوله عن الأخرون ينطبق علي					
36	عندما أكون مع مجموعة من الناس يضطرب تفكيري بخصوص اختيار المواضيع الصحيحة التي يجب أن أتحدث عنها					
37	ينتابني أحيانا اضطراب يجعل أصدقائي وأسرتي يدركون كم أنا مزعج لوجودي معهم					
38	أستطيع أن أحكم بدقة على شخصية فرد ما، من أول مقابلة معه					
39	أجد صعوبة كبيرة في السيطرة على انفعالاتي					
40	عادة ما اكون الشخص الذي يبادر بمحادثة الآخرين.					
41	لا يهمني رأي الآخرين عن ما يصدر عني من تصرفات قد لا يتوقعونها مني					
42	عادة، أنا ماهر جدا في إدارة المناقشات الجماعية					
43	تقاسيم (تعابير) وجهي لا تتغير بتغير الظروف والموا قف					
44	من أكثر ما يمتعني في الحياة وجودي مع الناس					
45	لدي القدرة على المحافظة على هدوئي، حتى ولو كنت قلقا أو مضطربا					
46	عندما أحكي قصة، أستعين كثيرا بالإشارات والإيماءات لتوضيح ما أقوله					
47	غالبا ما أنشغل وأشعر بالقلق من أن يسيء الآخرون فهم شيء قلته لهم.					

48	أشعر بعدم الارتياح في الكثير من الاحيان عندما أكون مع مجموعة من الاشخاص يختلفون عني في المستوى الاجتماعي					
49	نادرا ما أظهر غضبي					
50	يمكنني على الفور ومنذ الوهلة الأولى اكتشاف الشخص المحتال					
51	أنسجم عادة بتصرفاتي وأفكاري مع أي مجموعة يتصادف وجودي معها					
52	عندما أكون في مناقشة مع الآخرين أجد نفسي أشارك بنصيب كبير في الحديث					
53	منذ صغري ووالدي يؤكدان لي دائما على أهمية حسن الخلق					
54	لست ماهرا في الاختلاط بالناس أثناء الحفلات					
55	عندما أتحدث مع أصدقائي، غالبا ما أتقرب منهم لدرجة ملامستهم					
56	أكره أن يحكي لي الآخرون مشاكلهم					
57	عندما أكون متضايقا، يمكنني أن أخفي ذلك عن الآخرين.					
58	في الحفلات والمناسبات استمتع بالحديث مع عدد كبير ومتنوع من الناس					
59	أتأثر وأتفاعل بشدة مع أي شخص يبتسم لي أو يشكر في وجهي					
60	أشعر بعدم الارتياح، وبأنني غريب في الحفلات والمناسبات التي يحضرها كثير من الأشخاص المهمين.					
61	يمكنني تحويل حفلة مملة إلى حفلة مرحة.					
62	أبكي أحيانا، عندما أرى مشهد محزنا من فيلم سينمائي					

63	أستطيع أن اتظاهر بأني سعيد حدا في المواقف الاجتماعية، حتى ولو كنت غير ذلك في الحقيقة الأمر.					
64	أعتبر نفسي شخصا منعزلا					
65	أتأثر كثيرا عندما أتعرض للنقد					
66	لاحظت في بعض الأحيان أن الناس من مختلف المستويات الاجتماعية، يشعرون بأنهم غير مرتاحين معي					
67	لا أحب أن أكون موضع انتباه الآخرين					
68	من السهل علي أن أخفف على شخص مهموم					
69	نادرا ما أستطيع إخفاء مشاعري القوية عن الاخرين					
70	أستمتع بالذهاب إلى الحفلات الكبيرة ومقابلة أشخاص جدد					
71	يهمني جدا أن يكون الآخرون مثلي					
72	أتلعثم في بعض الأحيان عندما أبدأ محادثة مع شخص غريب					
73	نادرا ما أظهر مشاعري أو انفعالاتي					
74	يمكنني تمضية وقت طويل لمجرد مراقبة الآخرين					
75	يمكنني بسهولة أن أتظاهر بالغضب الشديد، حتى لو كنت سعيدا في حقيقة الأمر.					
76	لا أحب أن أتحدث مع الغرباء، إلا إذا بادروا هم بالتحدث معي					
77	أتوتر إذا اعتقدت أن شخصا ما يراقبني					
78	يتم اختياري غالبا لأكون قائد المجموعة					

79	يخبرني أصدقائي أحيانا بأنهم يتعرفون عن ما أشعر به من خلال الحديث معهم.					
80	غالبا ما يقال لي بأنني شخص حساس ومتفهم					
81	يمكن للناس دائما معرفة مشاعري الحقيقية، حتى عندما أحاول إخفائها					
82	أميل دائما إلى إضفاء جو من المرح على السهرات والمناسبات الاجتماعية والعائلية.					
83	أهتم غالبا، بما أكونه من انطباعات عن الآخرين					
84	غالبا ما أجد نفسي محرجا، في المواقف الاجتماعية					
85	لا أصيح ولا أصرخ عندما أغضب					
86	عندما يشعر أصدقائي بالضيق والتوتر، يقصدونني من أجل الترويح عنهم					
87	أستطيع بسهولة أن أبدو سعيدا في لحظة ما وحزينا في اللحظة التالية					
88	يمكنني أن أتحدث لساعات مع الآخرين في أي موضوع					
89	أنشغل غالبا بما يأخذه الآخرون من أفكار وانطباعات عني.					
90	أستطيع بسهولة أن أتكيف وأنسجم مع أي موقف اجتماعي.					

انتهى وشكرا على حسن تعاونكم.

أ) **الملحق رقم (03):** مقياس جودة الحياة للمنسي والكاظم

التعليمة: عزيزي الطالب / السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته وبعد.

نرجو منكم التكرم بقراءة عبارات المقياس المرفق، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعوركم الحقيقي وما تقومون به بالفعل، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة المقياس.

وفي الوقت الذي نشكركم فيه على تعاونكم البناء نرجو تعبئة البيانات التالية بالمعلومات المناسبة.

يرجى وضع علامة (X) في الخانة المناسبة

الرقم	الأســـئـــلـــــة	أبدا	قليل جدا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط					
2	أشعر ببعض الآلم في جسمي					
3	أضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخيا					

4	تتكرر إصابتي بنزلة برد					
5	لا اشعر بالغثيان					
6	اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي اتناوله					
7	أنام جيدا					
8	أعاني من ضعف الرؤية					
9	نادرا ما اصاب بالأمراض					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي					
11	أشعر بأنني قريب جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي					
12	أشعر بالتباعد بيني وبين والدي					
13	أحصل على دعم عاطفي من اسرتي					
14	أجد صعوبة في التعامل مع الأخرين					
15	أشعر بأن والدي راضيان عني					
16	لدي أصدقاء مخلصين					
17	علاقاتي بزملائي رديئة للغاية					
18	لا احصل على دعم من أصدقائي وجيراني					
19	أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي					
20	لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي					
21	اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه					
22	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي					
23	أشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي					
24	لدي إحساس بأنني لم أستفد شيء من تخصصي					
25	الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي					
26	الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت					

27	أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة					
28	أشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية					
29	أشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية					
30	أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي					
31	انا فخور بهدوء أعصابي					
32	أشعر بالحزن بدون سبب واضح					
33	أواجه مواقف الحياة بقوة ارادة وهدوء اعصاب					
34	أشعر بأنني عصبي					
35	لا أخاف من المستقبل					
36	أقلق من الموت					
37	من الصعب استثارتي انفعاليا					
38	اقلق لتدهور حالتي					
39	أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار					
40	أشعر بالوحدة النفسية					
41	أشعر بأنني متزن انفعاليا					
42	أنا عصبي جدا					
43	أستطيع ضبط انفعالاتي					
44	أشعر بالاكتئاب					
45	أشعر بأنني محبوب من المجتمع					
46	أنا لست شخصا سعيدا					
47	أشعر بالأمن					
48	روحي المعنوية منخفضة.					

49	أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات					
50	أشعر بالقلق					
51	أستمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي					
52	ليس لدي وقت فراغ، فكل وقتي يستقضي في الاستذكار					
53	اقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط					
54	أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة					
55	أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية					
56	تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية					
57	لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي					
58	ليس لدي وقت للترويح عن النفس					
59	أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد					
60	لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية					

شكرا على حسن تعاونكم.

أ) الملحق رقم (04): جدول يوضح اتجاه العبارات السالبة والموجبة لاختبار المهارات الاجتماعية.

العبارات الموجبة	العبارات السالبة
02، 04، 05، 06، 07، 08، 11، 12، 13، 14، 16، 19، 20، 22، 23، 26، 27، 28، 29، 32، 33، 34، 35، 38، 40، 42، 44، 45، 46، 47، 50، 51، 52، 53، 55، 57، 58، 59، 61، 62، 63، 65، 68، 70، 71، 74، 75، 77، 78، 79، 80، 82، 83، 86، 87، 88، 89، 90.	01، 03، 09، 10، 15، 17، 18، 21، 24، 25، 30، 31، 36، 37، 39، 41، 43، 48، 49، 54، 56، 60، 64، 66، 67، 69، 72، 73، 76، 81، 84، 85.

ب) الملحق رقم (05): الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الأولى

T-TEST GROUPS=VAR00003('ان' 'ذك')

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=جودة الحياة

/CRITERIA=CI(.95).

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 00:23:33
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	350
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=VAR00003(' 'ذك ان") /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=جودة الحياة /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,00
	Temps écoulé	00:00:00,02

[Jeu_de_données0]

Corrélations

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 00:58:47
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.

	Observations utilisées	Les statistiques associées à chaque paire de variables sont basées sur l'ensemble des observations contenant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES= جودة الحياة المهارات الاجتماعية /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING=PAIRWISE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques descriptives			
	Moyenne	Ecart type	N
جودة الحياة	184,87	13,980	350
المهارات الاجتماعية	267,09	14,669	350

Corrélations			
		جودة الحياة	المهارات الاجتماعية
جودة الحياة	Corrélation de Pearson	1	-,083
	Sig. (bilatérale)		,123
	N	350	350
المهارات الاجتماعية	Corrélation de Pearson	-,083	1
	Sig. (bilatérale)	,123	
	N	350	350

```
T-TEST GROUPS=الجنس(1 2)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES=جودة الحياة
 /CRITERIA=CI(.95).
```

الملحق رقم (06): الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الثانية والثالثة.

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 01:00:25
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351

Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1)الجنس) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=جودةالحياة /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
جودة الحياة	ذكر	155	185,19	13,499	1,084
	انثى	195	184,62	14,381	1,030

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
جودةالحياة	Hypothèse de variances égales	,187	,665	,380	348	,705	,572	1,506	-2,391	3,534
	Hypothèse de variances inégales			,382	338,505	,702	,572	1,495	-2,370	3,513

T-TEST GROUPS=الجنس(1 2)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=جودة الحياة المهارات الاجتماعية

/CRITERIA=CI(.95).

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 01:01:00
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1)الجنس) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= جودة الحياة المهارات الاجتماعية /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
جودة الحياة	ذكر	155	185,19	13,499	1,084
	انثى	195	184,62	14,381	1,030
المهارات الاجتماعية	ذكر	155	267,35	14,904	1,197
	انثى	195	266,88	14,515	1,039

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
جودة الحياة	Hypothèse de variances égales	,187	,665	,380	348	,705	,572	1,506	-2,391	3,534
	Hypothèse de variances inégales			,382	338,505	,702	,572	1,495	-2,370	3,513
المهارات الاجتماعية	Hypothèse de variances égales	,266	,606	,299	348	,765	,473	1,581	-2,636	3,582
	Hypothèse de variances inégales			,298	326,451	,766	,473	1,585	-2,646	3,592

T-TEST GROUPS=التخصص(1 2)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=جودة الحياة المهارات الاجتماعية

/CRITERIA=CI(.95).

الملحق رقم (07): الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية الرابعة والخامسة

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 01:01:33
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS= التخصص(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= جودةالحياة المهاراتالاجتماعية /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques de groupe					
	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
جودة الحياة	علوم اجتماعية	185	187,54	15,205	1,118
	علوم إنسانية	165	181,87	11,810	,919
المهارات الاجتماعية	علوم اجتماعية	185	264,02	14,736	1,083
	علوم إنسانية	165	270,54	13,845	1,078

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
جودة الحياة	Hypothèse de variances égales	15,799	,000	3,861	348	,000	5,668	1,468	2,780	8,555
	Hypothèse de variances inégales			3,916	341,699	,000	5,668	1,447	2,821	8,515
المهارات الاجتماعية	Hypothèse de variances égales	1,819	,178	-4,253	348	,000	-6,523	1,534	-9,540	-3,507
	Hypothèse de variances inégales			-4,268	347,048	,000	-6,523	1,528	-9,529	-3,517

T-TEST GROUPS=الاقلمة(1 2)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=جودة الحياة المهارات الاجتماعية

/CRITERIA=CI(.95).

الملحق رقم (08): الجداول الإحصائية الخاصة بالفرضية السادسة والسابعة

Test T

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 01:02:37
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1(الاقلمة) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= جودةالحياة المهاراتالاجتماعية /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques de groupe					
	الاقامة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
جودة الحياة	مقيم	150	184,31	14,062	1,148
	غير مقيم	200	185,29	13,940	,986
المهارات الاجتماعية	مقيم	150	267,52	15,377	1,255
	غير مقيم	200	266,77	14,146	1,000

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
جودةالحياة	Hypothèse de variances égales	,064	,801	-,643	348	,521	-,972	1,511	-3,944	2,001
	Hypothèse de variances inégales			-,642	319,589	,521	-,972	1,513	-3,949	2,005
المهاراتالاجتماعية	Hypothèse de variances égales	1,066	,302	,473	348	,637	,750	1,586	-2,370	3,870
	Hypothèse de variances inégales			,467	305,910	,641	,750	1,605	-2,409	3,909

EXAMINE VARIABLES=جودة الحياة المهارات الاجتماعية

/PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPPLOT

/COMPARE GROUPS

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/CINTERVAL 95

/MISSING LISTWISE

/NOTOTAL.

Explorer

Remarques		
Sortie obtenue		27-APR-2024 01:04:05
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	351
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur pour les variables dépendantes sont traitées comme manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques sont basées sur des observations dépourvues de valeurs manquantes pour toutes les variables dépendantes et facteurs utilisés.
Syntaxe		EXAMINE VARIABLES=جودةالحياة المهاراتالاجتماعية /PLOT BOXPLOT STEMLEAF NPPLOT /COMPARE GROUPS /STATISTICS DESCRIPTIVES /CINTERVAL 95 /MISSING LISTWISE /NOTOTAL.
Ressources	Temps de processeur	00:00:03,59
	Temps écoulé	00:00:02,23

Récapitulatif de traitement des observations						
	Observations					
	Valide		Manquant		Total	
	N	Pourcentage	N	Pourcentage	N	Pourcentage
جودة الحياة	350	99,7%	1	0,3%	351	100,0%
المهارات الاجتماعية	350	99,7%	1	0,3%	351	100,0%

Caractéristiques				
			Statistiques	Erreur standard
جودة الحياة	Moyenne		184,87	,747
	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne	Borne inférieure	183,40	
		Borne supérieure	186,34	
	Moyenne tronquée à 5 %		184,72	
	Médiane		184,00	
	Variance		195,450	
	Ecart type		13,980	
	Minimum		127	
	Maximum		231	
	Plage		104	
	Plage interquartile		15	
	Asymétrie		,214	,130
	Kurtosis		1,277	,260
المهاراتالاجتماعية	Moyenne		267,09	,784
	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne	Borne inférieure	265,55	
		Borne supérieure	268,63	
	Moyenne tronquée à 5 %		267,32	
	Médiane		268,00	
	Variance		215,189	
	Ecart type		14,669	
	Minimum		229	
	Maximum		313	
	Plage		84	
	Plage interquartile		23	
	Asymétrie		-,175	,130
	Kurtosis		-,329	,260

Tests de normalité						
	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
جودة الحياة	,084	350	,000	,976	350	,000
المهارات الاجتماعية	,065	350	,001	,991	350	,031

جودة الحياة

جودة الحياة Tracé tige et feuille

Fréquence Stem & Feuille

5,00 Extremes (=<152)

,00 15 .

8,00 15 . 56778999

6,00 16 . 011234

14,00 16 . 55666777889999

30,00 17 . 000000111122222222333333344444

58,00 17 . 55555556666666666666667777777778888888888888999999999999

61,00 18 . 000000000000000111111111111222222223333333333334444444444444

63,00 18 . 555555555566666666666666667777777777788888888888888999999999

40,00 19 . 000001111111111122222222223333333333444 4

13,00 19 . 5555556688899

20,00 20 . 00001111222222344444

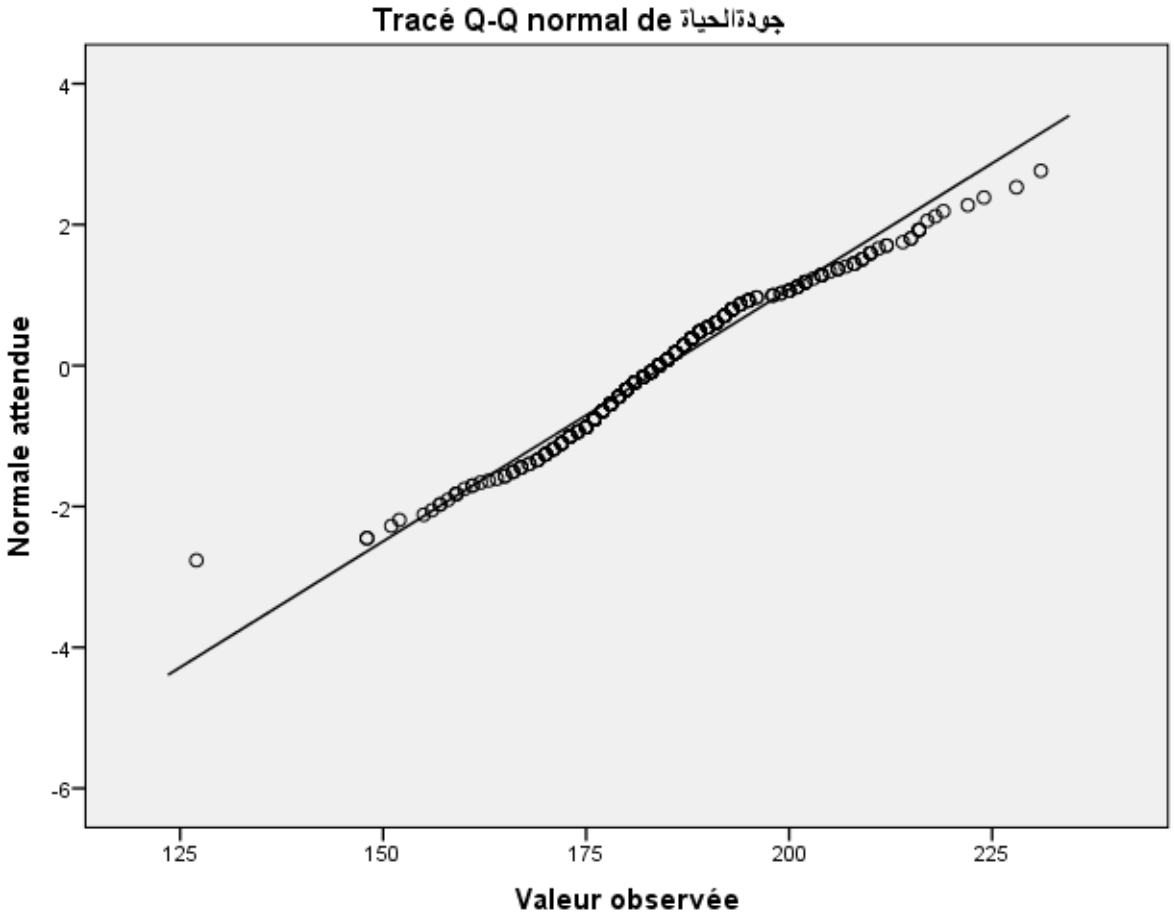
11,00 20 . 56667888999

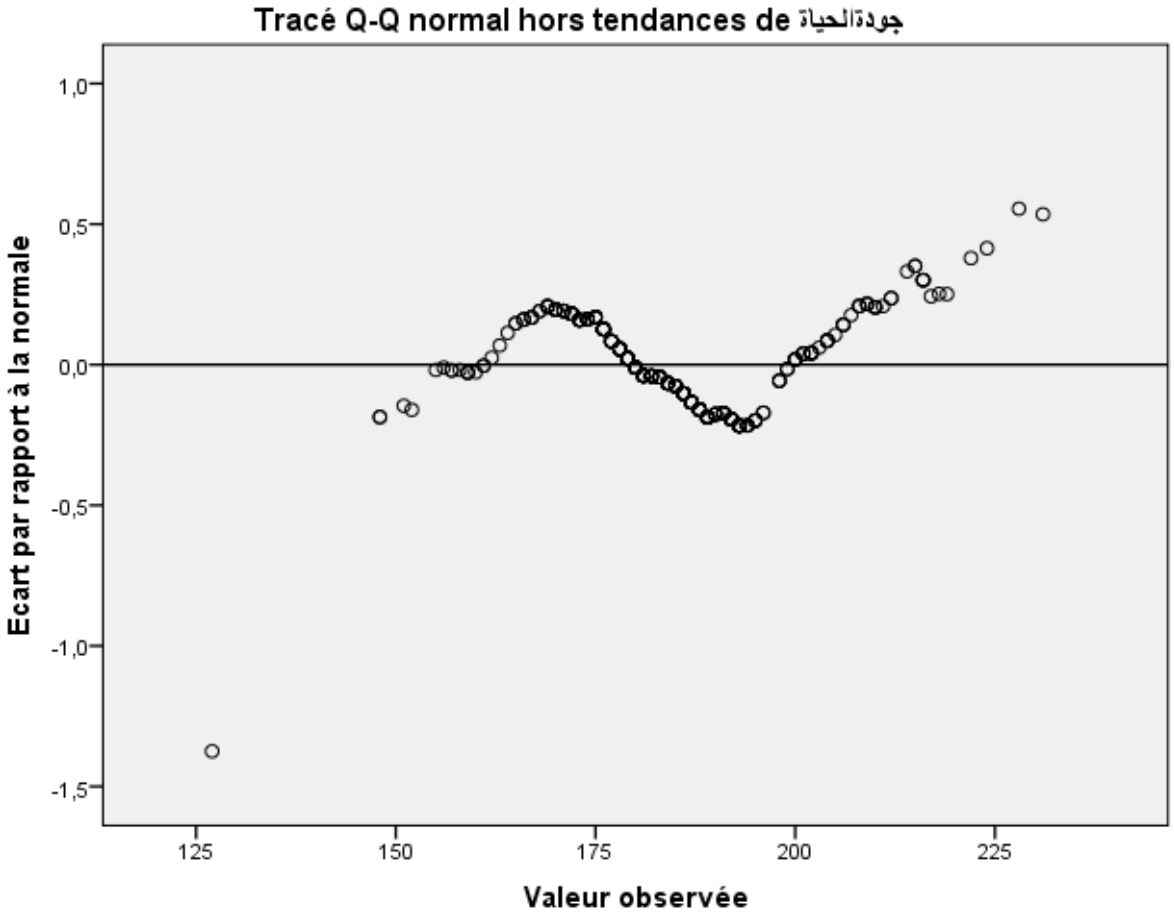
8,00 21 . 00001224

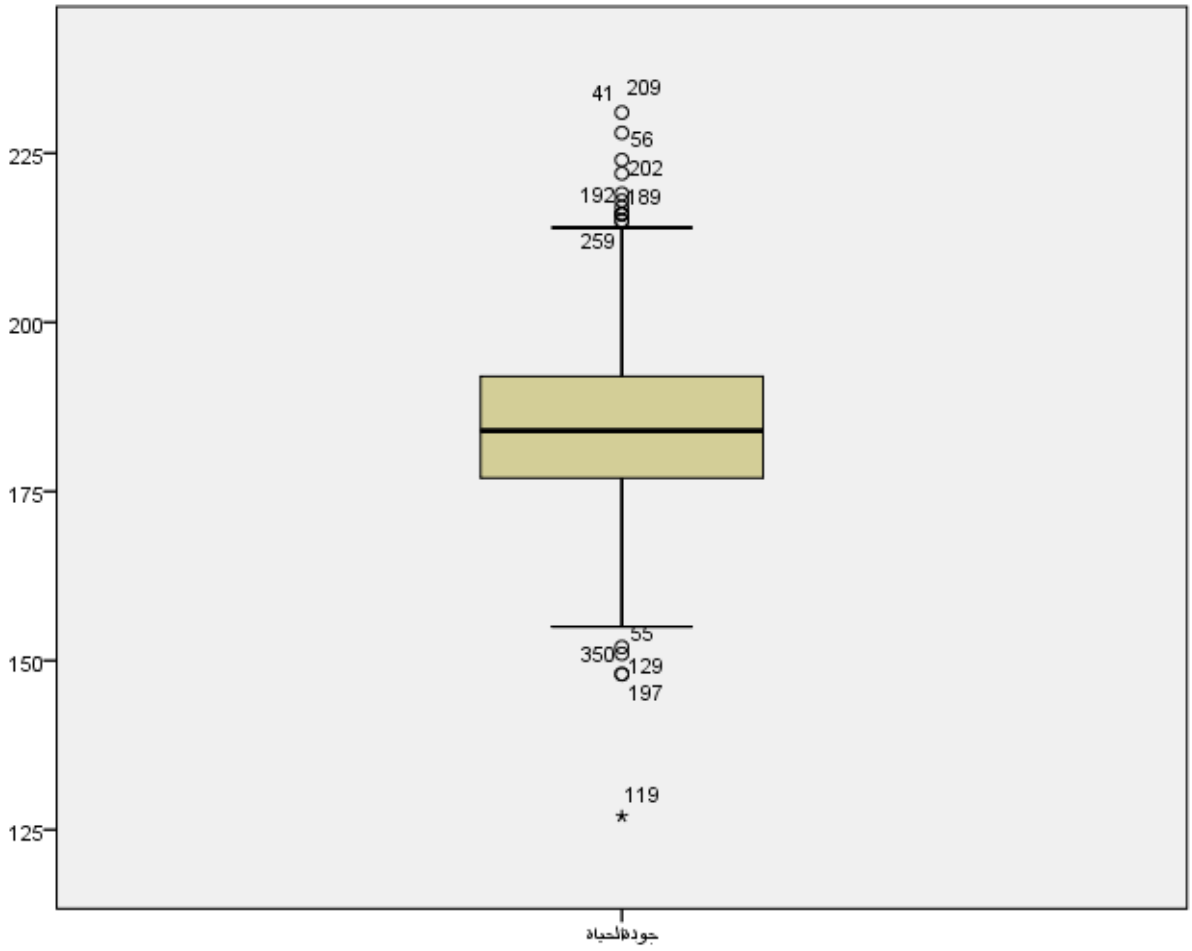
13,00 Extremes (>=215)

Largeur du radical : 10

Chaque feuille : 1 observation(s)


Tracé Q-Q normal de جودةالحياة
Normale attendue
4
2
0
-2
-4
-6
125
150
175
200
225
Valeur observée


Tracé Q-Q normal hors tendances de جودةالحياة
Ecart par rapport à la normale
1,0
0,5
0,0
-0,5
-1,0
-1,5
125
150
175
200
225
Valeur observée


225
200
175
150
125
41
209
56
202
192
189
259
55
350
129
197
119
جودةالحياة

المهارات الاجتماعية

Tracé tige et feuille المهارات الاجتماعية

Fréquence Stem & Feuille

2,00 22 . 99

3,00 23 . 233

10,00 23 . 5677888999

11,00 24 . 00123334444

16,00 24 . 5556678888999999

28,00 25 . 000011111112222333333333444

37,00 25 . 55555555555666666667777778888888999999

38,00 26 . 00000000011111111222222222233333334444

46,00 26 . 555555555555666666666777777788888888889999999

40,00 27 . 0000000001111111112222333333344444444444

40,00 27 . 55556666677777777777888888888999999999

40,00 28 . 00000000000001111111112222222233333333334

20,00 28 . 55555666666777789999

14,00 29 . 00011111111222

2,00 29 . 58

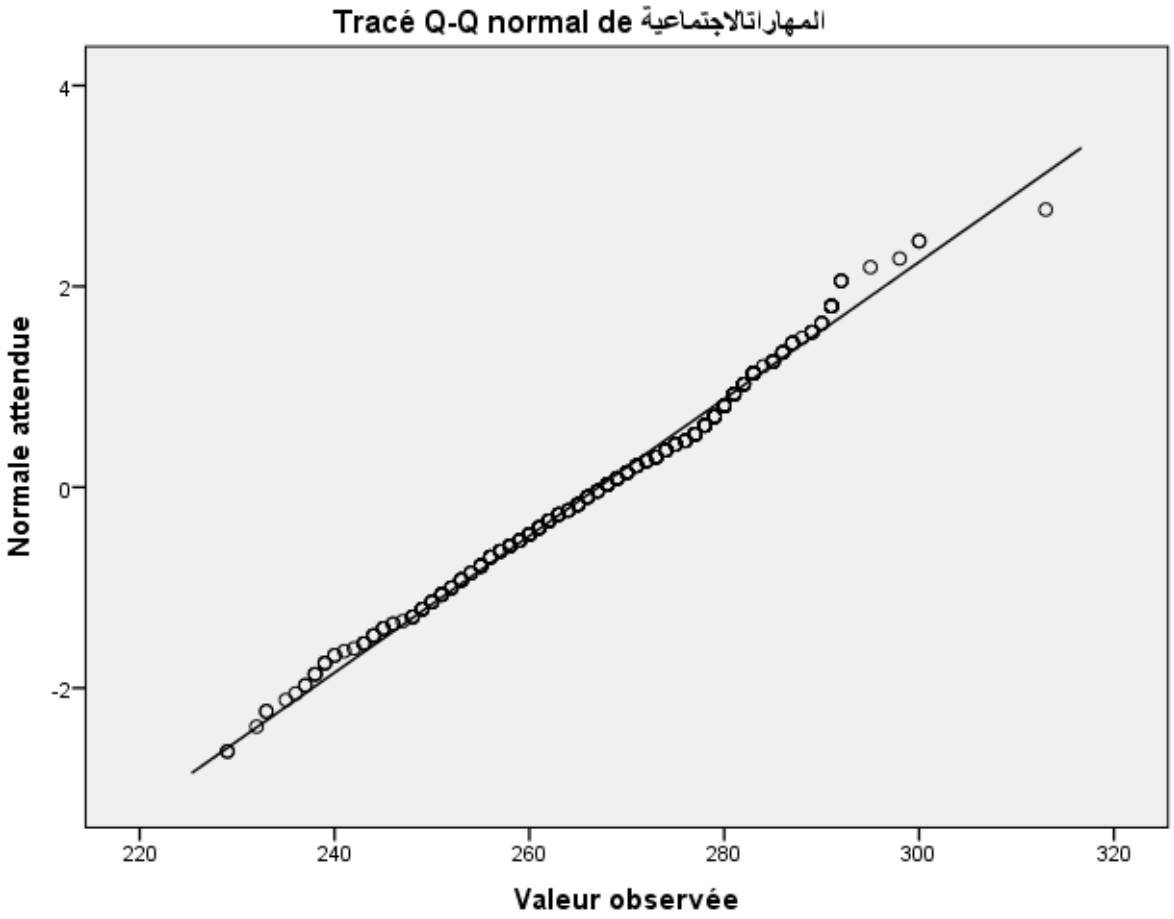
2,00 30 . 00

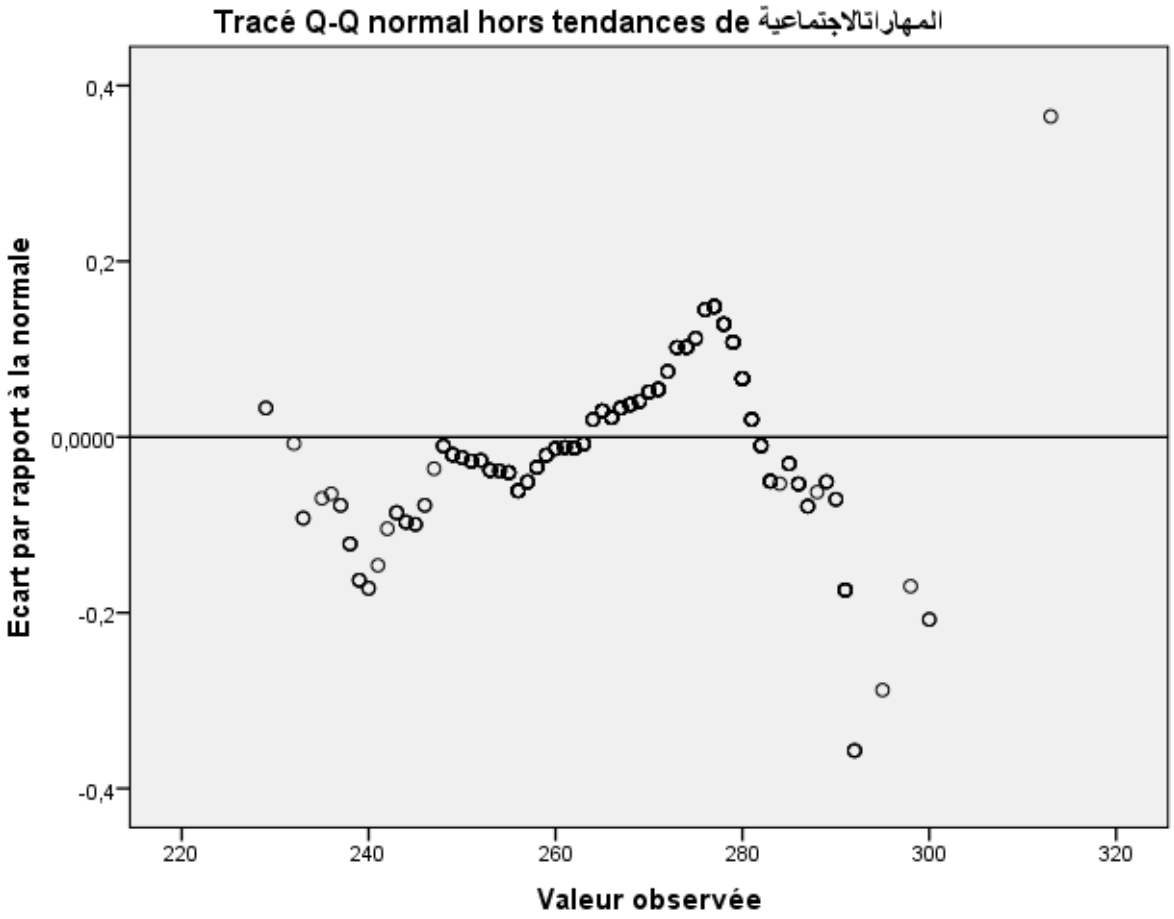
,00 30 .

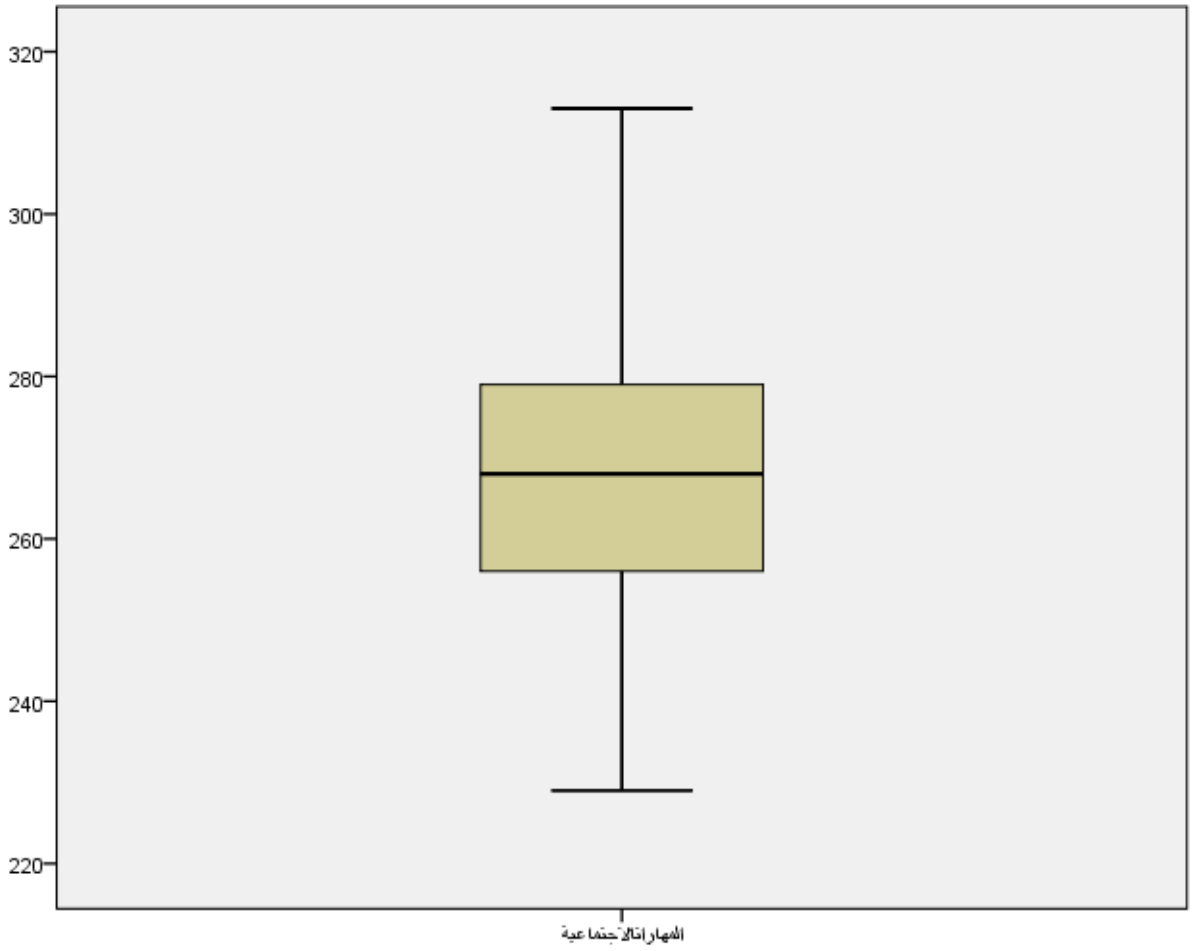
1,00 31 . 3

Largeur du radical : 10

Chaque feuille : 1 observation(s)


Tracé Q-Q normal de المهاراتالاجتماعية
Normale attendue
Valeur observée
4
2
0
-2
220
240
260
280
300
320


Tracé Q-Q normal hors tendances de المهاراتالاجتماعية
Ecart par rapport à la normale
0,4
0,2
0,0000
-0,2
-0,4
220
240
260
280
300
320
Valeur observée


320
300
280
260
240
220
الاضطرابات الاجتماعية