



جامعة حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الاجتماعية والانسانية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة علم النفس



علاقة التفكير الابتكاري بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة

دراسة وصفية مقارنة على عينة من طلبة جامعة حمه لخضر الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس: تخصص علم النفس
المدرسي

إشراف الأستاذة:

زليخة جديدي

إعداد الطالبتين:

- سليمة حنكه

- منال شارف

الموسم الجامعي: 2019-2020

شكر وعرفان

قال تعالى: "لئن شكرتم لأزيدنكم"

لا يسعنا بعد إتمام هذه المذكرة بحمد الله وعونه الذي أمدنا بالعقل

والجهد وهو خير معين وبفضله تتم الصالحات نشكره على نعمه

وفضله وما وفقنا إليه فالشكر لله أولاً وأخيراً

ويسرنا أن نتقدم بجزيل الشكر والاحترام وصدق الثناء إلى الأستاذة المشرفة

"زليخة جديدي" على وقوفها معنا طوال مشوار هذا العمل والتي

لم تبخل علينا بتوجيهاتها وتعليماتها القيمة والتي لا ينسى دعمها فجزاها

الله عنا خير الجزاء ونفع الله بها وبعلمها

كما أتقدم بالشكر إلى الأساتذة الكرام أعضاء لجنة المناقشة على

قبولهم تقييم هذه المذكرة.

وفي الأخير أقدم شكري إلى كل من كان له أثر

في مساعدتنا وتشجيعنا على إنجاز الدراسة

والشكر والحمد لله سبحانه وتعالى أولاً وأخيراً على إعانتة لنا في إنجاز هذه

المذكرة

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين التفكير الابتكاري وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

أجريت هذه الدراسة باتباع المنهج الوصفي السببي المقارن، حيث تضم عينة قوامها (96) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من جامعة حمه لخضر الوادي.

ولجمع بيانات الدراسة تم استخدام مقياسين مقياس ابراهام للتفكير الابتكاري، ومقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة لمنسي وكاظم.

انطلقت الدراسة من الفرضيات التالية:

_ توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.

_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.

_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي.

_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي.

_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي.

_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي.

بعد جمع البيانات المطلوبة وتبريغها وتبويبها، يتم معالجتها عن طريق الأساليب الإحصائية المخصصة لدراسة الفروق والمناسبة لطبيعتها، هذا فيما يخص التحقق من الفرضيات الجزئية ثم يتم استخراج وجود او عدم وجود العلاقة بين التفكير الابتكاري وجودة الحياة من خلال النتائج المتوصل اليها اثناء التحقق من الفرضيات الجزئية وبذلك نكون قد تحققنا من الفرضية العامة.

Résumé de l'étude

Cette étude vise à explorer la relation entre la pensée innovante et la qualité de étudiants universitaire.vie des

Cette étude a été menée en suivant l'approche causale descriptive et comparative, car elle comprend un échantillon de (30) étudiants (des deux sexes) qui ont été choisis au hasard à l'Université de Hamma Lakhdar El-Oued.

Pour collecter les données de l'étude, deux échelles ont été utilisées, l'échelle Abraham pour la pensée innovante et l'échelle de qualité de vie pour les étudiants universitaires.

L'étude est partie des hypothèses suivantes :

- Il existe une relation statistiquement significative entre la pensée novatrice et la qualité de vie des étudiants universitaires.
- Il existe des différences au niveau de la pensée innovante parmi les étudiants universitaires selon le sexe.
- Il existe des différences dans la qualité de vie des étudiants universitaires selon le sexe.
- Il existe des différences au niveau de la pensée innovante parmi les étudiants universitaires selon la spécialisation académique.
- Il existe des différences dans la qualité de vie des étudiants universitaires selon la spécialité académique.
- Il existe des différences au niveau de la pensée innovante parmi les étudiants universitaires selon le niveau académique.
- Il existe des différences dans la qualité de vie des étudiants universitaires selon le niveau académique.

Après avoir collecté les données requises, les avoir déballées et classées, D'abord elles sont traitées à travers les méthodes statistiques dédiées à l'étude des différences et adaptées à leur nature, C'est en termes de vérification d'hypothèses partielles Ensuite, l'existence ou l'inexistence de la relation entre la pensée innovante et la qualité de vie est extraite par le biais des résultats obtenus lors de la vérification d'hypothèses partielles, c'est ainsi nous avons vérifié l'hypothèse générale.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	شكر وعرفان
ب	ملخص الدراسة بالعربية
ج	ملخص الدراسة بالفرنسية
د	فهرس المحتويات
01	مقدمة
الجانف النظري	
الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة	
05	1- إشكالية الدراسة
08	2- فرضيات الدراسة
08	3- أهداف الدراسة
09	4- أهمية الدراسة
10	5- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة
10	6- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: التفكير الابتكاري	
15	تمهيد
15	1- تعريف التفكير الابتكاري
17	2- بعض المصطلحات المرتبطة بالتفكير الإبداعي
17	3- خصائص التفكير الابتكاري
18	4- مسلمات التفكير الابتكاري
19	5- مراحل عملية التفكير الابتكاري
21	6- عناصر التفكير الابتكاري
22	7- أساليب الكشف عن مهارات التفكير الابتكاري

23	8- معوقات التفكير الابتكاري
25	9- نظريات التفكير الابتكاري
31	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: جودة الحياة	
33	تمهيد
33	1- تعريف جودة الحياة
35	2- بعض المفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة
37	3- مظاهر جودة الحياة
38	4- أبعاد جودة الحياة
39	5- مقومات جودة الحياة
41	6- مجالات جودة الحياة
43	7- مؤشرات جودة الحياة
44	8- نماذج جودة الحياة
47	9- معوقات جودة الحياة
48	10- الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة
52	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
55	تمهيد
55	1- منهج الدراسة
56	2- الدراسة الاستطلاعية
56	2_1_ أهداف الدراسة الاستطلاعية
57	2_2_ إجراءات الدراسة الاستطلاعية
57	2_3_ نتائج الدراسة الاستطلاعية
57	3- الدراسة الأساسية
57	3-1- أدوات الدراسة

61	3-2- حدود الدراسة
62	3-3- عينة الدراسة الأساسية
62	3-4- إجراءات الدراسة الأساسية
62	3-5- الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة
63	خلاصة الفصل
الفصل الخامس عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة	
65	تمهيد
	1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (1)
	2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (2)
	3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (3)
	4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (4)
	5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (5)
	6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (6)
	7- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة
	خلاصة عامة ومقترحات
66	قائمة المراجع
الملاحق 1- الملحق(1): اختبار ابراهيم للتفكير الابتكاري 2- الملحق(2): مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة	

الابتكار كلمة سحرية ظلت منذ أقدم العصور لغزا محيرا للفلاسفة والعلماء والأدباء، في مختلف الحضارات الإنسانية لما له من أهمية، فالأفراد ذوو القدرة العالية على التفكير الابتكاري يلعبون دور هاما في تطوير المجتمع وتقدمه. حيث أن تمايز الشعوب والدول أصبح يقاس بما تكتسبه من قدرات بشرية قادرة على الابتكار والإبداع في مختلف مجالات الحياة. وقد أشار كل من جيلفورد (1965) وتورانس (1977) إلى أنه لا شيء يمكن ان يسهم في رفع مستوى رفاهية الأمم والشعوب وتحقيق الرضا والصحة النفسية أكثر من رفع مستوى الأداء الابتكاري لدى هذه الشعوب لعل هذا ينطبق أكثر على مجتمعنا العربي الذي هو في أمس الحاجة الى أفراد مبتكرين قادرين على تقديم الحلول الجديدة لمشكلاتنا المتراكمة. وعليه فالاهتمام بالابتكار والدراسات الابتكارية لم يكن وليد الصدفة بل كان نتيجة حتمية لطبيعة الحياة التي يحياها الفرد اليوم.

وينكر قنديل (1984) أنه في أي دراسة أو تفكير او مناقشة عن الابتكار يجب ألا تغيب عن الانتباه أهمية الابتكار ليس فقط كإنتاج عقلي ذي طبيعة متميزة، ولكن أيضا كوظيفة نفسية ضرورية في تكوين الشخصية السوية، وذلك أن القدرة على الاتيان بأساليب مبتكرة في المواقف الاجتماعية يساعد الفرد على التعامل السوي مع خبرات الحياة المتشابكة فضلا عن دعم ثقة الفرد بذاته، وإذا كان المعلم له دور فعال في اعداد النشء، وكان من الضروري توافر أنماط التفكير المختلفة لديه وخاصة التفكير الابتكاري، فإن تنمية السمات الشخصية الإيجابية كجودة الحياة لديه تعد أيضا من الجوانب التي لابد ان يسعى الإنسان إلى تحقيقها.

حيث أشار فرانك الى ان جودة الحياة حسن إمكانية توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع ويتم هذا من خلال الأسرة المدرسية، والجامعة وبيئة العمل من خلال التركيز على 3 محاور هامة هي التعليم، التنقيف، والتدريب. من هذا المنطلق نعتبر جودة الحياة المدخل للاهتمام بالتنمية الإنسانية المصحوبة بالاهتمام المتزايد بالنمو السليم المتكامل لجميع الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية والثقافية والرياضية والدينية والجسمية

وذلك من خلال عمليات التعلم المتصل والمستمر للعادات والمهارات والاتجاهات. هذا الاهتمام جعل المفكرين يطلقون على هذا العصر "عصر الجودة" وأصبح المجتمع العالمي ينظر إلى جودة الحياة والتنمية الإنسانية وجهان لعملة واحدة.

وتضمنت هذه الدراسة جانبين، جانب نظري وجانب ميداني، احتوى الجانب النظري على ثلاثة فصول، حيث أن الفصل الأول هو عبارة عن فصل تمهيدي والذي تضمن أولاً إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية وأهداف الدراسة، التعريفات الإجرائية للدراسة، وأخيراً الدراسات السابقة.

وبعد تطرقنا إلى الفصل الثاني المتعلق بالتفكير الابتكاري الذي احتوى على تمهيد للفصل، مفهوم التفكير الابتكاري، المصطلحات المرتبطة بالتفكير الابتكاري، خصائص التفكير الابتكاري، مراحل التفكير الابتكاري، عناصر التفكير الابتكاري، أساليب الكشف عن التفكير الابتكاري، ومعوقات التفكير الابتكاري، نظريات التفكير الابتكاري وخلاصة الفصل.

أما الفصل الثالث فتطرقنا فيه إلى جودة الحياة الذي احتوى على تمهيد للفصل، تعريف جودة الحياة، المفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة، مظاهر جودة الحياة، أبعاد جودة الحياة، مقومات جودة الحياة، مجالات جودة الحياة، مؤشرات جودة الحياة، نماذج جودة الحياة، معوقات جودة الحياة، والاتجاهات المفسرة لجودة الحياة، وخلاصة الفصل.

كما احتوى الجانب الميداني على الإجراءات المنهجية للدراسة، يحتوي على منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، أدواتها، حدودها، عينة الدراسة الأساسية، وإجراءات الدراسة الأساسية.

الجانب النظري

الفصل الأول

تقديم موضوع الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة
- 6- الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة

حظي موضوع القدرة الابتكارية باهتمام كبير في المجتمعات المتقدمة، ومن طرف المهتمين بالفكر والسياسة والاقتصاد والتربية وغيرها من المجالات نظرا للدور الذي تلعبه في نشوء الحضارات وتقدم الأمم، وإذا كانت المنافسة الشديدة وسرعة التغير وتنامي التحديات هي السمات البارزة للعالم المعاصر فإن جودة الحياة تعد المصدر الذي نتصدى من خلاله لمواجهة التحديات التي لا تكاد تقف عند حد معين.

ان هذا الأخير يساعد المتعلمين على كشف العديد من قدراتهم الابتكارية في مختلف المجالات من خلال الأنشطة المختلفة وخاصة الأنشطة العلمية والممنهجة. حيث أظهرت دراسة تورانس على ضخامة الخسائر في مصادر الثروة الانسانية التي تتمثل في الاطفال النابغين الذين لا يجيدون تشجيع على إظهار نوع البحث عن هويتهم، والذين يمنعهم أباؤهم ومدرسوهم من هذا البحث فيضيعون في الطريق ولا يعملون الا بقدر ضئيل جدا من إمكانياتهم، وقد يتحول بعضهم الى أشقياء جانحين أو مرضى. فالتفكير الابتكاري يزود المجتمع بالأفكار التي يفترق اليها دائما والتي يتطلع اليها بهدف نقله من التقليدية الى المعاصرة والتحديث والسير والاتفاق على معايير المجتمعات الحديثة، فالابتكار هو القدرة على خلق البديع الذي قد يكون رسما أو نغما أو فكرة أو نظرية أو تمثالا أو اختراعا. (معيوف، 2008، 92)

ويتميز التفكير الإبتكاري بخصائص فريدة تجعله يتمتع بالجدة المبتكرة " الأصالة " أو بالتنوع الثري للأفكار " المرونة " أو بالتعدد الشامل للأفكار المتصلة بالموقف " الطلاقة " أو بالتحسين والتطوير والتوسيع " الإفاضة " فالمبدعون أمل الامة والقادرون على النهوض بذواتهم ومجتمعاتهم إلى أرقى درجات التقدم والرفي الإنساني والنجاح في مواجهة اعباء ومتطلبات الحياة اليومية، بحيث يتم تحويل كل ما لدى الفرد من معلومات وابتكارات تحول الى سلوكيات تحقق فاعليتها وشعوره برضا والتوافق والنجاح في الحياة في اطار ما يطلق عليه جودة الحياة النفسية.

وتعتبر جودة الحياة من العوامل الأساسية المساعدة على حسن استثمار ما لدى الفرد من طاقات وامكانيات، وتأثر بصورة مباشرة على سعادته وتكيفه واستقراره ومدى ايجابيته أو اعاقته عن اداء أدواره الطبيعية في الحياة، ومن ثم أصبح موضوع جودة الحياة مفهوما محوريا في البحوث والدراسات واستخدم بمعاني متعددة في سياقات مختلفة في العلوم الطبيعية والانسانية.

حيث ظهر مصطلح جودة الحياة كأحد الموضوعات في علم النفس الإيجابي، وهو مجال معاصر يهتم بدراسة الخصائص الايجابية ونواحي القوة لدى الإنسان ودراسة المتغيرات المرتبطة به مثل الرضا عن الحياة، السعادة، معنى الحياة، فاعلية الذات، واشباع الحاجات بغرض مساعدة الأفراد على إصدار السلوكيات المنتجة والذي يبحث في الجوانب الايجابية في الحياة.

وبناء عليه يمكن القول بأن جودة الحياة عبارة عن إدراك ذاتي لنوعية الحياة، حيث ان تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل والعمل والتعليم يمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشر لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات بالنسبة له، وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة ويظهر ذلك بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، والذي يؤثر بدوره في تعاملات الفرد مع كافة المتغيرات الأخرى التي تتدخل في نطاق تفاعلاته بما في ذلك أسلوبه في حل المشكلات ومواجهة المواقف الضاغطة.

كما يرى فرانك (2000) أن جودة الحياة حسن امكانية توظيف امكانيات الانسان العقلية والابداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية.

اما دراسة (النجار والطلاع، 2015)، فقد أشار الى أن التفكير الايجابي يرتبط بجودة الحياة بنسبة للفرد، لأنها تعبير عن الادراك الذي يمتلكها وأن الحياة بالنسبة له هو ما يدركه منها فشعور الفرد برضا عن حياته يتعكس على عمله ويتجلى ذلك في معدل انتاجه وكفاءاته وبالتالي شعوره بالسعادة والرضا.

لقد أشارت قيلسون وآخرون (2008) الى ان جودة الحياة تعتبر مجال مهم في البحث خلال فترة المراهقة ويرجع ذلك لارتباطها بالصحة البدنية والعقلية والنفسية وظهور سلوكيات محفوفة بالمخاطرة.

نظرا لأهمية الفترة العمرية في حياة الطالب خصوصا في المرحلة الجامعية، بإعتبارها مرحلة اعداد للحياة المهنية، فإن تمثلات الطالب وإدراكاته الموجهة نحو الذات ونحو محيطه العام تؤثر بشكل مباشر على وضعية صحته النفسية وعلى أهدافه الدراسية المتعلقة بالتحصيل والنجاح، والبحث عن الارتياح النفسي والشعور بجودة الحياة، فمن خلال كل ما تقدم ونظرا لأهمية موضوع التفكير الابتكاري وأهمية دراسة جودة الحياة اخترنا هذا الموضوع لأسباب عدة لعل أبرزها حداثة هذا الموضوع وحاجاته الى دراسات واسعة ومعقدة لمعرفة ومعرفة موضوعاته، وكذا إدراكنا وقلة الباحثين على دراسته، ومن هنا أردنا دراسة علاقة التفكير الابتكاري بجودة الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة.

التساؤل العام للدراسة:

هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة؟

تساؤلات الجزئية للدراسة:

- 1_ هل توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس؟
- 2_ هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس؟
- 3_ هل توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي؟
- 4_ هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي؟
- 5_ هل توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي؟

6_ هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي؟

2- فرضيات الدراسة

إنطلاقاً من تساؤلات الدراسة يمكن صياغة فرضيات الدراسة كالتالي:

الفرضية العامة:

_ توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

الفرضيات الجزئية:

1_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.

2_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.

3_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي.

4_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف التخصص الدراسي.

5_ توجد فروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي.

6_ توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة باختلاف المستوى الدراسي.

3- أهداف الدراسة

1_ تهدف الدراسة الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة وأبعادها والتفكير الابتكاري.

2_ معرفة قدرات التفكير الابتكاري لدى طلاب الجامعة.

3_ إيجاد الفروق في مستوى التفكير الابتكاري لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغيرات (الجنس، التخصص الدراسي، المستوى الدراسي)

4_ إيجاد الفروق في مستوى جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغيرات (الجنس، التخصص الدراسي، المستوى الدراسي)

5_ التحقق من وجود فروق بين التخصص العلمي والتخصص الادبي على أبعاد جودة الحياة.

4-أهمية الدراسة

يكتسي هذا البحث أهميته من حيث أصالة الموضوع، حيث تقل الدراسات والبحوث في حدود علم الباحث التي أجريت على البيئة الجزائرية، وطلاب الجامعة بشكل خاص، التي استهدفت التعرف على العلاقة بين القدرة الابتكارية وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

تكمن أهمية البحث في:

1-تعد دراسة الابتكار مصدرا وافرا لإيجاد أفراد مجتمع مفكرين ومبدعين ومنتجين، ذلك أن الفرد المبتكر لديه القدرة على الإنجاز في شتى المجالات، ومجتمعنا في الوقت الراهن في أشد الحاجة إلى تلك الفئة من المبتكرين لدفع عجلة الإنتاج والتقدم.

2-تعد الدراسة الحالية وسيلة لتقييم مدى قدرة طلبة الجامعة على التفكير الابتكاري، ومن ثم لفت أنظار المسؤولين الى ضرورة توفير رحم تربوي مناسب لرعاية ونمو القدرات الابتكارية والمميزة.

3-حادثة مفهوم جودة الحياة حيث يحظى باهتمام كبير من طرف العلماء في ظل افتقار المكتبة العربية في هذا المجال حيث يندرج ضمن المفاهيم الإيجابية في علم النفس تفيد الأخصائيين النفسانيين والاجتماعيين.

4_ تعتبر الدراسة الحالية إضافة للتراث النظري من خلال ما تقدمه من معلومات لكلا المتغيرين.

5- يمكن ان تثير نتائج هذه الدراسة بعض الباحثين التربويين والسيكولوجيين لإجراء دراسات أخرى في ميدان الابتكار وجودة الحياة في ضوء متغيرات أخرى.

5- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة

5-1- التفكير الابتكاري

- **التعريف الاجرائي:** هي القدرة على إنتاج عدة استجابات متنوعة وجديدة، غير شائعة لمجموعة من المثيرات يحددها الاختبار المستعمل في هذه الدراسة.

5-2- جودة الحياة

- **التعريف الاجرائي:** وهي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة، والتي يتم استخلاصها بتطبيق المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

6- الدراسات السابقة

سنعرض في هذا الجزء من الفصل الى الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث، وفقا لما يلي:

6-1- الدراسات التي تناولت موضوع التفكير الابتكاري:

1- دراسة سامية سعدي 2001: كانت تحت عنوان " القدرة على التفكير الإبداعي وعلاقتها بدافع الإنجاز وفاعلية الذات "، وقد هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى نمو القدرة على التفكير الإبداعي لدى طلاب التعليم العالي(فرع الدراسات العليا)(الماجستير) كما هدفت الدراسة الى التعرف الى العلاقة بين القدرة على التفكير الإبداعي ودافع الإنجاز من جهة والعلاقة بين القدرة على التفكير الإبداعي وفاعلية الذات من جهة أخرى، وتكونت الدراسة من 106 طالب من معهد علم النفس وعلوم التربية، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة (اختبار القدرة على التفكير الإبداعي) المستمدة من الاختبارات (جيفورد) في قياس التفكير الإبداعي، ومقياس الدافع للإنجاز، ومقياس لقياس فاعلية الذات والذي يقيس المستويات العامة لاعتقاد الشخص في كفايته، وقد خلصت الدراسة الى النتائج التالية:

- أن اغلبية الأفراد عينة الدراسة تتميز بقدرة إبداعية فطرية كامنة.

- أغلبية أفراد العينة يتميزون بدافع انجاز مرتفع.

- أغلبية أفراد العينة يتميزون بفاعلية ذات مرتفعة.

- وجود معامل ارتباط ضعيف (0,06) بين القدرة الإبداعية العامة والدافع للانجاز وهو غير دال احصائها عند 0,05.

2- دراسة محمد المري إسماعيل 1986: بعنوان " الدافع للابتكارية لدى طلاب المرحلة الثانوية". أجريت الدراسة على (278) من طلبة الصف الأول ثانوي بمدينة زقزيق (148 من البنين و130 من البنات) بمتوسط عمري 14، 11 شهرا، لدراسة الدافع للابتكارية لديهم، ومعرفة أثر كل من حب الاستطلاع والتحصيل الدراسي والجنس على الدافع للابتكارية، وكذلك التفاعل بينهما، وطبق على أفراد العينة استبيان الدافع للابتكارية، ومقياس حب الاستطلاع، وقد دلت نتائج الدراسة على عدم وجود تأثير لكل من حب الاستطلاع والتحصيل الدراسي والجنس على الدافع للابتكارية، ووجود فروق دالة احصائيا بين البنين والبنات في الدافع للابتكارية عند دراسة حب الاستطلاع، وذلك لصالح البنين.

3- دراسة كومار وآخرون 1991: بعنوان " الأساليب الابتكارية لدى طلبة السنة أولى جامعي". هدفت الدراسة الى التعرف الى المعتقدات الطلبة عن مناهجهم ومجهوداتهم الابتكارية، ولتحقيق هدف الدراسة تم اختيار 182 طالبا من طلبة السنة أولى جامعي، والذين عرفوا أنفسهم كأفراد مبتكرين، وظهروا تقديرا عاليا لذواتهم، وأظهرت نتائج الدراسة أن هؤلاء الطلبة قد وضعوا عدد كبيرا من الأساليب الابتكارية مثل العصف الذهني، الا أنهم كانوا أقل دافعية للوصول الى النواتج الابتكارية النهائية مقارنة بأولئك الطلبة الذين عرفوا انفسهم اقل ابتكارا.

4- دراسة أبو هلال والطحان 2002: بعنوان العلاقة بين التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي لدى عينة من المتفوقين، وأجريت الدراسة في الامارات العربية المتحدة سنة 2002، حيث هدفت الى إيجاد العلاقة بين الذكاء والابتكار والتحصيل وتكونت العينة من 406 طالبا وطالبة من الصفين الثالث إعدادي والسادس ابتدائي ، واستعمل الباحث كأداة للدراسة، اختبار المصفوفات المتتابعة (رافن) لقياس الذكاء، واختبار (تورانس)، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

- أن التحصيل والذكاء والقدرة الابتكارية تشكل أبعادا منفصلة.

- أوضحت المقارنة بين الدرجات أن طلبة السادس أبتدائي أقل ابتكارا من طلبة الثالث أعدادي.

- أن متغيري الذكاء والتحصيل لهما قدرة تنبئية محددة تفسر بعض تباين درجات المرونة والطلاقة، ولم تتمكن أي من المتغيرات المستقلة من التنبئ بدرجات الأصالة.

6-2- الدراسات التي تناولت موضوع جودة الحياة:

1- دراسة شاهر خالد سليمان 2008: بعنوان " قياس جودة الحياة لدى عينة من جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها" وهدفت هذه الدراسة لمعرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء متغيري التخصص (علمي -أدبي)، و التقدير الدراسي (جيد_ جيد جدا- مقبول) واستخدمت الدراسة مقياس من إعداد الباحث، إذ طبق على عينة قدرها 649 طالبا جامعيًا منهم 391 ادبي و330 علمي من جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

- إلى أن المستوى جودة الحياة كانت مرتفعًا في بعدين هما جودة الحياة الأسرية وجودة الحياة النفسية ومنخفضًا في بعدين هما جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت ومتوسط في بعد الصحة العامة، كما أشارت الدراسة الى وجود فروق في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصص العلمي.

2- دراسة العادلي: بعنوان مدى إحساس طلبة كلية التربية بجامعة الرستاق، في سلطنة عمان بجودة الحياة ، ومعرفة طبيعة الفروق بين طلبة كلية التربية بالرستاق في مدى الإحساس بالجودة وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي. أعتمد مقياس أعد لهذا الغرض. واشتملت عينة الدراسة على 51 طالبا و147 طالبة ولقد أظهرت النتائج أن متوسط درجات إحساس أفراد العينة ككل بجودة الحياة، وكذلك أفراد العينة من الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس الذي يعكس مستوى عاليا من الإحساس بجودة الحياة،

ووجود فروق إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عن مقياس الإحساس بجودة الحياة وفق التخصص الدراسي تم تحديدها بالفروق بين متوسطات درجات طلبة تخصص الدراسات الاجتماعية ومتوسط درجات بقية التخصصات المشمولة في البحث. وأوصى البحث بتعزيز شعور الطلبة بجودة الحياة وتعزيز ثقتهم بأنفسهم وتنمية الشعور بأهمية التخصصات الدراسية المختلفة.

3- دراسة ديوهوبنر 1994: بعنوان " جودة الحياة لدى المراهقين " .طبقت على عينة مكونة من 222 طالبا من الصفوف الثامن و العاشر و الثاني عشر من مدارس الولايات المتحدة الأمريكية، تم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة و بعض مقاييس الشخصية مختارة، توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط جوهري بين المراهقين ودرجة رضاهم عن حياتهم، وكانت الفروق في الرضا عن الحياة غير متأثرة بالعمر الزمني و الا بالنوع و لكنه متأثر بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة.

الفصل الثاني

التفكير الابتكاري

تمهيد

- 1- تعريف التفكير الابتكاري
 - 2- بعض المصطلحات المرتبطة بالتفكير الإبداعي
 - 3- خصائص التفكير الابتكاري
 - 4- مسلمات التفكير الابتكاري
 - 5- مراحل عملية التفكير الابتكاري
 - 6- عناصر التفكير الابتكاري
 - 7- أساليب الكشف عن مهارات التفكير الابتكاري
 - 8- معوقات التفكير الابتكاري
 - 9- نظريات التفكير الابتكاري
- خلاصة الفصل

تمهيد

يعد التفكير الابتكاري أحد أنواع التفكير التي نالت اهتماما واضحا من الباحثين والمعاصرين بصورة خاصة، بوصفه شكلا راقيا من أشكال النشاط الإنساني فقد أصبح منذ الخمسينات مشكلة مهمة من مشكلات البحث العلمي في عدد كبير من الدول، حيث أن التقدم العلمي لا يمكن تحقيقه بدون تطوير القدرات الابتكارية عند الإنسان، كما أن تطور الإنسانية وتقدمها مرهونان بما يمكن ان يتوفر لها من قدرات ابتكارية تمكنها دوما من أن تقدم مزيدا من الابتكارات أو الإسهامات التي تستطيع من خلالها مواجهة ما يعترضها من مشكلات ملحة يوما بعد يوم ولحظة تلو الأخرى، فالتفكير الابتكاري هو أحد وسائل التقدم الحضاري الراهن، وهو ذو أهمية في تقدم الانسان المعاصر وعدته في مواجهة المشكلات الراهنة والتحديات المستقبلية.

حيث سنتطرق في هذا الفصل الى التعرف على ماهية التفكير الابتكاري ووجهات نظر متعددة حول مفهوم التفكير الابتكاري وخصائصه ومراحل عملية التفكير الابتكاري، بالإضافة الى مراحل وعناصره وأساليب الكشف عنه، مع ذكر معوقات ونظريات المفسرة له.

1_ تعريف التفكير الابتكاري

يقصد بالتفكير الابتكاري قدرة الفرد او مجموعة من الافراد على التخيل او بناء مفهوم جديد، او موضوع جديد او اكتشاف حل اصيل لمشكلة ما. (محمد، 1999، 19)

لقد عرفه تورانس بانه: عملية يصبح فيها الفرد حساسا للمشكلات وواجه القصور، وفجوات المعرفة والعناصر الناقصة، وعدم التناسق. يحدد فيها المبتكر الصعوبة ويبحث عن الحلول ويقوم بتخمينات، ويصوغ الفروض عن نقائص أو يختبر هذه الفروض أو يعيد اختبارها ويعديلها ويعيد اختبارها وأخيرا يقدم النتائج. (فتحي، 2009، 21)

أما خيرالله فيعرف التفكير الابتكاري بأنه: قدرة الفرد على الانتاج، انتاجا يمتاز بأكبر قدر ممكن من الطلاقة والمرونة والاصالة والتداعيات البعيدة وذلك كالاستجابة لمشكلة او موقف مثير.

أما عبد الفتاح فيعرف التفكير الابتكاري على انه: قدرة مركبة وليست بسيطة ويتكون من عوامل تزيد من القدرة الابتكارية، مثل القدرة على التجديد لما هو معروف ومتفق عليه والقدرة على إعادة التجديد، وإيجاد علاقات جديدة لأشياء معروفة، والقدرة على سرعة التكيف بالنسبة للمواقف الجديدة، والمرونة التلقائية والتعبير الحر. (ابراهيم، 2018، 125)

يعرفه اولسون بأنه: عملية ذهنية يتم فيها توليد وتعديل الأفكار من خبرة معرفية سابقة وموجودة لدى الفرد فلا يمكن تكوين حلول جديدة للمشكلات، إذا لم يكن لدى الفرد خبرة معرفية سابقة كما يشر الى القدرة على تكوين أفكار جديدة باستخدام عمليات عقلية اهمها التصور والتخيل. (فاطمة، دس، 80)

ويعرفه تيرنر بانه: محاولة البحث عن الطرق الغير مألوفة لحل مشكلة قديمة او جديدة، ويتطلب ذلك طلاقة الفكر ومرونته. (عدنان وآخرون، 2009، 139)

اما فروم فتناول التفكير الابتكاري في معنيين: المعنى الاول يرى فيه ان التفكير الابتكاري اسلوب خاص من أساليب الحياة وهو ان يرى الفرد الجديد في القديم، وان يصبح كل يوم من أيامه ميلادا جديدا وأن يقبل على الحياة بمواقفها الممتدة كما لو كان يخبرها للمرة الاولى، ليس هناك قديم، ليس هناك تكرار في هذه الحياة، لا يرى الفرد إلا الجديد، وبالتالي استجاباته دائم جديدة وأصيلة، هذا هو الابتكار كأسلوب حياة. والمعنى الثاني هو انتاج شي جديد يراه الآخرون أو يسمعون عنه. (ابراهيم، 2018، 126)

ويعرفه الغانم بأنه: نشاط عقلي متعدد الوجوه، يتضمن إنتاجا جديدا وأصيلا ذا قيمة.

ويعتقد ميدر أن التفكير الابتكاري هو: نمط تفكيري مكون من عنصرين هما: التفكير المتقارب، الذي يتضمن إنتاج معلومات صحيحة محددة تحديدا مسبقا او متفق عليها، حيث تتدنى الحيرة في هذا النشاط الذهني اما التفكير التباعدي فهو يستخدم لتوليد وإنتاج واستلهم

الافكار المختلفة والمعلومات الجديدة من معلومات او مشاهدات معطاة، أي إنتاج أشياء جديدة اعتمادا على خبراتهم المعرفية. (فخري، 2015، 874)

2_ بعض المصطلحات المرتبطة بالتفكير الإبداعي

هذه المصطلحات قد تساعدنا على التفريق بين التفكير الابتكاري ومفاهيم أخرى، كان يخلط الكثير بينها في الماضي القريب:

1_ الاختراع: يعني إنتاج مركب من الأفكار أو إدماج جديد من وسائل معينة من أجل غاية محددة.

2_ الاكتشاف: اكتساب لمعرفة جديدة انطلاقا من أشياء كان لها وجود من قبل، سواء أكان هذا الوجود ماديا أو نتيجة ترتيب لمعلومات سبق وجودها.

3_ الموهبة: هي قدرات خاصة وهي أصل تكويني لا ترتبط بذكاء الفرد، بل إن بعضها قد يوجد بين المختلفين عقليا، وهي ما يمتلكه الفرد من قدرات موروثة، ليس لأحد دخل في ايجادها فالموهبة هي ما يوجد بالقوة، أما الإبداع فهو ما يوجد بالفعل. (رحمة، 2017، 39)

3- خصائص التفكير الابتكاري

1- يعكس التفكير الإبداعي ظاهرة متعددة الأوجه والجوانب حيث انه قدرة على الإنتاج الجديد .

2- يمكن وصفه بجدة إلا ينتصف بالمرونة والطلاقة الفكرية او الأصالة والحساسية للمشكلات

3- يفصح عن نفسه في شكل إنتاج جديد يمتاز بالتنوع ويتصف بالفائدة والقبول الاجتماعي بشكل عام

- أشار المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين عام 2002 إلى ان التفكير الإبداعي يقوم على عدد من الافتراضات الأساسية الآتية وهي:

1-الإبداع مهارة يمكن لكل فرد لديه الاستعداد ان يتعلمها من خلال مادة تعليمية او تدريبية
مثلا موقف نص او درس

2-الإبداع ليس حكرا على الطلبة المتفوقين او الأشخاص ذوي الذكاء العالي كما أنها تعتمد
على أهداف الفرد وعملياته الذهنية وخبراته وخصائصه الشخصية

3-الإبداع يعني التحرر من الخوف والمنع لذلك فان إيجاد الفرد المبدع يعتمد على الوسط
البيئي المناسب والمعلم الجيد

4-الفكرة المبدعة فكرة ضعيفة هشة لا تصمد للنقد في بدايتها واذا أصدرت عليها حكما
سريعا فانك ستقتلها

5-الفرد المبدع يفترض ان الآخرين مبدعون . (إبراهيم، 2017، 130-131)

4_مسلمات التفكير الابتكاري

قدم (درويش 2001)، مجموعة من المسلمات التي يجب مراعاتها عند تنمية التفكير
الابتكاري ومن بينها:

_ التفكير الابتكاري أحد محاور المنظومة المعرفية.

_ الإبداع عبارة عن جملة من سمات المختلفة (المعرفية، الوجدانية، المزاجية والدافعية)

_ لدى كل فرد الإستعداد الابتكاري بدرجة تتفاوت من شخص لآخر.

_ توجد فوهة بين ما يبيده الأفراد من مظاهر للسلوك الابتكاري الفعلي، وبين ما هم مؤهلون
إليه وراثيا.

_ يوجد اختلاف بين الابداع الفعلي أو المتحقق وبين الإبداع الكامن، إذ يقصد بالإبداع
المتحقق الخصال الابتكارية لمشكلة النمو، اما الابداع الكامن الخصال الابداعية غير مكتملة
النمو، وتنتظر فرصة الظهور على شكل إنجاز إبداعي بحسب ما يتحقق لها من ظروف
بيئية.

_ كل وله طريقته في الابتكار فلا يوجد شخصان مبدعان بنفس الطريقة تماما.

_ لا يكفي الأسلوب أو تنمية المهارات فقط لتنمية التفكير الابتكاري في برامج التدريب التي تهدف إلى تنمية التفكير الابتكاري، يجب توفر معلومات التي تزيد من وعي المتدرب بطبيعة الابداع نفسه.

كما يمكن القول أن التفكير الابتكاري يهدف الى تحقيق نتيجة ذات معنى، وهو عملية متجددة دائما وباستمرار وهو ليس مرهونا بمرحلة عمرية أو مهنة محددة(صبحي2006)، وغيرها من المسلمات التي تساعد في تنمية التفكير الابتكاري(رحمة،2017،46)

5_ مراحل عملية التفكير الابتكاري

يشكل الابتكار كعملية ذهنية فكرية أمرا متكاملا عند الأفراد المبدعين، وتتمثل الآلية التي تتم بها تلك العملية، حسب مراحل تتباين فيما بينها وتتابع بتوقيت قد يختلف من مبدع لآخر وتتولد في أثناءها الفكرة الجديدة المبدعة وقد بين عدد من الباحثين هذه المراحل على النحو التالي:

5_1_ مرحلة الإعداد أو التحضير:

في هذه المرحلة تحدد المشكلة وتفحص من جميع جوانبها، وتجمع معلومات حولها ويربط بينها بصور مختلفة تحدد المشكلة وهي بذلك تشكل الخلفية الشاملة والمتعمقة في الموضوع الذي يبدع فيه الفرد.

وقد فسرت هاته المرحلة بأنها مرحلة الإعداد المعرفي والتفاعل معه، لا بل من النادر ان يتوصل أحد الى تحقيق اختراق ابداعي دون أن يكون قد اجتاز مرحلة إعداد وتحضير صعبة، وما يتعلق بذلك من تحديد للمشكلة وجمع وتنظيم المعلومات حولها وتشير بعض البحوث إلى أن الطلاب الذين يخصصون جزء أكبر من الوقت لتحليل المشكلة وفهم عناصرها قبل البدء في حلها هم أكثر إبداعا من أولئك الذين يتسرعون في حل المشكلة.

5_2_ مرحلة الاحتضان (الكمون أو الاختمار):

وهي التي تشكل ربما المرحلة الأصعب في التفكير الابتكاري، لكونها تأتي بعد محاولات محبطة للتوصل لحل استثنائي للمشكلة، وفي جو نفسي يلفه القلق والخوف اللا شعوري، وتردد في البحث عن الحلول أو الاقدام نحوها.

وتعد مرحلة ترتيب يتحرر فيها العقل في النهاية من الكثير من الشوائب والأفكار التي لا صلة لها بالمشكلة، وهي تتضمن هضم عقلي (شعوريا ولا شعوريا) وامتصاصا لكل المعلومات والخبرات المكتسبة الملائمة التي تتعلق بالمشكلة، فهي تتميز بالجهد الشديد الذي يبذله المتعلم المبدع في سبيل حل المشكلة عبر لجؤه الى أساليب عدة من شأنها تحويل انتباهه الواعي عن المشكلة كأن يتشاغل بالرياضة ما او انجاز عمل متراكم غير ذي علاقة بالمشكلة، أو الانصراف الى النوم أو الخروج الى الشارع أو....وبذلك فإن أهمية هذه المرحلة ترجع الى أنها تعطي العقل فرصة للتخلص من الكثير مما يمكن أن يعوق عمله مما كان قد اتخذته بشأن الوصول الى الحل المقبول أو الملائم لتلك المشكلة. (فتحي، 2009، 125)

5_3_ مرحلة الإشراق أو الإلهام:

وهي تتضمن ما يمكن أن نطلق عليه انبثاق شرارة الابداع أي اللحظة التي تولد فيها الفكرة الجديدة التي تؤدي بدورها الى حل مشكلة والخروج من المأزق الذي كان يواجهه ذلك الحل، فهي بذلك تشكل مرحلة العمل الدقيق والحاسم للعقل في عملية الابداع فبطلع فان حالة الاشراق هذه لا يمكن تحديدها مسبقا لأنها تمثل الهاما لها لا يمكن تحديد زمان أو مكان قبلا.

5_4_ مرحلة التحقيق:

في هذه المرحلة يتعين على المبدع أن يختبر الفكرة المبدعة، ويعيد النظر فيها ليرى هل هي فكرة مكتملة ومفيدة أم تتطلب شيئا من التهذيب والصقل، وبعبارة أخرى هي مرحلة التجريب (الاختبار التجريبي) للفكرة الجديدة (المبدعة) وينظر الجبالي في أن مرحلة التحقيق

هذه تشكل مرحلة الحصول على النتائج الأصلية المفيدة والمرضية على الصعيد الاجتماعي. وبذلك يكون الإبداع هنا بمثابة إنتاج جديد نادر والمختلف المفيد فكرا وعملا.

وقد لخص بعض المبدعين مراحل عملية الإبداع بما يلي:

_ مرحلة الإحساس بالمشكلة.

_ مرحلة تحديد المشكلة.

_ مرحلة الفرضيات.

_ مرحلة الولادة للإنتاج الأصيل.

_ مرحلة تقويم النتائج الإبداعي. (هشام، 2010، 40-41)

6_ عناصر التفكير الابتكاري

6_1_ المرونة:

هي القدرة على توليد أفكار متنوعة ليست من نوعية الأفكار المتوقعة عادة، والتحول من نوع معين من الفكر الى نوع آخر عند الاستجابة لموقف معين، أي انها القدرة على تغيير الحالة الذهنية بتغيير الموقف، فهي عكس الجمود الذهني وتمثل الجانب النوعي للإبداع. وتأخذ المرونة عدة صور حسب ما ورد في البحوث وهي المرونة التلقائية والمرونة التكيفية. (الحسين، دس، 31)

6_2_ الطلاقة:

هي القدرة على انتاج أو توليد عدد كبير من الأفكار الجيدة والصحيحة لمسألة أو مشكلة ما نهايتها حرة ومفتوحة، مثلما تشير الى القدرة على استخدام مخزوننا المعرفي عندما نحتاج، فهي تتضمن تعدد الأفكار التي يتم استدعائها، أو السرعة التي يتم بها استدعاء استخدامات الأشياء المحددة، وسهولة الأفكار وتدفقها وسهولة توليدها، وبالتالي فإن الطلاقة تمثل الجانب الكمي للإبداع.

6_3_الأصالة:

وهي القدرة على التعبير الفريد، وإنتاج الأفكار البعيدة والماهرة أكثر من الأفكار الشائعة والواضحة، أي انها التميز والتفرد في الفكرة والقدرة على النفاذ إلى ما وراء المباشر والمألوف من الأفكار، فالفكرة أصيلة إذا كانت غير متكررة أو غير مألوقة، ولا تخضع للأفكار الشائعة، وتعتمد هذه الخاصية على فكرة الملل من استخدام الأفكار المألوفة والحلول البديهية. (السامرائي وآخرون، 2000، 91)

6_4_الحساسية للمشكلات:

وهي القدرة على اكتشاف المشكلات والمصاعب واكتشاف النقص في المعلومات، أي انها الوعي بوجود مشكلات أو احتياجات أو عناصر ضعف في البيئة أو الموقف، كما انها تتضمن ملاحظة الفرد الكثير من المشكلات في المواقف المعروضة، ويردك الأخطاء، ويتولد لديه الإحساس والشعور بالمشكلة، مما يتطلب ارتفاع مستوى الوعي وزيادته.

6_5_التفاصيل:

وتمثل قدرة الفرد على تقديم إضافات أو زيادات لفكرة ما، تقود بدورها إلى زيادات أو إضافات أخرى، أي انها القدرة على إضافة تفاصيل جديدة للأفكار المعطاة، وتتضمن هذه المهارة التفكيرية الوصول إلى افتراضات تكميلية تؤدي بدورها الى زيادة جديدة، أي مدى الخبرة أو المساحة المعرفية لدى المتعلم، فهي مهارة استكشاف البدائل من اجل تعميق وتكامل الفكرة. (محمد، 2007، 52)

7_أساليب الكشف عن مهارات التفكير الابتكاري

7_1_إختبارات الشخصية:

وهي ذلك النوع من الاختبارات التي يمكن استخدامها في الكشف عن سمات الشخصية لدى الأفراد وقياسها من خلال قوائم سمات خاصة للتمييز بين المبدعين وغيرهم، على إفتراض ان المبدعين لهم سمات مشتركة ومحددة تميزهم عن غيرهم من الأفراد العاديين.

7_2_اختبارات التفكير الابتكاري:

تستخدم مثل تلك الاختبارات في قياس التفكيرين التباعدي والمنتج، حيث تتطلب أسئلة اختبارات التفكير الابتكاري طلاقة ومرونة في التفكير ومن هذه الاختبارات : اختبار تورانس للتفكير اللفظي المصور.(منال،2018،281)

8_معوقات التفكير الابتكاري

يمتلك كل إنسان قدرا من التفكير الابتكاري ويحول دون استثمار هذه القدرة ووضعها موضع الاستخدام عدد من المعوقات ومن هذه المعوقات ما يلي:

8_1_العوائق الإدراكية:

تعلق العوائق الإدراكية في تبني الانسان طريقة واحدة للنظر الى الاشياء والامور لذلك لا يدرك الشيء عندما ينظر اليه الا من خلال ابعاد محدودة تحددها هذه النظرة المفيدة التي تخفي عنه الخصائص الاخرى لهذا الشيء .

8_2_العوائق النفسية:

تتمثل بالعوائق التي تعيق التفكير الابداعي اساسا في الخوف من الفشل، وهذا يرجع الى عدم ثقته بنفسه وقدراته على ابتكار افكار جديدة وإقناع الآخرين . وللتغلب على هذا العائق يجب ان يدعم الانسان من ثقته بنفسه، ومقدرته على الابداع، وبأنه لا يقل كثي أر في قدرته ومواهبه عن العديد من العلماء الذين ابدعوا واخترعوا واكتشفوا.(ضياء ،دس،20)

8_3_التركيز على ضرورة التوافق مع الآخرين:

يرجع الى الخوف من ان يظهر شخص امام الآخرين بمظهر يدعو الى السخرية لانه أتى بشيء يكون أبعد ما يكون عن المألوف بنسبة لهم.

8_4_ القيود المفروضة ذاتيا:

يعد هذا العائق من أكثر عوائق التفكير الابتكاري صعوبة، ذلك ان هذا العائق أن يكون الشخص من تلقاء نفسه سواء بوعي أو دون وعي بفرض قيود لم تفرض عليه لدة تعامله مع المشكلات.

8_5_ التقيد بأنماط محددة التفكير:

كثيرا ما يذهب الى اختيار نمط معين للنظر الى الأشياء ثم يرتبط بهذا النمط ولا يتخلى عنه كذلك قد يسعى البعض الى افتراض انه هناك حل وحيد للمشكلات يجب البحث عنها.

8_6_ التسليم الاعمى بالافتراضات:

وهو عملية يقوم بها العديد منا بغرض تسهيل حل المشكلة، وتقليل الاحتمالات المختلفة الواجب دراستها.

8_7_ التسرع في تقويم الأفكار:

وهو من العوائق الاجتماعية والاساسية لعملية التفكير الابتكاري، ومن العبارات التي عادة ما تفتك بالفكرة في مهدها ما نسمعه كثيرا عن طرح فكرة جديدة مثل لقد جربنا هذه الفكرة من قبل، من يضمن نجاح هذه الفكرة؟ هذه الفكرة سابقة جدا لوقتها، هذه الفكرة لن يوافق عليها المسؤولون.

8_8_ الخوف من اتهام الآخرين لأفكارنا:

يعد هذا العائق أقوى العوائق الاجتماعية للتفكير الابتكاري. (مها وآخرون، 2015، 561)

9_ نظريات التفكير الابتكاري

9_1_ نظرية التحليل النفسي:

لقد تناول فرويد هذه الظاهرة في مراجع عديدة، فهو لم يترك عنها بيان واحد مفصل، حيث يعتبر مفهوم التحليل النفسي لظاهرة الانتاج الابداعي أحد الاتجاهات الفعالة في علم النفس المعاصر.

ويركز أنصار مدرسة التحليل النفسي عن تفسير الابتكار على " مفاهيم هي (الهو، الانا، الانا الاعلى) مع الاهتمام بالجوانب الانفعالية والوجدانية أكثر من الجوانب العقلية للعملية الابداعية أو الابتكارية. ونلاحظ بعض النقاط المهمة في تفسير التفكير الابتكاري من وجهة نظر التحليل النفسي على النحو الاتي:

- 1_ الصراع هو عملية منشأها الابتكار والقوى اللاشعورية التي تؤدي إلى الحل العصابي.
- 2_ الوظيفية النفسية للسلوك الابتكاري ونتيجته التفرغ الانفعالي المحبوس الناتجة عن الصراع حتى يصل الى مستوى يمكن احتماله.
- 3_ يستمد التفكير الابتكاري، حسن إفراغ الخيالات الطليقة الصاعدة والأفكار المرتبطة بأحلام اليقظة ولعب الطفولة.
- 4_ الشخص الخلاق يقبل هذه الأفكار المنطلقة، بينما يقمعها الشخص الغير خلاق.
- 5_ تأكد نظرية التحليل النفسي دور خبرات الطفولة للإنتاج الابتكاري وتعتبر السلوك الابتكاري استمرارا وتعويضا عن لعب الطفولة.
- 7_ الابتكار فعل نكوص في خدمة الانا.

9_2_ النظرية السلوكية:

رائدها واطسون وترى السلوكية أن التفكير الابتكاري هو تفكير ترابطي ناتج عن العلاقة بين المثير والاستجابة، وتتحدد قيمة التفكير الابتكاري بمدى نوعية رابطة بين المثير والاستجابة، أي ان السلوك او الاستجابة تصل الى مرحلة الابتكار من خلال نوع تعزيز

السلوك، أي انها ترى ان العلاقة بين المثير والاستجابة هي الأساس كما يرى سكينر أنه يوجد تفاعل بين عامل وراثته والبيئة في الإبداع ويقول في هذا الجانب أن الأفعال محكومة بنتائجها فإذا لاقت تعزيزاً قد يحدث الابتكار وإذا واجهت العقاب او لم يحصل لها تعزيز فإن السلوك سينطفئ منذ ولادته.

وعودة إلى علاقة الاستجابة والمثير في حدوث عملية الابداع، نجد انه كلما زادت الترابطات لدى الفرد للعناصر الاساسية فإن امكانية وصوله الى حل ابداعي تكون أكبر.

9_3_ النظرية الإنسانية:

تؤكد هذه النظرية على الخبرة الذاتية التي يمر بها الفرد، وان الانسان تدفعه الارادة الى التطور والنمو الذي يؤدي به الى تحقيق ذاته واستشارة امكاناته.

وان الإنسان حر بقدر حرية الآخرين في استثمار حريتهم، وان للأفراد جميعاً القدرة على الابتكار وان تحقيق هذه القدرة يتوقف على المناخ الاجتماعي الذي يحيط بالفرد، على ان يكون خالياً من العوامل المعوقة والضغوط التي تؤدي بالفرد الى مسايرة الآخرين وعندما تتحقق قدرات الفرد الابتكارية تتحقق ذاته. ورواد هاته النظرية نجد ابراهام وماسلو الذي يرى ان تحقيق الذات الابداعي نابع من شخص الفرد، والمبدعين يختلفون عن العاديين، إذ انه معبرين عن أنفسهم أكثر من الأفراد العاديين وأكثر تلقائية وتجاوباً.

أما روجرز فقد اعتبر ان الابتكار ظهور انتاج جديد نابع من تفاعل بين الفرد وما يكتسبه من خبرات متنوعة وتجارب مختلفة اما فروم فيرى ان الاتجاه الابتكاري، اتجاه نحو الحياة يحدد للفرد أساليبه في التعامل مع الحياة ولا يلزم هنا انتاج شيء جديد في عالم الأشياء.

ومنه فإن النظرية الإنسانية لا يعتبرون ان الابتكار عملية عقلية تؤدي الى ناتج معين بل اهتموا بحياة الإنسان وبظروف التي توصل الى هذه الحياة الانسانية.

9_4_ النظرية المعرفية:

ركزت هذه النظرية على التفكير الابتكاري لأنه يمثل عملية ذهنية تسير وفق سلسلة من العمليات مثل: الانتباه، الإدراك، الوعي، التنظيم، التصنيف، والتكامل ثم الوصول الى شكل جديد للحل او خبرة جديدة.

إذا الابتكار يسير وفق سلسلة من العمليات الذهنية السابقة والتي يجب ربطها بعدد كبير من خبرات المتعلم.

9_5_ النظرية الجشطاطية:

وترى هذه النظرية أن الابتكار والابداع هو تفاعل الخصم ما بين الخيال والصورة والتلقائية والمتمثلة بالمعرفة الحدسية وبين العمليات العقلية كالإدراك والتجريد والاستدلال والتحليل والتركيب أي المعرفة العقلية ومن خلال هذا التفاعل يحدث الابتكار.

كما يعتبر فارتهيمر أول من أشار الى الابتكار وخاصة من خلال الإشارة الى التفكير المبدع بأنه يبدأ عادة مع مشكلة ما... ويفرق فارتهيمر بين تلك الحلول التي تتطلب الحدس وفهم المشكلة، والحلول الابتكارية هي تلك الاخيرة، فالفكرة الجديدة هي التي تظهر فجأة على أساس من الحدس وليس على أساس السير المنطقي فحسب.

فأصحاب هاته النظرية (كوهلر وكوفكا وفارتهيمر) أكدوا ان الفرد يدرك الوقف ككل ومميزاته وخواصه التي ليست للأجزاء ولا نستطيع ان ندرس خواص الكل من الجزء...ويبدأ تفكير المبتكر عند صياغة مشكلة ما وحلها بأن يأخذ الكل بعين الاعتبار، أما الاجزاء فينبغي فحصها ضمن إطار الكل ومنه يمكن القول أن هذه النظرية فسرت الإبداع من خلال التفكير الاستبصاري الحدسي وهو يمثل الكل ثم الأجزاء لذلك الشيء المبدع.

9_6_ نظرية الإبداع والتعليم(بول تورانس):

يعتبر تورانس في علم الابداع في القرن 20 حيث عرف الابداع بأنه العملية التي يصبح فيها الفرد حساس بإدراك الثغرات والمعلومات والبحث عن الدلائل للمعرفة، ومن ثما وضع

الفروض واختيار صحتها، ومن ثم إجراء التعديل على هذه النتائج، وقد تحدث على جوانب الابتكار وهي:

_ الشخص المبدع.

_ الموقف الإبداعي

_ العملية الإبداعية.

_ الانتاج الإبداعي

9_7_ نظرية جيلفورد:

اهتم جيلفورد بالتحليل العاملي للذكاء والابداع، وستنتج ان ذكاء الفرد هو نتيجة لوجود قدرة عقلية وربط بين التحليل العاملي والتفكير المتشعب الذي يقيس الإبداع وقد اعطى نموذجاً لتصوره لظاهرة الإبداع في إطار نموذج العقل ثلاثي الأبعاد.

- نموذج التكوين العقلي لـ (جيلفورد):

استطاع عالم النفس الأمريكي "جيلفورد" أن يثبت وجود بعض العوامل التي أشار إليها "ثرستون" من قبل. وقد تحقق "جيلفورد" من وجود سبعة عوامل أخرى، كما اقترح خمسة عشر عاملاً آخر ذات قيم من خلال بعض البحوث الإضافية. وأخيراً وفي عام 1959م قدم "جيلفورد" نموذجاً عن التكوين العقلي (بنية العقل) المكعب الشكل ذي الثلاث أبعاد.

يقوم نموذج التكوين العقلي لجيلفورد على الافتراضات التالية:

- يمكن النظر إلى الذكاء بوصفه معالجه وتجهيز للمعلومات وأن المعلومات هي شيء يمكن أن يميزه الإنسان ويقع في مجاله الإدراكي.

- أن الذكاء طاقة كيفية تعكس مدى كفاية الوظائف العقلية لدى الفرد.

- أن النشاط العقلي يتكون من عدد من القدرات العقلية المتميزة (120) قدرة.

- أن النشاط العقلي متعدد الأبعاد: البعد الأول يتعلق بمحتوى النشاط العقلي، والبعد الثاني يتعلق بكيفية عمل النشاط العقلي، والبعد الثالث يتعلق بنواتج النشاط العقلي.

ويرى جيلفورد أن الأخذ بفكرة العامل الواحد كان لها ما يبررها في الماضي وأنه في ضوء ناتج هذه البحوث قد حان الوقت للأخذ بوجهة نظر العوامل المتعددة.

- أبعاد التكوين العقلي عند جيلفورد:

- البعد الأول (بعد المحتوى): ويقصد به فئات أو أنماط المعلومات التي تخضع للمعالجة العقلية من خلال العمليات، ويشمل أربعة أنواع هي:

1- محتوى الرموز.

2- محتوى الأشكال.

3- محتوى المعاني.

4- المحتوى السلوكي.

- البعد الثاني (بعد العمليات): ويقصد به المعالجة العقلية للمعلومات، ويشمل خمسة أنواع هي:

1- المعرفة.

2- الذاكرة التسجيل.

3- التفكير التقاربي.

4- التفكير التباعدي.

5- التفكير التقويمي.

وينشأ عن معالجة العمليات العقلية للمحتوى نواتج معينة تمثل البعد الثالث وهو بعد النواتج.

البعد الثالث (بعد النواتج): ويقصد به الصيغ التي تأخذها المعلومات كناتج لعملية التجهيز والمعالجة، أو بمعنى آخر مخرجات النشاط العقلي أو ما ينتجه، وتشمل ستة أنواع:

1- الوحدات.

2- الفئات.

3- العلاقات.

4- المنظومات.

5- التحويلات.

6- التضمينات.

- نموذج التكوين العقلي المعدل لـ (جيفورد):

أعاد (جيفورد) صياغة نموذج التكوين العقلي (SOI) الثلاثي الأبعاد المتعدد القدرات وفقاً للمحددات التالية:

- البعد الأول (بعد المحتوى): ويتعلق بالمادة أو المحتوى موضوع المعالجة، وينقسم هذا البعد إلى خمسة مكونات أو تصنيفات فرعية:

1- المحتوى البصري.

2- المحتوى السمعي.

3- المحتوى الرمزي.

4- محتوى المعاني.

5- المحتوى السلوكي.

- البعد الثاني (بعد العمليات): ويتعلق بالعمليات التي تعالج المحتوى، وينقسم هذا البعد إلى ست عمليات هي:

1- المعرفة.

2- ذاكرة التسجيل.

3- ذاكرة الاحتفاظ.

4- الإنتاج التباعدي.

5- الإنتاج التقاربي.

6- التقويم.

- **البعد الثالث (بعد الناتج):** ويتعلق بالصيغ التي تنتج عن معالجة العمليات للمحتوى، وتأخذ النواتج المختلفة لهذا البعد ست صيغ:

1_ الوحدات.

2- الفئات.

3- العلاقات.

4- المنظومات.

5- التحويلات.

6- التضمينات. (رحمة، 2017، 50_53)

خلاصة الفصل

لقد تناولنا في هذا الفصل موضوع التفكير الابتكاري ومفاهيمه وتعرفنا من خلاله على التنوع في التطرق الى هذا المفهوم الذي مازالت الدراسات حوله تتوالى، وتماشيا مع بحثنا فقد ذكرنا أهم خصائص التفكير الابتكاري الذي يتميز بالجدة والتنوع وإنتاج أفكار جديدة وفصلنا محددات التفكير الابتكاري المتمثلة في الطلاقة والمرونة والاصالة وحل المشكلات وتطرقنا في هذا الفصل الى بعض المعوقات التي يجب التعرف عليها ومقارنة وجودها أو عدمها في بيئتنا سواء منها المعوقات الادراكية او النفسية او غيرها، وختمنا الفصل بذكر اهم النظريات التي درست التفكير الابتكاري.

الفصل الثالث

جودة الحياة

تهديد

- 1- تعريف جودة الحياة
 - 2- بعض المفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة
 - 3- مظاهر جودة الحياة
 - 4- أبعاد جودة الحياة
 - 5- مقومات جودة الحياة
 - 6- مجالات جودة الحياة
 - 7- مؤشرات جودة الحياة
 - 8- نماذج جودة الحياة
 - 9- معوقات جودة الحياة
 - 10- الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة
- خلاصة الفصل

تمهيد

يعتبر مصطلح جودة الحياة من المفاهيم الحديثة التي لاقى اهتمام كبير في العلوم الطبيعية والإنسانية (كعلم البيئة، الصحة، الطب النفسي، الاقتصاد، السياسة، علم النفس، علم الاجتماع والتربية والإدارة وغيرها) ويعد من أكثر المفاهيم التي شغلت البشرية منذ القدم إذ نجد أن جذور هذا المفهوم تعود إلى الفلسفة القديمة التي تناولته في إطار مفهوم الحياة الفاضلة أو الكريمة والسعادة وغيرها من مفاهيم إيجابية التي نادى بها العديد من الفلاسفة.

وترتبط بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين هما: الرفاه، التمتع، كذلك يرتبط بمفاهيم أخرى: مثل التطور، التحسن، إشباع الحاجات، ويعتبر من المفاهيم المحيرة نظراً لاستخدامه في كثير من المواقف المختلفة وفروع العلم المتعددة فيمكن أن يشير إلى الصحة أو إلى تقدير الذات، الصحة النفسية أو الرضا عن الحياة، حيث أن مفهومها يتغير بتغير الزمن وبتغيير حالة الفرد النفسية والمرحلة العمرية التي يمر بها.

سننظر في هذا الفصل إلى التعرف على عدة تعريفات مختلفة لمفهوم جودة الحياة، بالإضافة إلى تعرف على مظاهرها، أهم أبعادها، مقوماتها، مجالاتها، مؤشراتها، مع ذكر معوقاتهما والاتجاهات المفسرة لها.

1- تعريف جودة الحياة

- لغة: الجودة تعني كون الشيء جيد وفعلها ثلاثي جاد، جود: نقيض الرديء وجاء الشيء: أي صار جيد وقد جاد جودة وأجاد: أتى بالجيد من القول والفعل. (ابن منظور وجمال الدين 1993، 215)

- يرجع مفهوم الجودة Qualti يرتبط بالكلمة اللاتينية Qualitas والتي تعني طبيعة الفرد أو طبيعة الشيء وتعني الدقة والإتقان.

- اصطلاحاً: فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي والنوعي وأن ما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة. (مريم، 2014، 71)

- عرفت منظمة الصحة العالمية (1995) بأنها: إدراك الفرد لمكانته الاجتماعية في الحياة في سياق الثقافة، ومنظومة القيم التي ينتمي إليها، في علاقاته بأهدافه وتوقعاته واهتماماته. (محمد وفراس ، 1995 ، 431).

- عرفها رينيه وآخرون: بأن جودة الحياة إحساس الأفراد برضا والسعادة في ضوء ظروف الحياة الحالية وأنها تتأثر باحداث الحياة والعلاقات وتغير حدة الوجدان والشعور، كما يرتبط تقييم جودة الحياة الموضوعية والذاتية ويتأثر باستبصار الفرد. (عبد الكريم، 2014، 117)

- كما عرفها فرانك (2000): أيضا بأنها ادراك الفرد للعديد من الخبرات، وبالمفهوم الواسع شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل الغذاء والمسكن وما يصاحب هذا الإحساس من شعور بالانجاز والسعادة، وجودة الحياة بالمفهوم الضيق خلو الجسم من العاهات الجسمية. (صالح وعبد الله ، 2010، 42)

- عرفها الأشول (2005): بأنها تتمثل في درجة رقي ومستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، وإدراك هؤلاء الافراد لمدى اشباع الخدمات التي تقدم لهم لحاجاتهم المختلفة، ولا يمكن أن يدرك الفرد جودة الخدمات التي تقدم له بمعزل عن الافراد الذين يتفاعل معهم (الأصدقاء، الزملاء، أشقاء والأقارب). أي أن جودة الحياة ترتبط بالبيئة المادية والبيئة النفسية والاجتماعية. (فريحة، 2014، 30)

- كما أوجز العارف بالله (1999) تعريفا لها: بأنها ذلك البناء الكلي الشامل يتكون من مجموعة من المتغيرات المتنوعة التي تهدف الى اشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة بحيث يمكن قياس هذا الاشباع بمؤشرات موضوعية، تقيس القيم المتدفقة، بمؤشرات ذاتية تقيس قدر الاشباع الذي تحقق. (منسي - كاظم، 2010، 34)

- في حين عرفها روبين: بأنها الدمج والتكامل بين عدة اتجاهات لدى الفرد من ناحية الصحة الجسمية والنفسية والحياة الاجتماعية متضمنة كلا من المكونات الادراكية والذي يشمل الرضا والمكونات العاطفية والتي تشمل السعادة. (صالح - إسماعيل، 2000، 42)

- يتحدث الفرماوي عن جودة الحياة فيقول: جوهر الإنسان بمكوناته وخصائصه في أسباب جودة الحياة وبهجتها، إن جوهر الانسان يتمثل في عمق الفكرة وثراءها وفيه

إمكانيات الإنسان الكامنة وطاقته المتأصلة، تلك التي تجسد الطبيعة الإنسانية وتعطي الإنسان معنى لوجوده وهدف لحياته في تحقيق إنسانيته وإعلاء نفسه فوق مادياتها.

- هانشيزوم و كاناكوك (2001): درجة شعور الفرد بالسعادة النفسية الناتجة من الرضا بظروف حياته اليومية. (ورد في أمينة حرطاني، 2014، 23)

- يعرفها حسن مصطفى (2005): تستخدم كمفهوم للتعبير عن رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للأفراد المجتمع. (جابر جابر وزملائه، 2013، 05)

2- بعض المفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة

ارتبط مفهوم جودة الحياة بالكثير من المفاهيم كالرضا عن الحياة ومعنى الحياة والاستمتاع بالحياة..... وفي مايلي عرض لاهم هذه المفاهيم المتعلقة بجودة الحياة:

2-1- معنى الحياة:

هو نمط الحياة ومنهج يسلكه الفرد من اجل الوصول الى المعرفة، من خلال العودة الى الذات الباطنية والسيطرة على الانفعالات الغرائزية، والتسامي بالنفس عن كل الماديات الدنيوية وقد ذكر أدلر انه على الفرد ألا يدع الخارج يحتل داخله فيصبح داخله عبارة عن مجرد انعكاس لهذا العالم الخارجي بكل تناقضاته وثنائياته.

كما أشار أيضا الى ان الانسان لا يستطيع أن يعيش إذا لم يجد لحياته معنى، فنحن لا نتعامل مع الأشياء باعتبار ما هي عليه، لا كننا نتعامل معها باعتبار ما تعنيه بالنسبة الينا أي اننا لا نتعامل مع أشياء مجردة بل نعرفها ونتعامل معها من خلال ذواتنا.

2-2- الاستمتاع بالحياة:

هو أحد الابعاد الفرعية الأساسية التي اشتمل عليها مفهوم جودة الحياة وأن الاستمتاع بالحياة جاء تحت ما يسمى الاستمتاع الذاتي بالحياة، لأن الاستمتاع بالحياة يعكس تقييما خاصا للفرد بالحكم على مدى جودة الحياة التي يعيشها ويستمتع بها من منظوره الذاتي والخاص. وقد قصر مصطلح جودة الحياة على الاستمتاع والمتعة من شئنه ان يجعل

خبرات الفرد الشخصية بمثابة المؤشر الذي من خلاله نستطيع الحكم على وجود حياة الفرد واستمتاعه بها.

2-3- الرضا عن الحياة:

ترتبط جودة الحياة أيضا بالرضا عن الحياة حيث يشير (كونتيني وشيفن ودوجن 2006) أن جودة الحياة تعتمد على المكونات الذاتية والمكونات الموضوعية التي تعكس الرضا عن الحياة، كما أكد جاب الله على النظرة المتفائلة للمستقبل والمرتبطة بما حققها الفرد من إنجازات في ضوء الماضي والحاضر.

2-4- أسلوب الحياة:

ويعني الخصائص والسمات العامة والشائعة التي تتميز بثبات نسبي لنشاط الفرد في الحياة يعد أحد المكونات الأساسية التي تعتمد عليها في بناء مؤشرات جودة الحياة ويستند إليها في تفسير ادراك الفرد لجودة الحياة ومدى رضا عما تحققه الحياة له من اشباع وتحقيق الحاجات.

2-5- طريقة الحياة:

وتعبر عن كل المركب بين ثلاثة مفاهيم هي أسلوب الحياة ومستوى المعيشة وجودة الحياة ويعد هذا المفهوم بمثابة الكل الذي يشكل جودة الحياة جزءا منه.

من خلال عرض هذه المفاهيم المتعلقة بجودة الحياة ومن خلال التعمق فيها جاءت به تعريفات جودة الحياة يمكن القول ان كل مفهوم من المفاهيم السابقة له علاقة بجودة الحياة ويعبر عنها سواء في علاقته معها او على اعتبارها مؤشرا من مؤشرات او مظهرا من مظاهرها او مكونا من مكوناتها. (فاطيمة، 2018، 41_42)

3- مظاهر جودة الحياة

يمكن أن نجل مظاهر جودة الحياة في خمسة حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية وهي كالتالي:

3-1- العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال:

-العوامل المادية الموضوعية: والتي تشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده إلى جانب الفرد وحالته والاجتماعية والزواجية والصحية والتعليمية، حيث تعتبر هذه العوامل عوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة، إذ ترتبط بثقافة المجتمع وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة.

- حسن الحال: ويعتبر هذا بمثابة مقياس عام لجودة الحياة، ويعتبر كذلك مظهرًا سطحيًا للتعبير عن جودة الحياة، فكثير من الناس يقولون بأن حياتهم جيدة ولكنهم يخزنون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحونها لأحد.

3-2- إشباع الحاجات والرضا عن الحياة:

-إشباع وتحقيق الحاجات: وهو أحد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة، فعندما يتمكن المرء من إشباع حاجاته فإنها ترتفع وتزداد وهناك حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء، كالطعام والسكن والصحة، ومنها ما يرتبط بالعلاقات الاجتماعية، كالحاجة للأمن والانتماء والحب والقوة والحرية وغيرها من الحاجات التي يحتاجها الفرد والتي يحقق من خلالها جودة حياته.

-الرضا عن الحياة: ويعتبر أحد الجوانب الذاتية لجودة الحياة، فكونك راضيا، فهذا يعني أن حياتك تسير كما ينبغي وعندما يشبع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته، يشعر حينها بالرضا. (رمزي السويكي، 2013، 70)

3-3- إدراك الفرد القوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة:

-القوى والمتضمنات الحياتية: قد يرى البعض أن إدراك القوى والمتضمنات حياتية بمثابة مفهوم أساسي لجودة الحياة، فالبشر كي يعيشوا حياة جيدة، لا بد لهم من استخدام القدرات والطاقات والأنشطة الابتكارية الكامنة داخلهم، من أجل القيام بتنمية العلاقات الاجتماعية، وأن ينشغلوا بالمشروعات الهادفة، ويجب أن يكون لديهم القدرة على التخطيط واستغلال الوقت وما إلى ذلك، وهذا كله بمثابة مؤشرات لجودة الحياة.

- **إحساسه معنى الحياة:** يرتبط معنى الحياة بجودة الحياة، فكلما شعر الفرد بقيمته أهميته للمجتمع وللآخرين، وشعر بإنجازاته ومواهبه، وأن شعوره قد يسبب نقصاً أو افتقاراً للآخرين، فكل ذلك يؤدي إلى إحساسه بجودة الحياة. (رمزي ، 70، 2013)

3-4- الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة:

- **الصحة والبناء البيولوجي:** وتعتبر حاجة من حاجات جودة الحياة التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، والصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي، لأن أداء خلايا جسم ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة وسليمة.

- **السعادة:** وتتمثل بالشعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات، وهي الشعور بالبهجة والاستمتاع واللذة، وهي نشوة يشعر بها الفرد عند إدراكه لقيمة ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية.

3-5- جودة الحياة الوجودية:

وهي الوحدة الموضوعية لجوانب الحياة، والأكثر عمقا داخل النفس وإحساس الفرد بوجوده، وهي بمثابة النزول لمركز الفرد والتي تؤدي بالفرد إلى إحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودنا، فجودة الحياة الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وقيمه، ومن خلال ما يستطيع أن يحصل عليه الفرد من عمق المعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير والقيم والجوانب الروحية والدينية التي يؤمن بها الفرد، والتي يستطيع من خلالها تحقيق وجوده ومن ثم الشعور بالسعادة والطمأنينة والاستمتاع بالحياة والرضا عن أنفسهم وعن الحياة التي يعيشونها، وصولاً إلى التوافق والتكيف مع الإعاقة والمجتمع. (خديجة حني ، 2015، 25)

4- أبعاد جودة الحياة

ينظر كل من بيشوب وفيس (2002): إلى جودة الحياة على أنها تركيب متعدد الأبعاد وقد اعترف الباحثون الذين حاولوا إجراء قراءة شاملة حول متغير جودة الحياة بأنها متغير الأبعاد وهلامي الملامح وغامض التفاصيل، ويرجع ذلك إلى تعدد المجالات التي تستخدمه وهذه الطفرة الأخيرة والحديثة نسبيا في بحث ودراسة متغير جودة الحياة في الحقول

العلمية المختلفة مثل: الطب والاقتصاد وعلم الاجتماع وبرامج الإرشاد وإعادة التأهيل أكدت أن هذا المفهوم متعدد الأبعاد.

ويشير الراسبي إلى أن الباحثين والدارسين قد أكدوا بأن مفهوم جودة حياة الفرد هو مفهوم متعدد الأبعاد ومتعدد الجوانب، فكل منا ينظر إلى جودة حياته من زاوية أو مجال أو من عدة مجالات، وهو مفهوم نسبي لدى الشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية والمواقف التي يعيشها الفرد ويتعايش معها، ويضيف أيضا بأنه حينما يرتبط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والبدنية والعقلية، ومن ثما يتم تلبية إشباع هذه الحاجات حينها تمثل هذه الحاجات وإشباعها مقومات جودة حياة الفرد. (الهنداوي، 2011، 3738)

4-1- البعد الجسمي: وهو خاص بالأمراض المتصلة بالأعراض.

4-2- البعد الوظيفي: ويهتم بالرعاية الطبية ومستوى النشاط الجسمي.

4-3- البعد الاجتماعي: وهو خاص بالاتصال والتفاعل الاجتماعي مع المحيط وظروف الحياة.

4-4- البعد النفسي: ويعني الوظائف المعرفية والحالة الانفعالية والإدراك العام للصحة والصحة النفسية والرضا عن الحياة والسعادة والقيم الشخصية والطموح.

4-5- ظروف الحياة: وتتضمن الوصف الموضوعي للأفراد والظروف المعيشية لهم. (علي الحلو، 2016، 323)

4-6- البعد الوجودي: وتعني مستوى عمق الحياة الجيدة داخل الفرد والتي من خلالها يمكن للفرد أن يعيش حياة متناغمة ويصل إلى الحد المثالي في إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية، كما يعيش في توافق مع الأفكار والقيم الروحية والدينية السائدة في المجتمع (سميرة وآخرون، 2015، 13).

5- مقومات جودة الحياة

توجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة.

- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.

- القدرة على التحكم.

- الصحة الجسمية والعقلية.
- الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية .
- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية.
- الأوضاع المالية والاقتصادية والتي عليها يحدد كل شخص ما هو الشيء الأهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة التي يحياها.

وإذا تحدثنا عن مقومات جودة الحياة ونعني هنا الناحية الصحية نجدها تتمثل في أربع نواحي أساسية، والتي تؤثر بشكل أو بآخر على صحة الإنسان، بل وعلى نموه كما أنها تتفاعل مع بعضها البعض: الناحية الجسمية والناحية الشعورية والناحية العقلية والناحية النفسية. (ازيدي وحرطاني، 2016، 37-38)

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

وهذه الاحتياجات تقف جانبا الى جانب مع مقومات جودة الحياة، بل تعتبر جزءا مكملًا لها والإخلال بأي عنصر فيها يؤدي إلى خلق الصراع، ولكن هذا لا يمنع من وجود عوامل أخرى خارجة عن إرادة الإنسان تؤثر على مقومات حياته والتي تتصل بالناحية الصحية. وتتمثل في: العجز . التقدم في العمر - الألم - الخوف - ضغط العمل - الحروب - الموت - الإحباط - الأمل بل والراحة أيضاً ، لكنه لا بد أن نفرق بين ما هو طبيعي وبين ما يحدث نتيجة اتباع أسلوب حياة خاطئ أو مرض.

ويتحدث (الفرماوي) عن (جودة الحياة) ويقول: جوهر الإنسان بمكوناته وخصائصه فيه أسباب جودة الحياة وبهجتها، وأن جوهر الإنسان يتمثل في عمق الفطرة وثنائها وفيه إمكانيات الإنسان الكامنة وطاقته المتصلة، تلك التي تجسد الطبيعة الإنسانية وتعطي للإنسان معنى لوجوده لحياته فيه تحقيق لإنسانياته وإعلاء لنفسه فوق ماديتها وتلك التي تشكل بنية الانسان ومنها:

- التكامل الوظيفي بين قوى الذات: يمكن تمييز ثلاث قوى في بنية الإنسان النفسية هي: الروح وقوة العقل وقابلية الفطرة هذه القوى الثلاث تشكل الجوهر وتعطي الطابع العام للفطرة

فقد سما الإنسان بالروح فوق مستوى الخصائص الحيوانية وتوجهت بالإنسان إلى القيم والمعارف تلك التي من أهمها معرفة الله سبحانه وتعالى. (بحرة كريمة، 2014، 28)

- **الإزدواجية السوية في سلوك الإنسان:** السلوك الإنساني يتصف بازدواجية التوجه بمعنى أن السلوك الواحد يجمع بين إشباع الحاجات الروحية، بقدر ما يكون السلوك طبيعياً بقدر ما يحقق للإنسان ارتباطه بالأرض التي هو منها كما يحقق له في نفس الوقت تطلعه إلى السماء مدفوعاً بإشعاعات الروح فيه.

- **النزعة للتدين والنزعة للإنابة:** إن السبيل لجودة الحياة يمكن في ثلاثة أمور مهمة هي: مجاهدة النفس وتمسك الإنسان بالكينونة وتعميق الوجود استشراف أفق الحرية. (الفرماوي، 1999، 218-219)

6- مجالات جودة الحياة

6_1_ المجال النفسي لجودة الحياة:

يرى الكثير من الباحثين أن المجال النفسي لجودة الحياة يتضمن جميع المشاعر والحالات العاطفية الإيجابية، ويرى البعض الآخر أن هذا المجال يعتمد على غياب المؤثر السلبي مثل القلق والاكتئاب ويدمج البعض الآخر من الباحثين ضمن المجال النفسي لجودة الحياة المفاهيم الدينامية الإجرائية مثل: التنمية الشخصية، تحقيق الذات....

6_2_ المجال الديني:

يدمج الباحثين تحت هذا المجال الصحة البدنية والقدرات الأدائية، حيث تتضمن الصحة البدنية: الطاقة، الحيوية، التعب، النوم، الراحة، الألم، الأعراض، ومختلف المؤشرات البيولوجية وتتضمن: القدرات الأدائية: الوضع الوظيفي، تنقل الفرد، الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء والاستقلالية النسبية.

6_3_ المجال الاجتماعي لجودة الحياة:

يرى جريفن 1989 أنه يجب الاهتمام أكثر بنوعية العلاقات الاجتماعية للأفراد أكثر من الاهتمام بكمية هذه العلاقات، وهو ما يحدد عنده المجال الاجتماعي لجودة الحياة. أما

فلاناجون1982 فهو يهتم أكثر بكمية العلاقات الاجتماعية، حيث يرى ان هذا المجال يندرج ضمن طريقة الفرد في تقييم الوظائف الاجتماعية (تقدير الذات الاجتماعية، الاحساس بتقدير الذات، النجاحات والفشل) وكذلك اهمية التطرق الى فعالية الشبكة الاجتماعية للأفراد (التكوين، الكثافة، التشتت الجغرافي، وتيرة الاتصال بين الأفراد، كثافة العلاقات،....)

6_4_ الرضا عن العيش:

يرى بافو 1991 ان الرضا عن العيش هو عبارة عن عملية معرفية تهدف الى المقارنة بين حياة الفرد وبين معايير المرجعية (بين القيم والمثل العليا) فهو يعبر عن التقييم الكلي الذي يقوم به الفرد عن حياته.

ويذهب دينر 1994 الى أن هذا المفهوم يهدف الى الحكم الشعوري والامل الذي يطلقه الفرد عن حياته، ويظهر هذا ضمن مجالات محددة: مهنية، عائلية، الاهتمامات، الصحة، التمويل، الذات، المجموعة التي ينتمي اليها الفرد....)

6_5_ السعادة:

يتميز هذا المفهوم بتعددية الوظيفية فهو يتضمن 3 مكونات مستقلة فيما بينهم: مكون انفعالي ايجابي (المتعة)، مكون معرفي تقييمي (الرضا: أي تقدير الفرد لمدى نجاحه في تحقيق تطلعاته)، المكون السلوكي (التفوق: أي نجاح التقييم الذاتي للفرد فيما يخص نشاطاته).

وبالرغم من الاجتهادات والمقاربات التي توصل اليها الاخصائيون النفسانيون فيما يخص هذا المفهوم الى ان هذا المفهوم بقي لوقت طويل مرتبط بالبحث عن المتعة، أو اعتباره مرادفا لمصطلح العافية. ويرى الباحث حاليا أن مفهوم السعادة يعبر عن سمة، اكثر من اعتباره حالة حيث يهدف الى الوصول الى حالة مستقرة ومستدامة نسبيا.

6_6_ الرفاهية:

يمكن التطرق الى مفهوم الرفاهية الذاتية من خلال 3 نقاط أساسية:

_ مفهوم ذاتي، أي التقييم الذاتي الذي لا يعتمد على متطلبات الحياة الموضوعية (أي الحياة المادية).

_ يعتمد على التقييم الإيجابي الشامل للحياة التي يعيشها الفرد (الرضا عن العيش).

_ يهتم بضرورة توفر المؤثرات الايجابية دون اهتمامه بغياب الانفعالات السلبية.

ويرى دينر 1994 أن هذا المفهوم يعبر عن تجربة الفرد العامة لردود الفعل الايجابية اتجاه حياته، ويشمل جميع المكونات الدنيا (التي يجب أن تتوفر على الأقل) مثل الرضا عن العيش ومستوى المتعة. (سارة، 2009، 52_55)

7- مؤشرات جودة الحياة

الإحساس بجودة الحياة حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادرا على إشباع حاجاته المختلفة والاستمتاع بالظروف المحيطة به، وتقاس عادة بالدرجة التي يحصل عليها المجيب عن فقرات مقياس الإحساس التي يعدها الباحثون.

7_1_ المؤشرات النفسية:

وتتبدى في شعور الفرد بالقلق والإكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

7_2_ المؤشرات الإجتماعية:

وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

7_3_ المؤشرات المهنية:

وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.

7_4_ المؤشرات الجسمية والبدنية:

وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش مع الآلام، النوم، الشهية في تناول الغذاء، القدرة الجنسية. (نورس وخرقية، 2016، 28)

8- نماذج جودة الحياة

8_1_ نموذج العوامل الستة لرايف 1989:

قامت رايف بوضع تصور نظري بستة ابعاد لمصطلح الوجود النفسي الأفضل وبنّت رايف اطارها النظري في استنتاج ابعاد الوجود النفسي الأفضل على أساس بعض النظريات كنظرية ماسلو وروجرز وألبرت واركسن وغيرهم وتوصلت من خلالها الى ستة ابعاد متضمنا وجود النفسي الأفضل.

_ الاستقلالية: يشير الى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار، والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية، وان يفكر ويتفاعل بطرق محددة منظما لسلوكه.

_ التمكن من الظروف: وهي قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم في الكثير من الأنشطة والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة، وتوفير بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية.

_ التطور الشخصي: النمو مستمر لشخصية وقدره الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليتها وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة والشعور بالتفاؤل.

- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: تتمثل في قدرة الفرد في تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس الود والتعاطف والثقة المتبادلة والفهم والتأثير والاحذ والعطاء.

- الحياة الهادفة: وتشير الى الشعور بمعنى الحياة في الوقت الحاضر وفي الماضي وقدره الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي وان يكون له هدف ورؤية واضحة توجه سلوكياته مع المثابرة والاسرار على تحقيق أهدافه.

- **تقبل الذات:** حيث تعبر الدرجة المرتفعة في تقبل الذات عن اتجاهات موجبة نحو الذات وتقبل مظاهر الذات فيما تشمله من إيجابيات ونواحي القصور والشعور الإيجابي عن حياة الفرد الماضية.

8_2_ نموذج جوزيف سيرجي 1993:

يرى ان العالم السيكولوجي للفرد يقسم الى ميادين حياة وفي كل ميدان يمتلك الفرد معتقدات معينة وهذه الميادين هي:

للأفراد اعتقادات عن أنفسهم تتكون في عقولهم الخاصة وتنقسم الى ميادين عدة في الحياة كالصحة، العمل، العائلة، المجتمع، مستوى الحياة والعلاقات وهذه المعتقدات الذاتية تكون محملة بالقيم.

_ للأفراد معتقدات عن القيمة تخص مستوى العيش حسب الممتلكات المادية والثروة والدخل.

_ رضا الفرد عن الحياة يستمد من مستوى الدخل والثروة والممتلكات المادية وهذا يؤثر في الرضا العام للحياة.

_ يقيم الافراد أنفسهم ضمن ميدان الحياة المادية تقييما ذاتيا فالاختلاف القليل بين الصورة الذاتية للفرد والصورة المثالية يؤدي الى الرضا عن مستوى الحياة المادية وبالعكس فان الاختلاف الواسع بين الصورة الذاتية للفرد والصورة المثالية يؤدي بالفرد الى عدم الرضا عن المستوى حياتهم المادية.

8_3_ نموذج ايفانس 1994:

ينظر هذا النموذج لجودة الحياة النفسية نظرة تكاملية ويتضمن:

_ سمات الشخصية: وهي سمات داخلية وتضم ابعاد معرفية وانفعالية وتتكون من تقدير الذات، التفاؤل والعصابية وانبساطية.

_ الهناء الشخصي: ويتكون من الانفعال الايجابي او السلبي والرضا عن الحياة هما مكونان معرفيان مصدرهما ذاتي داخلي.

_ محصلة جودة الحياة النفسية: ويتكون من جودة الحياة السلوكية وتكون نتيجة لعوامل داخلية او خارجية المصدر تتمثل الجوانب المعرفية والوجدانية.

8_4_ نموذج لاوتن 1991:

عرض لاوتن مفهوم طبيعة البيئية ليوضح فكرته عن جودة الحياة ويرى حياة الفرد تتأثر بعاملين:

- _ الضرف المكاني: تؤثر البيئة المحيطة بالفرد على طريقة ادراكه لجودة حياته، وطبعة البيئة في الظرف المكاني لها تأثيران: أحدهما مباشر على الحياة الفرد كتأثير على صحة مثلاً والآخر تأثيره غير مباشر، إلا أنه يحمل مؤشرات ايجابية كرضى الفرد على البيئة التي يعيش فيها.
- _ الضرف الزمني: يكون إدراك الفرد لتاتي الطبيعة على جودة حياته ايجابيا مع التقدم في العمر، وأكثر سيطرة على البيئة، مما ينعكس ايجابيا على شعوره بجودة الحياة.

8_5_ نموذج فين هوفن 2000:

وهو مكون من اربعة مفاهيم مرتبة:

- _ فرص الحياة: وتنقسم الى بعدين:
- _ الجودة في البيئة الخارجية مصطلح جودة الحياة والهناء غالبا ما يستخدمون بهذا المعنى.
- _ الجودة المنبثقة من الداخل تشير الى جودة الحياة من خلال النتائج، ويمكن الحكم عليها في ضوء قيم الفرد والبيئة الخارجية.
- _ نتائج الجودة: وتنقسم الى:
- _ الفائدة أو المنفعة: الجودة في البيئة الخارجية وتشير الى جودة الحياة من خلال النتائج ويمكن الحكم عليها في ضوء قيم الفرد والبيئة الخارجية.
- _ تقدير الحياة: الجودة المنبثقة من الداخل: ويشير الى جودة الحياة كما يراها الفرد من حيث التقرير الذاتي لها مثل الهناء الشخصي والرضا عنها والسعادة.

8_6_ نموذج فنتجودت وآخرون:

لقد وضعوا النموذج لتفسير جودة الحياة في ضوء الأبعاد التالية:

- _ جودة الحياة الذاتية (البعد الذاتي): ويتضمن ابعاد فرعية تتمثل في الرفاهية الشخصية والاحساس بحسن الحال، الرضا عن الحياة، السعادة، والحياة ذات معنى.
- _ جودة الحياة الموضوعية أو الخارجية: ويتضمن ابعاد فرعية تتمثل في عوامل موضوعية مثل المعايير الثقافية، اشباع الاجتياحات، تحقيق الامكانيات، السلامة البدنية، التنظيم البيولوجي، ادراك وتحقيق الامكانيات الحياتية.

8_7_ نموذج أبو سريع وآخرون 2006:

يعتمد هذا النموذج على تصنيف المتغيرات المؤثرة في تشكيل جودة الحياة موزعة على بعدين متعامدين، يشمل البعد الأفقي قطبي توزيع محددات جودة الحياة حسب كمونها داخل الشخص أو خارجه وتسمى بعد المحددات الشخصية الداخلية مقابل المحددات الخارجية ويمثل البعد الرأسي توزيع تلك المحددات وفق أسس قياسها وتقدير مدى تحققها، والتي تتوزع ما بين أسس ذاتية يقدرها الفرد من منظوره الشخصي كما يدركها ويشعر بها، الى أسس موضوعية تشمل اختبارات ومقاييس ومقارنة الشخص بغيره وبمتوسط جماعته المعيارية، أو اعتمادا على معايير كمية أو كيفية أخرى مثل الملاحظة ومقاييس التقدير ويسمى بعد الذاتية في مقابل الموضوعية.

9- معوقات جودة الحياة

يتضمن البناء النفسي لكل فرد مكان قوة ومواطن ضعف فإذا نظرنا إلى مواطن أو القصور في إطار النسق الاجتماعي العام الذي يعيش فيه الإنسان لتحديد مجموعة من الظروف التي تعيق الفرد عن تحقيق أحلامه وطموحاته وتسبب كفا لمكان القوة التي لديه فإنسان القرن الحالي يعيش في عالم ملئ بالتوترات والمشاحنات ووسائل التطور والتكنولوجيا الحديثة التي قد تكون أراحت الجسد ولكنها أثرت بالسلب على العقل والنفس والكثير من الأمراض التي اختفت قديما عادت للظهور بشكل أكثر ضرر مما كانت عليه.

ويرى "سليمان" أن معوقات جودة الحياة الصدمات التي يتعرض لها الفرد سواء كانت عائلية أو مالية والمشاكل الناجمة عن تقييم الذات والتي تنشأ من نظرة نقص إلى الذات أو احتقارها حيث كل ما سبق يسهم بشكل أو بآخر في إعاقة الفرد عن الشعور بجودة الحياة التي يعيشها.

وتؤكد "سليمان" أن عامل الصحة من معوقات جودة الحياة إذا أن العلاقة وثيقة بين المرض والحياة نفسها وبالتالي فهناك علاقة أكيدة بين ما يعانيه الفرد من مشكلات صحية أو مشكلات اجتماعية تنعكس بدورها على الحالة الصحية وبين مدى شعور الفرد بجودة حياته، حيث يشير إلى أن شعور الفرد بالهناء أو بالرفاهية يتأثر بخبرات أو أحداث الحياة ومن بين المتغيرات التي يمكن اعتبارها مؤثرة في مدى شعور الفرد بالرفاهية هو عامل الصحة والإحساس بالكفاءة.

ويوجد عوامل أخرى يمكن أن تؤثر على جودة الحياة الاطفال وبشكل خاص الجوانب المختلفة من البيئة التي يعيشون فيها وهي:

-**العوامل الأسرية:** تتمثل في أنماط التفاعل والخصائص التي تتم داخل الأسرة لأن جودة الحياة ترتبط بهذا المحيط.

-**عوامل مدرسية:** مناخ المدرسة تلعب دورا بارز في تزويد التلاميذ بخبرات هامة في نموهم الاجتماعي، وكذلك الصعوبات المدرسية تعني وجود عائق بين التلميذ مع زملائه ومعلمه أو ذوي صعوبات التعلم وتشمل العوائق كيفية تنظيم وتنفيذ الأنشطة الصفية واللاصفية وعدم توفر أجهزة المساعدة.

-**عوامل مجتمعية:** تتضمن خصائص المجتمع والموارد المتوفرة في المجتمع.

-**ضغوط الحياة:** القلق التعب والانهك في الحياة.

-**الحروب والكوارث الطبيعية:** الزلازل والفيضانات وتلوث البيئة مما ينجر عنها خسائر مادية ومعنوية حيث ينتج عنها الشعور بالضياع وفقدان الأمن وكل هذا يؤثر سلبا على جودة الحياة. (اسماعيل ومحمد، 2017، 321)

10- الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة

10-1- الاتجاه الفلسفي:

وينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي على أن هذه السعادة المأمولة لا يمكن للإنسان الحصول عليها إلا إذا حرر نفسه من أسرار الواقع وحلق في فضاء مثالي يدفع للإنسان إلى التسامي على ذلك الواقع الخانق وترك العنان للحظات من خيال إبداعي وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور مفارقة للواقع تلمسا لسعادة متخيلة يعيش فيها الإنسان حالة من التجاهل التام ولآلام ومصاعب الحياة والنوبان في صفاء روحي مفارق لكل قيمة مادية. (مسعودي أحمد، 2015، 206)

10-2- الاتجاه الطبي:

يهدف إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسمية أو نفسية أو عقلية مختلفة وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية من حيث أنها تعتبر من

الموضوعات الشائعة للمحاضرات التي تتعلق بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة.(مسعودي أحمد، 2015، 2006)

10-3- الاتجاه الاجتماعي

يرى المير هانكس أن الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأ منذ 1998 فترة طويلة وقد ركز على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل: معدلات المواليد ومعدلات الوفيات، معدل ضحايا المرض ونوعية السكن والمستويات التعليمية للأفراد المجتمع.

إضافة إلى مستوى الدخل وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه الفرد من عائد مادي من وراء عمله والمكانة المهنية للفرد Peer relationship وتأثيره على الحياة، حيث يرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع زملائه تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم. (محمدي و آمال، 2013، 06)

10-4- الاتجاه النفسي:

ستيوارت Edmonds Stewart-Brown2000: حالة كلية ذاتية توجج عندما يتوازن

داخل الشخص مدى واسع من المشاعر، منها الحيوية والإقبال على الحياة الثقة في الذات، الصراحة والأمانة مع الذات ومع الآخرين، البهجة والمرح والسعادة والاهتمام الآخرين. انطلاق من مبدأ الإحساس بالتوافق النفسي الداخلي والذي يظهر من خلال التكيف مع العالم الخارجي.

أما كارول رايف وآخرون (2006): الأول يؤكد أنصاره على أهمية التكلم عن الضيق والتوتر والاضطراب النفسي أمرا حتميا لتفهم جودة الحياة النفسية في حين إن ذوي المستويات المرتفعة من الاضطرابات النفسية (مثل: الاكتئاب) يتوقع أن تكون مستويات جودة حياتهم النفسية المتدنية أو المنخفضة بصورة دالة كما تقاس مثلا بمقاييس السعادة والحياة الهادفة أو ذات القيمة والمعني والعكس صحيح.

الثاني يؤكد على العكس من ذلك أن جودة الحياة والمرض النفسي مجالات منفصلة الوظيفة النفسية أو الصحة النفسية، وبالتالي فإن المعلومات المتعلقة بأسباب وتداعيات ومتعلقات كل منهما لا يمكن استنتاجها من الآخر.

وبناء على ذلك ترى كارول رايف أن جودة الحياة تتمثل: في الاحساس الايجابي بحسن الحال، كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضى المرء عن ذاته، وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعني بالنسبة له، استقلالته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية.

ويرى دينير وآخرون (1999): أن جودة الحياة النفسية ترتبط بمحاولة رصد كيف يدرك أو يقدر الناس مختلف جوانب حياتهم النفسية، على سبيل المثال: إلى أي مدى يشعر الناس بقدراتهم على السيطرة على حياتهم الشخصية؟ إلى أي مدى يشعر الناس بأن لحياتهم الشخصية معني وقيمة؟ ويشير من خلال هذا أن منظور جودة الحياة النفسية، تؤسس على ما يعرف بالصحة النفسية الايجابية بدلا من التركيز على الخلل أو المرض النفسي.(بوعيشة آمال، 2014، 74)

ونستنتج مما سبق أن جودة الحياة تعبر عن مدى إدراك الفرد أنه يعيش حياة جيدة من وجهة نظره خالية من الأفكار اللاعقلانية، والانفعالات السلبية والاضطرابات السلوكية يستمتع فيها بوجوده الإنساني ويشعر بالرضا والسعادة وبالصحة الجسدية الجيدة وقيم علاقات اجتماعية مع الآخرين، ويستثمر كافة قدراته وإمكانياته بما يتيح له تحقيق ذلك.

10-5- الاتجاه المعرفي:

يرتكز هذا المنظور على فكرتين أساسيتين:

- أن طبيعة إدراك الفرد هي التي تحدد درجة شعوره بجودة حياته.
- وفي إطار الاختلاف الإدراكي الحاصل بين الأفراد، فإن العوامل الذاتية هي الأقوى إثرا من العوامل الموضوعية في درجة شعورهم بجودة الحياة، ويؤكد هذا النظريتين:

أ- نظرية لاوتن(1996):

حيث أن إدراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بظرفان هما: الظرف المكاني والظرف الزماني.

- **الظرف المكاني:** ان هناك تأثير للبيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لجودة حياته، وطبيعة البيئة في الظرف المكاني لها تأثير أن أحدهما مباشر علة حياة الفرد كالتأثير على الصحة

مثلا، والآخر تأثيره غير مباشر إلا أنه يحمل مؤشرات إيجابية كرضى الفرد على البيئة التي يعيش فيها (بشرى مبارك، د س، 723).

- **الظرف الزماني:** ادراك الفرد لتأثير طبعة البيئة على جودة حياته يكون أكثر ايجابيا كلما تقدم في العمر، فكلما تقدم الفرد في عمره كلما كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته، وبالتالي يكون التأثير أكثر ايجابية على شعوره بجودة الحياة.

ب- نظرية شالوك (2002): Schalok Theory

قدم شالوك تحليلا مفصلا لمفهوم جودة الحياة على أساس أنه مفهوم مكون من ثمانية مجالات، و كل مجال يتكون من ثلاث مؤشرات حيث تؤكد جميعها على اثر الابعاد الذاتية كونها المحددات الأكثر اهمية من الابعاد الموضوعية في تحديد درجة شعور الفرد بجودة الحياة، على أن هناك نسبة في درجة هذا الشعور فالعامل الحاسم في ذلك يكمن في طبيعة ادراك الفرد لجودة حياته. (بشرى مبارك، د س، 723)

10-6- المنظور الإنساني:

يرى المنظور الإنساني أن فكرة جودة الحياة تستلزم دائما الارتباط الضروري بين عنصرين لا غنى عنهما:

- وجود كائن حي ملائم.

- وجود بيئة جيدة يعيش فيها هذا الكائن، ذلك لأن ظاهرة الحياة تبرز إلى الوجود من خلال التأثير المتبادل بين هذين العنصرين، فهناك البيئة الطبيعية والتي تتمثل بالموارد الطبيعية التي تشكل مقومات حياة الفرد، وهناك البيئة الاجتماعية وهي التي تضبط سلوك الأفراد والجماعات طبقا للمعايير السائدة في المجتمع فجودة البيئة الاجتماعية تتحقق بمقدار امتثال الأفراد لهذه المعايير وعدم خروجهم عنها، كما أن هناك البيئة الثقافية التي تقاس جودتها بقدرة الفرد على صنع بيئة حضارية مادية أو معنوية. (بشرى مبارك، د س، 723)

خلاصة الفصل

ومن خلال ما تطرق اليه الباحثين إلا أنهم لم يشتركوا على مفهوم معين وواضح لجودة الحياة نتيجة وجود وجهات نظر مختلفة بين الباحثين حيث تمثلت في التعريف والأبعاد والمقومات، لكن يمكن القول بأنه هناك شبه اتفاق من بعض الباحثين، على أن هناك مبادئ يمكن أن تكون مشتركة بين الأفراد، إذ أن مفهوم عاماً وليس قاصراً على فئة محدد بل مفهوماً شاملاً يتضمن أكبر قدر ممكن من مظاهر حياة الفرد يجب أن يجسد فكرة تعظيم قدرة الفرد على التحكم واضعاً في الاعتبار حدود الحرية، والمعايير الاجتماعية ويجب أن يحترم الميل للدفاع عن الذات.

الجانِب المِيداني

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

2-2- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

2-3- نتائج الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

3-1- أدوات الدراسة

3-2- حدود الدراسة

3-3- عينة الدراسة الأساسية

3-4- إجراءات الدراسة الأساسية

3-5- الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد

إن البحث النظري لا تثبت صحته ولا تكتمل أهميته إلا بعد أن نتأكد من صحته ميدانيا من خلال المعلومات والبيانات وهذا بواسطة الأدوات التي نراها مناسبة والتي تمكننا من ربط العلاقة بين النظري والتطبيقي.

حيث سنحاول في هذا الفصل أن نقدم صورة واضحة بطريقة منظمة عن مختلف خطوات المنهجية التي اعتمدناها في دراستنا والتي تتمثل في المنهج المتبع والدراسة الاستطلاعية وكذلك الأدوات التي استعملناها وإجراءات الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية لتحليل البيانات المتحصل عليها.

1- منهج الدراسة

إن تحديد طبيعة المشكلة المدروسة وأبعادها لا يأتي إلا عن طريق منهج علمي سليم فهو بصفة عامة يعرف "بأنه السبيل والكيفية المنظمة التي ترسم لها جملة من المبادئ والقواعد المنطلق منها في دراسة مشكلة بحثنا والتي تساعدنا في الوصول إلى نتائج دقيقة وصحيحة". (إخلاص محمد عبد الحافظ، 2000:83)

وعليه فالمنهج "يقصد به تنظيم سلسلة من الأفكار سواء من أجل الكشف عن حقيقة مجهولة أو من أجل البرهنة عليها للآخرين ومحاولة إثباتها لهم من مختلف جوانبها". (عبد الفتاح، 2000:173)

وقد اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي السببي المقارن لقياس العلاقة بين القدرة الابتكارية وجودة الحياة لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث يعرف بشير صالح الرشيد المنهج الوصفي بأنه: "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحيلا كافيا ودقيقا لاستخلاص دلالاتها للوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث، ويركز المنهج الوصفي على مجموعة الأسس أهمها التجريد والتعميم". (بشير، 2000:59)

ويعرف المنهج السببي المقارن بأنه منهج قائم للبحث أي قائماً بذاته ولذا عرف "بأنه ذلك البحث الذي تكون فيه المتغيرات المستقلة (أسباب) ظاهرة ومعروفة، ويبدأ الباحث بملاحظة المتغيرات التابعة (النتائج) وبأسلوب أكثر وضوحاً يمكن أن نقول أنه نوع من البحوث الذي يطبق لتحديد الأسباب المحتملة، ولهذا سمي السببي، الذي كان له تأثير على السلوك المدروس، وليس من خلال التجربة كما هي عليه الحال بالنسبة للمنهج التجريبي، وإنما من خلال مقارنة من يسلك ذلك السلوك ويتصف به لا يسلكه أو يتصف به، ولهذا يسمى بالمقارن." (الصالح، 1409هـ، 150)

2- الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية مرتكز للبحث الميداني وذلك نظراً لأهميتها في مساعدة الباحث على تطبيق أدوات البحث، حيث تعتبر من أهم الخطوات التي يقوم بها الباحث قبل شروعه في الدراسة الأساسية، فهي تعتبر أساساً جوهرياً لبناء البحث كله، وإهمال الكتابة عن الدراسة الاستطلاعية ينقص البحث أحد العناصر الأساسية فيه ويسقط عن الباحث جهداً كبيراً قد بذله فعلاً في المرحلة التمهيدية للبحث. (محي الدين، 1995: 48).

2_1_ أهداف الدراسة الاستطلاعية

- بالنسبة للدراسة الحالية هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى:

- التعامل المباشر مع مجتمع الدراسة، وتحديد مدى تجاوبهم مع البحث وأداة القياس من حيث الصياغة ومعاني الفقرات.
- التدريب على تطبيق أدوات الدراسة.
- تحديد حجم عينة الدراسة الأساسية المناسب.
- التحديد الأولي لأفراد عينة الدراسة الأساسية.
- الكشف عن الصعوبات التي يمكن مواجهتها في الدراسة الأساسية.

2_2_ اجراءات الدراسة الاستطلاعية

- تمت الدراسة الاستطلاعية على مرحلتين

الاولى: الاتصال بمصلحة الانخراط للتعرف على أعداد الطلبة في كل كلية، وذلك من أجل معرفة حجم المجتمع الأصلي.

الثانية: تم الاتصال بمجموعة من طلبة الجامعة وعددهم (10) وتم اختيارهم بالصدفة (العينة العرضية) وتم الاتفاق معهم على مواعيد لتطبيق ادوات الدراسة، وكان التطبيق احيانا فردي وأحيانا ثنائي بحضور الطالبين الباحثين.

2_3_ نتائج الدراسة الاستطلاعية

- التعود على طريقة تطبيق ادوات الدراسة.

- التعرف على المجتمع الاصلي وتحديد الطريقة الانسب للدراسة الميدانية الاساسية.

3- الدراسة الأساسية

3_1_ أدوات الدراسة

من أجل جمع المعلومات من الميدان يتوجب توفر استخدام أدوات بحث معينة والاداة التي تم استخدامها هي:

3_1_1_ مقياس ابراهام للتفكير الابتكاري

صمم ابراهام (1977) الأستاذ بجامعة تمبل اختبار التفكير الابتكاري للكشف عن الدرجة الابتكارية للمراهقين.

ويتميز هذا الاختبار بسهولة تطبيقه ويصلح للتطبيق في جميع مراحل التعليم.

- وصف المقياس

يتكون هذا الاختبار من اختبارين فرعيين:

اختبار تسمية الأشياء

ويتكون من أربعة أجزاء يتضمن كل جزء منها اسم فئة من الأشياء، وعلى المفحوص أن يكتب خلال خمس دقائق (الزمن المحدد للإجابة على كل جزء)

تصحيح اختبار تسمية الأشياء

تصحح درجة الطلاقة الفكرية من خلال حصر كل أسماء الأشياء التي يذكرها المفحوص بعد حذف التكرارات أو الأسماء الغير مناسبة لفئات الأشياء التي تتضمنها بنود الاختبار. وتحدد درجة المرونة التلقائية من خلال عدد ما يكشف عنه الفرد من تحولات أو انتقالات من فئة الى أخرى من فئات الاستجابة، أما درجة الاصاله فإنه يعبر عنها احصائيا بالنسبة المئوية لتكرار الاستجابة، بحيث تعطى الاستجابة التي تتكرر عند أقل من 1% من الأفراد 4 درجات، وتلك التي تتكرر من 1% الى 2% من الأفراد تعطى 3 درجات، أما الاستجابة التي تتكرر من 5% الى 10% من الأفراد تعطى درجة واحدة، أما الاستجابة التي تتكرر عند أكثر من 10% من الأفراد فلا تعطى أي درجة (صفر).

اختبار الاستعمالات الغير معتادة

تصحيحه

تحدد درجة الطلاقة الفكرية في هذا الاختبار من خلال العدد الكلي للإجابات الملائمة بعد استبعاد الإجابات المكررة أو الغامضة أو الغير مناسبة لبنود الاختبار، وتحسب درجة المرونة التلقائية على أساس عدد مرات التغيير في زاوية التفكير خلال الإجابة على الاختبار، مع ملاحظة ان تصحيح كل إجابة انما يتم في ضوء علاقتها بالإجابة السابقة عليها، فاذا أوضحت احدى الاستجابات اتجاهها نحو موضوع يختلف من موضوع الإجابة السابقة تعطى درجة واحدة كدليل على التغيير.

اما درجة الاصاله فإنه يعبر عنها احصائيا بالنسبة المئوية لتكرار الاستجابة بحيث تعطى الاستجابة التي تكرر عند أقل من 1% من الأفراد 4 درجات، وتلك التي تكرر من 1% الى 2% من الافراد تعطى 3 درجات، اما الاستجابة التي تكرر من 2% الى 5% من الأفراد تعطى درجتين، والاستجابة التي تكرر من 5% الى 10% من الأفراد تعطى درجة واحدة، أما الاستجابة التي تكرر عند أكثر من 10% من الأفراد فلا تعطى أي درجة (صفر).

وبذلك فإن اختبار ابراهام للتفكير الابتكاري يكشف عن الطلاقة والمرونة والاصالة في كل اختبار من الاختبارين: تسمية الأشياء، الاستعمالات الغير معتادة، ويمكن حساب درجة التفكير الابتكاري في كل اختبار فرعي من خلال حساب مجموع الدرجات على كل من الطلاقة الفكرية والمرونة والاصالة.

- الخصائص السيكومترية لمقياس ابراهام للتفكير الابتكاري

صدق الاختبار

استعان مؤلف الاختبار بلجنة من المحكمين ذوي الخبرة بالأبحاث الابتكارية للكشف عن مدى تحقيق صدق المحتوى وصدق البناء وصدق التكوين، وتأكد من تحقيق كل أنواع الصدق هذه.

وقد تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للاختبار عن طريق حساب معاملات الارتباط بين الدرجات على كل بند والدرجة الكلية، وتراوحت قيم الارتباطات بين 0.92، 0.32.

ثبات الاختبار

استخدم مؤلف الاختبار طريقة التجزئة النصفية بالاستعانة بمعادلة سبيرمان، براون وقد تراوحت قيم معاملات الثبات بين 0.64، 0.90، للطلاقة والمرونة والاصالة. ويشير مؤلف الاختبار الى ان جميع القيم التي حصل عليها من تقنين الاختبار تكشف بدرجة مرضية عن صدق وثبات الاختبار.

3_1_2_ مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة

هو مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة صممه كل من محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم سنة 2006.

- وصف المقياس

يتكون المقياس من 60 بند موزعين على (06) ابعاد (10 بنود لكل بعد) 5 فقرات موجبة، و5 فقرات سالبة، واما كل فقرة مقياس تقدير خماسي (أبدأ، قليلا جدا، على حد ما، كثيرا، كثيرا جدا). أعطيت الفقرات الموجبة الدرجات (1، 2، 3، 4، 5)، في حين اعطي عطف الميزان السابقة للفقرات السالبة، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين 60-300 درجة، في حين تتراوح الدرجة الكلية على كل محور من المحاور بين 10-50 درجة.

- الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة بحساب مؤشرات الصدق والثبات والاتساق الداخلي، كما تم حساب معاملات تمييز المفردات، وأخيرا تم حساب المئينات لتحديد معايير المقياس. وفيما يلي عرض لهذه الخصائص:

مؤشرات الصدق

صنفت الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA الصدق في ثلاثة أنواع: صدق المحتوى، والصدق المرتبط بالمحك، وصدق البناء " المفهوم " وفي المقياس الحالي تحقق الباحثان من توفر المؤشر الاتي للصدق.

صدق المحتوى

تم الحصول على مؤشر لهذا النوع من الصدق عند عرض المقياس على ستة من المحكمين في مجال القياس النفسي والطب النفسي، واتفاقهم بنسب تراوحت بين 83-100% على ان فقرات مقياس جودة الحياة تقيس مكونات الجودة الستة التي تم تحديدها في التعريف الاجرائي للبحث.

الثبات

تم حساب معامل ألف كرونباخ لدرجات كل محور من محاور المقياس الستة، وقد تراوحت معاملات الثبات بين 0,62-0,85 بوسيط قدره 0,75 وللمقياس ككل (0,91).

الخطأ المعياري للمقياس

وهو الانحراف متوقع عن الدرجة الحقيقية لنتيجة أي شخص يجرى اختباره في أداة القياس، ويتم حسابه اعتمادا على الانحراف المعياري، وقيمة معامل الثبات. ويدخل الخطأ المعياري في حساب مدى الثقة الذي يمكن ان أن تقع ضمنه الدرجة الحقيقية للمستجيب. تراوحت قيم الخطأ المعياري بين 2,54 - 3,21 للمحاور الستة، في حين بلغ 7,44 للمقياس ككل.

الاتساق الداخلي

وهو درجة انسجام فقرات المقياس في قياس السمة المطلوب قياسها وفي مقياس جودة الحياة تم التحقق من الاتساق الداخلي من خلال ارتباط درجة الفقرة مع الدرجة الكلية، وارتباط محاور المقياس ببعض البعض الآخر.

تحليل المفردات

تم حساب كفاءة الفقرات في التمييز Discrimination Power وفقا للمحور الذي تنتمي اليه، بواسطة اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي فقرة للمجموعتين العليا والدنيا (تم تحديد أعلى وأدنى 27% من العينة على أساس الدرجة الكلية لكل محور من محاور المقياس الستة). وقد تراوحت قيم "ت" المحسوبة بين 29،2_15،29 وجميعها دالة عند مستوى لا يقل عن 0،008 وهذا مؤشر على تمتع جميع فقرات المقياس بقوة تمييز عالية.

المؤشرات الإحصائية لمقياس جودة الحياة

بما ان الظواهر النفسية تتوزع اعتداليا بين افراد المجتمع، فغن استخراج مؤشرات إحصائية عن المقياس تبين مدى قرب توزيع درجات العينة من التوزيع الطبيعي، والذي يعد معيارا للحكم على تمثيل العينة للمجتمع، ومن ثم تعميم النتائج.

المعايير

تتأتى أهمية المعايير من منحها الدرجات الخام raw scores معنى، واتاحتها الفرصة للمقارنة بين أداء المفحوص على مقاييس عديدة، فضلا عن ذلك فهي من الخصائص الأساسية لعملية التقنين.

وقد تم اشتقاق الميئات percentiles كمعايير للدرجات الخام لكل محور من محاور المقياس الستة، كونها من أكثر المعايير شيوعا في مقاييس الشخصية، ولإعطائها صورة واضحة عن مركز الفرد النسبي في المجموعة التي ينتمي اليها، ولسهولة حسابها ووضوح مدلولها.

3_2_ حدود الدراسة

_ الحدود الزمنية

كان من المبرمج له ان تطبق ادوات جمع البيانات على عينة الدراسة خلال شهر مارس من السنة الدراسية 2020/2019

_ الحدود المكانية

تتواجد عينة الدراسة الحالية في جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.

كما تحد هذه الدراسة بعينتها وادوات جمع بياناتها.

3_3_ عينه الدراسة الاساسية

قدرت العينة التي كان سيتم التطبيق الميداني لأدوات الدراسة عليها بـ (96) طالب وطالبة من جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، موزعين على ثلاث كليات لتحقيق الاختلاف الجذري بين التخصصات وهم :

- كلية التكنولوجيا (32 طالب وطالبة) .
- كلية الاداب واللغات (32 طالب وطالبة) .
- كلية العلوم الاجتماعية والانسانية (32 طالب وطالبة) .

نختار (32) فرد من كل كلية ، (16) اناث و(16) ذكور، (08) السنة الاولى جامعي (08) سنة ثالثة جامعي . ويتم اختيارهم بالطريقة العرضية .

ويتم اختيارهم بالطريقة العشوائية العرضية.

3_4_ إجراءات الدراسة الأساسية

كان التصور الذي ستم وفقه مجريات الدراسة الاساسية هو زيارة كليات الجامعة حيث نخصص كل يومين لأحدى الكليات، ويتم الاختيار بالطريقة العرضية؛ أي ان كل طالب او طالبة متواجد ومستعد للتعاون معنا يكون محل دراسة. سواء كانوا في شكل افراد او افواج، شرط ان يكون الاستجابة على ادوات الدراسة فردية، وتعمل كل طالبة باحثة مع عدد من الطلبة لا يتجاوز أربع طلبة.

3_5_ الاساليب الاحصائية المعتمدة في الدراسة

تبعاً لفرضيات الدراسة والبيانات التي تقضي اليها ادوات جمع البيانات المستخدمة كان سيتم اعتماد المعاملات الاحصائية التالية :

- اختبار "ت" لدراسة الفروق بين المتوسطات او احد بدائله ان لم تتحقق شروط استخدامه، وذلك للتحقق من الفرضيات الجزئية 1-2-5-6 .
- تحليل التباين الاحادي (ف) للتحقق من الفرضيات 3-4 .

خلاصة الفصل

تضمن هذا الفصل المنهج المتبع وأهم إجراءات الدراسة الاستطلاعية ووصفها وأهدافها، حيث تطرقنا إلى عينة الدراسة الأساسية وحدودها ووصف الأداة المستخدمة، كل هذا يعد مجال هام لتوضيح خطوات البحث التي تليها والمتمثلة في عرض ومناقشة نتائج الدراسة.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

- 1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (1)
- 2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (2)
- 3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (3)
- 4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (4)
- 5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (5)
- 6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية رقم (6)
- 7- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة

خلاصة عامة ومقترحات

تمهيد

يتم في هذا الفصل عادة عرض نتائج المعالجة الاحصائية للبيانات المتحصل عليها من خلال التطبيق الميداني لأدوات جمع بيانات الدراسة على العينة، ثم تحليلها واستنتاجها لاستخراج دلالتها والخروج بالقرار الاحصائي بقبول او رفض الفرضيات الجزئية المتبناة في هذه الدراسة، ومن خلال تجميع نتائج الفرضيات الجزئية والقرارات المتخذة في حقها يمكننا استخراج نتائج الفرضية العامة ومنها نحكم على تحققها او عدمها.

ثم يأتي دور المناقشة والتفسير فلكل نتيجة مبرر يشرح ما تم التوصل اليه من طبيعة حياة افراد العينة وواقعهم المعيش ومستوياتهم الدراسية وتخصصاتهم ومشاريعهم العلمية وربما عزيت بعض النتائج الى حجم العينة او طبيعة الادوات المستخدمة وغيرها.

وفي النهاية يمكن للباحث تقديم مجموعة من التوصيات بخصوص الظواهر المدروسة وبعض المقترحات للبحث المستوحاة مما صادفه ولاحظه اثناء عمله على انجاز هذه الدراسة، ولان الدراسة لم تنجز ميدانيا يبقى اهم مقترح يمكن ان نقدمه هو اتمام هذه الدراسة حينما تسمح الفرصة للوصول الى النتائج المرجوة وتحقيق الاهداف المحددة لها.

قائمة المراجع

- ابن منظور، أبي الفضل جمال الدين(1993): لسان العرب، ط1، دار الكتب العلمية بيروت.
- اخلاص، محمد عبد الحافظ(2002)، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية، ط1، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة.
- إسماعيل، صالح والهمص، عبد الله (2010): قلق الولادة لدى الامهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقتها بجودة الحياة، شهادة ماجستير في علم النفس، الجامعة الاسلامية، غزة.
- الحلاق، هشام سعيد (2010)، التفكير الإبداعي مهارات تستحق التعلم، (دط)، منشورات الهيئة العامة السورية للكتاب، دمشق.
- الحلو، علي حسين (2016): قياس جودة الحياة لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد 48.
- الرشيدى، بشير صالح (2000)، مناهج البحث التربوي رؤية تطبيقية مبسطة، ط1، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- الزايدى، عمير وبننت خلف الله، فاطمة(دس)، أثر التعلم النشط في تنمية التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط بالمدارس الحكومية بمدينة مكة المكرمة، متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في المناهج وطرق تدريس العلوم، كلية التربية، جامعة ام القرى، مكة المكرمة.
- السامرائي، جاسم هشام واخرون(2000)، عصف الدماغ وآثره في تحصيل الطلبة، مجلة كلية المعلمين، الجامعة المستنصرية، العدد2.
- الطيطي، محمد حمد (2007)، تنمية قدرات التفكير الإبداعي، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- العاني، عبد المجيد والعمار، مها (2015)، فاعلية برنامج تنمية التفكير الابتكاري لدى طلبة ذوي الإعاقة الحركية، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.
- _ العساف، صالح بن حمد (1409) سلسلة البحث في العلوم السلوكية. الرياض:

العبيكان.

- العلتوم، عدنان يوسف والجراح، عبد الناصر ذياب(2009)، تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات عملية، (د،ط)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- العتوم وآخرون(2007)، تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات علمية، ط1، دار الشرق للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- الكريع بين محمد بن عبد الكريم، منال(2018)، فاعلية برنامج تدريبي مقترح في تنمية مهارات تدريس التفكير الإبداعي للطالبات المعلمات وعلاقته بتنمية مهاراته لطالباتهم في المرحلة المتوسطة، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد19.
- باعدي، الحسين(دس)، البيئة الأسرية والتفكير الإبداعي لدى الطفل، مجلة علمية متخصصة محكمة تصدرها كلية علوم التربية، جامعة الحسن الثاني، العدد 9_10.
- بحرة، كريمة(2014): جودة الحياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، شهادة ماجستير في التنمية البشرية وفعالية الأداءات، وهران.
- بخوش، نورس وحמידاني خرفية(2016)، جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس التربوي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة زيان عاشور، الجلفة.
- بدر، إبراهيم(2017)، قياس التفكير التجريدي والتفكير الابتكاري وعلاقتها بمتغيرات الجنس والتخصص التعليمي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه في علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة على لونييسي، البليدة.
- براهيم، رحمة (2017)، فاعلية استخدام برنامج سكامبر في تنمية التفكير الإبداعي لدى تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة زيان عاشور، الجلفة.

- بن خليفة، إسماعيل ولحرش، محمد (2017)، مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في ضوء متغيري الجنس والشعبة الدراسية، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة الجزائر.
- بهلول، سارة أشواق (2009)، سلوكيات الخطر المتعلقة بالصحة (التدخين، الكحول، سلوك قيادة السيارات وقلة النشاط البدني) وعلاقتها بكل من جودة الحياة والمعتقدات الصحية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص: علم النفس الصحة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
- بوعيشة، آمال (2014): جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الارهاب بالجزائر، شهادة الدكتوراه في علم النفس المرضي الاجتماعي، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- جابر، عبد الحميد جابر وزملائه (2013): دراسة مقارنة للمهارات الحياتية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعليم في ضوء مستويات جودة الحياة لدى أمهاتهم، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، عدد3.
- جروان، فتحي عبد الرحمان (2009)، الابداع مفهومه معايير نظرياته قياسه تدريجه مراحل العملية الإبداعية، ط2، دار الفكر، عمان.
- حامد، محمد والهنداوي، إبراهيم (2011): الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا، شهادة ماجستير علم النفس، جامعة الازهر.
- حرطاني، أمينة (2014): جودة الحياة لدى الامهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء، شهادة ماجستير في علم النفس الأسري، جامعة وهران.
- حرطاني، أمينة وإزيدي، كريمة (2016): علاقة المشكلات السلوكية عند الأبناء بجودة الحياة لدى الأمهات، مجلة العلوم النفسية والتربوية، بدون عدد.
- حمزة، فاطيمة (2018)، المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى العاملات بالقطاع الصحي بالجلفة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث تخصص الصحة النفسية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عمار ثليجي، الاغواط.

- حني، خديجة (2015)، جودة الحياة وعلاقتها بالرضا عن التخصص الدراسي لدى الطالب الجامعي، شهادة ماستر في علوم التربية، جامعة حمه لخضر، الوادي.
- خضر، فخري رشيد (2015)، أثر توظيف الأنشطة الإثرائية في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى طلبة الصف الثامن الأساسي في مبحث الجغرافيا، العدد 3.
- ديودرا، عبد الفتاح محمد (2000)، مناهج البحث في علم النفس، (د،ط)، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- صندوق، فريحة (2014) جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتفوق الدراسي لدى عينة من المراهقين الثانويين بالأغواط، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في العلوم النفسية والتربوية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة عمار ثليجي، الأغواط.
- شحدة، رمزي والسويكري سعيد (2013): الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال/الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا بمحفظات غزة، شهادة ماجستير في علم النفس الجامعة الإسلامية، غزة.
- شيخي، مريم (2014): طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة (دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات)، شهادة ماجستير في الانتقاء والتوجيه، جامعة أبي بكر بلقديد، تلمسان.
- عاشور، صادق محمد (1999)، التفكير الابتكاري وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الحكومية بغزة، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبد السلام، سميرة وزملائها (2015): جودة الحياة مظاهرها أبعادها محدداتها وكيفية قياسها وتحسينها، مجلة العلوم التربوية، العدد 2.
- عبد الله، ضياء والتميمي، أحمد (دس)، مستوى التفكير الإبداعي لطلبة قسم اللغة العربية في كلية التربية، مجلة كلية الادب، العدد 78.

- مأمون، عبد الكريم (2014)، علاقة التفاؤل والشتائم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب، مذكرة مكملة لنيل درجة الماجستير في علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة البليدة.
- مبارك، بشرى عناد (د س): جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، جامعة ديالي، عدد 99.
- محمد، فوزية وبوعيشة، آمال (2013): معوقات جودة الحياة الاسرية، الملتقى الوطني الثاني "الاتصال وجودة الحياة في الاسرة"، أيام 109 أفريل، جامعة قاصدي مرياح ورقلة.
- مختار، محي الدين (1995)، بعض تقنيات البحث وكتابة تقرير، مجلة العلوم الإنسانية المؤتمرات، عدد خاص، منشورات جامعة قسنطينة، الجزائر.
- مسعودي، أحمد (2015): بحوث جودة الحياة في العالم العربي، مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية، العدد 20، وهران.
- منسي، محمود عبد الحليم وعلي مهدي، كاضم (2010)، تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان، مجلة علمية محكمة تصدر عن الاكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا، العدد 1.

الملاحق

ملحق (01): اختبار ابراهيم للتفكير الإبتكاري

الجنس:

المستوى الدراسي:

التخصص الدراسي:

النشاط الأول

أذكر أكبر عدد ممكن من الأشياء التي تعتقد ألا يفكر فيها زملائك التي تتعلق بما يلي:

أ_ الأشياء التي تكون ساخنة:

- 1_ 11_
- 2_ 12_
- 3_ 13_
- 4_ 14_
- 5_ 15_
- 6_ 16_
- 7_ 17_
- 8_ 18_
- 9_ 19_
- 10_ 20_

أذكر أكبر عدد ممكن من الأشياء التي تعتقد ألا يفكر فيها زملائك التي تتعلق بما يلي:

ب_ الأشياء التي تحدث صوت:

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

أذكر أكبر عدد ممكن من الأشياء التي تعتقد ألا يفكر فيها زملائك التي تتعلق بما يلي:

جـ_ الأشياء التي لها رائحة:

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

أذكر أكبر عدد ممكن من الأشياء التي تعتقد ألا يفكر فيها زملائك التي تتعلق بما يلي:

د_ الأشياء التي تتحرك على عجل:

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

النشاط الثاني: أذكر أكبر عدد ممكن من الاستعمالات التي تعتبرها استعمالات غير عادية أي التي لا يفكر فيها زملائك للأشياء الآتية والتي تعتقد أنها تجعل هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية:

أ- لو أنت عندك عدد كبير من الجرائد كيف تستفيد منها في عمل حاجات جديدة؟ فكر في استخدامات غريبة وجديدة للحاجات دي أكتب كي اللي انت بتفكر فيه.

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

أذكر أكبر عدد ممكن من الاستعمالات التي تعتبرها استعمالات غير عادية أي التي لا يفكر فيها زملائك للأشياء الآتية والتي تعتقد أنها تجعل هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية:

ب- لو أنت عندك عدد كبير من الأحذية كيف تستفيد منها في عمل حاجات جديدة؟ فكر في استخدامات غريبة وجديدة للحاجات دي أكتب كي اللي انت بتفكر فيه.

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

أذكر أكبر عدد ممكن من الاستعمالات التي تعتبرها استعمالات غير عادية أي التي لا يفكر فيها زملائك للأشياء الآتية والتي تعتقد أنها تجعل هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية:

ج- لو أنت عندك عدد كبير من الأضرار كيف تستفيد منها في عمل حاجات جديدة؟ فكر في استخدامات غريبة وجديدة للحاجات دي أكتب كي اللي انت بتفكر فيه.

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

أذكر أكبر عدد ممكن من الاستعمالات التي تعتبرها استعمالات غير عادية أي التي لا يفكر فيها زملائك للأشياء الآتية والتي تعتقد أنها تجعل هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية:

د_ لو أنت عندك عدد كبير من علب الصفيح كيف تستفيد منها في عمل حاجات جديدة؟
فكر في استخدامات غريبة وجديدة للحاجات دي أكتب كي اللي انت بتفكر فيه.

_1

_2

_3

_4

_5

_6

_7

_8

_9

_10

_11

_12

_13

_14

_15

_16

_17

_18

_19

_20

ملحق (02): مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة

الأخوة والأخوات من الطلبة الأعزاء

تحية وبعد....

نرجو التكرم بقراءة بنود المقياس المرفق، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعورك الحقيقي، وما

تقومون به بالفعل، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة المقياس.

وفي الوقت الذي نشكركم فيه على تعاونكم البناء معنا في هذه الدراسة العلمية، نرجو تعبئة البيانات التالية

بالمعلومات المناسبة .وتقبلوا خالص تحيات الباحثين....

الجنس:

المستوى الدراسي:

التخصص الدراسي:

ما درجة شعورك بالجوانب الآتية:

م	الأسئلة	أبدا	قليل جدا	الى حد ما	كثيرا جدا
1	لدي إحساس بالحياة والنشاط.				
2	اشعر ببعض الآلام في جسمي.				
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً.				
4	تتكرر إصابتي بنزلة برد.				
5	لا اشعر بالغثيان.				

					6	اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله.
					7	أنام جيداً.
					8	أعاني من ضعف في الرؤية.
					9	نادراً ما أصاب بالأمراض.
					10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي.
					11	اشعر بأنني قريب جداً من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي.
					12	اشعر بالتباعد بيني وبين والديّ.
					13	احصل على دعم عاطفي من أسرتي.
					14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.
					15	أشعر بأن والديّ راضيان عني.
					16	لديّ أصدقاء مخلصين.
					17	علاقاتي بزملائي رديئة للغاية.
					18	لا احصل على دعم من أصدقائي وجيراني.
					19	اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي.

					لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.	20
					اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه.	21
					بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي	22
					اشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي.	23
					لدي إحساس بأنني لم استفد شيء من تخصصي.	24
					الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني عن تساؤلاتي.	25
					الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت.	26
					أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة	27
					اشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية.	28
					اشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية	29

					أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي.	30
					أنا فخور بهدوء أعصابي.	31
					٣٢ أشعر بالحزن بدون سبب واضح.	32
					أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب.	33
					أشعر بأنني عصبي.	34
					لا أخاف من المستقبل.	35
					أقلق من الموت.	36
					من الصعب استشارتي انفعالياً.	37
					أقلق لتدهور حالتي.	38
					أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار.	39
					أشعر بالوحدة النفسية.	40
					أشعر بأنني متزن انفعالياً.	41
					أنا عصبي جداً.	42

					استطيع ضبط انفعالاتي.	43
					٤٤ اشعر بالاكنتئاب.	44
					اشعر بأنني محبوب من الجميع.	45
					أنا لست شخصا سعيداً.	46
					اشعر بالأمن.	47
					روحي المعنوية منخفضة.	48
					استطيع الاسترخاء بدون مشكلات.	49
					اشعر بالقلق.	50
					استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي.	51
					ليس لدي وقت فراغ، فكل وقتي ينقضي في الاستذكار.	52
					أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط.	53
					أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة.	54

					أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية.	55
					تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية.	56
					لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي.	57
					ليس لدي وقت للترويح عن النفس.	58
					أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.	59
					لا يوجد لدي برنامج منظم لتناول الوجبات الغذائية.	60