



جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة علوم التربية



جودة الحياة وعلاقتها بمركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي

دراسة ميدانية بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية: تخصص إرشاد وتوجيه

إشراف الاستاذ:

- د محمد سبع

إعداد الطالب:

- عمر بن علي

النوي بالطاهر	استاذ محاضر ب -	جامعة الوادي	مناقشا ورئيسا
محمد الابرش شيخة	استاذ مساعد - أ -	جامعة الوادي	عضو مناقش
محمد سبع	استاذ محاضر - أ -	جامعة الوادي	مشرفا ومقررا

الموسم الجامعي: 2016-2017

شكر وتقدير

نحمد الله عز وجل الذي وفقنا في إتمام هذا البحث العلمي، والذي ألهمنا الصحة و العافية والعزيمة.

فالحمد لله حمدا كثيرا.

نتقدم بجزيل لشكر والتقدير إلى الأستاذ المشرف "محمد سبع" على ما قدمه لنا من توجيهات ومعلومات قيمه ساهمت في إثراء موضوع دراستنا في جوانبها المختلفة

كما نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى كل الأساتذة "أحمد جلول" و"عبد الناصر غربي" و"حمادة عمار" الذين كانوا عوناً وسنداً لنا ولم يخلوا علينا بتوجيهاتهم وإرشاداتهم، فجزاهم الله خير الجزاء.

الشكر والتقدير لكل أفراد العينة الذين تجاوبوا معنا وساعدونا في إثراء هذه الدراسة، ولا يفوتنا أن نشكر كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة القائمة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي من اجل ذلك استعان الطالب الباحث بعينة قصديه قوامها (100) ، طالبا وطالبة من تخصصين مختلفين(العلوم الاجتماعية ،العلوم الإنسانية)، تم اختيارهما بناءا على عدة عوامل ارتبطت غالبا بضرورات بحثية منهجية من اجل الكشف عن بعض الخصائص السيكولوجية لهذه العينة، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي الذي يتناسب مع موضوع الدراسة وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس جودة الحياة وآخر خاص بمركز الضبط النفسي ومن الأساليب الإحصائية نذكر معامل ارتباط بيرسون واختبار "ت" لحساب الفروق بين أفراد العينة تبعا لمتغير التخصص و الجنس.

وقد تمت الإجابة على التساؤلات وللتحقق من الفروض فجاءت النتائج كما يلي :

لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي؟.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس ؟.
ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص؟.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس؟.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس؟.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص؟.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى التخصص؟.

Résumé de l'étude

L'étude visait à révéler la relation entre la qualité de vie et le centre du contrôle psychologique de l'étudiant à l'université pour elle a embauché un étudiant chercheur échantillon un des étudiants volontaires (100) de deux différentes deux disciplines (sciences sociales, sciences humaines) ont été choisis en fonction de plusieurs facteurs ont été associés souvent les impératifs de la méthodologie de recherche afin de détecter certaines des caractéristiques psychologiques de cet échantillon, ont eu recours à l'approche descriptive en rapport corrélatif avec l'objet de l'étude a consisté outils de l'étude de la qualité de l'échelle de la vie et un autre centre de contrôle psychologique spécial et des méthodes statistiques mention « T » test de corrélation de Pearson pour calculer le coefficient de différences Parmi les répondants selon la variable de spécialisation et le sexe.

Il a été répondu aux questions et vérifier les hypothèses les résultats sont les suivants:

Il n'y a pas de corrélation des différences statistiquement significatives entre la qualité de vie et le centre du contrôle psychologique de l'étudiant à l'université?

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon sur la qualité de l'échelle de la vie est due à la variable sexe ?.

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon sur la qualité de l'échelle de la vie est due à la variable de spécialisation?

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon au centre de contrôle interne est dû à l'échelle variable sexe?

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon sur le centre de contrôle externe est due à l'échelle variable sexe?

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon au centre de contrôle interne est dû à l'échelle de spécialisation variable?

Il n'y a pas de différence dans les degrés de l'échantillon sur le centre de contrôle externe est due spécialisation? Échelle

فهرس المحتويات

رقم المحتوى	المحتوى	الصفحة
/	شكر وتقدير .	أ
/	ملخص الدراسة بالعربية	ب
/	ملخص الدراسة بالفرنسية	ج
/	فهرس المحتويات .	د- هـ- و
/	فهرس الجداول	ز
/	فهرس المخططات والأشكال التوضيحية	ح
/	فهرس الملاحق	ط
/	مقدمة	3-1
الفصل الأول: المشكلة واعتبارها		
اولا	إشكالية الدراسة	8 -5
ثانيا	فرضيات الدراسة.	9
ثالثا	أهمية الدراسة.	10-9
رابعا	أهداف الدراسة.	11 -10
خامسا	المفاهيم الأساسية للدراسة.	11
1-5	جودة الحياة.	11
1-1-5	لغة.	11
2-1-5	اصطلاحا.	11
2-5	مركز الضبط.	12
1-2-5	مركز الضبط الداخلي .	12
2-2-5	مركز الضبط الخارجي.	12
سادسا	الدراسات السابقة.	18 -12

الفصل الثاني: جودة الحياة		
20	تمهيد	/
21	التطور التاريخي لجودة الحياة.	اولا
21	تعريف جودة الحياة.	ثانيا
23	مبادئ جودة الحياة.	ثالثا
24	أبعاد جودة الحياة.	رابعا
25	مكونات جودة الحياة.	خامسا
26 - 25	مقومات جودة الحياة.	سادسا
28 - 27	قياس جودة الحياة.	سابعا
29 - 28	الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف وتغيير جودة الحياة.	ثامنا
31 - 29	كيفية الوصول لتحقيق جودة الحياة.	تاسعا
32 - 31	معوقات تحقيق جودة الحياة.	عاشر
	خلاصة الفصل.	/
الفصل الثالث: مركز الضبط النفسي		
34	تمهيد.	/
35 - 34	التطور التاريخي لمفهوم مركز الضبط.	اولا
36 - 35	تعريف مركز الضبط.	ثانيا
37	فئتي مركز الضبط.	ثالثا
39 - 38	خصائص مركز الضبط.	رابعا
39	مصادر مركز الضبط.	خامسا
40 - 39	أبعاد مركز الضبط.	سادسا
41 - 40	تنمية مركز الضبط.	سابعا
43 - 42	مركز الضبط وعلاقته ببعض المتغيرات.	ثامنا
45 - 44	العوامل المؤثرة في مركز الضبط.	تاسعا
45 - 44	مركز الضبط في المجال الدراسي.	عاشر

47-45	نظريات مركز الضبط.	احدى عشر
48 -47	قياس مركز الضبط.	اثنا عشر
	خلاصة الفصل.	/
الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة ونتائجها		
52	تمهيد	/
52	الإجراءات الميدانية للدراسة.	أولا
52	التذكير بفرضيات الدراسة.	1-1
53	حدود الدراسة.	2-1
54-53	المنهج.	3-1
54	المجتمع وعينة الدراسة.	4-1
55-54	الدراسة الاستطلاعية.	5-1
62-55	أدوات الدراسة.	6-1
62	الإجراءات التطبيقية للدراسة.	ثانيا
62	تطبيق المقياس.	1-2
63	كيفية جمع البيانات الخام.	2-2
63	أساليب المعالجة الإحصائية.	3-2
64	نتائج الدراسة.	ثالثا
70-64	الملاحظ الوصفية لعينة الدراسة بعد تطبيق المقياسين.	1-3
75-71	عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات.	2-3
79-75	مناقشة النتائج في ضوء الاطار النظري والتطبيقي والدراسات.	3-3
81-79	الاستنتاج العام للدراسة واقتراحاتها.	/
/	قائمة المراجع.	/

فهرس الجداول

الصفحة	العنوان	رقم
54	جدول يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغيري الجنس والتخصص.	01
57	يوضح معامل ارتباط الفقرة بالمقاييس ومعامل ألفا كرونباخ بعد الدراسة.	02
58	جدول يوضح قيمة ثبات الاتساق الداخلي.	03
61-60	يوضح معامل ارتباط الفقرة بالمقاييس ومعامل ألفا كرونباخ بعد الدراسة.	04
61	جدول يوضح قيمة ثبات الاتساق الداخلي.	05
64	جدول يوضح الملامح الوصفية لعينة الدراسة بعد تطبيق المقاييس	06
69-68	جدول يوضح استجابة الأفراد على بدائل مقياس جودة الحياة.	07
70	جدول يوضح استجابة الأفراد على بدائل مقياس مركز الضبط.	08
71	جدول يوضح العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط.	09
72	جدول يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في جودة الحياة.	10
72	جدول يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في مركز الضبط الداخلي.	11
73	جدول يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في مركز الضبط الداخلي.	12
73	يوضح تحليل التباين للتخصصات الدراسية الدراسة.	13
74	يوضح تحليل التباين بين الدراسة الدراسة.	14
75	يوضح تحليل التباين بين الدراسة لجودة الحياة	15

فهرس المخططات والأشكال التوضيحية

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
24	يبين مبادئ جودة الحياة.	01
26	يبين مقومات جودة الحياة.	02
65	يبين الإحصاءات الوصفية للعينة حسب متغير جودة الحياة.	03
66	يبين الإحصاءات الوصفية للعينة حسب متغير البعد الخارجي لمركز الضبط	04
67	يبين الإحصاءات الوصفية للعينة حسب متغير البعد الداخلي لمركز الضبط	05

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
01	يوضح أسماء الأساتذة المحكمين لاستبتياني جودة الحياة ومركز الضبط النفسي ودرجاتهم العلمية.	/
02	يوضح تعليلة استبتيان الأساتذة المحكمين.	/
03	يوضح جودة الحياة ومركز الضبط النفسي الموزع على أفراد العينة.	/
04	يوضح نتائج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية S P S S	/

مقدمة:

إن جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومتطلباتها، والتي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار والقدرة على التحكم، وإدارة الظروف المحيطة بالإنسان، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الكائن الإنساني الأشياء المهمة التي تحقيق سعادتهم في الحياة،

وبالتالي فإن العنصر البشري يشكل أحد الأبحاث والأبعاد الرئيسية لعلم النفس وعلم الاجتماع، حيث اهتمت العديد من الدراسات بتطوير الخدمات العديدة في الميادين المتصلة بالفرد، ولعلم النفس دور مهم في دراسة السلوك الإنساني وتحسينه حيث أن السلوك الإنساني هو الذي يسهم في تحقيق أو عدم تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان، مما أصبحت الجودة من المفاهيم الحديثة، التي ارتبطت بدراسات علم النفس الإيجابي، والتي تعتبر هدف أساسي في حياة الإنسان، ويؤدي تحقيقه إلى شعور الفرد بالرضا والبهجة والاستمتاع وتحقيق الذات، والتفائل وبالتالي تؤدي إلى التوجه الإيجابي نحو الحياة، حيث يعد موضوعات السعادة والتفائل والتوجه نحو الحياة والأمل وغيرها من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، وترجع أهمية هذا الموضوع إلى الوقت الراهن بحكم طبيعة الحياة وتكيف الفرد الشخصي والاجتماعي واستثماره للنواحي الإيجابية، غير أن هناك عدة مصادر تؤثر في جودة الحياة منها نوعية الخدمات التي تقدم وتمنح له في شتى الميادين الصحية منها والنفسية والاجتماعية والتعليمية والبيئية، كل هذه من شأنها أن تحسسه برفاهية العيش والاستمتاع بالحياة وجودتها، وبالتالي تؤدي به إلى إشباع حاجاته ورغباته، وبالتالي يحقق له الانسجام والتوافق مع بيئته ومع مجتمعه، وبعد مركز الضبط من بين أهم وأحدث المتغيرات التي تفسر السلوك الإنساني والتنبؤ به حيث يكتسب مركز الضبط أهمية بالغة في دراسة و بناء شخصية الإنسان ومكامن السلوك الإنساني وتوجيهه، وبالتالي فإن متغير مركز الضبط هو مفهوم يستخدم للتعبير عن مدى شعور الفرد بأنه باستطاعته التحكم في الأحداث التي يمكن أن تؤثر فيه، حيث ينقسم الأفراد إلى فئتين، فئة الضبط الداخلي وهم الأفراد الذين يعتقدون بأنهم مسئولون لما يحدث لهم، وفئة الضبط الخارجي وهم الأفراد الذين يرون أنفسهم بأنهم تحت حكم قوى خارجية لا يستطيعون التأثير فيه، فالأفراد ذو الضبط الداخلي ينسبون

أحداث البيئة إلى أنفسهم بينما الأفراد ذو الضبط الخارجي ينسبون مثل هذه الأحداث إلى قوى وعوامل خارجية،

وبالتالي يمكن اعتبار مركز الضبط بأنه عبارة عن إدراك الفرد لمصدر المسؤولية عن النتائج والأحداث فوجه الضبط الداخلي يعني أن الفرد يأخذ على عاتقه مسؤولية النجاح والفشل نتيجة جهوده الخاصة وقدراته الذاتية، أما وجهة الضبط الخارجي فتشير إلى أن الفرد يرجع ما يحدث له إلى أمور خارج نطاق تحكمه كالقدر والحظ والصدفة ونفوذ الآخرين وقوتهم وعلى هذا فالأفراد الذين يتسمون بوجهة الضبط الخارجي يرون أن مسؤولية النجاح والفشل تخرج عن نطاق تحكمهم ولا يستطيعون التأثير فيها بينما الأفراد الذين يتسمون بوجهة الضبط الداخلي يعتقدون أنهم مسؤولون عما يحدث لهم، إن معتقدات مركز الضبط الداخلي والخارجي معمة تعكس الفروق الفردية بين جل الطلبة الجامعيين بغض النظر عن جنسهم أو تخصصهم، فمنهم من يعزو أسباب نجاحه أو فشله إلى ذاته وانه هو المسؤول عن ما يحدث له، ومنهم من يرجع أسباب فشله ونجاحه إلى عوامل وقوى خارجية وإلى عوامل الحظ والصدفة والقدر.

ونظرا لأهمية كل من جودة الحياة ومركز الضبط، تسعى الدراسة الحالية إلى إبراز العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي واستجابة لمتطلبات الموضوع تم تقسيم الدراسة على النحو التالي:

الجانب النظري يتكون من الفصل الأول: (خصصناه لمشكلة الدراسة) وذلك بتحديد إشكالية الدراسة ووضع الفرضيات إضافة إلى أهداف وأهمية الدراسة وذكر بعض من الدراسات السابقة، والفصل الثاني فقد تضمن: (جودة الحياة) ويحتوى على تعريف جودة الحياة ومبادئها وأبعادها ومكوناتها ومقوماتها وطرق قياسها وكيفية الوصول لتحقيقها ومعوقاتها وبعض الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصفها وتفسيرها، بينما تضمن (الفصل الثالث) مركز الضبط النفسي، فقد احتوى مضمونه على التطور التاريخي لمركز الضبط النفسي وعلى تعريفه وأنواعه وخصائصه ومصادره وأبعاده وطرق تنميته وبعض العوامل المؤثرة فيه وبعض المتغيرات المتعلقة به، في حين تضمن الجانب التطبيقي الفصل الرابع: الخاص بالإجراءات المنهجية للدراسة ونتائجها حيث تم فيه تحديد منهج الدراسة وتعيين عينة الدراسة والدراسة الاستطلاعية والأساسية وذكر أداة الدراسة وخصائصها السيكمترية

والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة، كما جاء في هذا الفصل عرض للبيانات وتفسير للنتائج.

الجانِب النظري

الفصل التمهيدي: الإشكالية واعتباراتها

أولاً: إشكالية الدراسة

ثانياً: فرضيات الدراسة

ثالثاً: أهمية الدراسة

رابعاً: أهداف الدراسة

خامساً: المفاهيم الأساسية للدراسة

سادساً: الدراسات السابقة

أولاً: إشكالية الدراسة:

يعتبر مجال علم النفس واحداً من أهم المجالات التي ركز فيها اهتمام العلماء جانب دراسة السلوك الإنساني والذي يسهم بدوره في تحقيق أو عدم تحقيق درجة الخدمات المقدمة للإنسان والجودة المحيطة به أي أن جودة السلوك الإنساني تسهم بشكل كبير في تحقيق جودة الحياة (حني، 2015، 12)، ومفهوم جودة الحياة ينتمي إلى ما يسمى بعلم النفس الايجابي وهذا ما أكدته "جبر" (2005)، إن علم النفس الايجابي يهدف إلى قياس وفهم وبناء مكامن القوة الإنسانية وفضائلها وصولاً إلى إرشادنا نحو تطوير حياة جيدة تمتاز بالإيجابية، كما أنه يركز على أوجه القوة عند الإنسان بدلاً من أوجه القصور، وعلى تعزيز الإمكانيات بدلاً من التوقف عند المعوقات. (غزاير، 2015، 06).

وبعد مفهوم جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الايجابي الحديث نسبياً على مستوى تناولها في البحث العلمي، والتي حظيت باهتمام خاص لاسيما في نقاشات الباحثين والعلماء ودراساتهم التي تتعلق بالعديد من قضايا الحياة المختلفة (حرطاني و ايزيدي، 2016، 33)، حيث يشير "لامبير" وآخرون (Lambiri et al 2007) إلى تزايد الاهتمام بمفهوم جودة الحياة في المجالات، الاقتصادية، والاجتماعية، على مستوى البحث النظري والميداني وخاصة في علم الاجتماع، والاقتصاد الحضري، نتيجة تأثير جودة الحياة على التنافسية ومعدلات الرفاهية. (عبد الله، 2008، 139).

إن الرضا عن الحياة هو العمل الأساسي في إدراك الفرد لجودة حياته، وبالتالي أصبحت جودة الحياة هدفاً باعتبارها حاجة وطموح كل البشر وتمثل الهدف الاسمي نحو مستقبل أفضل للحياة، حيث تعتبر جودة الحياة مؤشراً من مؤشرات تحسن الصحة للفرد الجسدية والنفسية ونظافة البيئة المحيطة به ونقائها والرضا عن الخدمات التي تقدم له مثل التعليم والخدمات الصحية والممارسات الديمقراطية والعدالة الاجتماعية وتنويع روح المحبة والتفاؤل بين الناس، فضلاً عن روح الايجابية وارتفاع الروح المعنوية والانتماء ولهذا يحتاج الفرد للحصول على خدمات صحية ونفسية تمكنه من التمتع بصحة جيدة تحقق له الإحساس بالرضا الذاتي وفعاليته في أداء أدواره الاجتماعية في السياقين المادي والاجتماعي والمعاشي، (سحبان، 2015، 07.06)، وهذا ما أشارت إليه دراسة "رينج" وآخرون (ring et al 2007)، التي هدفت إلى تبين إمكانية التنبؤ بجودة الحياة من خلال

الإحساس بالسعادة النفسية الشخصية (عبدالله، 2008، 151)، وهذا ما أكده "هيجران" (hgiran2006) و"بيجر" (pigher2006)، على أن الحياة الجيدة والسعادة ينعكسان على دور الإنسان في حياته وأن معدلات الشعور بالسعادة لدى الراشد في أوربا هي الأعلى على مستوى العالم وهذا لتعاملهم الموضوعي مع جودة الحياة. (سليمان، ب.س، 127).

في حين أن جودة الحياة بمدلولها هي حسن إمكانية توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية، وقد أشارت دراسة إبراهيم وصديق (2006) التي هدفت لتبيين دور الأنشطة الرياضية في تحقيق جودة الحياة لدى طلبة السلطان بقابوس ومعرفة دور التخصص والمتغير في تحقيق جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين، (سليمان، ب.س، 128)، ولأن جودة الحياة ذاتها ترتبط بشكل مباشر بالعوامل الذاتية كالرضا عن الحياة والحالة النفسية والاجتماعية والمفهوم الذاتي للسعادة والتفاؤل لدي مختلف الأفراد، وهذا ما أشارت إليه دراسة "shek" (1993)، التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة والشعور بالسعادة النفسية لدى طلاب المدارس الصينية. (نعيسة، 2012، 159).

وبما أن جودة الحياة تعني قدرة الفرد على تبني أسلوب حياة يستطيع من خلاله إشباع رغباته وحجاته الأساسية ووجود معنى لحياته التي يعيشها ويدرك الفرد من خلال جودة الحياة مكانته في المحتوي الثقافي والنظام القيمي الذي يعيش فيه، ويبحث الإنسان في سعيه لتحقيق العلاقة في أن يكون هنالك معنى لوجوده ومعنى لحياته التي يعيشها، (المقابلة، 2015، 34)، وهذا ما أكدته دراسة العادلي (2006) التي هدفت إلى معرفة مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرساق جودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات. (ادم و الحاجان، 2014، 354).

إن للإنسان حاجات كثيرة ومتنوعة، فبعضها مرتبط بالعوامل الداخلية والبعض الآخر مرتبط بالعوامل الخارجية، ومنهما ما هو مرتبط بيتهما معا، فبعض هذه الحاجات قد تحدث نوعا من التوتر الذي يشعر به الإنسان فنحن كثيرا ما نتكلم عن طبيعة السلوك وعوامله فنقول أننا نسلوك كما نريد فنحن أحرار ومسؤولون عن إدارة أفعالنا والتأثير في بيئتنا، وأحيانا أخرى نقول أننا في عالم مليء بالضوابط والمغريات التي لا تتيح لنا فرصة التحكم والضبط في سلوكياتنا المختلفة، فنحن تحت رحمة هذه العوامل ولا مسؤولية لنا على أفعالنا فيها،

(عبد الصادق، 2015، 12)، وهذا ما عبر عليه "جوليات روترز" وما اصطلح عليه بمفهوم مصدر الضبط بشقيه سواء (الداخلي أو الخارجي).

وبالتالي فإن تعقد ظروف الحياة اليومية وكثرة شروطها ومتطلبات العيش في مناكبها تخلق لدى الفرد نوع من التوتر، وبالتالي فإن الفرد عندما يواجه أو يصادف مشاكل سواء كانت ،مهنية، أو دراسية، أو أسرية، أو مجتمعية، مختلفة فإن الأمر يتطلب منه استراتيجية تعامل للإزالة هذا التوتر أو التخوف الذي يعترضه والذي يقف حائلا دون تحقيق أهدافه ومساغيه التي يرنوا إليها، ومن المعروف أن طبيعة الإنسان وميوله وشخصيته تجعله يسعى دائما إلى ضبط مفاضل حياته والسيطرة على بيئته، كما يحاول جاهدا أن يضمن إحساسا بالضبط الذاتي، وهو بهذا الإحساس يستطيع اتخاذ قرارات مناسبة ويتصرف بطريقة عقلانية تضمن له نتائج إيجابية تعود عليه بالفائدة والمنفعة وبالتالي فإن مصدر الضبط يعد سمة من أهم سمات الشخصية التي حظيت باهتمام الباحثين والدارسين في علم النفس الاجتماعي والشخصية وتعديل السلوك لاسيما في الآونة الأخيرة وهذا ما أكدته دراسة (Verma 1986) التي هدفت للتعرف على مصدر الضبط والنفس وعلاقته كل من قوة الأنا والالتزان والذكاء الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين، (عبد الصادق، 2015، 12).

ويعتبر مصدر الضبط متغير سيكولوجي يساعد على فهم السلوك والتنبؤ به، فإذا أرجع الفرد نتائج أفعاله إلى ذاته يعتبر ذو تحكم داخلي، أما إذا أرجعها إلى الآخرين أو القدر أو الصدفة فانه يعتبر ذو تحكم خارجي (مفيدة و عائشة، ب س، 409)، ويختلف الطلبة الجامعيين في أنماطهم وسماتهم الشخصية وهذا الاختلاف نجم عنه اختلافات في البنية والتصور الشخصي، فكل طالب يتميز بشخصية مستقلة عن غيره وبأسلوب خاص يسعى من خلاله إلى تحقيق ذاته داخل بيئته التي تميزها جملة من الأحداث المتتابعة من حيث درجة تأثيرها على سلوكاته واتجاهاته فكل تعليقاته وتفسيراته للمواقف الاجتماعية والسلوكية المختلفة، فنجد كثيرا من الطلبة الجامعيين من يعزوا جميع أفعاله إلى ذاته ويتحمل ومسؤولية توجيه الأحداث والتحكم في النتائج بنفسه، (أصحاب الضبط الداخلي) وهذا ما أكدته دراسة "دكوتي وفولجر" (DUCTTI ET VOGLER 1969) التي هدفت إلى تبين أن الطلبة ذوي فئة الضبط الداخلي يتصفون في المجال الدراسي بارتفاع مستوى التعليم وأسلوب حل المشكلات، (مفيدة و عائشة، ب س، 426)، ومنهم من يعزوا أفعاله ونتائج سلوكاته وكل الأحداث إلى البيئة الخارجية، (أصحاب الضبط الخارجي)، وهذا ما أكدته دراسة

"باديان"(2000) التي هدفت إلى معرفة الفروق في وجهة الضبط الخارجية لدى الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسياً. (العفاري، 2011، 66).

وبالتالي إن الاهتمام بدراسة متغير مصدر الضبط النفسي لدى طلبة الجامعيين، هو إهتمام بالمجتمع بأسره لأنهم سيقودون المجتمع في المستقبل القريب وأن إغفال طاقاتهم أو تجاهلها لا يجعلها تتحول إلى طاقات منتجة و مبدعة، وإنما تتحول إلى طاقات تدميرية، تدمر ذاتها و مجتمعتها في آن واحد. إذ لم يكن لها مخرجا مناسباً بعيداً عن كثير من الأمراض و الاضطرابات النفسية والسلوكية التي تفتك بها .وتأتي أهمية دراسة هذا المتغير لدى هذه الفئة كونها تركز على دراسة فئة مميزة لشباب المجتمع وهم الشباب الجامعي والمقبل على التخرج لتحمل مسؤولية النهوض بالمجتمع وكذا التأكيد على العناية بدراسة هذا المتغير النفسي لدى هؤلاء الطلاب، حتى يتمكن طلاب الجامعة من مسايرة الحياة الدراسية والمهنية والقدرة على مواجهة تحديات الحاضر والمستقبل، وقد اهتمت دراستنا في بحث العلاقة بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لهذا يمكن أن تحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي؟.

وهذا السؤال الذي يندرج تحته مجموعة من التساؤلات الجزئية :

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس؟.

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص؟.

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس؟.

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس؟.

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص؟.

هل هنالك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص؟.

ثانيا: فرضيات الدراسة:

2-1- الفرضية العامة:

لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي.

2-2- الفرضيات الجزئية:

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس .
ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص.
ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مصدر الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص .

ثالثا: أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من المفاهيم التي تتناولها سواء من حيث أهميتها أو من ناحية جدة البحث فيها، إذ يعد مفهوم جودة الحياة من المفاهيم ذات الأولوية التي لاقى اهتماما متزايدا سواء على المستوي النظري أو التطبيقي، فمفهوم جودة الحياة تنبثق أهميته من كون جودة الحياة تعتبر المرمى الأساسي لأي مجتمع، فكل مجتمع يسعى لتحقيق أحسن جودة في كل مجالات الحياة، وبالتالي تتحدد أهمية الدراسة الحالية في ما يأتي:

1- تكمن أهمية الدراسة الحالية في التعرف على مفهوم جودة الحياة بإعتباره مفهوم حديث والذي يحظى باهتمام كبير من علماء النفس، حيث يندرج ضمن المفاهيم الايجابية في علم النفس (علم النفس الايجابي)، وباعتباره يفيد العاملين في التوجيه والإرشاد.

2- كذلك تبرز أهمية الدراسة في تناولها للأحد الموضوعات البحثية المهمة في مجال علم النفس وعلوم التربية وهو جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي اللذان يعتبران من

الموضوعات الجديدة والقليلة التداول بين الباحثين والدارسين، وفي هته الدراسة نأمل لتوضيح العلاقة بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

3- تبرز أهمية هاته الدراسة في تناولها لمرحلة عمرية مهمة في المجتمع الجزائري وهي المرحلة الجامعية، التي تمثل ريعان الشباب فهم يمرون بمراحل نمائية مهمة في حياتهم اليومية والتي تنعكس على مستواهم الدراسي، كما أنهم يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الأسري، فهم قادة المستقبل ورجالها فمنهم يخرج العلماء، والأطباء، والأساتذة، ورجال الأعمال.

4- أهمية البحث في موضوع مركز الضبط وباعتباره متغيرا أساسيا من متغيرات في الأداء وضرورة البحث في سبل تنمية الضبط الداخلي لدى الطلبة لما له من دور فعال و إيجابي في حياة الطالبة والمجتمع.

5- تبرز أهمية هاته الدراسة في تبين أهمية مصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين لكونه متغير أساسيا من متغيرات الشخصية.

6) كذلك تتجسد أهمية الدراسة في أن جودة الحياة قد تعكس الحالة الجسدية والنفسية والروحية لدى الطالبة الجامعيين.

7- أهمية جودة الحياة ومالها من دور فعال وإيجابي على الفرد والمجتمع.

رابعا: أهداف الدراسة:

إن كل باحث ومن خلال تطرقه لدراسته يسعى إلى تحقيق جملة من الأهداف سواء على المدى القريب أو البعيد، وهذا من خلال انطلاقه بتساؤلات ليصل إلى نتائج، وهذه النتائج هي الإجابة عن تلك التساؤلات التي يطرحها في الدراسة، أو ما يسعى إلى تحقيقها من خلال لفت الأنظار إلى أهمية الموضوع، ومنه فإن الدراسة الحالية تهدف إلى:

1- التعرف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

2- التعرف على مستوى جودة الحياة وطبيعة مصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

3- التعرف على الفروق في جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين وفق متغير (الجنس، التخصص).

4- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغير جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

5- معرفة الفروق في الجنس على متغير جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

6 - معرفة الفروق في التخصص على مجالات جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

خامسا: المفاهيم الأساسية للدراسة:

5-1- تعريف جودة الحياة:

5-1-1 - لغة:

الجودة من فعل جاد، جود، جودة، أي صار جيدا، وهو ضد الرديء وجود الشيء جودة، وجودة، أي حسنه وجعله جيدا. (بواد، 2016، 22).

5-1-2 - اصطلاحا:

هي حالة عامة ايجابية يشعر خلالها الفرد بالصفاء والهدوء والطمأنينة والبهجة، والارتياح والرضا، وحسن الحالة الصحية والنفسية، وتقبل وفهم الذات كما هي، والتوافق والتفاعل الأكاديمي والاجتماعي (النواجحة والفرا، 2012، 66).

5-1-3 - ويعرفها الطالب الباحث بأنها الدرجة التي يعبر عنها الفرد من خلال الاستجابة على مقياس جودة الحياة المطبق عليهم، بأنها تعني شعور الطالب بالرضا والسعادة والطمأنينة والراحة النفسية والهناء الشخصي، وقدرته على إشباع حاجات ومتطلبات حياته الأساسية من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي توفر له في المجالات، الصحية، والنفسية، والاجتماعية، والاقتصادية، والتعليمية، وذلك مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

5-2 - تعريف مركز الضبط:

5-2-1 - لغة: هو لزوم الشيء وحبسه وقال الليث: الضبط لزوم الشيء لا يفارقه في كل شيء، وضبط الشيء حفظه بالحزم. (العفاري، 2011، 14).

5-2-2 - اصطلاحا:

يعرف كل من "سبرينثال و سبرينثال" (Springhalt & Sprint 1994) مصدر الضبط بأنه: مفهوم نفسي يتحدد بنمط السيطرة الشخصية للفرد، فعندما يكون نمط السيطرة الداخلية يرى الأفراد أنهم مسيطرون على أنفسهم والأحداث التي تقع لهم، وعندما يكون نمط السيطرة خارجي يشعر الفرد أن عوامل خارجية هي التي تتحكم بالأحداث وتحدد حركتهم، وهو ينقسم إلى نوعين. (مكاوي، 2015، 20).

أ - مصدر الضبط الداخلي: ويتمثل في اعتقاد الفرد أن الأحداث المهمة التي تحدث في حياته سواء كانت ايجابية أو سلبية هي من صنع يديه ولا دخل للقدر والصدفة والأشخاص في ذلك.

ب- مصدر الضبط الخارجي: ويتمثل في اعتقاد الفرد أن الأحداث المهمة والسيئة التي تحدث له هي بفعل فاعل أي نتيجة صدفة أو قدر وبفعل غيره.

ج - ويعرفها الطالب الباحث بأنها الدرجة التي يعبر عنها الفرد من خلال الاستجابة على مقياس مصدر الضبط النفسي، على أنه مدى شعور الفرد أنه باستطاعته التحكم في مجريات الأحداث الخارجية التي يمكن أن تؤثر فيه.

سادسا: الدراسات السابقة:

6-1- الدراسات المتعلقة بجودة الحياة:

أ) الدراسات الأجنبية:

1- دراسة "ديو وهوبنر" (1994) وعنوانها: جودة الحياة لدى المراهقين، بحث استكشافي. هدفت هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة لدى المراهقين، وفيها تحرى الباحثان الخصائص السيكومترية المرتبطة بمقياس الرضا عن الحياة لدى الطلبة (Students Life Satisfaction Scale SLSS)، حيث تكونت عينة الدراسة من (22) طالباً من الصفوف الثامن والعاشر والثاني عشر من مدارس المنطقة الشمالية الشرقية بالولايات المتحدة الأمريكية، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الرضا عن الحياة الذي تضمن بعض الأسئلة الديمغرافية وبعض مقاييس الشخصية المختارة، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة، لقد كان معامل الثبات مرتفعاً، ويتناسب مع أغراض البحث، وكان البناء العاملي للمقياس وارتباطاته بمقياس جودة الحياة الأخرى متسقا مع التوقعات وكانت تقديرات المراهقين بدرجة رضاهم عن حياتهم مرتبطة ارتباطاً جوهرياً بتقديرات آبائهم لها، وكانت الفروق الفردية في الرضا عن الحياة غير متأثرة بالعمر الزمني ولا بالنوع، ولكنه متأثر بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة بدرجة متوسطة. وكانت متغيرات مفهوم الذات الأسرية تتنبأ بالرضا عن الحياة لدى المراهق أكثر من متغيرات مفهوم الذات الأكاديمية ومفهوم الذات المرتبطة بالأقران بالنسبة لمراحل المراهقة المبكرة والمتوسطة والمتأخرة على حد سواء. (نعيسة، 2012، 159).

2- دراسة "رول" (rule 2007):

هدفت إلى دراسة العلاقة بين التدخين وجودة الحياة لدى عينة من الشباب في جنوب إفريقيا، وذلك باستخدام مقياس جودة الحياة الذي يتضمن بعدين هما، الرضا عن الحياة ومستوى الرضا عن المؤسسات الحكومية، واستمارة لتقدير مستوى التدخين من خلال اللقاءات والمناسبات الدينية، وأظهرت النتائج أن الشباب الأكثر تدنينا هم أكثر شعورا بجودة الحياة، وأكثر رضا عن الحياة. (عبد الله، 2008، 152).

3- دراسة "برجاس ولي" (Grece & Lee 2008) بعنوان: جودة الحياة الجامعية لدى عينة من الطلاب الجامعيين.

هدفت الدراسة إلى التعرف على جودة الحياة الجامعية لدى عينة من الطلاب الجامعيين الكوريين، حيث بلغت عينة الدراسة (228) طالبا بالجامعة، طبق عليهم مقياس جودة الحياة الجامعية، وقد أسفرت النتائج عن وجود عدة عوامل ذات اثر قوى على جودة الحياة لدى طلاب الجامعة منها الخدمات التربوية، الإدارية، والعلاقات السائدة، والتسهيلات المقدمة أثناء الدراسة. (عبد الله، 2008، 153).

ب- الدراسات العربية:

1- دراسة العادلي والتي نشرت عام (2006) وعنوانها: مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة حياتهم وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات.

والتي هدفت إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة كلية التربية بالرستاق في سلطنة عمان ومعرفة طبيعة الفروق بين طلبة كلية التربية بالرستاق في مدى الإحساس بالجودة وفق متغير الجنس والتخصص الدراسي، شملت الدراسة (51) طالبا و(147) طالبة، واعتمد مقياس أعيد لهذا الغرض وأظهرت 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 على مقياس الإحساس بجودة الحياة وفق التخصص الدراسي لصالح طلبة التخصصات الاجتماعية. (ادم و الحاجان، 2014، 354).

2- دراسة حسن وآخرون (2007): بعنوان جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.

والتي هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسي واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وتكونت عينة الدراسة من (183) طالباً وطالبة من طلاب جامعة السلطان قابوس ممن يدرسون في كلية (التربية، الآداب، الهندسة، العلوم)، وقام الباحثون باستخدام مقياس جودة الحياة SS-QOL quality of stroke specific، ومقياس مصادر الضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها، واستخدم الباحث عدة أساليب إحصائية منها المتوسطات الحسابية النسبية، ومعامل (ألفا كرونباخ)، ومعامل الثبات بطريقة التجزئة النسبية، ومعامل ارتباط "بيرسون"، ومعادلة "سييرمان براون"، واختبار ت (T-Test)، واختبار تحليل التباين الأحادي (Onaway ANOVA)، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود مستويات متوسطة من الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة المرتبطة بالمصادر الأكاديمية والمالية والصحية وارتفاع مستوى استخدام طلبة الجامعة للاستراتيجيات المختلفة لمقاومة الضغوط النفسية التي يعانون منها، كما كان مستوى جودة الحياة مرتفعاً لحد ما لدى طلبة الجامعة مما يشير إلى مستوى جيد من جودة الحياة لديهم. (السويكري، 2013، 107).

3- دراسة فائق وآخرون (2013): بعنوان جودة الحياة لدى طالبات كلية البنات.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة جودة الحياة لدى طالبات كلية البنات، حيث تكونت عينة الدراسة من (893) طالبة من طالبات كلية الآداب والعلوم التربوية، كما هدفت هذه الدراسة لدراسة الفروق في جودة الحياة بين طالبات الفرق والتخصصات والشعب الدراسية، واستخدم في الدراسة مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية، وأظهرت النتائج ارتفاع في مستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة الكلية من طالبات كلية التربية والعينات الفرعية (الفرق الدراسية، التخصصات، الشعب)، ووجود فروق دالة إحصائية بين التخصصات العلمية، والأدبية، للفرق الأولى في بعدي الصحة النفسية، والعلاقات الاجتماعية، والدرجة الكلية للمقياس في اتجاه التخصص العلمي. (الفزي، 2015، 47).

6-2- الدراسات المتعلقة بمركز الضبط النفسي:

أ- الدراسات الأجنبية:

1- دراسة "براون" (Brown 1980)، حيث قام بدراسة كانت تهدف إلى بحث العلاقة بين إتجاه الضبط وكل من الذكاء والتحصيل الأكاديمي والانحراف، وكان ذلك على عينة تتكون من 85 فرداً من المراهقين، الأسوياء و (85) فرداً من المراهقين الجانحين، يبلغ متوسط

أعمارهم 15 سنة، استخدم الباحث في هذه الدراسة إختبار "بيبودي" اللغوي (NAWIKI STRIKLAND LOCUS OF CONTROLS SCALE)

ومقياس "نويكي" و"ستريكلاند" لمركز الضبط، واختبار المدى الواسع للتحصيل المدى الواسع للتحصيل في القراءة والهجاء والحساب، وأسفرت نتائج هذه الدراسة ، بحيث يتأثر اتجاه مركز الضبط ،فكلما كان الضبط أكثر داخليا كان التحصيل أكثر ارتفاعا. (ضيف،2015،09).
2- دراسة "مورو"(moore2006)، بعنوان علاقة مركز الضبط بقلق الاختبار والتحصيل للطلبة المتفوقين والعاديين في المدارس.

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة مركز الضبط بقلق الاختبار والتحصيل للطلبة المتفوقين والعاديين في المدارس.

حيث دلت النتائج على وجود فروق بين المجموعات حسب الانجاز والتخصص، فقد كان الطلبة المتفوقين ذوو الضبط الخارجي أفضل في الانجاز، كما سيطر مركز الضبط الخارجي، وقد كان مركز الضغط الخارجي أكثر عند الذكور. (قلجة،2015،104).

3- دراسة "وودو" وآخرون(Wood.etal2009)، وعنوانها موضع الضبط والنجاح الأكاديمي على عينة من المتنوعين عرقيا، على عينة بلغ قوامها(106)،من طلاب كلية التمريض في بعض الجامعات الكبيرة، بواقع (16) من الذكور و(90) من الإيئات، وتوصلوا في دراستهم، أن طلاب التحكم الخارجي كانوا اقل في المستوى الدراسي ،وتميز طلاب التحكم الداخلي بوجود استراتيجيات النجاح الأكاديمي وحتى علاقتهم الاجتماعية كانت جيدة. (العفاري،2011،65) .

ب- الدراسات العربية:

1- دراسة صفاء الأعسر(1978) عنوانها بعض التغيرات المرتبطة بالتحكم(الداخلي الخارجي)

هدفت هذه الدراسة لمعرفة بعض التغيرات المرتبطة بالتحكم(الداخلي الخارجي) لدى الطلبة الجامعيين،حيث أثبتت الدراسة أن هناك علاقة دالة موجبة بين التحكم الداخلي والتحصيل الدراسي وان هناك علاقة دالة موجبة بين التحكم الداخلي والتوافق النفسي الاجتماعي، مستخدمة في ذلك اختبار مركز التحكم ،ودرجات الطلاب في التحصيل الدراسي، ومقياس "روتر" لتكميل الجمل للتوافق النفسي الاجتماعي، وذلك على عينة قدرها (160) طالبة ممن

يدرسون بمراحل التعليم الجامعي والثانوي وأوضحت أن القطريات أكثر تحكماً داخلياً وأكثر توافقاً من غير القطريات، وأن الأفراد الأكثر توافقاً كانوا يتجهون نحو التحكم الداخلي. (أمال، 2010، 41).

2- دراسة رجب على شعبان (1985) قام بدراسة على عينة مكونة من (137) طالبا و(98) طالبة بكلية التربية بالفيوم، والتي تهدف إلى تحديد العلاقة بين وجهة الضبط والتوافق النفسي، وأظهرت نتائج الدراسة، أن الذكور اتجهوا إلى الداخل أكثر من الإناث على متصل الضبط (الداخلي الخارجي)، وكان الطلاب أكثر توافقاً أكثر اتجاهها إلى الداخل. (بوزيد، 2009، 13).

3- دراسة محمود عوض (1994) تهدف لدراسة العلاقة بين مفهوم الذات ومركز التحكم لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم على عينة من صف الرابعة ابتدائي، ب حيث كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في وجهة الضبط. (بوزيد، 2009، 13).

4- دراسة هيردي وعادل (1996) تهدف لمعرفة العلاقة بين الضبط وأساليب مواجهة المشكلات، ومعرفة الفروق بين الجنسين في أساليب مواجهة المشكلات، على عينة مكونة من (235) طالبا وطالبة في المرحلة الجامعية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أصحاب وجهة الضبط الخارجية من الذكور أكثر لجوءاً لأسلوب الهروب والتمركز على الانفعال، وأن ذوات الضبط الخارجي من الإناث أكثر لجوءاً لأساليب (التقبل، الاستسلام، الهروب، التمرکز على الانفعال)، مقارنة بذوات الضبط الداخلي، حيث لجأن إلى أساليب مواجهة المشكلات وأساليب الدعم الاجتماعي، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث من أصحاب وجهة الضبط الداخلية في أساليب مواجهة المشكلات. (مرزاق، 2009، 17).

التعقيب على الدراسات السابقة:

بالنسبة للدراسات المتعلقة بجودة الحياة:

من خلال ما تم عرضه في الدراسات السابقة الأجنبية والعربية لجودة الحياة، وفي حدود اطلاع الطالب الباحث يتضح عدم وجود دراسة تناولت العلاقة بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين، في حين ركزت أغلب الدراسات على دراسة العلاقة بين جودة الحياة وبعض المتغيرات الأخرى مثل، الرضاء عن الحياة، الصحة النفسية،

العلاقات الاجتماعية، الضغوط النفسية، مفهوم الذات، وكذا علاقتها بالسن والجنس،، وبما أن هذه الدراسات تدرس العلاقة بين المتغيرات فقد تم الاعتماد على المنهج الارتباطي، ومن ناحية مجتمع الدراسة نجد بأن مجموع الدراسات السابق ذكرها تتلاءم مع مجتمعات الدراسة حسب الموضوع والذي تمثل معظمها في: طلبة الجامعات وكذا طلبة المدارس الثانوية، فئة الشباب، أما عن عينة الدراسة فكان إختيارها مختلفا ومتفاوتا كل على حسب الدراسة. أما الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة نجد أن كل دراسة تناولت الوسائل التي تتناسب معها، حيث تم الاعتماد على عدة من أساليب إحصائية منها، المتوسطات الحسابية النسبية، ومعامل ألفا كرونباخ، ومعامل الثبات بطريقة التجزئة النسبية، ومعامل ارتباط (بيرسون) ، ومعادلة (سييرمان براون)، واختبار ت (T-Test)، واختبار تحليل التباين الأحادي (Onaway ANOVA)، وقد تم الاعتماد على مجموعة من المقاييس منها مقياس، مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس الضغوط النفسية، ومقاييس الشخصية المختارة.

بالنسبة للدراسات المتعلقة بمصدر الضبط النفسي:

من خلال ما تم عرضه في الدراسات السابقة الأجنبية والعربية لمصدر الضبط النفسي، وفي حدود اطلاع الطالب الباحث يتضح عدم وجود دراسة تناولت العلاقة بين جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي ، في حين ركزت اغلب الدراسات على دراسة العلاقة بين مصدر الضبط النفسي وعلاقته بالعديد من المتغيرات النفسية الأخرى مثل، الذكاء، والتحصيل الأكاديمي، وقلق الاختبار، والنجاح الأكاديمي، والتحصيل الدراسي، والتوافق النفسي، مفهوم الذات، وأساليب مواجهة المشكلات، وبما أن جل هذه الدراسات تدرس العلاقة بين المتغيرات فقد تم الاعتماد على المنهج الارتباطي لدراسة العلاقة بين المتغيرات الدراسية، ومن ناحية المجتمع الأصلي للدراسة نجد بأن مجموعة الدراسات السالفة الذكر تتلاءم مع مجتمعات الدراسة حسب الموضوع والذي تمثل معظمها في: طلبة الجامعات، وكذا طلبة المدارس الثانوية، والمدارس الابتدائية، أما عن عينة الدراسة فوقع إختيارها مختلفا ومتفاوتا كل على حسب الدراسة التي تمثلها والتي تنسب إليها.

أما الأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة والموظفة في معظم الدراسات السابقة نجد أن كل دراسة تناولت الوسائل التي تتناسب معها حيث تم الاعتماد على، إختبار "بيبودي" اللغوي (NAWIKI STRIKLAND LOCUS OF CONTROLS SCALE)، ومقياس "توبيكي"

و"ستريكالاند" لمركز الضبط ، واختبار المدى الواسع ، اختبار مركز التحكم ، ومقياس " روتر" لتكميل الجمل للتوافق النفسي الاجتماعي، كما تم الإعتماد على مجموعة من المقاييس، منها ، مقياس مركز الضبط ، ومقياس مركز التحكم ، اختبار "بيبودي"، ومقياس "نويكي" لمركز الضبط.

الفصل الثاني: جودة الحياة

تمهيد

أولاً: التطور التاريخي لجودة الحياة

ثانياً: تعريف جودة الحياة

ثالثاً: مبادئ جودة الحياة

رابعاً: أبعاد جودة الحياة

خامساً: مكونات جودة الحياة

سادساً: مقومات قياس الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف

وتفسير جودة الحياة

سابعاً: كيفية الوصول لتحقيق جودة الحياة

ثامناً: معوقات تحقيق جودة الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر مفهوم جودة الحياة التطور الأحدث في قضية شغلت البشرية منذ القدم تحت مسميات متعددة، حيث لم يظهر بمحض الصدفة وإنما كان ظهوره عبر الزمن، وامتدادا للجهود السابقة في علوم أخرى غير علم النفس، فقد أشار "لامبيري" وآخرون (Lambiri, & al) إلى تزايد الاهتمام بمفهوم جودة الحياة في المجالات الاقتصادية والاجتماعية على مستوى البحث النظري الميداني وخاصة علم الاجتماع والاقتصاد الحضري نتيجة تأثير جودة الحياة على التنافسية ومعدلات الرفاهية، وقد ازداد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين.

وبناء على هذا التطور يتضح أن الجودة أصبحت ضرورة ومطلب أساسي في عالم اليوم، ومن هذا المنطلق اكتسبت دراسة مفهوم جودة الحياة من المنظور النفسي أهمية كبيرة نتيجة إدراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار لحقيقة أن الحياة لا تقاس بالأرقام والإحصائيات، وإنما هي في حقيقتها استجابات، فالزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسن مستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية لا يؤدي بالضرورة إلى إشباع حاجاته المتنوعة وإرضاء طموحاته الشخصية وكذلك تأكيد قيمه الإنسانية.

اولا- التطور التاريخي لجودة الحياة:

من الناحية التاريخية أول استخدام لمصطلح جودة الحياة ظهر في الفلسفة الإغريقية ، وافترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي تحقق حياة سعيدة ، وفي العصر الحديث اقترح أعضاء من منظمة الصحة العالمية مفهوماً ضمناً لجودة الحياة ، وتوجه هذا المفهوم إلى الرعاية الصحية عندما تم تعريف الصحة بأنها حالة صحية جيدة تشمل الجوانب الفسيولوجية والعقلية والاجتماعية وليس بالضرورة غياب المرض وبقي هذا المصطلح حتى عام (1978) ، حيث وسعت المنظمة المصطلح، وأوضحت للأفراد الحق في الرعاية النفسية وجودة حياة كافية ، وذلك طبعاً بالإضافة إلى الرعاية الفسيولوجية. وفي العام (1975) بدأ استخدام مصطلح جودة الحياة، وأصبح جزءاً من المصطلحات الطبية المستخدمة، وبدأ استخدامه بصورة منهجية ومنظمة في أوائل الثمانينيات، عندما تم استخدام هذا المصطلح مع مرضى الأورام ، لما واجه الأطباء مشكلة بأن العلاج لمرضى السرطان ذو تكلفة دفع عالية، وذلك بغرض زيادة المدى المتوقع لعمر هؤلاء المرضى . وتستخدم لتعكس مدى الاحترام المتزايد للأهمية كيفية شعور المريض ورضاه عن الخدمات الصحية المقدمة ، بجانب النظرة التقليدية التي تتركز عن نتائج المرض. (كريمة، 2015، 18).

ثانيا- تعريف جودة الحياة:

اختلف الباحثون على اختلاف تخصصاتهم واهتماماتهم البحثية حول مفهوم جودة الحياة وتعددت المؤشرات التي أشار إليها الباحثون لجودة الحياة ما بين مؤشرات موضوعية وأخرى ذاتية ولقد أشار العديد من الباحثين إلى صعوبة وضع تعريف محدد لجودة الحياة وعلى الرغم من أن جودة الحياة مفهوم شائع إلا أنه لا يزال غير واضح وتحتوي أدبيات البحث على تعريفات عديدة لجودة الحياة منها.

2-1 - من حيث المعنى اللغوي:

الجودة في أصل اللغة العربية من الفعل "جود" أي شيء جيد والجمع جياذ وجياذ بالهمزة، ومنها أجاد الشيء أي أحسنه و"جوده تجويداً"، أي قدمه على أكمل وأحسن وجه ممكن. (حرطاني و ايزدي، 2016، 34).

2-2 - من حيث المعنى الاصطلاحي:

تعرف منظمة الصحة العالمية (WHO QoI 1995): جودة الحياة على أنها إدراك الفرد لمركزه في الحياة في سياق الثقافة، ونسق القيم الذي يعيش فيه وفي علاقته ذلك بأهدافه وتوقعاته واهتماماته، وهو مفهوم واسع ويتأثر بطريقة معقدة بصحة الفرد الجسمية، وحالته النفسية، وعلاقاته الاجتماعية، وعلاقته بالجوانب المهمة في البيئة التي يعيش فيها. (محمود و الجمالي، 2010، 69).

في حين يرى كل من عبد الفتاح وحسين (2006): جودة الحياة على أنها الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة والإحساس بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه. (أبو يونس، 2013، 65).

كما يعرف الشربيني (2007) : جودة الحياة على أنها شعور الفرد بالهناء الشخصي في مجالات حياته تعد هامة بالنسبة له في سياق الثقافة، ومنظومة القيم التي ينتمي إليها عند مستوي يتسق مع أهدافه واهتماماته وتوقعاته. (العجوري، 2013، 39). ويشير العادلي (2006) : لجودة الحياة على أنها شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية، مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه. (إبراهيم، 2013، 337).

وعليه يرى الكافي (1990) :جودة الحياة على أنها حالة من المرح والهناء والرضا والإشباع، وهي تنشأ من إشباع الدوافع وتستمر إلى مستوى الرضا النفسي. (راضي، ب س، 697)

كما عرف "روجان" (Taylor & Bogdan 1990) :جودة الحياة بأنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة. (الحاجان و ادم، 2014، 352).

في حين يعرف كل من منسي وكاظم: جودة الحياة على أنها شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية، مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه. (أحمد، 2015، 205).

كما يعرف كل من "هانشيزوم" و"كانا كواك" (hassium&Kanagawa 2001): جودة الحياة بأنها هي درجة شعور الفرد بالسعادة النفسية الناتجة من رضاه بظروف حياته اليومية. (مبارك، ب س، 720).

أما "ليمان" (1998): فيعرف جودة الحياة بأنها الإحساس بالرفاهية والرضا التي يشعر بها الفرد في ضل ظروفه الحالية. (الهنداوي، 34، 2011).

ويعرف "géode" (1994) جودة الحياة على أنها الدرجة التي يستمتع بها الفرد بالإمكانات ذات الأهمية المتاحة له في حياته، وذلك في ثلاثة مجالات حياتية وهي الأسرة، العمل، الصحة. (أبو يونس، 65، 2013).

ويذكر كل من "بجي" و"لاندي" (Peggy Lynda) : جودة الحياة على أنها تعبير الفرد عن السعادة والرضا عن الحياة، وما يحمله من تقدير لذاته وما يضيفه من معنى للحياة. (الفزي، 34، 2015).

وبناء على ماسبق ،يمكن القول أن جودة الحياة تعني شعور الفرد بالسعادة والرضا والطمأنينة والراحة النفسية والهناء الشخصي، وقدرته على إشباع حاجات ومتطلبات حياته الأساسية من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي توفر له في المجالات، الصحية، النفسية، والاجتماعية، والتعليمية، وذلك مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

ثالثاً - مبادئ جودة الحياة:

فقد أوضحت "جودي" (Goode 1990): بأن جودة الحياة تعتمد على مجموعة من المبادئ منها:

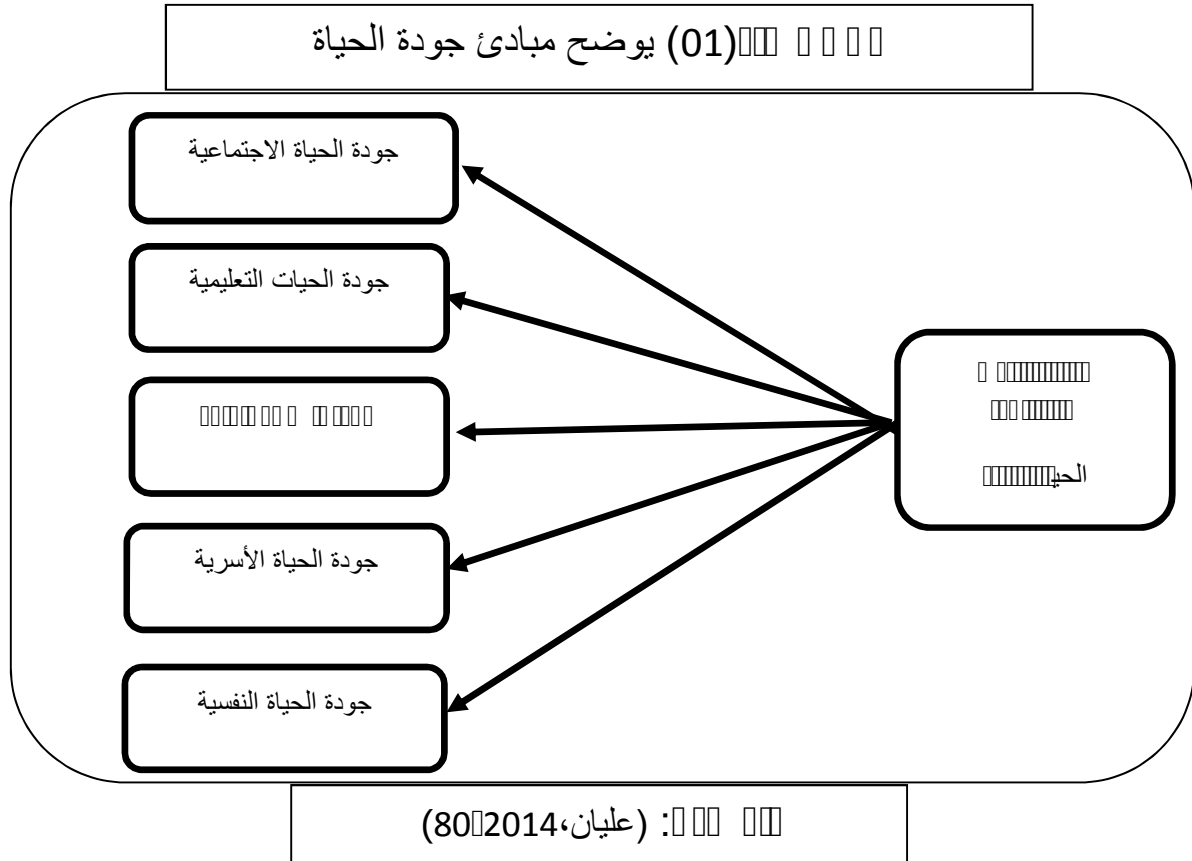
* أن جودة الحياة مرتبطة بمجموعة من الاحتياجات الرئيسية للإنسان، وبمدى قدرته على تحقيق أهدافه في الحياة.

* أن معاني جودة الحياة تختلف باختلاف وجهات النظر الإنسانية، بمعنى أنها تختلف من شخص إلى آخر، ومن عائلة إلى أخرى، ومن شخص مهني إلى آخر.

* أن مفهوم جودة الحياة لها علاقة وطيدة ومباشرة في البيئة التي يعيش فيها هذا الإنسان أو ذاك الإنسان.

* أن مفهوم جودة الحياة يعكس التراث الثقافي للإنسان والأشخاص المحيطين به. (ابو شمالة، 20، 2016).

والشكل الموالي يوضح ذلك:



رابعاً - أبعاد جودة الحياة:

ينظر إلى (جودة الحياة): على أنها تراكيب متعددة الأبعاد وقد اعترف الباحثون الذين حاولوا إجراء قراءة شاملة حول متغير جودة الحياة، بأنها متغير الأبعاد والملاحم وغامض التفاصيل ويرجع ذلك إلى تعدد المجالات التي تستخدمه، وهذه الطفرة الأخيرة والحديثة نسبياً 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.

(السويركي، 2013، 66)

وحسب "كاورل رايف" (1995) أن جودة الحياة تتضمن الأبعاد التالية (أمال، 2014، 81):

4-1- جودة الحياة النفسية:

تتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب والتوافق مع المرض والشعور بالسعادة والرضا.

4-2- جودة الحياة الاجتماعية:

وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلاً عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية. (كريمة، 2014، 19).

4-3- جودة الحياة الموضوعية:

تتضمن مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر وهي:
الصحة البدنية ، العلاقات الاجتماعية ، الأنشطة المجتمعية، العمل، فلسفة الحياة،
وقت الفراغ ، مستوى المعيشة، العلاقات الأسرية، الصحة النفسية، التعليم.
(العقبى،2010،34).

4-4- جودة الحياة الذاتية:

ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة، وشعور الفرد بجودة حياته، و شعور
الشخص بالسعادة. (سحبان،2015،16).

خامسا - مكونات جودة الحياة:

أما "كيت" و"هيل" (Heal & Keith) : فقد توصلا في دراستهما لتحديد مفاهيم جودة
الحياة عبر الثقافات المختلفة إلى عشرة مكونات لجودة الحياة وهي:
الأمن الاقتصادي (Economic control).
الاحتواء الاجتماعي (social inclusion).
الضبط الفردي (Individual control).
النضج والنمو (Growth & development).
البيئة (Environment).
الحقوق (Rights).
العلاقات (Relations).
الخصوصية (Privacy).
الرضا (satisfaction).
الصحة (Health).
(عليان،2014،84).

ويضيف "جود" (Goode 1994): أربعة عوامل أساسية في تشكيل جودة الحياة وهي:
حاجات الفرد (الحب، والتقبل، والجنس، والصداقة، والصحة، والأمن).
التوقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه الفرد.
المصادر المتاحة للإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعيا.
النسيج البيئي المرتبط بإشباع هذه الحاجات (سليمان،2009،46).

سادسا - مقومات جودة الحياة:

وفق منظور منظمة الصحة العالمية يوجد هنالك عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات
جودة الحياة وهي كالآتي:

6-1- الصحة الجسدية: القدرة على القيام بوظائف الجسم الدينامكية، والحالة المثلى
للياقة البدنية.

6-2- الصحة النفسية: القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب أو تردد.

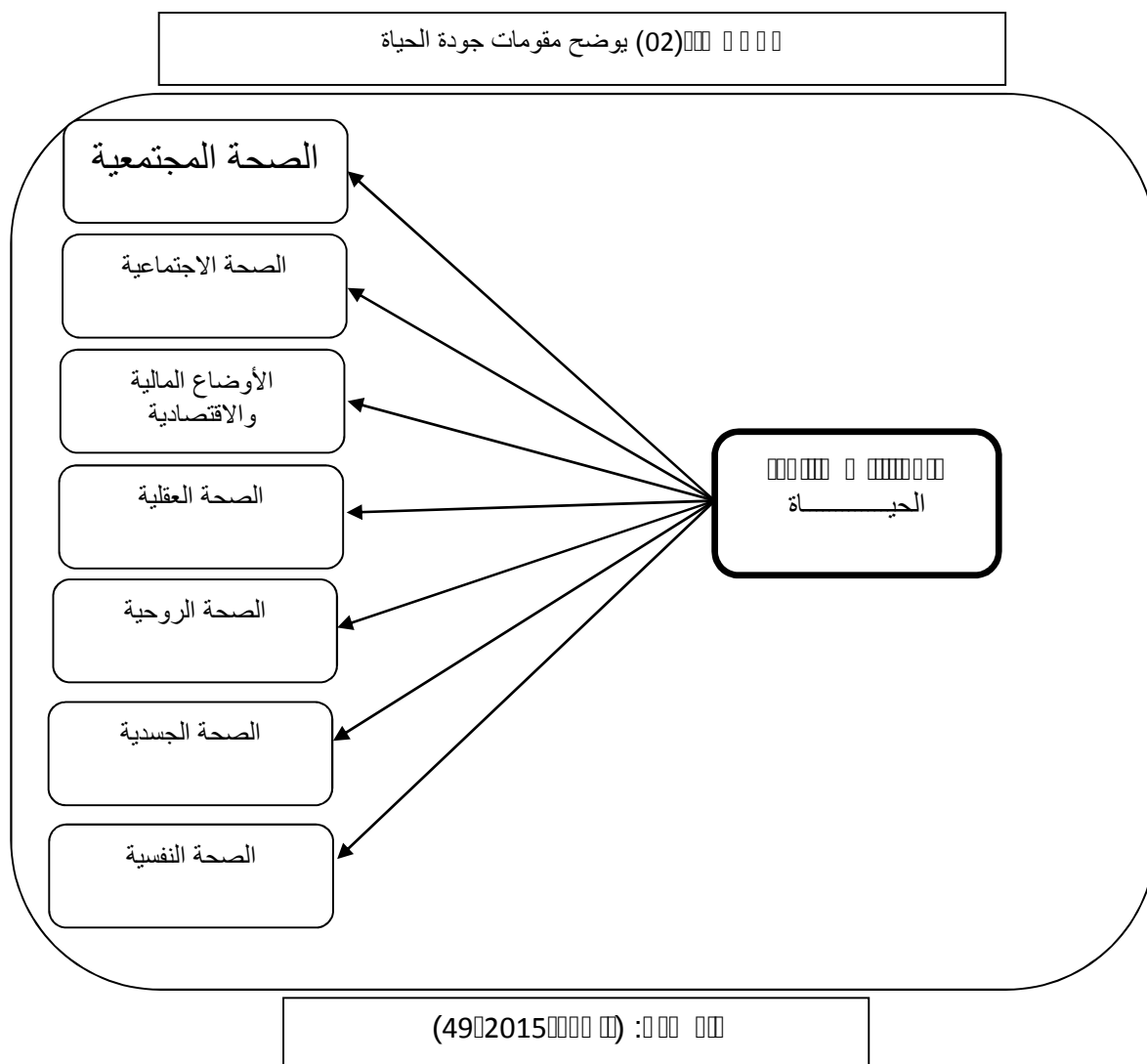
6-3- الصحة الروحية: وهي صحة تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للحصول على سلامة النفس.

6-4- الصحة العقلية: وهي صحة تتعلق بالتفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية، والقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها.

6-5- الصحة المجتمعية: وهي القدرة على إقامة العلاقة مع كل ما يحيط بالفرد من مادة وأشخاص وقوانين وأنظمة.

6-6- الأوضاع المالية والاقتصادية: والتي عليها يحدد كل شخص ما هو الشيء بالنسبة له والذي يحقق سعادته. (فاطمة، 2015، 48).

الشكل الموالي يوضح مقومات جودة الحياة



سابعا - قياس جودة الحياة:

لقد أصبح تصميم مقياس لمتغير لجودة الحياة في البحوث الإكلينيكية مهمة أساسية بالنسبة للكثير من الباحثين في هذا المجال، وذلك بسبب التنوع في السياقات التي يستخدم فيها هذا المفهوم وفي هذا الصدد يشير منسي وكاظم (2006) ، بأن القياس الجيد لجودة الحياة يتوقف على الوصف الدقيق للحياة الجيدة والتعرف على مستويات الجودة ومن هذه المقاييس ما يلي:

7-1- القياس العالمي:

وصمم أسلوبه العام من أجل قياس جودة الحياة بصورة متكاملة وشاملة، وهذا قد يكون سؤالاً وحيداً يتم سؤاله للشخص لحساب مقياس جودة الحياة بصورة عامه له مثل مقياس "فلانجان" لجودة الحياة الذي يسأل الناس عن رضاهم عن (15) مجالا من مجالات الحياة. (الهمص، 2010، 50)

7-2- مقياس منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة (1997) :

وهو يتكون من (28) مفردة والاستجابة من خمس نقاط وفقا لمقياس "ليكرت" (likert) ويركز هذا المقياس على جملة من الأبعاد متمثلة فيما يلي: وهي التي تقيس جودة الحياة العامة في المجالات البدنية، الاستقلال، الوظائف النفسية، العلاقات الاجتماعية، المجال البيئي لجودة الحياة، وهو يعتمد على القبول والرفض، وتتراوح درجات المقياس من (28) إلى (148) وتشير الدرجات المرتفعة إلى جودة حياة مرتفعة. (العروقي، 2015، 37)

7-3- مقياس جودة الحياة "لفريش" (1992) (frisch) :

هو يقيس الرضا عن الحياة (جودة الحياة) : ويتضمن مقاييس الجودة الذاتية الذي يغطي (17) مجال للحياة مثل العمل الصحة وقت الفراغ والعلاقات مع الأصدقاء والأبناء ومستوى المعيشة وفلسفة الحياة والعلاقات مع الأقارب والجيران حيث يطلب من الفرد تقدير الرضا في مجال معين من الحياة وكذلك كقيمة أو أهمية ذلك المجال بالنسبة للسعادة العامة للفرد. (أمينة، 2014، 33).

7-4) مقياس تقييم جودة الحياة "لهوثورن" (1999) (Hawthorne) :

وهو يتكون من (15) مفردة تقيس خمسة أبعاد لجودة الحياة المرتبطة بالصحة وهي، الأمراض العيش، العلاقات الاجتماعية، النواحي الجسمية، السعادة النفسية. (العروقي، 2015، 38).

7-5- مقياس منسي وكاظم (2006) :

ويركز هذا المقياس على جملة من الأبعاد متمثلة فيما يلي: وهي جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت وإدارته، جودة العواطف (الجانب الوجداني). (العروقي، 2015، 39).

ثامنا - الاتجاهات النظرية المستخدمة في وصف وتفسير جودة الحياة:

8-1- الاتجاه الاجتماعي:

كما يرى الغندور (1999) : بأن أصحاب الاتجاه الاجتماعي يعرفون جودة الحياة من منظور يركز على الأسرة والمجتمع، وعلاقات الأفراد والمتطلبات الحضارية والسكان والدخل والسكن والمتغيرات الاجتماعية الأخرى، وتعتبر منظمة اليونسكو هذا المفهوم شاملا لكل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد وهو يتسع ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية والإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي للفرد عبر تحقيقه لذاته.

ويرى الشرافي (2012) : فيما يتعلق بالاتجاه الاجتماعي، أن جودة الحياة ترتبط بعوامل موضوعية تتصل بالبيئة والمحيط الخارجي الذي يعيش فيه الفرد من ناحية وبمكونات ذاتية تتعلق ذاته من ناحية أخرى. (العروقي، 2015، 33).

8-2- الاتجاه النفسي:

ينظر إلى مفهوم جودة الحياة وفقاً للمنظور النفسي، على أنه البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية.

ومن هنا نستطيع القول بأن جودة الحياة تتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات ، والرضا عن الحياة وإدراك الفرد لقوى ومتطلبات حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية ، وإحساسه بمعنى السعادة وصولاً إلى العيش في حياة متناغمة متوافقة مع جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع. (العروقي، 2015، 34).

8-3- نموذج "فينوهوفن" (Veenhoven 2000) :

وهو نموذج لتفسير جودة الحياة مكون من أربعة مفاهيم مرتبة وهي كالتالي:

فرص الحياة (Life Chance) وتنقسم إلى بعدين أساسيين هما:

*الجودة في البيئة الخارجية (Outer Qualities)، وغالبا مصطلح جودة الحياة والهناء يستخدمان بهذا المعنى.

*الجودة المنبثقة من الداخل (Life Ability)، وهي تشير إلى البيئة الداخلية للفرد من إمكانات وقدرات تمكنه من مجابهة المشكلات الحياتية بطريقة أفضل.

نتائج الحياة (Life Results) تنقسم إلى:

*الفائدة أو المنفعة (Utility of Life): وهي تشير إلى جودة الحياة من خلال المصلحة والتي يمكن الحكم في ضوء قيم الفرد والبيئة، أي استغلال البيئة الخارجية، والتي تميل رؤية الحياة على أنها جيدة.

*تقديم أو تقدير الحياة: وتشير إلى جودة الحياة كما يراها الفرد حيث التقدير الذاتي لها مثل الهناء الشخصي، الرضاء عن الحياة، السعادة. (أبو يونس، 2013، 73).

8-4- نموذج "لاوتن" (1997):

طرح "لاوتن" مفهوم لطبيعة البيئة ليوضح فكرته حول جودة الحياة وهي كالآتي:

إن إدراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بصرطان هما:

8-4-1- الظرف المكاني: أن هنالك تأثير بالبيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لحياته

وطبعا البيئة في الظرف المكاني لها تأثيرات أحدهما مباشر على حياة الفرد كالتأثير على الصحة مثلا، والآخر تأثير غير مباشر إلا انه يحمل تأثيرات ايجابية كرضا الفرد على البيئة التي يعيش فيها.

8-4-2- الظرف الزمني: إن إدراك الفرد لتأثير الطبيعة على جودة حياته يكون أكثر

ايجابيا كلما تقدم في العمر فكلما تقدم الفرد في عمره كلما كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته. (غزير، 2015، 37).

تاسعا - كيفية الوصول لتحقيق جودة الحياة:

ترى مجدي (2009) أنه كي يستطيع الإنسان الشعور بجودة الحياة والوصول إليها،

لابد أن تتضافر وتتوافر مجموعة من العوامل، تتمثل فيما يلي:

9-1- تحقيق الفرد لذاته وتقديرها:

يرى كل من "كورت" و"توراي" (Kurt & Tory 1993) أن السعي وراء تحقيق الذات هو

بمثابة الهدف الأسمى والنهائي للطموح الإنساني، وتشير (مجدي 2009) إلى علاقة تحقيق

الذات بجودة الحياة، فقد قام "فيترسو" (Vitterso 2004) بدراسة السعادة الشخصية مقابل

تحقيق الذات من أجل تنمية جودة الحياة على (264 طالباً) من طلبة المرحلة الثانوية والجامعية، حيث أسفرت نتائج الدراسة، عن وجود علاقة إرتباطية موجبة بين كل من السعادة الشخصية وتحقيق الذات من ناحية، وجودة الحياة من ناحية أخرى، وبذلك فإن على الفرد أن يدرك بأنه يمتلك الطاقات والقدرات، وعليه أن يقدر ذاته ويحترمها وان لا يقلل من قيمة نفسه ويستسلم لها، وعليه أن يعمل جاهداً على تحقيقها، فتحقيق الذات يعتبر بمثابة قمة الشعور والإحساس بالرضا عن الذات، ومن ثم شعوره بجودة الحياة. (الهنداوي، 2011، 42).

9-2- السعادة:

السعادة هي الشعور بالبهجة والاستمتاع باللذة والانشراح والتفاؤل والمتعة، فالسعادة تستمد من الرضا عن العمل الزواج الصحة، القدرة الذاتية، وتحقيق الذات فهي تنعكس على دور الإنسان في حياته كما أنها تساعد الفرد على تقبل ذاته وتحقيقها وإقامة علاقات اجتماعية جيدة. (عليان، 2014، 90).

وتضيف مجدي (2009) على أن الشعور وهو حالة من المرح والهناء والإشباع تنشأ أساساً من خلال إشباع الدوافع ولكنها تسمو إلى مستوى الرضا النفسي، وهي بذلك وجدان يصاحب تحقيق الذات وترى أيضاً أن الشعور بالسعادة يؤثر في صحة الفرد النفسية، والجسمية، كما تتأثر السعادة بأمور عدة أهمها تكامل شخصية، الفرد تقبل الذات، والرضا عن الحياة. (الهنداوي، 2011، 48).

9-3- الوقوف على معنى ايجابيا للحياة:

يعتبر مفهوم معنى الحياة مفهوماً هاماً جداً، ويعتبر "فارنكل" (Frankl 1969) الحياة يجب أن تكون لها معنى تحت كل الظروف، وأن هذا المعنى في حالة دائمة من التغيير إلا أنه يظل موجوداً دائماً ويرى "فارنكل" أن الإنسان يستطيع اكتشاف ذلك المعنى في حياته بثلاث طرق مختلفة وهي كالتالي:

عمل شيء جديد أو القيام بعمل ما.

تجربة خبرات وقيم سامية مثل الخير والحق والجمال.

الالتقاء بإنسان آخر في أوج تفرده الإنساني. (مريم 2014، 100).

9-4- إشباع الحاجات كمكون أساس لنوعية الحياة:

أن البعض قد يرى إن لب موضوع جودة الحياة يكمن في دراسة "ماسلو" عن الحاجات الإنسانية، والنظرة الاقتصادية للمتطلبات الإنسانية، ومن المعلوم أن تصنيف "ماسلو" للحاجات الإنسانية يشتمل على خمسة مستويات متدرجة حسب أولويتها وهذه الحاجات هي: الحاجات الفسيولوجية.

الحاجة للأمن.

الحاجة للمكانة الاجتماعية.

الحاجة للمحبة، كالانتماء.

الحاجة إلي تقدير الذات. (عليان، 87، 2014).

9-5- وجود علاقات اجتماعية ودعم اجتماعي:

إن العلاقات الجيدة تعتبر من أهم مصادر السعادة كأن يكون الفرد متزوجاً زوجة سعيدة، أو له أصدقاء وإن تكون علاقاته جيدة مع أفراد الأسرة والأقارب وزملاء العمل والجيران، وفي دراسة "كوستوليسكي" و"ليمبرسوالتي"، هدفت إلى معرفة تأثير الدعم الاجتماعي من الأسرة على درجات الرضا عن الحياة والرفاهية وتحقيق الذات كأبعاد للصحة النفسية لدى عينة من المراهقين والمراهقات، ودلت النتائج على وجود ارتباط سالب بين الضغوط الأسرية وضغوط الدعم الاجتماعي وبين الرفاهية والرضا عن الحياة، وفي دراسة أجراها وان وآخرون (Wan et al 1996) على مجموعة من الآباء والأمهات توصلوا على أن الدعم الأسري ذي أهمية كبيرة في رضا الفرد عن حياته. (عليان، 2014، 88).

عاشرا - معوقات تحقيق جودة الحياة:

إن إنسان القرن الحالي يعيش في عالم ملئ بالتوترات والمشاحنات، ووسائل التطور والتكنولوجيا الحديثة التي قد تكون أراحت الجسد، ولكنها أثرت بالسلب على العقل والنفس وكثير من الأمراض التي ظهرت حديثاً أو عادت أكثر ضراوة مما كانت عليه.

ويرى (أبو حلاوة 2010) إن من المهم عند وصف مكانم الضعف في جودة الحياة نميز بين الظروف الداخلية والتي يقصد بها الخصائص البدنية، والنفسية، والاجتماعية للفرد، والظروف الخارجية والتي يقصد بها تلك العوامل المرتبطة بتأثيرات الآخرين أو البيئة التي يعيش فيها ذلك الشخص، وتنتضح المعوقات في الظروف الداخلية للمرض والإعاقات والخبرات الحياتية السلبية أما الظروف الخارجية فتنتضح في نقص المساندة الاجتماعية الانفعالية وظروف الحياة أو المعيشة البيئية. (العجوري، 2013، 55).

وبالتالي نلاحظ إن من أهم معوقات جودة الحياة هو عامل الصحة، فهناك علاقة وطيدة بين المرض والحياة نفسها، وبالتالي هناك علاقة أكيدة بين ما يعنيه الفرد من مشكلات صحية أو مشكلات اجتماعية تنعكس بدورها علي الحالة الصحية وبين مدى شعور الفرد بجودة حياته(سليمان،2009،47).

خلاصة الفصل:

وفي خلاصة لما تم ذكره نستنتج أن جودة الحياة هي درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته، من الأبعاد النفسية، والعقلية، والاجتماعية، والثقافية، والرياضية، والجسمية، والتحسين لمواجهة الأزمات والضغوطات والصعوبات التي تواجه الأفراد و التغلب عليها والقدرة على التكيف مع المحيط الخارجي والعيش بسلام والتطلع للمستقبل والنظرة التفاؤلية للحياة، والاستمتاع بالظروف المحيطة به والنظرة الإيجابية لها.

الفصل الثالث: مركز الضبط النفسي.

تمهيد:

أولاً: التطور التاريخي لمفهوم وجهة الضبط

ثانياً: تعريف مركز الضبط

ثالثاً: فئتي مركز الضبط.

رابعاً: خصائص مركز الضبط.

خامساً: مصادر مركز الضبط.

سادساً: أبعاد مركز الضبط.

سابعاً: تنمية مركز الضبط.

ثامناً: مركز الضبط وعلاقته ببعض المتغيرات.

تاسعاً: العوامل المؤثرة في مركز الضبط.

عاشراً: مركز الضبط في المجال الدراسي.

إحدى عشر: نظريات مركز الضبط.

اثناً عشر: قياس مركز الضبط.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

إن الفرد بحكم طبيعته الشخصية وما تحمله من جوانب نفسية وجسمية واجتماعية وبحكم اتجاهاته المختلفة وقيمه ودوافعه يسعى دائما إلى محاولة الضبط والتحكم في تتبعات كل هته الجوانب هذا من جهة، والتحكم في البيئة المحيطة به من جهة أخرى، لكن نجد من يحقق هذه السيطرة والتحكم والضبط واتخاذ كل المسؤوليات اتجاه المواقف الصادرة عنه، كما نجد من لا يحقق هذه السيطرة وهذا ما يسمى بمركز الضبط. فمفهوم وجهة الضبط يعتبر من المفاهيم الحديثة نسبيا في مجال علم النفس، و التي خضعت إلى الكثير من الأبحاث، وهو يعد من أحد المفاهيم الهامة التي انبثقت عن نظرية التعلم الاجتماعي "لجوليات روتر" ولقد نشأت هذه النظرية من التراث النظري لكل من نظرية التعلم و نظرية الشخصية، حيث تبحث هذه النظرية في السلوك المعقد للإفراد في مختلف المواقف الاجتماعية المعقدة.

اولا - التطور التاريخي لمفهوم وجهة الضبط:

لقد كانت نشأة نظرية وجهة الضبط و التحكم الإنساني على يد العالم وينر سنة (Weiner 1979) بعد الحرب العالمية الثانية على الجنود الأمريكيين لتدريبهم على استخدام العقول الإلكترونية المعقدة، ولاحظ وينر أن هناك شباها بين الضبط الإنساني و الضبط الآلي، فالإنسان يمتلك آلة يستخدمها في التحكم والضبط الذاتي لسلوكه، ويقصد بالآلة "الجهاز العصبي" فهو يمثل جهاز الضبط أو التحكم الذاتي، ويتمتع هذا الجهاز بالمرونة والقدرة على تغيير أنماط الضبط الذاتي لسلوك الفرد ويعمل على تنظيم الاستجابة عن طريق الفروق بين النشاط الصادر عنه و بين الهدف المراد الوصول إليه.

وفي أواخر الأربعينات وأوائل الستينيات من القرن الماضي قام "روتر" (Rotter) بتنفيذ العديد من الأبحاث الضرورية لإرساء دعائم وجهة نظره في التعليم الاجتماعي، وتوجهت هذه الأبحاث بنشره كتاب في التعلم الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي في عام 1954، وفي عقد الستينات كرس "روتر" (Rotter) نفسه لتقصي و توضيح و تطبيق نظريته في مجالات متعددة، وتوج هذه الفترة بنشره لكتاب تطبيقات لنظرية التعلم الاجتماعي في الشخصية.

وفي عقد السبعينات وكنتيجة لانطلاق حركة الحقوق المدنية و الحرب الفيتنامية تجلى كتيب "روتر" (Rotter) الخاص بالضبط الداخلي و الخارجي، و الذي أعده في عام (1966)

الأمر الذي أدى إلى أن أصبح هذا المفهوم من أكثر مفاهيم علم النفس خضوعاً للبحث الواسع ، سواء داخل الولايات المتحدة أو خارجها. (زليخة، 2015، 60).

ثانياً - تعريف مركز الضبط:

يعد مركز الضبط ، من السمات الشخصية التي حظيت باهتمام الباحثين والدارسين في مجال علم النفس وعلوم التربية ولا سيما في الآونة الأخيرة إذ تبين ما لهذه السمة قدرة على التنبؤ بدوافع الفرد وآرائه وسلوكه في مواقف الحياة المتباينة ،الدراسية منها والاجتماعية، بإعتباره بعد مهم من أبعاد الشخصية، والذي يساعد في فهم سلوك الأفراد. (ضيف، 2015، 15).

2-1- من حيث المعنى اللغوي لمركز الضبط:

وهو لزوم الشيء وحبسه قال الليث: الضبط لزوم الشيء لا يفارقه في كل شيء، وضبط الشيء حفظه بالحزم. (عبد قلجة، 2015، 28).

2-2- من حيث المعنى الاصطلاحي لمركز الضبط:

يعرف "سبرينثال" و "سبرينثال" (Sprinthal & Sprinthal 1994) مركز الضبط: بأنه عبارة على مفهوم نفسي يتحدد بنمط السيطرة الشخصية للفرد، فعندما يكون نمط السيطرة الداخلية يرى الأفراد أنهم المسيطرون على أنفسهم والأحداث التي تقع لهم، وعندها يكون نمط السيطرة خارجياً يشعر الفرد أن عوامل خارجية هي التي تتحكم بالأحداث وأنها تحدد حركتهم. (الجحيشي و إبراهيم، ب س، ص 05).

في حيث يرى (Maria Rupp 1974): بأن مركز الضبط: بأنه اعتقاد في سمات الفرد الشخصية وهو الذي يحدد التدعيمات، فإذا اعتقد الفرد أن صفاته و سماته الشخصية هي التي لها القدرة على التأثير في الأحداث الهامة في حياته، يكون ذا تحكم داخلي، أما إذا نسب التدعيم إلى الحظ أو الصدقة، مثل الحوادث المفاجئة، فيكون ذا تحكم خارجي.

(بلوم وحلاسة، 2016، 33)

وكما يعرف الجحيشي (2004) مركز الضبط: بأنه أسلوب وطريقة معرفية يعمم على وفقها الفرد التوقعات والاعتقادات وعمليات الإدراك عبر المواقف الحياتية المختلفة بما يتناسب مع ميله وتوجيهاته في تفسير الأحداث. (شهاب، 2010، 11)

ويشير "كونولي" (Connolly 1980) لتعريفه لمركز الضبط بأنه: بناء من بنى الشخصية يعكس اعتقاد الشخص أو إدراكه بالقوى المسيطرة على السلوك ، وكذلك على

حوادث الحياة ، ويؤدي إلى نشوء توقع لدى الشخص يتعلق بمدى إمكانيته بالسيطرة على حوادث الحياة.(سكر، ب س،71).

أما "ليفكورت" (Lefcourt1976) فيعرف مركز الضبط بأنه: اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة يسمح ذلك له بالاستمرار على قيد الحياة دون قهر ويتمتع بحياته ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة التي يعيش فيها.(منصور و نبيلة،2012،25).

في حين يذكر محمد محمود(2002): بأن وجهة الضبط تشير إلى فئتين من الأفراد كما يلي :عندما يدرك فرد ما أن التدعيم الذي يلي أفعاله وتصرفاته الشخصية باعتباره أمرا مستقلا وغير متسق بصورة دائمة مع تصرفاته، فإنما يدركه كنتيجة للحظ و الصدفة، وعندما يفسر الفرد الحدث بهذه الطريقة نقول أن لديه اعتقادا في الضبط الخارجي، أما إذا كان إدراك الفرد أن الأحداث تقع بصورة متسقة مع سلوكه الشخصي ففي هذه الحالة يكون لدى الفرد اعتقادا في الضبط الداخلي. (احمان،2012،206).

في حين نجد "لينش شيرلي" (2002) يعرف مركز الضبط: على انه مفهوم يشير إلى التوقعات الفردية العامة المتعلقة بالأحداث الخارجية. (أبو الهدى،2011،699).

أما رجاء الخطيب(1990) فتعرف مركز الضبط بأنه: إدراك لمصدر المسؤولية عن النتائج والأحداث بل هي مسؤولية يأخذ الفرد على عاتقه فيها مسؤولية النجاح أو الفشل نتيجة جهوده الخاصة وقدرته الشخصية، أم أنها مسؤولية خارجية تخرج عن نطاق الفرد. (أسمهان،2009،19).

أما فارس (phares1976) فيعرف مركز الضبط: على انه مدى إدراك الفرد للنتائج التي يحصل عليها، فإذا ادرك الفرد أن هذه النتائج تعود إلى الحظ أو الصدفة فإنه في هذه الحالة يكون ذا موضع ذا تحكم خارجي، أما إذا ادرك الفرد أن نتائج المهمة التي يقوم بيها تعتمد على مدى انجازه فإنه في هذه الحالة يكون ذا موضع تحكم داخلي. (الرشيدي،2008،16).

ويعرف البدران مركز الضبط :بأنه قدرة الفرد وسيطرته على الطريقة التي يدرك فيها العوامل التي سببت نجاحه أو فشله وإخفاقه في اتخاذ قرار معين في السيطرة على الموقف متحكماً بما يجري ومعتمداً على خصائصه الشخصية (الداخلية) كالقدرة والقابلية، أو ظروف خارجية كالخطأ والصدفة والقدر. (شريف و البدران،2015،296)

ثالثا - فئتي مركز الضبط:

ينقسم مفهوم مركز الضبط إلى فئتين: فئة الضبط الداخلي و فئة الضبط الخارجي، وفيما يلي توضيحا لفئتي مركز الضبط:

3-1- فئة الضبط الداخلي:

ويقصد به إدراك الفرد للتدعيم على أنه يتبع بعض السلوكات الصادرة منه وأنه يعتمد على سلوكه أو مواصفاته الثابتة. (عبد قلجة، 2015، 39).

حيث ترى أمال عبد السميع إياضه (1990) إذا استشعر الفرد أو أدرك العلاقة السببية بين الأفعال والنتائج التي تم عليها (التدعيم) وأن هذه الأفعال والأحداث تقع متسقة مع قدراته وسلوكه الشخصي أو سماته المميزة والدائمة يسمى هذا الاعتقاد في الضبط الداخلي. ويشير "روتر" إلى أن الضبط الداخلي يصف الفرد الذي يعتقد في موقف نوعي محدد أو في طبقة أو مجموعة من المواقف بأن ما قد حدث ، أو ما يحدث الآن أو ما سيحدث مستقبلا مرتبطا ارتباطا مباشرا بما قد يقع ، أو ما يقع الآن ، أو سيفعل في هذه المواقف. (العقبى، 2015، 19).

ويرى "رونر" وآخرون (rohner & et al) بأن مصدر الضبط الداخلي يرتبط بالاعتقاد بأن الفرد لديه القدرة على ما في الأفعال والأحداث في حياته الشخصية (عبد قلجة، 2015، 39).

3-2- فئة الضبط الخارجي:

ويقصد به إدراك الفرد للتدعيم على أنه يتبع بعض السلوكات الصادرة منه ولكن لا يعتمد كليا على سلوكه بل يعتمد على الحظ والصدفة أو القدر، أو كأنه تحت حكم آخرين أقوى أو كأنه لا يمكن التنبؤ به، بسبب التعقيد الشديد للقوى المحيطة به . (عبد قلجة، 2015، 40).

ويرى "روتر" أن فئة الضبط الخارجي هو اعتقاد الفرد بأن ما سيحدث له في مواقف معينة ليس مرتبطا بما يفعل في هذه المواقف بل مرتبط بأنه محظوظ وللان القدر بجانبه أو بسبب تدخل أشخاص ذوي نفوذ أو تأثير أو لهذه الأشياء جميعا. (العقبى، 2015، 20).

وبحيث يرى كل من "أسكيفس" و "لهيرو" بأن فئة الضبط الخارجي في التحكم يعتقدون أن الأحداث التي يعيشونها ليست نتيجة سلوكهم وخصوصياتهم الذاتية بل نتيجة للصدفة، القدر، والحظ وآخرين أقوى منهم، ونتيجة عوامل وقوى أخرى تتعدى تحكمهم.

رابعا - خصائص مركز الضبط:

يعد اختلاف الأفراد في مدى اعتقادهم بقدرتهم على التحكم في الأحداث و مدى تحملهم للمسؤولية اتجاهها سواء كانت الأحداث ناجحة أو فاشلة فإن ذلك لابد أن يعكس فروقا هامة في أنماط السلوك الإنساني.

فلقد أجريت دراسات مختلفة على مركز الضبط وعلاقته بمتغيرات شخصية متعددة، وقد اتفقت في مجملها على تميز ذوي مركز الضبط الداخلي بخصائص إيجابية مقارنة بذوي مركز الضبط الخارجي.

ومن هذه الدراسات، نذكر دراسة (Severance Scott and 1975) التي أسفرت نتائجها على أن مركز الضبط الخارجي أكثر عرضة للإصابة بالوساوس المرضية والكآبة والانطواء، ولديهم شعور بالتشاؤم نحو المستقبل. (العفاري، 2011، 19).

ولقد أشار كل من "Strof & Hountras" أن من خصائص ذوي الضبط الخارجي انعدام الثقة، التوقعات المنخفضة للنجاح، والتمركز حول الذات. (تتائية، 2009، 11). وعلى العموم، يمكن أن نلخص أهم صفات وسمات ذوي مركز الضبط الداخلي و الخارجي في النقاط التالية:

أن الفرد الذي يتصف بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) يكون نشطاً معرفياً ويتمتع بفاعلية أكبر في جمع المعلومات وتصنيفها وتنظيمها.

أن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) لديه علاقة سببية مباشرة بين ما يحقق من تعزيز ونتائج السلوك وقدرة الربط بين السلوك والتعزيز.

أن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) يكون أكثر انتباهاً وقدرة على رصد المعلومة واستثمارها معرفياً وإدماجها في بنائه المعرفي.

أن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) ذو فاعلية وتأثير على الآخرين وبقدرته على إقناعهم ويفضل المهمات التي تتطلب جهداً كبيراً.

أن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) يكون لديه مستوى منخفض من القلق وهو عالي التحصيل الدراسي وأكثر استمتاعاً بالعمل ويركز على التعلم العميق.

إن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) يكون لديه أساليب تفكير متميزة وبأنه أكثر الناس قدرة على مواجهة المشكلات والعمل على حلها.

إن الفرد الذي يتمتع بمركز الضبط (الداخلي الخارجي) لديه مستوى عالي من الطموح والتوقعات التربوية العالية. (أبو سكران، 2009، 61، 62)

خامسا - مصادر مركز الضبط:

إن المصادر التي يعزو إليها الأفراد أسباب حصولهم على التعزيز متعددة سواء بالنسبة لفئة الضبط الداخلي ، أو فئة الضبط الخارجي ، ويحدد بشير معمره هاته المصادر بالنسبة للفئتين فيقول إذا كان التعزيز مضبوطا بالعالم الداخلي للفرد فإن مصادره المختلفة هي مايلي: (عبد الصادق، 2015، 22)

5-1- الذكاء والقدرات العقلية: فالفرد الذي يعتقد أنه يستطيع فهم البيئة وضبط أهدافها لصالحه وهو المسؤول عما يناله من ثواب وعقاب.

5-2- المهارة والكفاءة والاستفادة من الخبرات السابقة : للسيطرة على البيئة.

5-3- السمات الإنفعالية والمزاجية: فالفرد الذي يكون اعتقادا حول نفسه والذي تتوفر فيه جملة من الخصائص وهذه الخصائص تجعله يتحكم في الأحداث البيئية وينال التغيرات المرغوبة ، وهذه الخصائص هي : الثقة بالنفس، الاكتفاء الذاتي الطموح ، المثابرة والجدية أما إذا كان الحصول على التعزيز مضبوطا بالقوى الخارجية ، فإن مصادره المحتملة هي مايلي:

5-4- الحظ أو الصدفة: حيث يعتقد الفرد أن العالم غير قابل للتنبؤ أو التأثيرات.

الاجتماعية الغير خاضعة للعقل وان وجهة نظره هي المسؤولة عن نتائج سلوكه.

5-6- القدر: فالفرد يكون اعتقاده بأنه لا يمكن أن يغير مسار الأحداث لأنها مقدرة سلفا.

5-7- الآخرون والأقوياء: فالتعزيز يكون في أيدي الآخرين كالآباء، والمسؤولين،

والمعلمين وهؤلاء لا يستطيع أن يؤثر فيهم لأنه ضعيف. (ضيف، 2015، 26).

سادسا - أبعاد مركز الضبط:

يطور الأفراد توقعات معمة في المواقف المختلفة تبعا لما إذا كان التعزيز أو المكافأة يعتمد في هذه المواقف على سلوكه م الخاص أم أنه مضبوط بقوى خارجية .وبما أن الخلفية النظرية لكل نشاط علمي لقياس مركز الضبط تقوم أساسا على تعريف "روتر" للضبط الداخلي -الخارجي للتعزيز. فإن التعرض لأبعاد مركز الضبط يعتمد على ما قدمه "روتر" أي أن مركز الضبط ذو بعد داخلي و آخر خارجي.

6-1- الضبط الداخلي:

يرى "روتر" أن الضبط الداخلي يصف الفرد الذي يعتقد في موقف معين أو مجموعة من المواقف بأن ما حدث أو يحدث أو سيحدث مرتبط ارتباطاً مباشراً بأفعاله. فهو يرجع الأحداث الجيدة لها بذله من جهد وما أظهره من مهارة عالية. وإذا حدثت أحداث سيئة فهو يشعر أيضاً بالمسؤولية تجاه هذه الأحداث، وأنه مسؤول عن فشله وسوء حظه في الماضي والحاضر والمستقبل. (مرزاق، 2009، 47)

في هذا السياق يرى كل (Golombok & Fivusch 1995) أن الأفراد ذوي الضبط الداخلي يعتقدون أن النتائج اللاحقة لسلوكهم هي نتيجة جهدهم الذي بذلوه. وعليه، فإن مركز الضبط الداخلي حسب ما أشار إليه نبيه المتولي (1990) يتميزون بأنهم أكثر قدرة على خلق انطباع إيجابي ويكونون مشغولين بكيفية تأثيرهم في الآخرين وتأثر الآخرين بهم، وأكثر إقداماً ومغامرة وينظرون للمستقبل نظرة متفائلة. (تواتي احمد، 2014، 26).

6-2- الضبط الخارجي:

وهم الذين يفسرون عادة النتائج السلبية والإيجابية التي تحدث في حياتهم كنتيجة للعوامل والظروف الخارجية كالحظ والصدفة والسلطة التي يصعب السيطرة عليها. أما الأفراد ذوي مركز الضبط الخارجي فإنهم يعتقدون أن نتائج سلوكهم محددة عن طريق القدر والحظ. وبالتالي فإن الفرد ذو الضبط الداخلي يعتمد على سلوكه بناءً على رغباته، وأهدافه الشخصية الداخلية، فهو يعتقد أن الأحداث الإيجابية والسلبية هي نتيجة لقدرته وجهده الخاص. (تواتي احمد، 2014، 27).

سابعا - تنمية مركز الضبط:

ذكرت نايفة قطامي (2003) أنه من الممكن تنمية وتقوية مركز الضبط الداخلي باعتباره متغير ينمو ويتبلور منذ مرحلة الطفولة، وقد افترض الباحثون أن هناك علاقة تطور بين مركز الضبط الداخلي والعمر. (العفاري، 2011، 65).

فمركز الضبط الداخلي إذن متغير شخصي ينمو ويتطور مع التقدم في العمر، ويتم ذلك من خلال ما يكتسبه الطفل من معتقدات حول إمكانية القيام بعمل الأشياء الصالحة والنافعة عن طريق الأنشطة التي يقوم بها، وما يترتب عليها من مكافئة وتدعيم.

ويؤكد (Lefcourt 1985) على ذلك ،ويضيف بأن محاولة الأخصائي النفسي تعليم المريض النفسي طريقة التكيف مع المواقف الضاغطة، أو تعليمهم كيفية التعامل مع المشكلات التي تواجههم، تعتبر في حد ذاتها تربية مركز الضبط الداخلي لديهم .
(نبيلة، 2005، 83).

ويتضح من هذا أن مركز الضبط الداخلي، يمكن تربيته كذلك للمريض النفسي عن طرق علاجات مختلفة.

وعليه فإن مركز الضبط يمكن تنميته أو تعديله بناء على طرق وأساليب متعددة كتوفير بيئة أسرية تتسم بالدفء والاحترام ، بالإضافة إلى برامج تربوية يمكن تطبيقها على مستوى المدرسة .

وفي هذا السياق، اقترح العديد من الباحثين نماذج مختلفة حيث اقترح (Nunn & Nunn) بعض التطبيقات لدعم التوافق المدرسي من خلال تنمية الإحساس بالقدرة على الضبط، ومن هذه التطبيقات نذكر:
وضع ذوي مركز الضبط الخارجي للمشاركة في العملية التعليمية، أكثر من أن يكونوا مستقبلين سلبيين.

على المدرسة مساعدة الآباء على تعزيز مركز الضبط الداخلي لدى الأبناء، فذلك يساعد على تنمية إدراكهم للعلاقة بين سلوكياتهم ونتائجهم أثرا قويا في إنجازهم الدراسي.
على المعلم أن يتأكد من توفر الظروف المعززة للنجاح، فالتغيرات السابقة للطلاب تؤثر على المعلم أن يحدد توقعات عالية من السلوك والأداء بالنسبة للطلاب ذوي مركز الضبط الخارجي.

على المعلم أن يظهر للطلاب علاقة سلوكهم بأدائهم، وذلك من خلال تعزيز الاعتقاد بأن الجهد المبذول سيؤثر على الأداء، ومن خلال تعزيز قبول الطالب للمسؤولية على النجاح . (العفاري، 2011، 65).

كما أكدت دراسة (Eric & Al1997) أنه كلما كان أسلوب المعلم يتسم بالأريحية بعيدا عن الضغط والتوتر كلما تطور مركز الضبط الداخلي لدى التلاميذ.
وعليه، فإنه كلما كان المعلم متزنا كلما أدى ذلك إلى تربية مركز الضبط الداخلي.
(تواتي احمد، 2014، 34)

ثامنا - مركز الضبط وعلاقته ببعض المتغيرات:

توجد العديد من العوامل و المتغيرات التي تؤثر إيجابا أو سلبا في مركز الضبط ،أي أن هناك عوامل ومتغيرات تجعل الفرد إما أن يكون ذا مركز ضبط داخلي ،أو ذا مركز ضبط خارجي، وسنقدم في هذا العنصر بعض الدراسات التي تبرز ارتباط بين مركز الضبط والعديد من العوامل و المتغيرات النفسية الأخرى. (زليخة،2015،71).

8-1- مركز الضبط و علاقته الجنس:

طالما يمكن من خلال مفهوم الضبط الداخلي والخارجي، تصنيف الأفراد وفقا للدراكمهم للمواقف فمما لا شك فيه أن إدراكات الذكور تختلف عن إدراكات الإناث لمواقف الحياة. ولذا فمن يراجع الدراسات والبحوث السابقة في مجال الضبط الداخلي والخارجي وعلاقة ذلك بالفروق بين الجنسين ، يجد انه توجد بعض نتائج الدراسات مثل دراسة "كاثوفسكي" وآخرون (Kathovsky et al1967) وجاد وفا (Gade and Fuqua1983) ورو ومورفي (Rao and Murphy1984) التي انتهى مفادها أن الإناث أكثر اعتقادا في الضبط الداخلي.

في حين أجرى كوبر وآخرون دراسة على الإناث والتي كان مفادها أن الإناث أكثر اعتقادا في الضبط الداخلي من الذكور.

وهذا ما يتفق مع الدراسة التي أجراها علاء الدين كافي (1982) ، بعنوان الفروق الجنسية في وجهة الضبط، ولقد بينت النتائج أن الذكور أكثر ميلا إلى الوجهة الخارجية في إدراكهم لمصادر التدييمات أكثر من الإناث. (مرزاقه،2009،51).

8-2- الأسرة والبيئة وعلاقتها بمركز الضبط :

إن الثقافة والمجتمع والمعايير والاتجاهات والمعتقدات الخاصة بثقافات المجموعات و كذلك الطبقات التي ينسب إليها الأفراد لها دور كبير في تحديد وجهة الضبط، كما أثبتت العديد من الدراسات إلى أن الأفراد في الأقطار الصناعية يعتمدون على ذواتهم أكثر، ولا يكونون خاضعين لأسرهم مما ينتج عنه ضبط داخلي أكثر، وهذا ما نجده في المجتمعات الغربية التي تؤكد على أهمية المبادرة والإقدام و تحمل المسؤولية ،اتخاذ القرار، وقد وجد أن أفراد الطبقات الاجتماعية الدنيا يميلون إلى الضبط الخارجي لاعتقادهم بالحظ والصدفة والقدر، وأن الأغنياء هم المسؤولون عن الخسارة والمعاناة والفشل، وللآباء والأمهات علاقة كبيرة بوجهة الضبط لدى آبائهم ،حيث أن أغلب السلوك الوالدي الايجابي مثل الرعاية،

والتدريب والاعتماد على النفس، يزيد من درجة التحكم، عكس الأطفال الفاقدين لآبائهم الذين يتسمون بالضبط الخارجي . (مكاوي، 2015، 32).

8-3- تقدير الذات وعلاقته مركز الضبط:

يسعى كل واحد منا إلى تقدير ذاته ورسم صورة ايجابية عنها لدى الآخرين، لئلا ذلك يمثل له حيوية في الحياة وديناميكية المستمرة التي تضبط أهدافه وتمكنه من تحقيقها والعيش في توازن واستقرار، فلقد حاول مجموعة من الباحثين دراسة هذا الارتباط العملي وتحديد طبيعته حيث قام أيمن غريب قطب بدراسة بعنوان حالة تقدير الذات وعلاقتها بمركز الذات المدرك، حيث أثبتت نتائج الدراسة ارتباط تقدير الذات بمركز الضبط، فالإفراد الذين يتمتعون بتقدير ذات ايجابية (منخفضة) أثبتت لديهم وجهة ضبط خارجية.

وأجرى محمد احمد دسوقي دراسة بعنوان مركز التحكم وعلاقتها بتقدير الذات لدى اعضاء هيئة التدريس بالجامعة ومعلمي المرحلة الثانوية حيث طبق كل من اختبار مركز التحكم واختبار تقدير الذات على 53 عضوا من اعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز، وعلى 75 معلما من معلمي المرحلة الثانوية حيث أسفرت النتائج، إلى انه توجد فروق دالة إحصائية بين أساتذة العليم الجامعي ومعلمي التعليم الرحلة الثانوية لصالح أساتذة التعليم الجامعي، أما فيما يخص تقدير الذات فقد أثبتت الدراسة انه لا توجد فروق في مفهوم الذات بين المجموعتين. (بوزيد، 2009، 78)

8-4- التحصيل الدراسي وعلاقته مركز الضبط:

يعتبر مركز الضبط من احد المتغيرات الشخصية الهامة التي تميز الأفراد ذوي الكفاءات المعرفية العالية، والخصائص العقلية المتفوقة في التعامل مع البيئة بفاعلية ونجاح، ويعد التحصيل الدراسي ذا طبيعة معرفية ومن بين الدراسات التي تناولت العلاقة بين المتغيرين نجد دراسة "كراندال" وآخرون (Crandall et all): التي أكدت أن الاعتقاد الداخلي يرتبط ايجابيا بارتفاع بمستوى التحصيل لدى الذكور.

أما "ستيفن" (Stevens 1973) فيرى أن توقعات الطلاب واعتقاداتهم بأنهم يؤثرون على البيئة بجهودهم الخاصة كانت أكثر أهمية من كل العوامل الأخرى التي تؤثر في تحصيلهم الدراسي.

وقد وجد (Chen 1980) في بحث له حول العلاقة بين مصدر الضبط والتحصيل الدراسي ومستوى الطموح لدى عينة مكونة من (2438) تلميذا في المرحلة الإعدادية في

الصين حيث وجد ارتباطا موجبا ودالا إحصائيا بين الاعتقاد في الضبط الداخلي والحصول على درجات مرتفعة في اختبارات التحصيل الدراسي. (أمال، 2010، 64).

تاسعا - العوامل المؤثرة في مركز الضبط:

يربط مركز الضبط ببعض العوامل التي تؤثر بشكل كبير في تحديد مصدره ومن أهم هذه العوامل مايلي (ضيف، 2015، 29).

9-1 - المؤسسات التربوية (المدارس والجامعات):

تؤثر المؤسسات التربوية بما تقدمه للطلبة من خبرات ومواد تعليمية وما تنتجه لهم من فرص للتفاعل مع الأفراد والمتغيرات المحيطة بهم وما يسودها من أجواء تساعد على رفع أو تدني مستوى الضبط الداخلي لدى طلبتها. (العالم، 1999، 22).

9-2 - أساليب المعاملة الوالدية:

تعد الأسرة هي النواة والمصدر الرئيسي للفرد ، فمنها يكتسب خبراته وعاداته وأهم القيم والمعتقدات ، وبالتالي يتكون لدى الفرد مركز الضبط، فنجد أن أساليب المعاملة الوالدية القائمة على السيطرة والقسوة كانت مرتبطة ارتباطا موجبا مع الضبط الخارجي ، والمعاملة التي تتسم بالقبول ارتبطت ارتباطا إيجابيا مع القبول الداخلي (ضيف، 2015، 29).

9-3 الأسرة:

فالضبط الداخلي ينمو حين يكون الحب والدعم والتشجيع الأبوي والدفع والحمائية المعقولة والايجابية والنقد القليل والتوجيه والتدريب على المهارات المختلفة مبكرا، في حين ينمو الضبط الخارجي حين يكون الإهمال وقلة التوجيه والنقد اللادق والسخرية والرفض وعدم الاتساق. (العالم، 1999، 21).

9-4 المستوى الثقافي:

تشير دراسة ديب إلى أن هناك فروقا بين ذوي الضبط الداخلي والخارجي، تؤول إلى الاختلاف في المستوى الأكاديمي والثقافي للأفراد ،ويرى أنه كلما انخفضت مؤهلاتهم العلمية انخفضت معه درجته في الضبط الداخلي وهو ما يؤكد أن لثقافة المجتمع والبيئة التي يعيش فيها وأثر في تحديد وجهة الضبط لديهم (ضيف، 2015، 30).

عاشرا - مركز الضبط في المجال الدراسي:

يعتبر مركز الضبط متغيرا هاما يساعد في عملية تفسير السلوك الإنساني والتنبؤ به في العديد من المواقف.

ولقد صرح (Coleman & al 1966) أن مركز الضبط هو أحد المحددات الهامة في التحصيل الدراسي عند التلاميذ، على أساس أن إحساس التلاميذ بالضبط على بيئتهم يرتبط بالتحصيل الدراسي أكثر من أي متغير آخر.

وأشارت دراسة الشوامين (2011) إلى إمكانية التنبؤ بالتحصيل لدى الطلبة من خلال معرفة مستوى الضبط لديهم، ويرجع ذلك إلى أن التلاميذ يتعاملون مع الدراسة بصورة مستمرة ودائمة وذلك من خلال تزويدهم بمواقف تعليمية تمكنهم من إدراك العلاقة بشكل واضح ومباشر بين السلوك والنتائج المترتبة عنه، كأن يجري التلميذ امتحان في مادة معينة، وعندما يتحصل على نتائج تحصيله، فإنه يرجعها إلى جهده الخاص أو اعتبارات أخرى.

وكما جاء في كتاب (Phares 1976) أن الطلبة المنضبطين داخليا كان تحصيلهم أعلى من تحصيل الطلبة المنضبطين خارجيا، وذلك لشعورهم أنهم المسؤولون عن نجاحهم أو فشلهم بما يبذلونه من جهد، أو ما يتوانون به من جد وكد.

وتوصل (Gold 1968) إلى نتيجة مشابهة، والتي أشارت إلى أن الأفراد ذوي مركز الضبط الخارجي يتسمون بتوقعات منخفضة للنجاح، في حين يتسم ذوي مركز الضبط الداخلي بتوقع عال للنجاح والتفوق. (تواتي احمد، 2014، 34).

احدى عشر - نظريات مركز الضبط:

ظهرت العديد من النظريات التي حاولت تفسير العلاقة بين سلوك الفرد وما يعزوه من أسباب له و إدراكه لها . والتي تعد إطار هاما في مجال دراسة مركز الضبط ومنها مايلي:

11-1 - نظرية هايدر "hreidar" (1958):

يعتبر "هايدر" أول من اقترح أساسه لإشكالية جديدة في علم النفس الاجتماعي وذلك بصياغته لنظرية "العزو" التي تنص على أن الأحداث والتصرفات تنتج عن قوى وحتميات منبعثة إما من الأفراد المسببين لها ، وإن الأشخاص يدركون الأشياء ويفسرون سلوكياتهم (إسناد ذاتي) وكذا سلوكيات الآخرين (إسناد غيري) على أساس خصائصه وميزاته الوضعية وتكون السببية إما إستعدادية، أو مرتبطة بالوضعية.

وقد أدخل "هايدر" مفاهيم هامة لتكوين الوحدة ولأشخاص كنماذج أولية ويرتبط تكوين الوحدة بالسياق الذي بواسطته يعتبر كل من الأصل والأثر أو الفعل والفاعل أجزاء الوحدة سببية وأعتبر أن هذه العلاقة الحتمية بين الفعل والفاعل هي إسناد إلى الشخص أكثر احتمالا من الإسناد إلى وضعيته ، فالأشخاص هم بمثابة نماذج للأصل وبالتالي هناك

سببية خاصة بالإنسان متميزة عن السببية التي تربط الأحداث في الطبيعة مع بعضها البعض ، فإن الإنسان بمفهوم معين يعتبر السبب الأولي إن لم يمكن للحركة المادية التي تشكل أفعاله فعلى الأقل لطبيعتها الأخلاقية فالطابع الذي يضيف عليها قيمة يمتلك في داخله كل فهو فاعلها. (ضيف،2015،22).

11-2- نظرية العزو لوينز (weinez1974):

افترض وينز (weinez1974) أن الناس يعززون نجاحهم وفشلهم للأسباب خارجية أو داخلية، متأثرا في صياغة نظريته بوجهة نظر كل من "روتر" و"هيدر". ولقد أشارت أبحاثه إلى أن معتقدات الفرع حول النجاح والفشل تعد عاملا مهما في فهم السلوكيات المرتبطة بالتحصيل وقد افترض نموذج العزو لتفسير التحصيل وضمن النموذج مركز الضبط: الناتج السلوكي القدرة الجهد صعوبة المهمة الحظ.

وفي محاولته للإيضاح عمل هذه المعادلة قرر أن الناتج السلوكي (فشل، نجاح) له محددات ترتبط بإنجاز الفرد هذه المحددات تتمثل في تقدير الفرد للإمكانية أو مستوى قدرته وكمية الجهد المبذول ودرجة صعوبة المهمة واتجاه الضبط، ذلك أنه من المفترض أن الناتج السلوكي يعزى إلى المصادر السببية الأربعة أي أن التوقعات المستقبلية للنجاح أو الفشل تبني على أساس مستوى القدرة المفترض وإلى صعوبة المهمة المدركة وكذلك تقدير الجهد الذي يبذل والحظ المتوقع، وبالتالي فإن القدرة والجهد يصفان خصائص الأفراد ذوي الضبط الداخلي وبالتالي يعززون أسباب نجاحهم أو فشلهم إلى قدرتهم أو جهودهم وبهذا تكون أسباب السلوك خاضعة لنوع من المسؤولية الشخصية، أما عزو الناتج السلوكي (نجاح، فشل) إلى صعوبة المهمة أو الحظ وهو من خصائص ذوي الضبط الخارجي، وبذلك تكون أسباب السلوك خارجة عن ضبط المسؤولية الشخصية. (عبد قلجة،53،2015).

11-3- نظرية الإرجاع السببي:

أعطت نظرية الإرجاع السببي إطارا نظريا لمفهوم مركز الضبط حيث يعزى الفرد العاطفة أو الدافع إلى نفسه أو إلى شخص آخر، إن الإرجاع السببي يؤثر على الإثارة العاطفية والتوقعات التي تجتمع لتؤثر على الفرد فيميل الناس إلى إرجاع النتيجة إلى سلوكهم أو سلوك الآخرين حيث يسعى الناس عادة إلى إيجاد أسباب للأحداث وهذه الأسباب إما أن تكون أسباب شخصية أو أسباب موقفية.

ويرى "روس" (1992) أن مفهوم مركز الضبط هو مفهوم يقترح نظرة فلسفية تجاه الحياة حيث يختلف الناس في اعتقادهم بأن إرضاء حاجاتهم يعتمد على سلوكهم هم. (الشافعي، 1997، 21)

اثنا عشر - قياس مركز الضبط:

على الرغم من أن معظم المقاييس وُضعت للاستخدام مع فئات نوعية أو خاصة من الأفراد ، إلا أنها أيضا كانت تقتصر إلى نماذج متوازنة للاستخدام مع قطاعات أخرى من الأفراد ، فضلا عن أن لديها دعاما محدودا فيما يتعمق بصدق التكوين الفرضي، وقد بدأت هذه العيوب واضحة، وتظهر باستمرار في نتائج الدراسات المتعلقة بصلاحية هذه المقاييس للتطبيق، حيث أن معاملات الارتباط بينيا شديدة الانخفاض عمومًا، كما أن نيا تؤدي بالتحميل العاملي إلى استخلاص بني عامليه متباينة، بالإضافة إلى أن حساب قيمة الارتباط بين هذه المقاييس وأحد المتغيرات النفسية أو التربوية تختلف من مقياس لآخر، ويخلق عدم الاتساق هذا ارتباك وحيرة لأولئك الباحثين الذين يسعون لوصف مجموعة من المتغيرات المرتبطة أو المؤثرة على وجهة الضبط بشكل دقيق وحاد، وبناء على ذلك فهناك حاجة ماسة لمقاييس وجهة الضبط متوازنة تغطي فئات مختلفة من الأفراد وفي أعمار مختلفة، وتسمح بمقارنة نتائجها في الوقت نفسه.

إن أول مقياس صُمم لقياس وجهة الضبط هو المقياس الذي صممه (Rotter 1966) في دراسته التي هدفت إلى توضيح أثر التعزيز والمكافأة على السلوك، وقد اعتمد أساسا على الأدوات الأولية (Phares 1957) و (James 1957) وهو يأخذ شكل الاختيار الجبري ويتكون من (02 فقرة)، كل فقرة تتضمن زوجا من العبارات أحدهما تشير إلى الضبط الداخلي والثانية إلى الضبط الخارجي، وقد أُضيفت إلى الفقرات السابقة (06 فقرات) ليصبح المقياس مؤلفا من (29 فقرة) إضافية وُضعت حتى لا يعرف المفحوص هدف المقياس، ولتقليل أثر الاستحسان الاجتماعي، ويتم تصحيح هذا المقياس عن طريق حساب إجابات الأفراد على الاختيارات الخارجية، بحيث تُعطى درجة لكل اختيار خارجي، وهذا الاختيار يسجل في اتجاه الضبط الخارجي، بمعنى أن الدرجات المرتفعة فيه تنبؤ بارتفاع الضبط الخارجي لدى المفحوص، ويقوم هذا المقياس على مدى إدراك الشخص للأحداث الهامة في حياته، وبل تتحدد بواسطة عوامل خارجية أو داخلية.

وانتقد (Nowick et Strickland 1957) ببناء مقياس الضبط الداخلي والخارجي للأطفال ويرمز لو ب (CNS-IE) ويناسب الأطفال في سن (09-18 سنة) وقد قام بإقتباس هذا المقياس وتعريبه "فاروق عبد الفتاح (1981) ويستخدم في تقدير رأي الفرد فيما إذا كان يرى أن بإمكانه التحكم في الأحداث من داخله أو من خارجه، ويتكون من (40 سؤالاً) يقابل كل منها زوجان من الأقواس أسفل كلمة (نعم) و(لا) وتشير الدرجة المرتفعة إلى الضبط الخارجي، في حين تشير الدرجة المنخفضة إلى زيادة الضبط الداخلي.

وأعدَ (Brown 1976) مقياس مركز التحكم المعدل حيث أجرى تعديلات على مقياس (1974 ليفنسون) من خلال التحميل العاملي، وتعديل بعض العبارات مع استخدام طريقة "ليكرت" في القياس، وقد أثبتت نتائج التحليل ظهور ثلاثة أبعاد للمقياس هي:

أ) تحكم داخلي (رجع لمفرد) (06 بنود)

ب) تحكم خارجي (عوامل اجتماعية) (12 بنود)

ج) تحكم خارجي (قوى الآخرين) (06 بنود)

وبذلك فأبعاد الضبط بين مقياس "ليفنسون" ومقياس "بروان" واحدة، بجانب ضم عامل جديد يشمل العوامل الاجتماعية المتعددة.

وأعد "نويسكي" و"دوك" (1971) مقياس وجهة الضبط (الداخلي والخارجي) للكبار، وقام بترجمته إلى العربية "رشاد موسى وصلاح أبو ناهية" (1987) ويهدف إلى تحديد موضع الضبط، نوعي الأفراد بمعنى تحديد الذين يشعرون بأن إنجاز أي هدف إنما يقع على عاتقه ومن مسؤولياته والنوع الآخر الذي يرجع النجاح أو الفشل في الأعمال إلى الحظ والصدفة، ويتكون المقياس من (40 سؤالاً) وتصحح عباراته إما بنعم أو لا، وتحصل كل استجابة صحيحة على درجتين، بينما تحصل الاستجابة الخاطئة على درجة واحدة.

مقياس "كليفورد وكليري" الذي أعده وترجمه مجدي عبد الكريم حسين سنة (1990) وهو اختبار يصلح للفئة العمرية (09-17) سنة ويتكون من (15 عبارة) يستجاب على فقراتها بنعم أو لا بحيث تم تطبيقه على (900 طالبا وطالبة) في ثلاث مراحل عمرية مختلفة (المرحلة الابتدائية الإعدادية الثانوية) من محافظات الغربية والمنوفية والدقهلية .

وقد رأى الباحث استخدام مقياس وجهة الضبط الذي قدمه "روتر" وقام بتقنيه على البيئة المصرية علاء الدين كافي (1982) كأداة لقياس وجهة الضبط في الدراسة الحالية. (الخنمي، 2008، 44-45).

خلاصة الفصل:

ونستنتج أن قدرة الفرد على السيطرة والتحكم فيما يقوم به من أعمال و أفعال تعود إلى قدرته وإرادته الشخصية، واعتماده على نفسه وبهذا فإن وجهة الضبط لديه تكون داخلية، أو يعزو ويؤول تلك الأعمال والأفعال، يرجعها إلى الحظ والصدفة وإلى الظروف وإلى الأفراد المحيطين به، وبهذا تكون وجهة الضبط لديه خارجية.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة ونتائجها.

أولاً: الإجراءات المنهجية

1- التذكير بفرضيات الدراسة

2- حدود الدراسة

3- المنهج

4- العينة

5- أدوات الدراسة

ثانياً: الإجراءات التطبيقية للدراسة

1- تطبيق المقياسين

2- كيفية جمع البيانات الخام

3- أساليب المعالجة الإحصائية

ثالثاً: نتائج الدراسة

1- الملامح الوصفية لعينة الدراسة بعد تطبيق المقياسين

2- عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات

3- مناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والتطبيقي والدراسات

السابقة

تمهيد:

تتوقف الدراسة العلمية على مجموعة من الإجراءات المنهجية المضبوطة بالاعتماد على منهج البحث العلمي المناسب واستخدام أدوات البحث التي تتلاءم وطبيعة المتغيرات التي يجب أن تتمتع بخصائص سيكومترية تعبر عن كفاءتها على قياس ما أعدت لقياسه، وحسن اختيار العينة وملائمة الأساليب الإحصائية التي تدرس الفرضيات، كل هذه الإجراءات تساعد الباحث على القيام بدراسة علمية محكمة، وهذا ما حرص عليه الطالب الباحث على مراعاته في إعداد هذه الدراسة، وهو ما سيتم عرضه بإسهاب في هذا الفصل.

أولاً: الإجراءات الميدانية.

1- التذكير بفرضيات الدراسة

تعتبر الفرضيات في الدراسات العلمية بمثابة حلول مؤقتة للظاهرة المدروسة والتي يقوم كل باحث بصياغة فرضياته لمساعدته على تسهيل سير دراسته وفق ضوابط محكمة محاولاً إثباتها أو نفيها نهائياً ومن ذلك تم صياغة الفرضيات التالية:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومركز الضبط لدى الطالب الجامعي.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص.

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص .

2- حدود الدراسة

تحدد الدراسة بحدود زمانية ومكانية كالآتي:

2-1- الحدود المكانية:

أجريت الدراسة الحالية بجامعة حمه لخضر بالوادي، حيث شملت طلبة وطالبات كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية، وكذا قسم العلوم الإنسانية.

2-2- الحدود الزمانية:

تم إجراء هذه الدراسة خلال الفترة الممتدة بين شهري مارس و أبريل من الموسم الجامعي 2016 / 2017 .

2-3- الحدود البشرية:

تمثلت الحدود البشرية للدراسة في (100) طالب وطالبة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة حمه لخضر بالوادي .

3) المنهج

للمنهج أهمية كبيرة في الدراسات العلمية ولكل منهج وظيفته وخصائصه التي يستخدمها كل باحث في ميدان تخصصه بحيث يساعد على تحقيق الدقة في النتائج وموضوعيتها، أي أن لكل مشكلة المنهج الذي يتناسب معها ،وبالتالي يعد موضوع المناهج أو المنهجية العلمية من الموضوعات الجوهرية للقيام بالدراسات وتطبيق نتائجها في مجالاتها العلوم الإنسانية والطبيعية على حد سواء وينظر إلى المنهج العلمي على أنه الأساس السليم للحصول على معلومات وبيانات دقيقة والتوصل إلى نتائج موثوق فيها.

وقد تعددت تعريفات العلماء لكلمة منهج، لكن أصل الكلمة يعني الطريقة الواضحة البينة المستقيمة (البحر و أبو بكر، 2002، 32)،وبالتالي فإن التعريف العام والبسيط لهذه الكلمة هو الطريق المؤدية للكشف عن الحقيقة في العلوم المختلفة، وذلك عن طريق جملة من القواعد العامة التي تسيطر على سير العقل وتحدد عملياته حتى يصل إلى نتيجة مقبولة ومعلومة . (قنديلي، 1999، ص 31).

وعلى هذا الأساس وبالنظر إلى طبيعة الدراسة الحالية فإن المنهج الوصفي بأسلوبه الإرتباطي هو المنهج الملائم لدراسة المشكلة، بحيث يعرف بأنه ذلك النوع من أساليب البحث الذي يمكن بواسطته معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر،ومن ثمة

معرفة درجة تلك العلاقة. وبهذا المفهوم يتضح بأن المنهج الارتباطي يقتصر هدفه على معرفة وجود العلاقة أو عدمها، وإذا كانت توجد فهل هي طردية أو عكسية، سالبة أم موجبة. (العساف، 1995، 261)

وبما أن طبيعة الدراسة الحالية هي التي تحدد المنهج المستخدم لذا اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي كون خطواته وأهدافه تتناسب مع أهداف دراستنا من أجل الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي. وكذا مدى استخدام هذا المنهج في الدراسات النفسية الاجتماعية .

وهو المنهج فوزي عبد الخالق بأنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن حقيقة بواسطة مجموعة من القواعد لتحديد العمليات للوصول إلى نتيجة معلومة. (خليفة ، 2012 ، 84)

4) المجتمع وعينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (100) فردا من طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، بواقع (44) طالبا، و(56) طالبة، تم اختيارهم بطريقة قصدية من التخصصات المتاحة في الكلية.

جدول رقم(01) يبين توزيع أفراد العينة حسب متغيري الجنس والتخصص

المجموع	العلوم الإنسانية	العلوم الاجتماعية	الجنس / التخصص
44	25	19	ذكور
56	25	31	إناث
100	50	50	المجموع

5) الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة على عدد محدد من الأفراد ومن خلال الدراسة الاستطلاعية يستطيع الباحث التعرف على أي مشكلات يمكن أن تظهر قبل القيام بالدراسة الأصلية مما يمكنه من حل هذه المشكلات غير المتوقعة في هذه المرحلة من الدراسة مما يوفر عليه كثيرا من الوقت والجهد عند القيام بالدراسة الأساسية فيما بعد والغرض من الدراسة الاستطلاعية هو القيام ببحث مصغر للاختبار مختلف عناصر البحث.(ضيف الله و عبيد،2014،ص، 61)

5-1- الهدف من الدراسة الاستطلاعية: لكل دراسة استطلاعية أهداف عدة، فأهداف الدراسة الاستطلاعية للدراسة الحالية تتمثل في:

التعرف على ميدان الدراسة المتمثل في الوسط الجامعي، وبالتحديد كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.

إعداد مقياسي جودة الحياة ومركز الضبط وتطبيقه على عينة استطلاعية لتحديد خصائصه السيكومترية.

التدريب على التطبيق الميداني للأدوات الدراسية.

التعرف على مدى تجاوب العينة مع أدوات القياس المعتمدة في الدراسة.

حساب صدق وثبات أدوات المقياسين، جودة الحياة ومركز الضبط.

5-2- عينة الدراسة الأساسية:

يعرف المختار محمد إبراهيم (2005) العينة بأنها الجزء من الكل يختاره الباحث للأجل الحصول على بيانات تتعلق بموضوع بحثه، لتعذر الحصول عليها من المجتمع برمته ويشترط في العينة أن تكون ممثلة تمثيلا صحيحا لمجتمع البحث. (احمادي وسالمي، 2015، 57)

6- أدوات الدراسة:

6-1- مقياس جودة الحياة

6-1-1- إعداد البنود:

وقد تم تصميم هذا المقياس من قبل الطالب الباحث والذي يهدف من خلاله إلى معرفة مدى إحساس الطلبة الجامعيين بالرضا والسعادة تجاه حياتهم، وقد اعتمد الباحث في إعدادة على مقياس محمود منسي وعلي كاضم (2006) والمتمثل في مقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين، وكذا الاعتماد على المكتسبات القبلية وكذا التراث النظري ومعطيات الواقع، إلى أن توصل الطالب الباحث إلى بناء بنود هذا المقياس،، وقد تم هذا الاختيار للبنود طبقا لما يتناسب مع عينة الدراسة، وكذا موضوع الدراسة، ثم تمت مناقشة بنود هذا المقياس مع الأستاذ المشرف قبل عرضها على الأساتذة المحكمين، وقد تم تعديل بعض البنود كما تم تصحيح وإعادة صياغة بعض البنود، في حين تركت البنود الأخرى على حالها، إلى أن توصل الطالب الباحث إلى تكييف مقياس جودة الحياة في متناول عينة الدراسة .

6-1-2- الخصائص السيكمترية للمقياس :

قامت الطالب الباحث بتطبيق المقياس على عينة قوامها (30) طالبا وطالبة بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، وذلك للتأكد من الخصائص السيكمترية للمقياس.

أ- صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس من خلال طريقتين:

*صدق المحكمين:

وزع المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين المختصين في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية بجامعة حمه لخضر بالوادي، والذي بلغ عددهم (07) أساتذة من أهل الاختصاص، (، علم النفس، علم الاجتماع تنظيم والعمل، علم النفس الاجتماعي، بناء مناهج وبرامج، علم النفس المدرسي)، حيث طلب منهم في التعليم مراجعة فقرات المقياس من ناحية مدى ملائمة البدائل، وملائمة البنود مع الأبعاد، وسلامة الصياغة اللغوية واقتراح تعديلات إن أمكن ذلك، وما إذا كان المقياس فعلا يقيس جودة الحياة، أي مدى ملائمة الموضوع المراد قياسه ومدى وضوح التعليم ومدى وضوح المصطلحات، ولقد اتفق مجمل الأساتذة في إجاباتهم على أن المقياس مناسب لما يقيسه وأن التعليم والمصطلحات واضحة، في حين تم اقتراح بعض التعديلات والإضافات المناسبة للموضوع، وعلى هذا وبعد الأخذ برأي الأستاذ المشرف وبرأي الأساتذة المحكمين تم إجراء بعض التعديلات على المقياس في حين تم جمل بعض البنود في بعد واحد إلى أن أصبح المقياس مكونا من (30) بند .

*صدق الاتساق الداخلي:

ومن طرق حساب صدق الاختبار طريقة الاتساق الداخلي، ويشير إلى أن بنود الاختبار متماسكة ومتراصة ومتسقة فيما بينها، وهذا مؤشر معقول على صدق الاختبار. (بشير، 2007، 138).

وتم ذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وإضافة إلى ذلك تم حساب معامل ألفا كرونباخ، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول:

جدول رقم (02) يوضح معامل ارتباط الفقرة بالمقاييس ومعامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	معامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	معامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة
1	0.43	0.69	16	0.32	0.70
2	0.24	0.70	17	0.29	0.70
3	0.006	0.72	18	0.20	0.70
4	0.12	0.71	19	0.39	0.69
5	0.21	0.70	20	0.22	0.70
6	-0.58	0.72	21	0.49	0.68
7	0.24	0.70	22	-0.25	0.73
8	0.30	0.70	23	0.45	0.69
9	0.31	0.70	24	-0.9	0.73
10	0.49	0.69	25	0.34	0.69
11	-0.02	0.72	26	0.48	0.69
12	0.11	0.71	27	0.47	0.68
13	0.47	0.69	28	-0.08	0.72
14	0.28	0.70	29	0.46	0.68
15	0.27	0.70	30	0.18	0.71

ب- ثبات المقياس:

ويقصد بثبات الاختبار دقة المقياس أو اتساقه، فإذا حصل الفرد على نفس الدرجة أو درجة قريبة منها في نفس الإختبار أو مجموعة من الأسئلة المتكافئة والمتمثلة عند تطبيقه أكثر من مرة، فإننا نصف الاختبار في هذه الحالة بأنه على درجة عالية من الثبات .
(أبو علام ، 2002 ، 418).

* الاتساق الداخلي (التجانس):

للتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة استخدمت مجموعة الدراسة معادلة ألفا كرونباخ بالإضافة إلى معامل الارتباط سبيرمان براون، من خلال تطبيقها على نتائج العينة الاستطلاعية المكونة من (30) طالبا وطالبة بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، حيث تمت المعالجة الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) والنتائج مبينة في الجدول التالي :

جدول رقم(03) يوضح قيمة ثبات الاتساق الداخلي.

قيمة ألفا كرونباخ	
0.71	الدرجة الكلية لجودة الحياة

يتبين من الجدول السابق ومن خلال قيمة ألفا كرونباخ (0.71)، أنه مقبول وهذا ما يعكس ثبات المقياس.

*التجزئة النصفية:

تم رصد معامل ثبات الأداة انطلاقا من معادلة جيتمان للتجزئة النصفية، وأسفرت نتائج هذه المعادلة على معامل ثبات متوسط (0.06)، وهذا ما أكدته أيضا معادلة سبيرمان براون حيث كانت النتيجة (0.06) وهي أيضا تعتبر متوسطة .

ج-مفتاح التصحيح:

يتكون المقياس من (30) بندا موزعة على خمسة أبعاد، بحيث تتم الإجابة عن كل فقرة على أساس اختيار بديل من خمس بدائل تتراوح أوزانها بين (1 - 5)، ولأن البنود تختلف من حيث مضمونها فبعضها صيغت على شكل عبارات تشير إلى:

جودة الصحة العامة وهي البنود رقم: (6.5.4.3.2.1)

جودة العواطف وهي البنود رقم: (24.23.22.21.20.19)

جودة شغل الوقت وإدارته وهي البنود رقم: (30.29.28.27.26.25)

جودة التعليم والدراسة وهي البنود رقم: (18.17.16.15.14.13)

جودة الحياة الأسرية والاجتماعية وهي البنود رقم (07.08.09.10.11.12). ويصح بأن يعطي (1) للبديل أبدا، 2 للبديل قليلا جدا، 3 للبديل إلى حد ما، 4 للبديل كثيرا، 5 للبديل كثيرا جدا).

6-2- مقياس مركز الضبط النفسي:

6-2-1- إعداد البنود

قام الطالب الباحث بتصميم مقياس مركز الضبط والذي يهدف من خلاله لمعرفة مدى السيطرة والتحكم لدي الطلبة الجامعيين، ولقد اعتمد الطالب في إعدادة على مقياس الباحث زايد بني العطا (2012) المتمثل في تطوير مقياس مركز الضبط وفق نموذج لموراكي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، وكذا مستعينا بالتراث النظري ومعطيات الواقع، وكذا على مكتسباته القبلية، إلى أن توصل الطالب الباحث إلى بناء بنود هذا المقياس، وقد تم هذا الاختيار للبنود طبقا لما يتناسب مع عينة الدراسة، وكذا موضوع الدراسة، ثم تمت مناقشة بنود هذا المقياس مع الأستاذ المشرف قبل عرضها على الأساتذة المحكمين، وقد تم تعديل بعض البنود كما تم تصحيح وإعادة صياغة بعض البنود، في حين تركت البنود الأخرى على حالها، إلى أن توصل الطالب الباحث إلى تكييف مقياس مركز الضبط في متناول عينة الدراسة .

6-2-2- الخصائص السيكومترية للمقياس

قامت مجموعة الدراسة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (30) طالبا وطالبة بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، وذلك للتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس.

أ-صدق المحكمين

تم حساب صدق المحكمين من خلال.

*صدق المحكمين

وزع المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين المختصين في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية بجامعة حمه لخضر بالوادي، والذي بلغ عددهم (07) أساتذة من ذوي الاختصاص، (، علم النفس، علم الاجتماع تنظيم والعمل، علم النفس الاجتماعي، بناء مناهج وبرامج، علم النفس المدرسي)، حيث طلب منهم في التعليم مراجعة فقرات المقياس من ناحية مدى ملائمة البدائل، وملائمة البنود مع الأبعاد، وسلامة الصياغة اللغوية وإقتراح تعديلات إن أمكن ذلك، وما إذا كان المقياس فعلا يقيس

مركز الضبط أي مدى ملائمة الموضوع المراد قياسه ومدى وضوح التعليم ومدى وضوح المفردات، ولقد اتفق مجمل الأساتذة في إجاباتهم على أن المقياس مناسب لما يقيسه وأن التعليم والمفردات واضحة، في حين تم إقتراح بعض التعديلات والإضافات المناسبة للموضوع، وعلى هذا وبعد الأخذ برأي الأستاذ المشرف تم إجراء بعض التعديلات في حين لم يتم الحذف أو التغيير لأي بند من بنود المقياس وبالتالي بقي عدد بنود المقياس على حاله (44) بند .

*صدق الاتساق الداخلي:

وتم ذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وإضافة إلى ذلك تم حساب معامل ألفا كرونباخ، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS) وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول:
جدول رقم (04) يوضح معامل ارتباط الفقرة بالمقاييس ومعامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	معامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	معامل ألفا كرونباخ بعد استبعاد الفقرة
1	0.18	0.73	23	0.03	0.74
2	0.35	0.72	24	0.29	0.72
3	-0.21	0.74	25	0.30	0.72
4	0.21	0.73	26	0.40	0.72
5	0.27	0.73	27	0.34	0.72
6	0.35	0.72	28	0.42	0.72
7	0.24	0.73	29	0.28	0.72
8	0.01	0.73	30	-0.01	0.74
9	0.27	0.72	31	0.01	0.74
10	0.19	0.73	32	0.16	0.73

0.72	0.34	33	0.72	0.40	11
0.73	0.20	34	0.74	-0.10	12
0.72	0.32	35	0.72	0.30	13
0.73	0.10	36	0.72	0.35	14
0.74	-0.12	37	0.73	0.25	15
0.71	0.48	38	0.72	0.38	16
0.71	0.47	39	0.73	0.22	17
0.74	0.008	40	0.73	0.22	18
0.73	0.22	41	0.73	0.23	19
0.73	0.23	42	0.73	0.21	20
0.72	0.34	43	0.75	-0.13	21
0.73	0.18	44	0.73	0.24	22

ب- ثبات المقياس:

*الاتساق الداخلي (التجانس):

للتحقق من ثبات مقياس مركز الضبط استخدمت مجموعة الدراسة معادلة ألفا كرونباخ بالإضافة إلى معامل الارتباط سبيرمان براون، من خلال تطبيقها على نتائج العينة الاستطلاعية المكونة من (30) طالبا وطالبة بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، حيث تمت المعالجة الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) والنتائج مبينة في الجدول التالي :

جدول رقم(05) يوضح قيمة ثبات الاتساق الداخلي

قيمة ألفا كرونباخ	
0.73	الدرجة الكلية لمركز الضبط

يتبين من الجدول السابق ومن خلال قيمة ألفا كرونباخ (0.73)، أنه مقبول وهذا ما يعكس ثبات المقياس .

*التجزئة النصفية:

تم رصد معامل ثبات الأداة انطلاقاً من معادلة جيتمان للتجزئة النصفية، وأسفرت نتائج هذه المعادلة على معامل ثبات مرتفع (0.07) وهذا ما أكدته أيضاً معادلة سييرمان براون حيث كانت النتيجة (0.07) وهي أيضاً تعتبر مرتفعة .

ج-مفتاح التصحيح:

يتكون المقياس من (44) بنداً بحيث تتم الإجابة عن كل فقرة على أساس اختيار بديل من خمس بدائل تتراوح أوزانها بين (1 - 5)، ولأن البنود تختلف من حيث مضمونها فبعضها صيغت على شكل عبارات تشير إلى البعد الداخلي وبعضها الآخر صيغت على شكل عبارات تشير إلى البعد الخارجي، وبالتالي تصحح البنود التي تشير إلى البعد الداخلي وهي البنود رقم:

22.21.20.19.18.17.16.15.14.13.12.11.10.09.08.07.06.05.04.03.0

2.01. بأن تعطى درجة (5) للبديل موافق تماماً، 4 للبديل موافق، 3 للبديل محايد، 2 للبديل معارض، 1 للبديل معارض تماماً) وتصحح البنود التي تشير إلى البعد الخارجي وهي 44.43.42.41.40.39.38.37.36.35.34.33.32.31.30.29.28.27.26.25.2
4.23. بأن تعطى درجة (1) للبديل موافق تماماً، 2 للبديل موافق، 3 للبديل محايد، 4 للبديل معارض، 5 للبديل معارض تماماً).

ثانياً: الإجراءات التطبيقية للدراسة:

1- تطبيق المقاييس:

لتطبيق المقياس تم التوجه إلى أفراد العينة نحو حجرات الدراسة بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وكذا بعض الطلبة المتواجدين في مكتبة الجامعة حيث قدم لهم المقياسين معاً كمقياس واحد كما تم بعض التوجيهات وكيفية الإجابة على المقياس على أن يتم تسليمه مباشرة بعد الانتهاء من الإجابة عليه .

2- كيفية جمع البيانات الخام:

هنالك اختلاف طفيف بين المقياسين في طريقة جمع البيانات فبالنسبة لمقياس جودة الحياة فقد تمت عملية جمع الدرجات الخام بناء على دليل التصحيح والذي يتضمن أرقام البنود التي تشير إلى جودة الصحة العامة، وجودة العواطف، وجودة شغل الوقت و إدارته، وجودة التعليم والدراسة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، بحيث تحسب درجة الفرد بحساب مجموع الدرجتين على نمطي البند، بعد ذلك تم تفريغ الدرجات في جدول خاص يفرز درجات الطلبة بناء على نوع الجنس، والتخصص

أما بالنسبة لمقياس مركز الضبط تم حساب مجموع درجات الفرد على المقياس ككل، بعد ذلك تم تفريغ الدرجات في الجدول الخاص بتفريغ بيانات مقياس مركز الضبط.

3- أساليب المعالجة الإحصائية:

يعد الإحصاء من أهم الوسائل وأدقها في تحليل النتائج، من التحليل الإحصائي للبيانات التي يحصل عليها الباحث، بمعنى أن تمكن الباحث من القول بدرجة عالية من الثقة، أن الخصائص التي حصل عليها ليست وليدة الصدفة وإنما هي بيانات رصينة تسمح بتكرار نتائج البحث .

استخدمت مجموعة البحث الأساليب الإحصائية المناسبة لبيانات دراستهم على النحو التالي:

- معامل ارتباط بيرسون لتقدير الارتباط بين درجات بين درجات جودة الحياة ومركز الضبط ، وكذا بين درجات الأفراد على مقياس بين درجات جودة الحياة ومركز الضبط.
- معادلة جيتمان للتجزئة النصفية، ومعادلة سبيرمان براون، ومعامل الفا كرونباخ لحساب معامل ثبات أدوات المقياسين .
- التكرارات والنسب المؤوية لوصف أفراد العينة وللتحقق من إجاباتهم على مفردات المقياسين .
- الإنحراف المعياري لقياس تجانس درجات أفراد العينة حول متوسطات درجاتهم على المقياسين .
- مقاييس النزعة المركزية بما في ذلك المتوسط الحسابي، الوسيط، المنوال...إلخ.
- ومقاييس التشتت لتقدير توزيع الأفراد على طول المنحنى الإعتدالي.
- إختبار - ت - لحساب دلالة الفروق بين أفراد العينة، وفق قانون (T.TEST) .

ثالثاً: نتائج الدراسة:

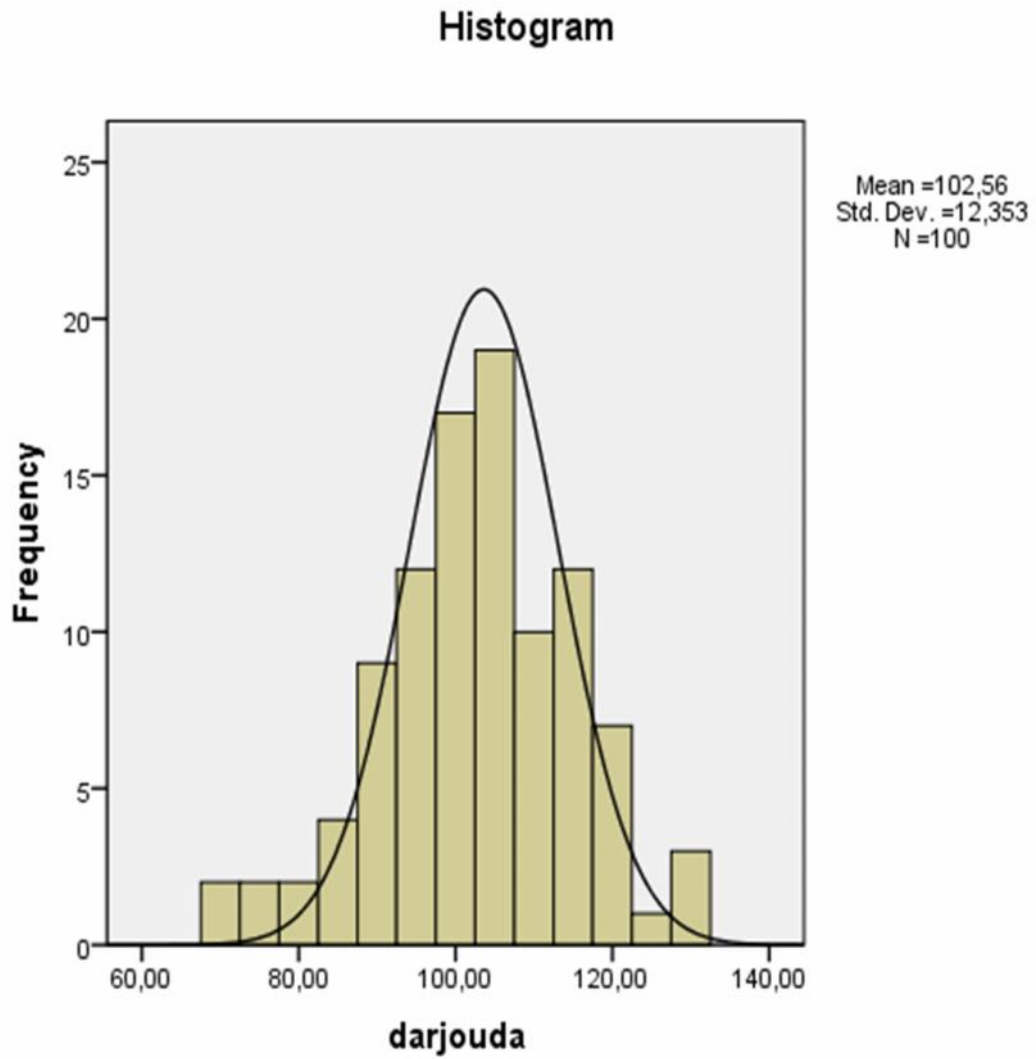
1- المعالم الوصفية لعينة الدراسة بعد تطبيق مقياسي (جودة الحياة ومركز الضبط):

من أجل إعطاء توصيف دقيق لعينة الدراسة وأهم خصائصها بناءً على ما أفرزته نتائج تطبيق المقياسين، قامت مجموعة البحث بإجراء العديد من الأساليب الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) على غرار مقاييس النزعة المركزية والتشتت وتقدير مستوى الدرجات المتحصل عليها، وقبل سرد أي تعليق نورد الجدولين التاليين لإعطاء صورة أوضح.

جدول رقم (06) يوضح الملامح الوصفية لعينة الدراسة بعد تطبيق المقياسيين

المقاييس الإحصائية	درجة مركز الضبط		درجة جودة الحياة
	البعد الداخلي	البعد الخارجي	
المتوسط	44.46	59.84	102.56
الوسيط	44.00	60.5000	103.00
المنوال	39.00	50.00	107.00
الانحراف المعياري	8.63	12.52	12.35
التباين	74.57	156.86	152.59
الالتواء	0.29	-0.16	-0.25
التفرطح	-0.84	-0.74	0.30
المدى	34.00	49.00	61.00
أقل درجة	29.00	34.00	70.00
أعلى درجة	63.00	83.00	131.00
الربيع الأول	37.00	50.25	95.00
الربيع الثاني	44.00	60.50	103.00
الربيع الثالث	50.75	70.00	109.75
مئين 10	34.00	41.10	87.10
مئين 30	38.30	52.30	97.00
مئين 60	46.60	64.00	106.60
مئين 90	57.00	76.90	118.90

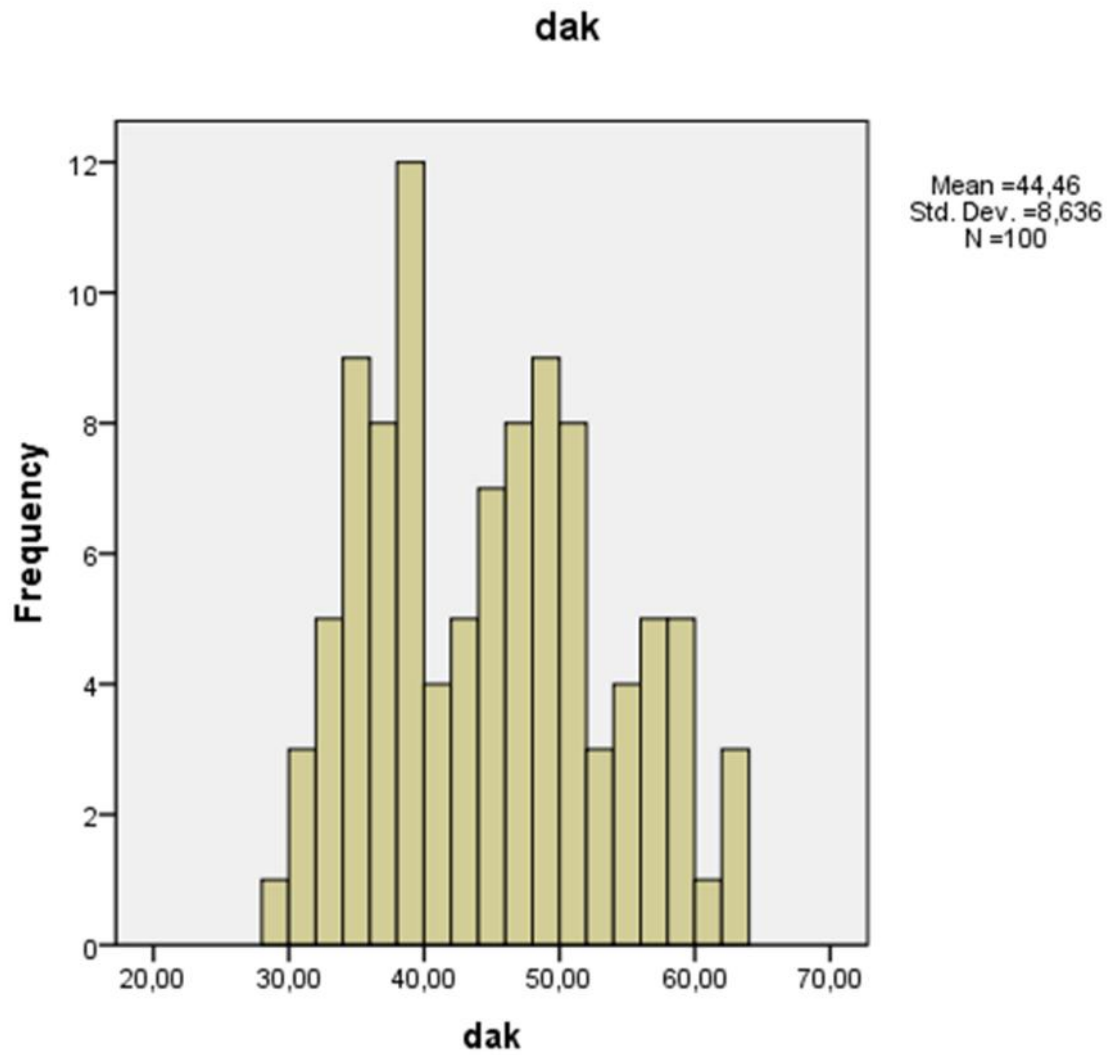
البيانات الوصفية للبيانات (01) يبين الإحصاءات الوصفية للبيانات حسب
متغير جودة الحياة



1

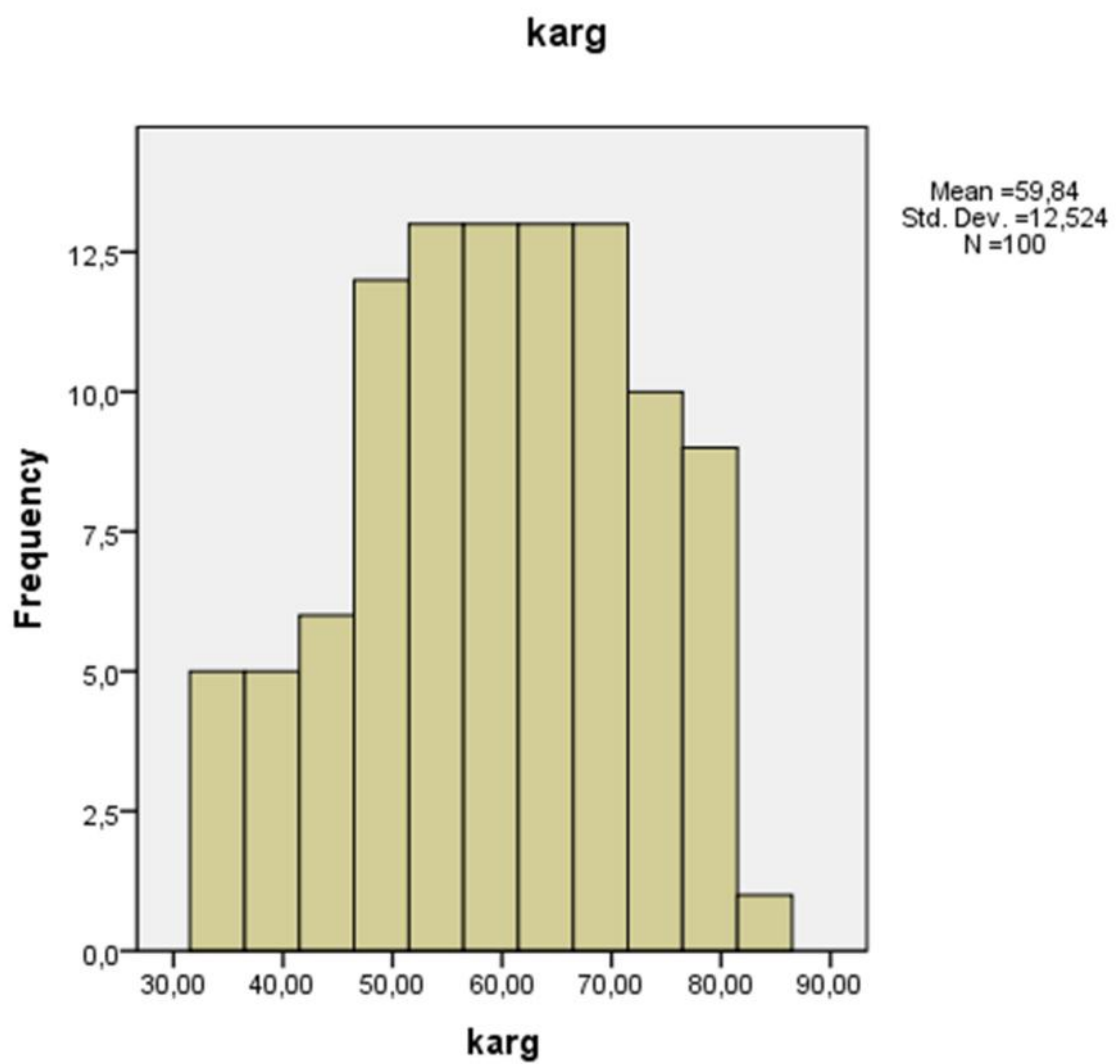
01) بين الإحصاءات الوصفية للعينة حسب

متغير البعد الداخلي لمركز الضبط



01) بين الإحصاءات الوصفية للعينة حسب

متغير البعد الخارجي لمركز الضبط



قبل الخوض في تفصيلات النتائج على ضوء الفرضيات كان لزاما الوقوف على أبرز ملامح العينة بعد توزيع المقياس، من أجل ذلك اعتمدت مجموعة البحث على جملة من المعالجات الإحصائية الوصفية تراوحت بين مقاييس النزعة المركزية والتشتت حسب ما هو موضح في الجدول أعلاه، حيث كشفت نتائج الدراسة عن تقارب يبلغ التطابق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مقياس مركز الضبط والمتوسط الفرضي لذات المقياس وهو ما يكشف من منظور عام درجة الفرضيات التي يبينها أفراد العينة، ومحاولة توظيف مكتسباتهم المعرفية في المجال الذي يناسبها غير بعيد عن تلك القراءة التي أشارت إليها قسمة الوسيط على ذات المقياس، ذات القراءة وتبرز قيمة التبيان للكشف عن نسب واضحة للأفراد على متصل المقياس مما أدى إيجابيا على قيمة الالتواء التي تقاربت نتائجه إلى اعتدالية درجات أفراد العينة توزع توزيعا اعتداليا على طول المنحنى الإعتدالي، وهذا بالانتقال إلى مقياس جودة الحياة، تبرز جملة من المعايير الإحصائية التي يمكن الخروج منها للخوض في تفصيلات نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات، حيث تكشف قيمة المتوسط الحسابي الفرق بين قيمتي المتوسط الحسابي والفرضي للمقياس، كما تبيننت قيمة الربيع الأول (95%) من أفراد العينة وتزيد قيمته على المتوسط الفرضي، وهي أبرز الملامح الإحصائية لنتائج الدراسة.

جدول رقم (07) يوضح استجابة الأفراد على بدائل مقياس جودة الحياة

تكرارات بدائل الاستجابة على كل فقرة من فقرات المقياس											رقم الفقرة
11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
13	02	05	08	06	58	11	12	09	08	04	أبدا
04	02	11	07	13	09	26	12	15	10	12	قليل جدا
07	16	18	21	11	14	42	30	23	28	33	إلى حد ما
09	28	27	25	10	12	14	28	36	42	22	كثيرا
67	52	39	39	60	07	07	18	17	12	29	كثيرا

											جدا
22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	رقم الفقرة
43	12	15	31	15	03	07	08	02	07	03	أبدا
08	19	24	16	18	10	07	08	16	04	02	قليلا جدا
18	38	37	26	39	40	21	23	37	21	09	الى حد ما
10	18	18	11	19	28	45	16	24	24	24	كثيرا
21	13	06	16	09	19	40	21	21	44	62	كثيرا جدا

ما يمكننا الوقوف عنده من خلال القيم الموضحة في الجدول يتضح بأن البديل كثيرا جدا يحمل أكبر نسبة في الاستجابة على فقرات مقياس جودة الحياة من طرف أفراد العينة ومنه يتبين بأن النسبة مرتفعة، وعلى هذا الأساس ما يمكننا استنتاجه والوقوف عليه من خلال النتائج المتحصل عليها والمفسرة من قبل أفراد العينة يتبين ويتضح لنا أن جميع أفراد العينة اختاروا البديل كثيرا جدا، وهذا تجاوبا مع مفردات المقياس الذي قدم لهم، وبالتالي فإن أغلبية الطلبة الجامعيين من خلال تحليل استجاباتهم و بغض النظر عن جنسهم وتخصصهم، فأنهم يشعرون ويعيشون حياة جيدة ومتنوعة ملئها الهناء والسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي، وشعورهم بالرضا الشخصي والذاتي، فهم يحسون بحالة من المرح والهناء من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية.

جدول رقم (08) يوضح استجابة الأفراد على بدائل مقياس مركز الضبط

تكرارات بدائل الاستجابة على كل فقرة من فقرات المقياس																	رقم الفقرة
17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
12	17	11	58	17	27	39	51	33	20	48	68	14	51	33	31	42	موافق تماما
20	37	28	31	28	50	41	38	33	23	41	24	38	36	46	36	38	موافق
19	22	26	04	38	16	16	02	14	32	05	06	26	11	11	21	16	غير متأكد
31	12	14	03	04	01	/	01	05	08	02	/	17	02	02	09	02	معارض
22	21	16	08	11	11	12	17	11	58	17	27	39	51	33	20	28	معارض تماما
34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	رقم الفقرة
30	23	18	14	19	09	23	21	35	21	25	22	21	16	08	11	11	موافق تماما
42	27	19	26	31	40	39	30	37	28	37	48	43	28	16	21	28	موافق
17	32	17	18	34	23	23	32	17	26	26	21	25	22	23	25	20	غير متأكد
/	12	30	28	19	21	10	11	07	13	09	04	07	19	28	26	18	معارض
06	06	16	14	04	07	05	06	04	12	03	05	04	15	25	17	23	معارض تماما

ما يمكننا الوقوف عنده من خلال القيم الموضحة في الجدول يتضح بأن البديل موافق يحمل أكبر نسبة في الإستجابة على فقرات مقياس مركز الضبط من طرف أفراد العينة ومنه يتبين بأن النسبة مرتفعة، وعلى هذا الأساس ما يمكننا استنتاجه والوقوف عليه من خلال النتائج المتحصل عليها والمفسرة من قبل أفراد العينة هو أن جميع أفراد العينة سواء إناثا أو ذكورا ومن خلال استجاباتهم على فقرات المقياس المقدم لهم وبالتالي يكون في ذهنهم الطلبة الجامعيين اعتقاد وإدراك بأن نتائج الأحداث والعواقب التي تحدث له في حياتهم اليومية سواء كانت ايجابية أو سلبية هي نتيجة لتحكمهم الشخصي ولجهودهم الخاصة ولإرادتهم وأفعاله وأنها نابعة من ذواتهم وأنهم هم مسؤولون عن ما يحدث لهم وهذا ما يشير ويفسر مركز الضبط الداخلي لديهم، وأما إذا كانت نتائج الأحداث والعواقب التي تحدث له في

حياتهم يعزونها إلى عوامل وقوى خارجية كالحظ والصدفة والقضاء والقدر ولا دخل للارادتهم وتحكمهم الشخصي فيها وهذا ما يشير ويفسر مركز الضبط الخارجي.

2- عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات:

بعد المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها من طرف أفراد العينة، نعرض فيما يلي أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، وذلك في ضوء الفرضيات المشار إليها سابقا

2-1- نتائج اختبار الفرضية الأولى:

ومنطوقها لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومركز الضبط.

للتحقق من صحة الفرضية العامة تم استخدام اختبار بيرسون للكشف عن دلالة العلاقة الارتباطية وتم التوصل إلى النتائج المبينة في الجدول التالي :

جدول رقم (09) يوضح العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط

علاقة	مركز الضبط	معامل الارتباط	العينة	sig
جودة الحياة	الداخلي	0.28**	100	0.72
	الخارجي	-0.18	100	0.004

عند محاولة استنتاج الأرقام الواردة في الجدول تنتظم في متصور الباحث جملة من المعالم التي ينبغي إيضاها ما يلزم من القراءة والوصف والتحليل، بما أن الدراسة تنطلق من السؤال الذي تتولاه الفرضية السابقة بالإجابة، فكلما كانت الفرضية المعدومة محل البحث تشير إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة ومركز الضبط، اعتمدت الطالب الباحث على المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك بعد تفريغ البيانات من الإستمارات التي تم توزيعها على أفراد عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون الذي يندرج تحت مظلة الاساليب الإحصائية البارامترية، كشفت النتائج الموضحة في الجدول أعلاه عن عدم وجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة ومركز الضبط.

ويمكن التعبير عن هذه النتائج من منطلق البيانات المحصل عليها، حيث أن قيمة معامل الارتباط أكبر من (0.05) فإن النتائج المتحصل عليها غير دالة إحصائية .

2-2- نتائج اختبار الفرضية الثانية

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس .

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T.TEST) ت للكشف عن دلالة الفروق وتم التوصل إلى نتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (10) يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في جودة الحياة

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
جودة الحياة	إناث	56	104.50	12.03	1.79	0.76	98
	ذكور	44	100.09	12.44			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه ليست هناك فروق بين الجنسين في الإحساس بجودة الحياة، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T) التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في الإحساس بجودة الحياة.

نتائج اختبار الفرضية الثالثة

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس .

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T.TEST) ت للكشف عن دلالة الفروق وتم التوصل إلى نتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (11) يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في مركز الضبط الداخلي

المتغير	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
مركز الضبط الداخلي	56	44.37	7.96	-0.11	0.91	98
	44	44.56	9.56			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه لست هناك فروق بين الجنسين في مركز الضبط النفسي، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T)

التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في مركز الضبط الداخلي .

نتائج اختبار الفرضية الرابعة

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس .

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T.TEST) ت للكشف عن دلالة الفروق وتم التوصل إلى نتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (12) يوضح نتائج الفروق بين الجنسين في مركز الضبط الخارجي

المتغير	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
مركز الضبط الخارجي	56	62.25	12.78	2.21	0.02	98
	44	56.77	11.61			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه لست هناك فروق بين الجنسين في مركز الضبط النفسي، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T) التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في مركز الضبط الخارجي .

نتائج اختبار الفرضية الخامسة

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام تحليل التباين بحساب قيمة F - وتم التوصل إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (13) يوضح تحليل التباين للتخصصات الدراسية للبعد الداخلي لمركز الضبط

المتغير	البعد	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
مركز الضبط	الداخلي	العلوم الاجتماعية	50	44.12	9.11	-0.39	0.69	98
		العلوم الإنسانية	50	44.80	8.21			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه لست هناك فروق في التخصص في مقياس مركز الضبط الداخلي، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T) التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق.

نتائج اختبار الفرضية السادسة

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس ومركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام تحليل التباين بحساب قيمة $F -$ وتم التوصل إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (14) يوضح تحليل التباين للتخصصات الدراسية للبعد الخارجي لمركز الضبط

المتغير	البعد	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
مركز الضبط	الخارجي	العلوم الاجتماعية	50	58.42	13.43	-0.39	0.69	98
		العلوم الإنسانية	50	61.26	11.50			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه لست هناك فروق في التخصص في مقياس مركز الضبط الخارجي ، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T) التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق.

نتائج اختبار الفرضية السابعة

ومنطوقها ليست هناك فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام تحليل التباين بحساب قيمة $F -$ وتم التوصل إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (15) يوضح تحليل التباين للتخصصات الدراسية لجودة الحياة

المتغير	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	T	SIG	DF
جودة الحياة	العلوم الاجتماعية	50	99.96	13.08	-2.14	0.03	98
	العلوم الإنسانية	50	105.16	11.10			

ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول هو انه لست هناك فروق في التخصص في مقياس جودة الحياة ، عند مستوى الدلالة (0.05) وذلك بالرجوع إلى قيمة (T) التي تعتبر غير دالة إحصائياً وتشير بذلك أن الفرضية قد تحققت مما يعني عدم وجود فروق.

3- مناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والواقع والدراسات السابقة: مناقشة الفرضية الأولى:

ومنطوقها لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي، توصلت نتائج الدراسة الحالية إلى عدم وجود علاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي.

وتفسير هذه النتائج حسب ما تم التحصل عليه من نتائج من خلال تطبيق معادلات معامل الارتباط على المقاييس والتي أثبتت عدم وجود العلاقة، ويتضح من هذا بأن جودة الحياة لا تدخل في تشكيل مركز الضبط النفسي، كون هذا الأخير هو نابع من طبيعة الطلاب، فإذا أدرك الطالب الجامعي أنه بقدرته وباستطاعته التحكم والسيطرة في مجريات الأحداث ونواتجها وأنها ترجع لمجهوده وتحكمه الشخصي، وبالتالي كانت نتائجه ايجابية، وبالتالي تحقق له الرفاهية والسعادة والحياة الجيدة الممتلئة بالدفء والسعادة، وشعوره بالرضاء والهناء الشخصي والاستقرار الأسري والمهني، وشعوره بالرضاء الشخصي والذاتي، وإشباعه لحجته، وإعطائه قيمة لحياته، كما أن الطالب الجامعي قد مر بأصعب المراحل التعليمية، ووجوده في الجامعة يعني اجتيازه وتغلبه على المعوقات والصعوبات التي واجهته وتحقيقه للنجاح في كل هذه المراحل التي مر بيها والوصول إلى أهدافه، وهذا ما يولد بداخله

رضاه عن حياته الجامعية ويدعم تمتعه بجودتها كما يولد فيه ثقة بقدراته وإمكاناته في تحقيق المزيد من النجاحات وهذا مما يوحي بأن توفر جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين أو إحساسهم وشعورهم بالحياة الجيدة، فالطلب الجامعي الذي يعيش حياة جيدة ينظر ويقبل على أعماله وهو يحمل توقعات ايجابية عن نتائج أعماله، بعكس الطالب الذي لا يشعر بجودة الحياة فيقبل على أداء الأعمال وهو غير واثق من نفسه وقدراته لأنه غير راضي عن الحياة التي يعيشها وهذا ما أكدته دراسة "ديو وهوبز" (1994) التي هدفت إلى تبين مدى رضا طلاب الولايات المتحدة الأمريكية عن حياتهم.

مناقشة الفرضية الثانية:

والتي تنص على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس، ويمكن تفسير ذلك أن كلا الجنسين يعيشون حياة جيدة ومتناغمة مليئة بالسعادة والرفاهية والهناء الشخصي، وبالتالي فإن معظم الطلبة الجامعيين بعض النظر عن جنسهم فهم وبفضل إدراكهم واعتقاداتهم لمجريات ومضامين الحياة اليومية وبفضل تحكمهم الشخصي، فإنهم يعيشون حياة ينعمون بجودتها، وبالتالي فالطلاب الجامعيين مثلاً فإنهم يشعرون بالسعادة النفسية الناتجة من رضاهم بظروف حياتهم اليومية، فهم يحسون بحالة من المرح والهناء من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية، وبالتالي كما هو الحال مع عنصر الطلبات فإنهم يعيشون في رفاهية وهناء، وحياة ملؤها السعادة ورضاهن الشخصي، بالتالي فهن يشعرن بدرجة من السعادة النفسية الناتجة من رضاهن بظروف حياتهن اليومية، وهذا ما أكدته دراسة "رول" (2007) التي هدفت إلى تبين شباب جنوب إفريقيا فكلماً كان الشباب أكثر تدنياً كان أكثر شعوراً بجودة الحياة وأكثر رضا عن الحياة.

مناقشة الفرضية الثالثة:

و تنص هذه على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص، وأظهرت نتائج إختبار الفرضية عن عدم وجود فروق بين الجنسين في جودة الحياة.

وتفسر ذلك ما توصلت إليه الدراسة بعد تحليل نتائج استجابات الأفراد على المقياس، ومن ذلك نرى بان جميع الأفراد حسب مختلف التخصصات الدراسية يعيشون حياة جيدة، فجل الطلبة الجامعيين بغض النظر عن التخصص الدراسي الذي يدرسونه سواء طلبة

الدراسات العلوم الإنسانية، أو طلبة دراسات العلوم الاجتماعية، فأنهم يعيشون حياة جيدة ومتناغمة مليئة بالسعادة والرفاهية والهناء الشخصي، فهم يحسون بحالة من المرح والهناء وذلك من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم لها في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية، وهذا مما يوحي بتوفر جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين أو إحساسهم وشعورهم بالحياة الجيدة، وهذا ما أسفرت وأشارت إليه دراسة العادلي (2006) التي هدفت إلى تبين مدى إحساس طلبة كلية التربية بالمرستاق بمستوي جودة حياتهم حيث كان جل الطلاب يشعرون بمستوى عالي من الإحساس بجودة ورفاهية الحياة.

مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

والتي تنص على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس، وأظهرت نتائج اختبار الفرضية عن عدم وجود فروق في الجنس في مركز الضبط الداخلي.

وتفسير عدم الاختلاف بين الجنسين في مركز الضبط الداخلي كون أن هذا الأخير في واقعنا الحاضر أصبح لا يتصف به عنصر الذكور فقط بل بتغير ثقافة المجتمع وعاداته ونظراته الايجابية لعنصر الايئات، أصبح الأمر يقتصر حتى على عنصر الايئات، وبالتالي فإن مركز الضبط هو اعتقاد وإدراك في ذهن الطالبة الجامعيين بغض النظر عن جنسهم، بأن نتائج الأحداث والعواقب التي تحدث لهم في حياتهم اليومية سواء كانت ايجابية أو سلبية هي نتيجة لتحكمهم الشخصي ولجهودهم الخاصة ولإرادتهم وأفعالهم وأنهم هم المسؤول عن ما يحدث لهم، وهذا ما تفسره دراسة "براون" (1980) التي هدفت لتبيين مركز الضبط الداخلي لدى الطلبة المراهقين الأسوياء والجانحين بحيث كلما كان الضبط لديهم داخليا كان التحصيل مرتفعا أكثر لديهم.

مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

والتي تنص على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس، وأظهرت نتائج اختبار الفرضية عن عدم وجود فروق في الجنس في مركز الضبط الخارجي.

وتفسير عدم الاختلاف بين الجنسين سواء عنصر الايئات أو الذكور في مركز الضبط الخارجي كون أن هذا الأخير في واقعنا الحاضر أصبح لا يقتصر على عنصر الذكور فقط بل بتغير ثقافة المجتمع وعاداته ، أصبح الأمر يقتصر حتى على عنصر الايئات، وبالتالي

فأن مركز الضبط الخارجي هو اعتقاد وإدراك لدى الطلبة الجامعيين بغض النظر عن اختلاف جنسهم، فهم يدركون بأن نتائج الأحداث والعواقب التي تحدث لهم في حياتهم اليومية سواء كانت ايجابية أو سلبية هي نتيجة لعوامل وقوى خارجية لا يستطيعون التحكم والتأثير فيها ونتيجة لعوامل الحظ والقدر والصدفة ولا تؤل لتحكمهم الشخصي وهذا ما تفسره دراسة "مورو" (2006) التي هدفت لتبيين مركز الضبط الخارجي لدى الطلبة المتفوقين والعاديين في المدارس حيث دلت الدراسة أن الطلبة ذوي الضبط الخارجي أفضل في الانجاز .

مناقشة الفرضية السادسة:

والتي تنص على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص، وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في مركز الضبط الداخلي بين الأفراد حسب التخصص.

وعدم وجود فروق في مركز الضبط الداخلي بين الأفراد في التخصص قد يعود إلى التقارب في المحددات الوجدانية المتمثلة في ميل وطموح الطلبة في مختلف التخصصات واجتياز مراحل دراسية أخرى والتطلع إلى الدراسات العليا مما يجعل الفروق تنعدم عند التخصصات، وبالإضافة إلى ذلك أن اختيار التخصص غالباً يتم وفق الرغبة فلا يمكن أن يتم الإقبال على تخصص غير مرغوب فيه لضمان مستقبل جيد، علاوة على ذلك أنه لا يوجد اختلاف بين الطلبة في مختلف التخصصات من حيث القدرات العقلية، وبالتالي فإن جل الطلبة الجامعيين بغض النظر عن تخصصهم الدراسي الذي يدرسون، فإنهم ومن خلال تطلعهم ومواكبة لحياتهم وللظروف الحياتية التي يعيشونها والتي يواجهونها سواء كانت هذه الظروف التي يمرون بيها سلبية أو ايجابية فإنهم ينشأ لديهم اعتقاد بأن نتائج الأحداث والعواقب التي تحدث لهم في حياتهم اليومية هي نتيجة لتحكمهم الشخصي ولجهودهم الخاصة ولإرادتهم وأفعالهم وأنهم هو المسؤولون عن ما يحدث لهم نتيجة لاجتهادهم ومجهودهم الشخصي وهذا ما تفسره دراسة "وود وآخرون" (2009) التي هدفت لتبيين مركز الضبط الداخلي لدى طلاب كلية التمريض بحيث وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن طلاب ذوي الضبط الداخلي يتميزون بوجود مهارات واستراتيجيات النجاح الأكاديمي والعلاقات الجيدة مع غيرهم .

مناقشة الفرضية السابعة:

والتي تنص على عدم وجود فروق بين درجات أفراد العينة في مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص، وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في مركز الضبط الخارجي بين الأفراد حسب التخصص.

وعدم وجود فروق في مركز الضبط الخارجي بين الأفراد في التخصص قد يعود إلى التقارب في المحددات الوجدانية المتمثلة في رغبة وطموح الطلبة في مختلف التخصصات واجتياز مراحل دراسية أخرى والتطلع إلى الدراسات العليا مما يجعل الفروق تتعدم عند التخصصات، وبالإضافة إلى ذلك أن اختيار التخصص غالباً يتم وفق الميول والرغبة فلا يمكن أن يتم الإقبال على تخصص غير مرغوب فيه لضمان مستقبل واعد، علاوة على ذلك أنه لا يوجد اختلاف بين الطلبة في مختلف التخصصات من حيث التفكير والقدرات العقلية، وبالتالي فإن جل الطلبة الجامعيين بغض النظر عن تخصصهم الدراسي الذي يدرسون، فإنهم ومن خلال تطلعهم ومواكبة لحياتهم وللظروف الحياتية التي يعيشونها والتي يواجهونها سواء كانت هذه الظروف التي يواجهونها ويمرون بيها سلبية أو ايجابية فإنهم ينشأ لديهم اعتقاد بأن هذه الأحداث والظروف التي حدث له نتيجة لقوى وعوامل خارجية ونتيجة للحظ والصدفة ولا تعود لتحكمهم الشخصي، وهذا ما تفسره دراسة "محمود عوض" (1994) التي هدفت لتبيين العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات لدى طلاب ذوي صعوبات التعلم بحيث أسفرت نتائج الدراسة انه لا توجد فروق لدى الطلاب في مركز الضبط الخارجي .

الاستنتاج العام للدراسة واقتراحاتها:

لقد تم في الدراسة الحالية البحث في العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطلبة الجامعيين، باعتبار هذين المتغيرين لما لهما الأثر البالغ في حياة الطلبة الجامعيين الدراسية أو الحياتية منها، فالطالب الجامعي يعي ويدرك ان مسببات النجاح والفشل إما ترجع وتؤول لتحكمه الشخصي وإما تعزو وتعود لعوامل وقوى خارجية نتيجة الحظ والصدفة، وكل هذه العوامل والقوى فهي تحقق له رفاهية العيش والحياة الجيدة التي ملؤها الاستقرار والعيش الهنيئ.

وبناءً عليه هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي، وذلك من خلال تقديم الإطار النظري لكل من متغيري الدراسة، وتم محاولة الإلمام بكل ما يخص موضوع جودة الحياة ومركز الضبط النفسي.

وتم بناءً على مشكلة الدراسة تناول فرضيات الدراسة، والتوصل إلى النتائج التالية:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة ومركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعيين

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير الجنس .
ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة يعزى لمتغير التخصص .
ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير الجنس .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الداخلي يعزى لمتغير التخصص .

ليست هناك فروق في درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط الخارجي يعزى لمتغير التخصص .

وأخيراً يجدر الإشارة إلى أنه رغم تحقق فرضيات هذه الدراسة والتي من خلالها كشفت بعض الغموض عن كل من متغير جودة الحياة ومتغير مركز الضبط النفسي، إلا أن هذه النتائج بحاجة إلى مزيد من البحث والتقصي من أجل الوصول إلى ضبط أكثر للمتغيرات من خلال تحسين شروط البحث واستخدام أدوات قياس أكثر دقة، كما يقترح الطالب الباحث مجموعة من المقترحات:

* اقتراح برنامج تدريبي لتفعيل مركز الضبط الداخلي والخارجي لدى الطلاب الجامعيين

* إجراء برنامج إرشادي لتنمية مركز الضبط الداخلي والخارجي لدى الطلبة الجامعيين.

*دراسة الأساليب التربوية التي تعتم على تنمية مركز الضبط الداخلي والخارجي لدى الطلاب الجامعيين

*ضرورة اهتمام المربين بتنمية مركز الضبط الداخلي لدى أبنائهم وطلبتهم من خلال إعطائهم الفرصة، على اتخاذ القرار، وتحمل المسؤولية، وبتث الثقة في أنفسهم بقدرتهم على العمل والمواجهة والنجاح.

*يجب على القائمين على التعليم الجامعي أن يقوموا بدور فعال ومهم في إدراك مركز الضبط لدى الطلبة الجامعيين، وتعديلها لهم بواسطة برامج تدريبية.

*تشجيع البحوث في ميدان علم النفس الايجابي، خصوصا في مجال جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

*زيادة الاهتمام من قبل مؤسسات المجتمع بفئة الطلبة الجامعيين والعمل على تقديم الدعم والمساندة بكافة أشكالها وأبعادها لهم من أجل تعزيز الثقة بالنفس والوصول بهم نحو تحقيق جودة أفضل لحياتهم والرضا عنها.

تفعيل دور المتخصصين في هذا المجال من أجل الإسهام بشكل إيجابي على إيجاد أعلى مستوى لجودة الحياة بالنسبة للطلبة الجامعيين

*بناء برامج إرشادية لتنمية جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين من أجل تحسين النظرة الايجابية للحياة.

*إجراء العيد من الدراسات للتعرف على أسباب انخفاض جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- العساف ، صالح بن حمد (1995)، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط1، مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع، السعودية .
- الشافعي، فداء سالم محمد(1998) ، علاقة مركز الضبط بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- العالم، سمر صلاح محمد(1999) ، العلاقة بين مركز الضبط لدى معلم اللغة الانجليزية والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الصف العاشر في محافظة نابلس، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- ابوبكر، مصطفى محمود واللح احمد عبد الله(2002)، البحث العلمي تعريفه خطواته مناهجه مفاهيمه الإحصائية، ب ط، الدار الجامعية للنشر والتوزيع.
- أبو علام، رجاء محمود (2004)، مفاهيم البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط1، دار النشر للجامعات جمهورية مصر العربية، مصر.
- الحربي، حنان بنت حمادي سليم اللهبي(2006)، معتقدات الكفاية العامة والأكاديمية واتجاه الضبط وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والأكاديمية لدى عينة من طلاب وطلبات أم القرى، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- الرشيدى، خالد عبيد خالد(2008)، وجهة التحكم وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة حائل، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.
- الخثمي، صالح بن سفير بن محمد(2008)، وجهة الضبط الاندفاعية لدى المتعاطين وغير المتعاطين للهروين، ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، السعودية.

- أسمهان، عزوز(2009)، مصدر الضبط الصحي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضى القصور الكلوي المزمن، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
- أبو سكران، عبد الله يوسف(2009) ، التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط الداخلي والخارجي للمعاقين حركيا بقطاع غزة، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الهمص، صالح إسماعيل عبد الله (2010) ، قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية في قطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- أمال، بواليف(2010) ، مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة باجي مختار، عنابة.
- الجمالي، فوزية عبد الباقي، ومحمود هويدة حنفي(2010) ، فاعلية الذات المدركة ومدى تأثيرها على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسيا ، مجلة الاكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا،المجلد01،العدد01، 69.
- العفاري، ابتسام بنت هادي بن احمد(2011) ، العلاقة بين وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى عينة من طالبات أم القرى بمكة، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- أبو الهدى، إبراهيم محمود (2011)، دراسة سيكومترية إكلينيكية لقلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المعاقين بصريا والمبصرين، مجلة كلية التربية، العدد (35)، ب.م، 699.
- الهنداوي، محمد إبراهيم حامد(2011) ، الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضاء عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظات غزة ، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

- الفراء، إسماعيل صالح والنواجحة زهير عبد الحميد(2012) ، الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة، مجلة جامعة الأزهر بغزة، المجلد 14، العدد 02 ، 66.
- احمان، لبنى(2012) العلاقة بين مصدر الضبط والمعتقدات اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة الجامعيين، مجلة الواحات للعلوم والدراسات، د.م، العدد، ص ص 206.
- أمال، بوعشية(2013) ، جودة الحياة لدى ضحايا الإرهاب، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 13، ب م ، .
- السويركي، رمزي شحده سعيد(2013) ، الأمن النفسي وعلاقة بالاستقلال والاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا بمحافظة غزة، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- أبو يونس، إيمان محمود محمد(2013) ، الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالتفكير الناقد وجودة الحياة لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة خان يونس، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- العجوري، احمد حسين إبراهيم (2013) ، الذكاء الاجتماعي وعلاقته بجودة الحياة لدى المعلمين والمعلمات بمحافظة شمال غزة ،مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- أمال، بوعشية(2014) ، جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة محمد خيضر، بسكرة
- العروقي، أسمهان نبهان سليمان(2014) ، الاغتراب النفسي وجودة الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- العقبى، لبنى(2015) ، مركز الضبط وعلاقته بجودة الحياة لدى المساعدين التربويين، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

- الفزي، سعد رزيق مرزوق(2015) ، الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى المرشدين الطلابيين بمحافظة ينبع، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- المقابشة، محمد احمد خدام(2015) ، جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، المجلد 10، العدد 01، 34.
- احمد، مسعود(2015) ، بحوث جودة الحياة في العالم العربي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 20 ، ب.م، 205.
- السلمي، عبد العالي عبد الرحمان(2015)، الذكاء الانفعالي والتسامح وعلاقتها بجودة الحياة لدى منسوبي الدفاع المدني بمدينة جدة ، مذكرة ماجستير غير منشورة جامعة أم القرى.
- أبو شمالة، رجاء محمد عبد الهادي(2016)، جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والمهارات الحياتية لدى زوجات الشهداء في قطاع غزة ، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الحربي، فهد بن مصنات حجاج(1426) ، التسامح والرضا عن الحياة لدى معلمي التعليم العام بمحافظة النبهانية مذكرة ماجستير غير منشورة جامعة أم القرى
- الجحيشي، قيس محمد على وإبراهيم يوسف حنا(د س) اثر برنامج تربوي في تغيير موقع الضبط الخارجي إلى الداخلي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، ب.ع، ب.م. .
- بني عطا ، زايد صالح (2012) ، تطوير مقياس مركز الضبط وفق نموذج التقدير العام لموراكي ، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس ، العدد 02 ، المجلد 10 ، 77.
- بواد ، نقيه (2016) ، جودة الحياة وعلاقتها بفعالية الذات ، مذكرة ماستر غير منشورة ، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي.
- بلوم، محمد وحلاسة فايزة(2016) ، تصميم مقياس مصدر الضبط في المجال الدراسي لدى عينة من المراهقين المتمدرسين، مجلة العلوم النفسية والتربوية، ب.ع ، ب.م، 33 .

- بسماء، ادم، والحجان ياسر(2014) ، جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية ،المجلد36،العدد05، 352-354.
- بوزيد، إبراهيم(2009) ، علاقة وجهة الضبط باليأس لدى عينة من العائدين إلى الجريمة، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- بن الزين،نبيلة(2005) ، مركز الضبط لدى الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسيا، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- بني خالد، محمد سليمان(2009) ، مركز الضبط وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة العلوم التربوية في جامعة ال البيت، مجلة الجامعة الإسلامية،العدد02،المجلد17، 46.
- زاير، السعيد(2013) ،جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- خولة، تواتي احمد(2014) ، اتخاذ القرار الدراسي وعلاقته بكل من مركز الضبط وتحمل المسؤولية الشخصية، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي.
- زليخة، سايح (2015) ،علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي، مذكرة ماجستير غير منشورة ، جامعة أبي بكر بالقايد، تلمسان
- حرطاني أمينة، وازيدي كريمة(2016) ،علاقة المشكلات السلوكية عند الأبناء بجودة الحياة عند الأمهات، مجلة العلوم النفسية والتربوية، ب.ع ، ب.م ، 34.
- حرطاني، أمينة(2015) ، جودة الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة وهران ،
- كريمة، لكحل(2014) ،جودة الحياة لدى المتقاعدين، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- كريمة، شربي(2015) ، جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسية لدى الممرضين والممرضات، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

- كريمة، بحرة(2015) ، جودة حياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة وهران
- مريم، شيخي(2014) طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة أبي بكر بالقايد، تلمسان.
- مبارك، بشرى عناد(د.س) جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، مجلة كلية التربية، العدد99، ب.م ، 720.
- منصور، بن زاهي ونبيلة بن الزين(2012) ، مركز الضبط الداخلي- الخارجي في المجال الدراسي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد، 07 ، ب.م ، 25.
- بشير، معمريّة (2007)، القياس النفسي وتصميم أدواته للطلاب والباحثين، ط2، منشورات الحبر، الجزائر .
- مرزاقّة، وليد(2009)، مركز الألم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضي السرطان، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
- مكاوي، هناء(2015) وجهة الضبط الداخلية والخارجية وأثرها على الجانب العلائقي لدى الأستاذ المصاب بضغط الدم، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- نعيّسة، رغداء علي(2012)جودة الحياة لدى طلبة جامعة دمشق وتشيرين، مجلة جامعة دمشق، المجلد28، العدد01 ، 159.
- سليمان، حنان مجدي صالح(2009) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مريض السكر المراهق، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق.
- سحبان، هاجر(2014) جودة الحياة لدى الممرضين ، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي، ورقلة
- سكر، حيدر كريم(د س) ما وراء الذاكرة وعلاقته بوجهة الضبط لدى طلبة الجامعة، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 33. ب م ، 71.

- سليمان، خالد شاهر(د س) قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تابوك وتأثيرها ببعض المتغيرات عليها، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 117، ب م، 127.
- عليان، وفاء مصطفى محمد(2015) الجمود الفكري وقوة الأنا وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعات بمحافظة غزة، مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة
- عائشة، بدوي ومفيدة زكور(د س)مركز الضبط وعلاقته بمهارات التعامل مع الضغوط المهنية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ب .ع، ب. م ، 409.
- على، أمحمدي(2013) الأسلوب المعرفي الاعتماد- الاستقلال عن المجال الإدراكي وعلاقته بمركز الضبط على ضوء متغير الجنس والتخصص والبيئة، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة وهران، الجزائر
- عبد قلجة، زاهر عمر(2015)،التقاول والتشاؤم وعلاقتها بمركز الضبط والتحكم لدى الأطفال الأيتام في معهد الأيتام بغزة،،مذكرة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبد الملك حبا(2015)الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- عبد الله، هشام إبراهيم(2008) جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، المجلد 14، العدد 04 ، 139.
- عبدالصادق، هاجر(2015) مركز الضبط الداخلي والخارجي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي.
- فاطمة، بوزيان(2015) استراتيجيات المواجهة وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من الأرامل، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- قدوري خليف (2012)، الرضا عن التوجيه الدراسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، مذكرة ماجستير (غير منشورة) جامعة مولود معمري ، تيزي وزو، الجزائر .

- قنديجلي، عامر (1999) البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات، ط1، دار اليازوري للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- راضي، ابتسام (د.س)، الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية ،المجلد 20، العدد 82، 697.
- شهاب، شهرزاد محمد (2010)، موقع الضبط وعلاقته بمتغير الجنس وسنوات الخدمة لدى المرشدين التربويين في مركز محافظة نينوى، مجلة الدراسات التربوية، ب ع ، ب م ، 11.
- تيايتية، فوزي (2008)، علاقة وجهة الضبط باليأس لدى عينة من العائدين إلى الجريمة رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حسينية بن بوعلي ، الشلف.
- ضيف، حنان (2015)، علاقة مركز الضبط بالأداء الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- غزاير، عايدة (2015) الإستراتيجية الأكثر ممارسة لمواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بجودة الحياة، مذكرة ماستر غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

الملاحق

ملحق رقم (01) يوضح أسماء الأساتذة المحكمين لمقياسي جودة الحياة ومركز الضبط.

الدرجة العلمية	التخصص	أسماء الأساتذة
ماجستير	علم النفس التنظيم والعمل	زاكي مناوي
ماجستير	علم النفس تنظيم وعمل	عمار حمامة
دكتوراه	علم النفس	فارس إسعادي
دكتوراه	علم النفس	خليف زواري فرحات
دكتوراه	علم النفس الاجتماعي	أحمد جلول
دكتوراه	علم النفس المدرسي	احمد فرحات
استاذ مساعد	مدارس ومناهج العلوم	الساسى حوامدي

ملحق رقم (02) يوضح تعليمة استبيان الأساتذة المحكمين

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص إرشاد وتوجيه

إستمارة صدق المحكمين

الاسم واللقب:

الدرجة العلمية:

التخصص:

أستاذي الفاضل/ أستاذتي الفاضلة:

تحية طيبة وبعد

فصد إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه الموسومة بعنوان (جودة الحياة وعلاقتها بمصدر الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي)، نضع بين أيديكم هذا الاستمارة لتحكيمها وتقديم الملاحظات حولها فيما يخص السلامة اللغوية وملائمة البنود مع أبعاد الموضوع. ونظرا لما تتمتعون به من خبرة علمية نرجو أن تتكرموا بإبداء آرائكم في الحكم على صلاحية العبارات التي يتضمنها الاستبيان لمثل هذه الدراسة.

من أجل ذلك تم إعداد استبائي جودة الحياة ومصدر الضبط النفسي وذلك بعد الاطلاع على مجموعة من الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة.

في الأخير تقبلوا من فائق التقدير والاحترام

البعد	الرقم	البند	الصياغة		القياس	
			ملائمة	غير ملائمة	تقيس	لا تقيس
جودة الصحة العامة	1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط				
	2	اشعر ببعض الآلام في جسمي.				
	3	استلقي على السرير لبعض الوقت مسترخياً.				
	4	أنام جيداً.				
	5	نادراً ما أصاب بالأمراض.				
	6	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي.				
جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	7	اشعر بالبعد بيني وبين والدي.				
	8	احصل على دعم عاطفي من أسرتي.				
	9	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين				
	10	أشعر بأن والدي راضيان عني				
	11	علاقاتي بزملائي سيئة للغاية				
	12	اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي				
جودة التعليم والدراسة	13	أنا فخور بالشعبة التي ادرسها في الجامعة				
	14	بالنسبة لي الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت				
	15	الأساتذة يرحبون بي ويجيبوني على تساؤلاتي.				
	16	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي				
	17	اشعر بان دراستي الجامعية لا تحقق لي طموحاتي المهنية				
	18	اشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية				
جودة العواطف	19	أنا هادئ المزاج.				
	20	احزن بدون سبب واضح.				
	21	أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة.				
	22	من الصعب استثارتي انفعالياً				
	23	امتلك القدرة على اتخاذ أي قرار				

				اشعر بالوحدة	24	
				اشعر بالسلام الداخلي.	25	جودة الصحة النفسية
				ينتابني الشعور بالحزن والاكتئاب	26	
				اشعر بأنني محبوب من طرف الجميع	27	
				اشعر بالأمن النفسي في حياتي اليومية	28	
				معنوياتي منخفضة في اغلب الأحيان	29	
				اشعر بالراحة في أي مكان	30	
				استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي	31	جودة شغل الوقت وأدائه
				كل وقتي ينقضي في المراجعة والاستذكار	32	
				أنجز المهام التي أقوم بها في وقتها المحدد	33	
				ليس لدي وقت للترويح عن نفسي	34	
				لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي ودروسي	35	
				أضع جدول زمني للانجاز مهامتي.	36	

القياس		الصياغة		البنود	الرقم	البعد
لا تقيس	تقيس	غير ملائمة	ملائمة			
				أؤمن بأن كل طالب قادر على تحقيق أهدافه الشخصية بنفسه.	1	البعد الداخلي
				أفضل الاعتماد على نفسي في معظم الأمور رغم إمكانية الفشل فيها.	2	
				اعتقد بأن كثيراً من الطلبة لا ينجزون أعمالهم إنجازاً جيداً لأنهم كسالى.	3	
				أعتقد بأن معظم الأحداث غير السارة التي تحدث للطلبة سببها تصرفاتهم الشخصية.	4	

				5	أعتقد بأنه كلما بذلت جهداً أكبر بالدراسة حصلت على علامات أعلى بالجامعة.
				6	أعتقد بأن مشكلاتي ناتجة عن الأخطاء التي ارتكبتها
				7	اعتقد بأنني قادر على التحكم بانفعالاتي.
				8	أؤمن بأن أفضل أسلوباً لحل المشكلات هو مواجهتها.
				9	أعتقد بأن عقاب الأستاذ أحياناً يكون لأسباب منطقية.
				10	أؤمن بأن الطالب الذي يبذل جهداً في دراسته سوف يثاب بالنجاح.
				11	لدي الحرية المطلقة لاختيار أصدقاء مناسبين لي.
				12	أنا غير مقتنع بأن للحظ دوراً مهماً في حياتي اليومية.
				13	أؤمن بأن احترام الآخرين أو عدم احترامهم لي يتوقف على تصرفاتي تجاههم.
				14	أؤمن بأن العلامات التي يمنحها الأساتذة لطلابهم تعبر عن مستواهم الحقيقي لهم.
				15	أعتقد بأن الفرد هو الذي يقرر مصير حياته الشخصية.
				16	اعتقد بأن حياتي تتحدد وفقاً لما أقوم به من أفعال
				17	مهما كانت المشكلات التي تواجهني فإنني أسعى إلى حلها بمفردي.
				18	يمكن أن أتجنب الفشل
				19	أعتقد أن من يجتهد ينجح
				20	يصعب علي تغيير رأي زملائي في الجامعة.

				يستحيل علي تغيير رأي والدي حول بعض الموضوعات.	21	
				أشعر في بعض الأحيان بأن الحصول على علامات جيدة شئ مهم جدا.	22	
				اعتقد أن بعض ما يحدث لي في حياتي سببه قرارات الآباء والمعلمون.	23	البعد الخارجي
				أؤمن أنه ليس من الحكمة التخطيط لمستقبلي لفترة طويلة لأن أكثر الأمور محكومة بالصدفة.	24	
				أنا مقتنع إذا وضعت تهائم في جيبتي أو في عنقي فإنه سيجلب لي الحظ السعيد	25	
				اعتقد بأن الأشياء التعيسة في حياة الطالب سببها سوء النصيب	26	
				اعتقد بأن المشكلات يمكن أن تحل من تلقاء نفسها إذا تركت دون اهتمام.	27	
				أعتقد بأن حياتي محكومة بالصدفة والأحداث العرضية.	28	
				أعتقد أنه ليس في حياتي شيء يبدو جديراً بالاهتمام لأن الأمور تعود إلى الحظ.	29	
				أعتقد بأن الطالب لا يمنح التقدير الكافي مهما بذل من جهد في حياته الجامعية.	30	
				فشل الطالب في تحقيق أهدافه محكوم بعوامل وقوى خارجية.	31	
				أعتقد أنه مقدر لي أن احظي بمكانة مرموقة في المجتمع	32	
				أرى أن كثيرا من الطلبة يقعون ضحايا لظروف خارجة عن إرادتهم.	33	
				أعتقد أن الحصول على تقدير يرضيني يتوقف بالدرجة الأولى على ماهو مقدرلي.	34	

				اعتقد بأن بعض الطلبة يولدون محظوظين.	35
				على والدي السماح لي بإتخاذ معظم القرارات التي تخصني بنفسي.	36
				يلومني الآخرون على أشياء لم أتسبب في إحداثها.	37
				أؤمن بأن التمني والآمال تعجل من الأمور الجيدة في حياتي.	38
				أؤمن أنني إذا أردت الحصول على ما أريد سيتطلب ذلك مني إرضاء الآخرين	39
				أعتقد بأن الناس لا يدركون مدى تحكم عوامل الصدفة في حياتهم.	40
				من الصعب التحكم بنفسي وبما أقوم به.	41
				ليس لي اي في القرارات التي تتخذ داخل أسرتي.	42
				اعتقد أن ما سيحدث سيحدث فعلا.	43
				اعتقد انه من الضروري مجابهة المشاق المقدره لي.	44

ملحق رقم (03) يوضح مقياسي جودة الحياة ومركز الضبط النفسي الموزع على أفراد
العينة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم العلوم الاجتماعية
تخصص إرشاد وتوجيه

أخي الطالب/ أختي الطالبة:

قصد إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه
والموسومة بعنوان (جودة الحياة وعلاقتها بمركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي) نضع
بين أيديكم هذا الاستبيان لذا نرجوا منكم الإجابة على الأسئلة المطروحة فيه والإدلاء
بآرائكم، وهذا بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة والمعبرة عنك كما نرجو منكم عدم ترك
عبارة بدون إجابة وأعلم أخي الطالب أختي الطالبة بأن المعلومات التي تقدمها سرية
تستعمل في حدود دراستنا لا غير وأنها لن تستغل إلا لغرض البحث العلمي فحسب.
وفي الأخير نشكركم على حسن تعاونكم معنا وتقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

مثال توضيحي:

إذا كانت لديك الفقرة التالية:

* اشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية.

اقرأ الفقرة جيدا ثم اختر البديل الذي تراه مناسباً وذلك وضع علامة (X) في الخانة المناسبة.
إذا كنت توافق كثيراً على هذه الفقرة، فأجب الطريقة التالية.

الفقرة	أبداً	قليلاً جداً	إلى حد ما	كثيراً	كثيراً جداً
اشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية					X

*بيانات شخصية:

*الجنس: ذكر () .أنثى () *التخصص: علوم اجتماعية () .علوم إنسانية () .

مقياس جودة الحياة

الرقم	البعد	البنود				
		أبداً	قليلاً جداً	إلى حد ما	كثيراً	كثيراً جداً
1	جودة الصحة العامة					
2						
3						
4						
5						
6						
7	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية					
8						
9						
10						
11						
12						
13	جودة التعليم و الدراسة					
14						
15						
16						
17						

					اشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية	18	
					أنا هادئ المزاج.	19	جودة العواطف
					احزن بدون سبب واضح.	20	
					أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة.	21	
					من الصعب استثارتي انفعالياً	22	
					اشعر بالسلام الداخلي.	23	
					اشعر بالوحدة	24	
					استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي	25	جودة شغل الوقت وأدارته
					كل وقتي ينقضي في المراجعة والاستذكار	26	
					أنجز المهام التي أقوم بها في وقتها المحدد	27	
					ليس لدي وقت للترويح عن نفسي	28	
					لدي الوقت الكافي لمراجعة دروسي.	29	
					أضع جدول زمني للانجاز مهامي.	30	

مركز الضبط النفسي

					البنود	الرقم	البعد
معارض تماما	معارض	غير متأكد	موافق	موافق تماما			
					أؤمن بأن كل طالب قادر على تحقيق أهدافه الشخصية بنفسه.	1	البعد الداخلي
					أفضل الاعتماد على نفسي رغم إمكانية الفشل.	2	
					اعتقد بأن كثيراً من الطلبة لا ينجزون أعمالهم إنجازاً جيداً بسبب التهاون.	3	
					أعتقد بأن معظم الأحداث غير السارة التي تحدث للطلبة سببها تصرفاتهم الشخصية.	4	
					أعتقد بأنه كلما بذلت جهداً أكبر بالدراسة حصلت على علامات أعلى بالجامعة.	5	
					أعتقد بأن مشكلاتي ناتجة عن الأخطاء التي ارتكبتها.	6	
					اعتقد بأنني قادر على التحكم بانفعالاتي.	7	
					أؤمن بأن أفضل أسلوباً لحل المشكلات هو مواجهتها.	8	
					معاقبة الأستاذ لي أسبابها حقيقية ومنطقية.	9	
					أؤمن بأن الطالب الذي يبذل جهداً في دراسته سوف يثاب بالنجاح.	10	
					لدي الحرية المطلقة لاختيار	11	

					أصدقاء مناسبين لي.	
					12 أنا غير مقتنع بأن للحظ دوراً مهماً في حياتي.	
					13 أو من بأن احترام الآخرين أو عدم احترامهم لي يتوقف على تصرفاتي تجاههم.	
					14 أو من بأن العلامات التي يمنحها الأستاذ لي تعبر عن مستواي الحقيقي.	
					15 أعتقد بأن الفرد هو الذي يقرر مصير حياته الشخصية.	
					16 أعتقد بأن حياتي تتحدد وفقاً لما أقوم به من أفعال	
					17 مهما كانت المشكلات التي تواجهني فإنني أسعى إلى حلها بمفردي.	
					18 يمكن أن أتجنب الفشل	
					19 أعتقد أن من يجتهد ينجح	
					20 يصعب علي تغيير رأي زملائي في الجامعة.	
					21 يستحيل علي تغيير رأي والدي حول بعض الموضوعات.	
					22 أعتقد أنه على بذل جهد أكبر للحصول على علامات جيدة.	
					23 أعتقد أن بعض ما يحدث لي في حياتي سببه قرارات الآباء والمعلمون.	البعد الخارجي
					24 أو من أنه ليس من الحكمة التخطيط لمستقبلي لفترة طويلة لأن أكثر الأمور محكومة	

					بالصدفة.	
					25 أنا مقتنع إذا وضعت تهائم في جيبتي أو في عنقي فإنه سيجلب لي الحظ السعيد	
					26 اعتقد بأن الأشياء التعيسة في حياة الطالب سببها سوء النصيب	
					27 اعتقد بأن المشكلات يمكن أن تحل من تلقاء نفسها إذا تركت دون اهتمام.	
					28 أعتقد بأن حياتي محكومة بالصدفة والأحداث العرضية.	
					29 أعتقد أنه ليس في حياتي شيء يبدو جديراً بالاهتمام لأن الأمور تعود إلى الحظ.	
					30 أعتقد بأن الطالب لا يمنح التقدير الكافي مهما بذل من جهد في حياته الجامعية.	
					31 فشل الطالب في تحقيق أهدافه محكوم بعوامل وقوى خارجية.	
					32 أعتقد أنه مقدر لي أن احظي بمكانة مرموقة في المجتمع	
					33 أرى أن كثيرا من الطلبة يقعون ضحايا لظروف خارجة عن إرادتهم.	
					34 أعتقد أن الحصول على تقدير يرضيني يتوقف بالدرجة الأولى على ما هو مقدر لي.	
					35 اعتقد بأن بعض الطلبة يولدون محظوظين.	

					36	على والدي السماح لي بإتخاذ معظم القرارات التي تخصني بنفسي.
					37	يلومني الآخرون على أشياء لم أتسبب في إحداثها.
					38	أؤمن بأن التمني والآمال تعجل من الأمور الجيدة في حياتي.
					39	أؤمن أنني إذا أردت الحصول على ما أريد سيتطلب ذلك مني إرضاء الآخرين
					40	أعتقد بأن الناس لا يدركون مدى تحكم عوامل الصدفة في حياتهم.
					41	من الصعب التحكم بنفسي وبما أقوم به.
					42	ليس لي أي دخل في القرارات التي تتخذ داخل أسرتي.
					43	اعتقد أن ما سيحدث سيحدث فعلا.
					44	اعتقد انه من الضروري مجابهة المشاق المقدره لي.

SPSS يوضح نتائج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (04) □□□ □□□□

FREQUENCIES VARIABLES=darjouda
 NTILES=4/
 PERCENTILES=10.0 30.0 60.0 90.0/
 STATISTICS=STDDEV VARIANCE RANGE MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM SKEWNESS /
 SESKEW KURTOSIS SEKURT
 HISTOGRAM NORMAL/
 .ORDER=ANALYSIS/

Frequencies

Notes

Output Created	avr.-2017 20:12:25-29	
Comments		
Input	Data Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	C:\Users\GIB\Desktop\ben.sav DataSet1 <none> <none> <none> 100
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as .missing .Statistics are based on all cases with valid data
	Cases Used	FREQUENCIES VARIABLES=darjouda NTILES=4/ PERCENTILES=10.0 30.0 60.0 90.0/ STATISTICS=STDDEV VARIANCE RANGE / MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM SKEWNESS SESKEW KURTOSIS SEKURT HISTOGRAM NORMAL/ .ORDER=ANALYSIS/
Syntax		
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00,359 00:00:01,234