

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثلجي الأغواط
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا



الموضوع:

جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي - دراسة ميدانية بمدينة المسيلة -

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث L M D
تخصص : علم النفس الصحة النفسية

إشراف :
أ.د. بوداود حسين

إعداد الطالبة:
خيزر سميرة

أعضاء اللجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الصفة
داود بورقيبة	أستاذ التعليم العالي	الأغواط	رئيسا
بوداود حسين	أستاذ التعليم العالي	الأغواط	مشرفا ومقررا
عبد الفتاح أبي مولود	أستاذ التعليم العالي	ورقلة	مناقشا
محمد بوفاتح	أستاذ التعليم العالي	الأغواط	مناقشا
عزوز كتفي	أستاذ محاضر قسم (أ)	المسيلة	مناقشا
سيرين زعابطة	أستاذ محاضر قسم (أ)	الأغواط	مناقشا

السنة الجامعية : 2019 - 2020



شكر وعرفان

انطلاقاً من قوله تعالى

﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ﴾ (النمل، الآية 19)

يطيب لي أن أسجد لله رب العرش العظيم حمداً وشكراً على ما أعطاني من جهد وصبر، ووفقتي لإنجاز هذا العمل، والذي أرجو أن يكون خالصاً لوجهه الكريم، وأن يرزقني أجره، وما توفيقني إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب.

أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان، إلى التي بين يديها كبريت ومن عطائها ارتويت، وبذلائها امتديت ووفقت - أمي التي لا تقدر بثمن -

إلى الذي علمني بسلوكه خالصاً أعتز بها في حياتي وعلمني بأنه عندما تطفئ الأنوار لا بد من إضاءة شمعة ولا تقوم بلعن الظلام - أبي الذي لن يكرره الزمن -

إلى جميع أفراد أسرتي

وإقراراً بالفضل أتقدم بجزيل الشكر والعرفان والتقدير وفائق الاحترام إلى سعادة الدكتور/ "بوداود حسين" الذي تفضل بإشرافه على هذا العمل، ولم يبخل بنصحه وتوجيهه القيم، فكان نعم المشرف والموجه، فلا يسعني إلا الدعاء له سائلة المولى عز وجل أن يجعل ذلك في ميزان حسناته، والشكر موصول إلى لجنة المناقشة على قبولهم مناقشة هذا العمل

ولا أنسى أن أشكر مدراء المؤسسات الذين أتاحوا لي فرصة إجراء الدراسة الميدانية بمؤسساتهم، إلى كل من قدم لي يد العون في إعداد هذه الدراسة، إلى كل الزملاء والزميلات.

"إلى كل من أدركه القلب وسما عنه القلم"

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن وجود علاقة ارتباطيه بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وكذلك الكشف عن مستوى كل من جودة الحياة والتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة وفحص دلالة الفروق في هذه المتغيرات تبعا للجنس والتخصص، وباستخدام المنهج الوصفي لارتباطي ، حيث تكونت عينة الدراسة من (333) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من كل ثانويات مدينة المسيلة والمقدر عددها (12) ثانوية للعام الدراسي (2016-2017) ، حيث طبقت عليهم مجموعة من الأدوات تمثلت في مقياس جودة الحياة لحاظم ومنسي (2006) ، ومقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير (2003) ومقياس التكيف الدراسي من إعداد الباحثة، وتم معالجة البيانات باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية "spss" الطبعة رقم (21)، حيث أسفرت النتائج التي كانت وفقا لفرضيات الدراسة عن :

- مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) و التخصص (علمي ، أدبي).
- وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى كل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) لصالح الإناث .
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى كل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص (علمي ، أدبي).

الكلمات المفتاحية : جودة الحياة ، التوافق النفسي ، التكيف الدراسي ، تلاميذ السنة الثانية ثانوي

Abstract:

The current study aims at identifying the relationship between quality of life and the psychological conformity and academic adaptation. The research population is secondary school students SE2 in Algeria. The study examines how quality of life, psychological conformity and academic familiarization of these students depend on variables, such as gender and subject specialty. Using the Relational Descriptive Method, **three hundred thirty-three (333)** students were selected randomly. Interestingly, these students are based in different secondary schools in M'sila which account to **12** schools in the academic year **(2016–2017)**. In the study, different tools were implemented, including **Kadhim and Mensi's** quality of life measurement **(2006)**, **Zeineb Mahmud Shagir's** psychological conformity **(2003)** and the researcher's academic adaptation. The data was analyzed following a quantitative approach in social sciences known as 'spss' **(edition 21)**. The study demonstrates that:.

- The rate of quality of life among students is high.
- The level of psychological conformity is also high.
- The academic familiarization of students is likewise high.
- There is a strong statistical relation between quality of life and psychological conformity.
- There is a powerful and statistical link between quality of life and academic familiarization.
- There is a strong relational and statistical tie between quality of life and psychological state and academic adaptation for second year secondary school students
- The absence of disparities which are statistically proved between students' quality of life and variables of gender (male/female) and specialty (science/literature).
- There are statistical differences in psychological conformity and academic familiarization depending on gender (male/female).
- There are no statistical differences at the level of psychological and pedagogic adaptation for second year secondary school students that depend of specialty (science/literature).

Keywords: Quality of life, Psychological conformity, pedagogic adaptation, secondary school students (SE2)

فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر وعرفان
أ	ملخص الدراسة باللغة العربية
ب	ملخص الدراسة باللغة الانجليزية
ج	فهرس المحتويات
ح	فهرس الجداول
ك	فهرس الأشكال
ك	قائمة الملاحق
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول : إشكالية الدراسة واعتباراتها	
06	1- مشكلة الدراسة
13	2- فرضيات الدراسة
14	3- أسباب اختيار موضوع الدراسة
15	4- أهمية الدراسة
16	5- أهداف الدراسة
17	6- تحديد مفاهيم الدراسة
21	7- الدراسات السابقة والتعقيب عليها
الفصل الثاني : جودة الحياة	
55	تمهيد
55	1- مفهوم جودة الحياة
60	2- التطور التاريخي لجودة الحياة
62	3- جودة الحياة ومفاهيم الجوار
64	4- الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة

69	5- مكونات جودة الحياة
71	6- مجالات جودة الحياة
72	7- أبعاد جودة الحياة
77	8- مؤشرات جودة الحياة
79	9- مقومات جودة الحياة
81	10- مظاهر جودة الحياة
82	11- قياس جودة الحياة
85	خلاصة
الفصل الثالث : التوافق النفسي	
87	تمهيد
87	أولاً : التوافق
87	1- مفهوم التوافق
90	2- التوافق والمفاهيم ذات العلاقة
92	3- خصائص التوافق
94	4- تحليل عملية التوافق
96	5- النظريات المفسرة للتوافق
103	6- مجالات التوافق
106	ثانياً : التوافق النفسي
106	1- مفهوم التوافق النفسي
109	2- أهمية دراسة التوافق النفسي
110	3- أبعاد التوافق النفسي
112	4- مؤشرات التوافق النفسي
114	5- ميكانيزمات التوافق النفسي
118	ثالثاً : سوء التوافق النفسي
118	1- مفهوم سوء التوافق النفسي

119	2- عوامل سوء التوافق النفسي
122	3- مظاهر سوء التوافق النفسي
122	خلاصة
الفصل الرابع : التكيف الدراسي	
124	تمهيد
124	أولا : التكيف
124	1- مفهوم التكيف
129	2- أبعاد التكيف
131	3- خصائص التكيف
132	4- تحليل عملية التكيف
133	5- محددات التكيف
134	6- النظريات المفسرة للتكيف
138	ثانيا : التكيف الدراسي
138	1- التكيف الدراسي
141	2- مظاهر التكيف الدراسي
144	3-عوامل التكيف الدراسي
149	4-متطلبات التكيف الدراسي في المرحلة الثانوية
152	ثالثا : سوء التكيف الدراسي
152	1- مفهوم سوء التكيف الدراسي
152	2-عوامل سوء التكيف الدراسي
153	3-مظاهر سوء التكيف الدراسي
157	خلاصة
158	الجانب الميداني
الفصل الخامس : إجراءات الدراسة الميدانية	
161	تمهيد
161	1- منهج الدراسة .

162	2- الدراسة الاستطلاعية .
162	2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
162	2-2- حدود الدراسة الاستطلاعية
163	2-3- عينة الدراسة الاستطلاعية
164	2-4- إجراءات الدراسة الاستطلاعية
167	2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية
167	3- الدراسة الأساسية.
167	3-1- مجتمع وعينة الدراسة .
173	3-2- حدود الدراسة
174	3-4- أدوات الدراسة .
217	4- أساليب المعالجة الإحصائية
218	خلاصة
الفصل السادس : عرض وتحليل و مناقشة النتائج	
220	تمهيد
220	1- التحقق من شرط التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة
221	2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة
221	2-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
224	2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
228	2-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
231	2-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
236	2-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.
242	2-6- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة.
244	2-7- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة.
247	2-8- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثامنة.
251	2-9- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية التاسعة.
254	2-10- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العاشرة.

257	2-11- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الحادية عشر .
261	2-12- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية عشر
264	- استنتاج عام للدراسة
266	- مقترحات الدراسة
268	قائمة المراجع
/	قائمة الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مجالات جودة الحياة	71
02	توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الثانوية والجنس والتخصص	163
03	عبارات مقياس جودة الحياة قبل وبعد التطبيق على العينة الاستطلاعية الأولية	165
04	توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الثانوية والجنس والتخصص والنسب المئوية لها	168
05	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	170
06	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص	171
07	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الثانوية:	172
08	توزيع عبارات مقياس جودة الحياة على أبعاده.	175
09	توزيع العبارات الإيجابية و السلبية في مقياس جودة الحياة.	175
10	طريقة تصحيح العبارات السلبية والايجابية لمقياس جودة الحياة.	175
11	عبارات مقياس جودة الحياة قبل و بعد التعديل.	176
12	ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق ألفا كرونباخ	178
13	ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق	179
14	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الصحة العامة مع درجته الكلية	179
15	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية مع درجته الكلية	180
16	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة التعليم و الدراسة مع درجته الكلية	181
17	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة العواطف (الجانب الوجداني) مع درجته الكلية	181
18	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الصحة النفسية مع درجته الكلية	182
19	مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة شغل الوقت وإدارته مع درجته الكلية	183
20	مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور جودة الحياة مع درجته الكلية	184
21	صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة لكل تطبيق على حدة	184
22	صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة للتطبيقين معا	185

23	توزيع فقرات مقياس التوافق النفسي على أبعاده و نوعها.	186
24	طريقة تصحيح الفقرات المصاغة بشكل إيجابي و سلبي لمقياس التوافق النفسي.	186
25	ثبات مقياس التوافق النفسي عن طريق ألفا كرونباخ	188
26	ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية	188
27	ثبات مقياس التوافق النفسي عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق	189
28	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الشخصي و الانفعالي مع درجته الكلية	190
29	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الصحي (الجسمي) مع درجته الكلية	191
30	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الأسري مع درجته الكلية	192
31	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الاجتماعي مع درجته الكلية	193
32	مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التوافق النفسي مع درجته الكلية	194
33	صدق المقارنة الطرفية لمقياس التوافق النفسي	195
34	نسبة اتفاق واختلاف المحكمين على عبارات مقياس التكيف الدراسي عن طريق معادلة كوبر COOPER	197
35	عبارات مقياس التكيف الدراسي قبل وبعد التعديل طبقا لآراء المحكمين	199
36	توزيع عبارات مقياس التكيف الدراسي على أبعاده.	200
37	توزيع العبارات السلبية و الايجابية لمقياس التكيف الدراسي	201
38	ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق ألفا كرونباخ	202
39	مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالأساتذة مع درجته الكلية	203
40	مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالزملاء مع درجته الكلية	204
41	مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها مع درجته الكلية	205
42	مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الدراسة مع درجته الكلية	206
43	مصفوفة ارتباطات العبارات مع درجة الكلية للمقياس ككل	207
44	مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التكيف الدراسي مع درجته الكلية	208

209	ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق ألفا كرونباخ	45
209	ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق	46
210	مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالأساتذة مع درجته الكلية	47
211	مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالزملاء مع درجته الكلية	48
212	مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها مع درجته الكلية	49
213	مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الدراسة مع درجته الكلية	50
214	مصفوفة ارتباطات العبارات مع درجة الكلية للمقياس ككل	51
215	مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التكيف الدراسي مع درجته الكلية	52
216	العلاقة بين مقياس التكيف الدراسي والمحك الخارجي	53
216	صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الدراسي لكل تطبيق على حدة	54
217	صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الدراسي للتطبيقات معا	55
220	التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة	56
221	مستوى جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة	57
224	مستوى التوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة	58
228	مستوى التكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة	59
232	العلاقة بين جودة الحياة والتوافق النفسي	60
236	العلاقة بين جودة الحياة والتكيف الدراسي	61
242	العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي	62
244	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس	63
248	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس	64
251	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التكيف الدراسي تبعا لمتغير الجنس	65
254	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات جودة الحياة تبعا لمتغير التخصص	66
258	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص	67
261	الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التكيف الدراسي تبعا لمتغير التخصص	68

فهرس الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	تصور أبو سريع وآخرون لمحددات جودة الحياة 2006	68
02	نظريات التوافق	96
03	هرم الحاجات لماسلو	100
04	توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الثانوية والجنس والتخصص	164
05	توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب متغير الثانوية والجنس والتخصص	168
06	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	170
07	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص	171
08	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الثانوية	173

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان
01	القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين
02	ترخيص مديرية التربية لولاية المسيلة بإجراء الزيارة الميدانية للثانويات
03	قائمة المؤسسات الخاصة بالبحث الميداني
04	مقياس جودة الحياة في صورته الأولى
05	مقياس جودة الحياة في صورته النهائية
06	مقياس التوافق النفسي
07	مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته الأولى
08	مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته الثانية بعد التحكيم
09	مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته النهائية
10	مقياس التكيف الدراسي لسهيلة حسين قلندر حسين (المحك الخارجي)

حقائق

مقدمة :

تعد جودة الحياة من المفاهيم التي لاقت اهتماما كبيرا في السنوات الأخيرة حيث تعددت استخدامات هذا المفهوم بصورة واسعة في مختلف العلوم وفي شتى المجالات مثل الطب وعلم الاجتماع والجانب الاقتصادي وحديثا دخلت إلى مجال علم النفس.

كما لم يعد ينظر إلى جودة الحياة على أنها لقمة العيش، ولا غطاء يستر الجسد فحسب، بل أصبحت تعني تطلعا للرفاهية الاقتصادية، والدعم الاجتماعي والحصول على الرعاية الصحية وغير ذلك من المتطلبات الضرورية للحياة، كما أنها ترتبط ارتباطا وثيقا بكل فرد من أفراد المجتمع مهما بلغت درجته أو مكانته، وبالتالي الكل يسعى إلى تحقيق أعلى مستويات من الرضا عن حياته وإن يكونوا أكثر تحقيقا لجودتها (الهنداوي، 2011، ص4). ف جودة الحياة تعبر عن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياتية وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية وإحساسه بالسعادة وصولا إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص12). فوعي الفرد بضرورة تحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية وسعيه الدائم لتحقيق هذا التوازن، يؤدي به إلى الرضا عن الحياة والاستمتاع بالظروف المحيطة به وتحقيق التوافق والإحساس بالسعادة والرضا عن الحياة.

ويعد التوافق من أهم المفاهيم الأساسية في علم النفس عامة، والصحة النفسية بصورة خاصة، إذ يعتبر بمختلف أبعاده من المكونات الهامة والأساسية المشكلة لحياة الفرد، كما أنه الغاية التي يسعى باستمرار إلى بلوغها على جميع النواحي الشخصية أو البيئة الخارجية، والذي يعد عملية دينامية مستمرة، يحاول فيها الفرد إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية والاجتماعية، التي تثير دوافعه بما يحقق الرضا عن النفس والارتياح لتخفيف التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة في إطار متطلبات بيئته. وتتجلى عملية التوافق النفسي للمراهق أكثر

عند التحاقه بالمرحلة الثانوية، حيث يعتبر مجال الدراسة من أكثر المجالات التي يمكن أن يواجه فيها الفرد عقبات وعدة مشكلات أو مواقف جديدة تؤدي به إلى ضرورة إيجاد حلول لها من أجل الانسجام والتوازن وتحقيق التكيف مع البيئة بمختلف أوجهها الأسرية والاجتماعية والشخصية والمدرسية.

فالمدرسة هي المؤسسة الاجتماعية الثانية بعد الأسرة لها متطلباتها ونظمها وقوانينها تقتضي من المراهق تحقيق التكيف معها، ليس فقط للوصول إلى تحصيل واكتساب قدرة من المعلومات المدرسية وبالتالي تحقيق النجاح المدرسي، بل يتعدى ذلك إلى الاندماج في الوسط المدرسي وإقامة علاقات سليمة فيه (صقر، 1965، ص 83). ومما لاشك فيه إن الفرد المتعلم يمكن أن يتكيف مع البيئة المدرسية التعليمية، بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة ومعلمين وزملاء... الخ وإذا كانت هذه البيئة التعليمية تتفق أساساً مع ميوله ورغباته واتجاهاته ويشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين أفرادها والتفاعل الاجتماعي بينهم، وتقدير الذات واحترامها، والثقة بالذات والتعبير عنها في مجالات الدراسة المختلفة" (عطية، 2001، ص 23). ويعد التكيف الدراسي للمراهق في المرحلة الثانوية واحد من مظاهر تكيفه العام بل يعد أهمها لتعلقه بالجوانب المختلفة المكونة لشخصية التلميذ، واحد المؤشرات القوية الدالة على تمتع التلميذ بالصحة النفسية، وهذا التكيف ينعكس على كل العناصر المكونة للحياة المدرسية له من انجازاته وعلاقاته مع زملائه وأساتذته، وشعوره بالرضا والارتياح عن نوعية حياته المدرسية.

من هنا يتجلى موضوع هذه الدراسة حول العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، حيث تم تناول الموضوع في خطة تضمنت جانبين نظري وميداني، احتوى الجانب النظري على أربعة فصول نظرية انطلاقاً من:

الفصل الأول: الذي جاء تحت عنوان إشكالية الدراسة واعتباراتها تناولنا فيه إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، فرضياتها، أسباب اختيار الموضوع، أهمية الدراسة، أهدافها، تحديد مصطلحاتها وختمنا الفصل بسرد الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

أما الفصل الثاني: فقد تم التطرق فيه إلى متغير جودة الحياة، حيث جاء فيه: مفهوم جودة الحياة، التطور التاريخي لجودة الحياة، بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة، النظريات المفسرة، الأبعاد، المؤشرات، المقومات، المظاهر، المجالات، المكونات، قياس جودة الحياة.

أما الفصل الثالث : فقد تضمن متغير التوافق النفسي وقسم إلى ثلاثة أجزاء تناولنا فيه :

أولاً: التوافق : مفهومه، علاقته ببعض المصطلحات، خصائصه، تحليل عملية التوافق، النظريات المفسرة، مجالاته.

ثانياً: التوافق النفسي: مفهومه، أهميته، الأبعاد، المؤشرات، ميكانيزمات التوافق النفسي.

ثالثاً: سوء التوافق النفسي: مفهومه، عوامل سوء التوافق النفسي، مظاهره.

أما الفصل الرابع: فقد خصص لمتغير التكيف الدراسي أين قسم إلى ثلاثة أجزاء:

أولاً: التكيف: مفهومه، أبعاده، خصائصه، المحددات، تحليل عملية التكيف، نظرياته المفسرة.

ثانياً: التكيف الدراسي: مفهومه، مظاهره، عوامله، متطلباته في المرحلة الثانوية.

ثالثاً: سوء التكيف الدراسي: مفهومه، عوامل سوء التكيف الدراسي، مظاهره.

أما بالنسبة للجانب الميداني فقد احتوى على فصلين:

الفصل الخامس: جاء تحت عنوان إجراءات الدراسة الميدانية بداية بالمنهج، الدراسة

الاستطلاعية، وبعدها الدراسة الأساسية المتمثلة في: العينة، أدوات الدراسة وحدودها وفي الأخير

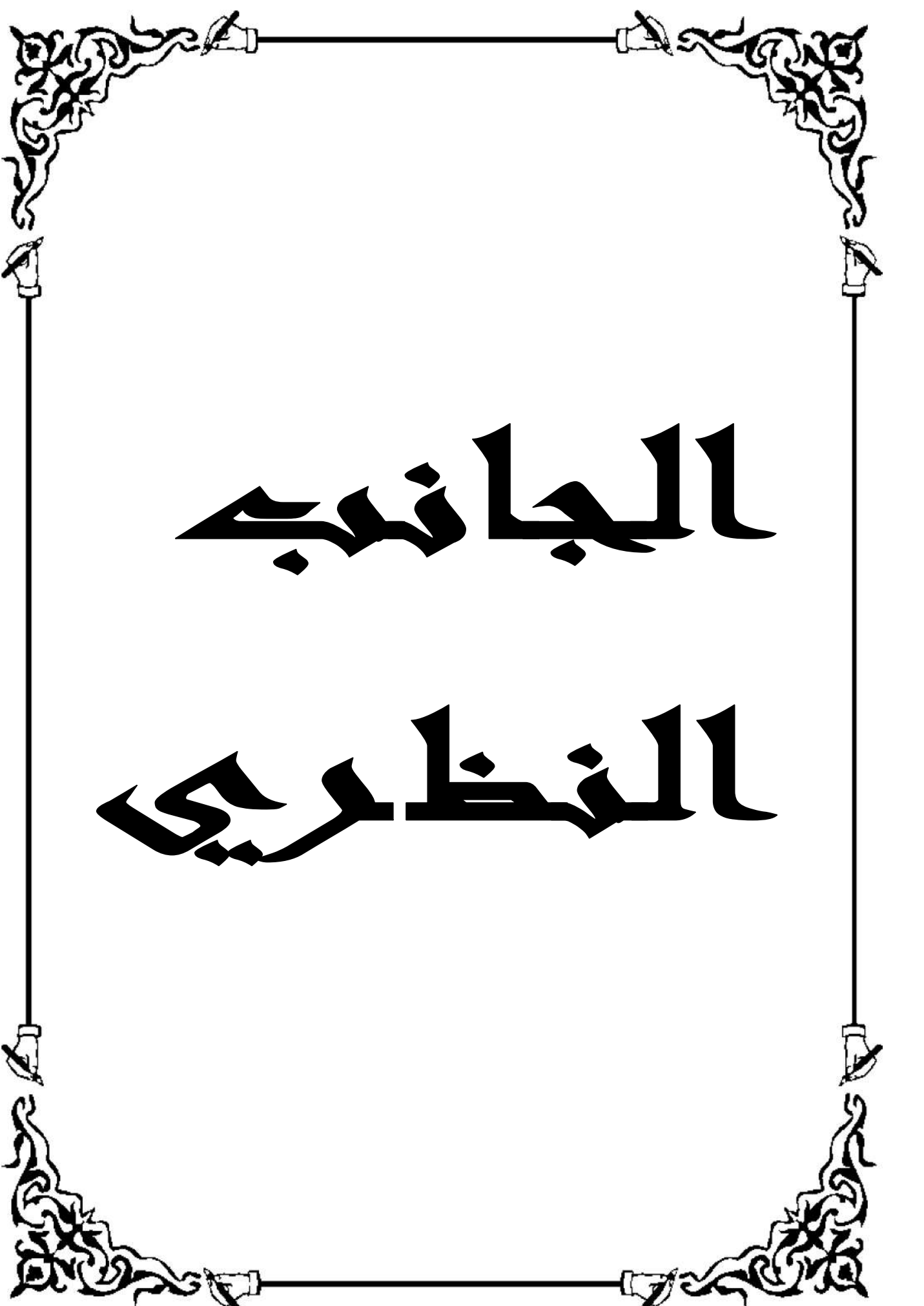
أساليب المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها.

أما الفصل السادس: خصص إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات البحث، والتي من

خلالها توصلنا إلى استنتاج عام للدراسة أين تم بعدها طرح بعض الاقتراحات التي تهم المختصين

بالصحة النفسية بالدرجة الأولى، والمنظومة التربوية بالدرجة الثانية بالإضافة إلى قائمة المراجع

والملاحق.



الجانج الخطري

الفصل الأول:

إشكالية الدراسة واعتباراتها

- 1- مشكلة الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أسباب اختيار موضوع الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- أهداف الدراسة
- 6- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
- 7- الدراسات السابقة والتعقيب عليها

1- مشكلة الدراسة :

كان البعض يعتقد بأن علم النفس لا يهتم إلا بالجوانب السلبية للفرد وظلت هذه الاهتمامات والأفكار راسخة لفترة طويلة إلى أن ظهر اتجاه يسمى بعلم النفس الإيجابي، الذي جاء استجابة لتأكيد العلماء على أهمية تبني نظرية إيجابية عند النظر للفرد، ومن بين المفاهيم التي جاء بها مفهوم جودة الحياة التي تعد من أهم المتغيرات النفسية والاجتماعية والمصطلحات الجديدة نسبياً، حيث ظهرت بعد منتصف القرن العشرين بدءاً بالدراسات الاقتصادية والسياسية ثم الاجتماعية والنفسية والطبية والصحية، وهذا ما يؤكد (المير هانكس، Hankis، 1984) أن الاهتمام بدراسة جودة الحياة بدأ منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل (المستوى التعليمي والمستوى الاجتماعي إضافة إلى مستوى الدخل) وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر (مأمون، 2015، ص.10).

وتعد جودة الحياة مفهوماً متعدد الأبعاد ونسبياً، يختلف من فرد لآخر من الناحية النظرية والتطبيقية وفقاً للمعايير التي يعتمدها الفرد لتقييم الحياة ومطالبها والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة ك(القدرة على التفكير واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والصحة النفسية، والظروف الاقتصادية والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية)، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق لهم السعادة وتوقعهم المتفائل بالمستقبل (نعيسة، 2012، ص.146)، هذا ما أكدته دراسة (هناء الجوهري، 1994) أن جودة الحياة هي نتاج لكل من العوامل الاجتماعية (دخل، خدمات اجتماعية، صحة ومسكن وتعليم) والعوامل النفسية مثل (نوعية إدراك الفرد لمدى مناسبة هذه العوامل الاجتماعية له، وبالتالي فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية تمثل المخرجات التي تظهر من خلالها جودة حياة الفرد) (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص.06).

كما تشير جودة الحياة إلى شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال رقي الخدمات التي تقدم له في المجالات (الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية) مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه (كاظم، منسي، 2006، ص.56)، من خلال حسن توظيف إمكانيات الإنسان (العقلية والإبداعية) وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه، وتكون المحصلة لجودة حياته ومن ثم المجتمع، ويتم ذلك بواسطة (الأسرة والمدرسة والجامعة وبيئة العمل) من خلال التركيز على ثلاثة محاور أساسية هي (التعليم والتثقيف والتدريب) (شخي، 2014، ص.06). والمتأمل في حياة الأفراد وسلوكياتهم يجد أنهم يختلفون من حيث قناعاتهم ورضاهم عن حياتهم وأنفسهم، وفقا لقدرتهم على التوفيق بين مختلف أهدافهم واهتماماتهم وميولهم، ومن حيث إقامة علاقة طيبة مع الآخر والبيئة، فنجد منهم أفرادا يغلب على حياتهم الرضا وآخرين يغلب عليهم الضيق والتعاسة (أحمد، 2003، ص.14)، هذا ما أكدته لونجست، (longest، 2008) أن جودة الحياة تظهر من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل (الحاجات الفسيولوجية، والعلاقات الاجتماعية الايجابية، والتوافق الأسري، والرضا عن حياته العلمية، والاستقرار الاقتصادي، والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية)، وشعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات العالية الدالة على تحقيق جودة الحياة لدى الفرد (النجار، الطلاع، 2015، ص.213). مما يؤكد ارتباطها بجميع جوانب شخصية الفرد، سواء كانت هذه الجوانب (نفسية، أو تربوية، أو اجتماعية). فجودة الحياة مفهوم يعكس النظرة للحياة بمختلف جوانبها كما يدركها الفرد من خلال إشباع دوافعه وحل مشكلاته، الإشباع الذي يحقق له ذاته والوصول بها إلى حالة من الرضا والسعادة، إذ كثيرا ما يصطدم بعقبات مادية تسبب له ضيقا وقلقا وتوترا مما يجعله يبحث عما يخفف عنه حدة هذه التوترات النفسية حتى يجد أسلوب يؤدي إلى سعادته وراحته ورضاه فيعيش متوافقا مع نفسه ومع مجتمعه.

والتوافق النفسي مؤشر هاماً من مؤشرات الصحة النفسية المحققة للحياة الناجحة، ويرجع الكثير بأنه الصحة النفسية بعينها، شغل حيزاً كبيراً في الدراسات والبحوث لأهميته في حياة الفرد، وهو الهدف الرئيس لجميع فروع علم النفس بصورة عامة، ومن أهم أهداف العملية الإرشادية والعلاج النفسي ويرتب في أوائل أهداف الإرشاد النفسي (أبو عوض، 2007، ص. 203). حيث أكد "يونغ" على أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، وعلى أهمية اكتشاف الذات الحقيقية والتوازن في الشخصية السوية المتوافقة، وأن كلاهما يتطلب الموازنة بين ميولتنا الانطوائية والانبساطية (عبد اللطيف، 1999، ص. 86)

ويشير مفهوم التوافق النفسي إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية"، يشمل كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار هذه العلاقة (كفاني، 2012، ص. 158). وعليه تتضح لنا قدرة المراهق المتمدرس على تغيير سلوكه وعاداته بما يتلاءم والظروف الجديدة المحيطة به لكي يحصل على حالة إشباع لدوافعه ويكون أكثر فعالية، مما يحقق له أهدافه وطموحاته ويصبح متمتعاً بالتوافق السوي، حيث يرى "هنري سميث" أن التوافق السوي هو الاعتدال في الإشباع العام لا إشباع دافع واحد على حساب دوافع أخرى (العيسوي، 1995، ص. 41)، ومن أهم الدراسات التي اهتمت بموضوع التوافق النفسي لدى المراهقين دراسة (عبد الكريم قريشي، 1999) التي هدفت إلى معرفة مدى تعرض طلاب التعليم الثانوي بالجزائر إلى مشكلات التوافق، لاسيما وهم يمرون بمرحلة المراهقة، حيث توصلت إلى أن طلاب التعليم الثانوي يتعرضون إلى مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي بنسبة قليلة نوعاً ما، حيث مست ثلث العينة، وعدم وجود فروق بين الجنسين والتخصصات فيما يخص مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي، ووجود فروق

بين الطلاب حسب المستويات (الاجتماعية والاقتصادية)، حيث ظهرت المشكلات لدى طلاب المستويات الدنيا بالمقارنة مع طلاب المستويات العليا.

فالتوافق الجيد مؤشر إيجابي ودافع قوي يدفع المتعلمين للنجاح من ناحية، ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقة متناسقة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، فقدرة المراهق المتمدرس على تكوين علاقات مرضية في المدرسة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية بما يتماشى وحاجاته يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي في صحته النفسية، هذا ما أكدته دراسة (كورنلسن، 1973) التي توصلت إلى وجود علاقة طردية بين التوافق الاجتماعي والتحصيل الدراسي (بلحاج، 2011، ص.06). وكذلك دراسة (طاوس وازي، 2006) التي توصلت إلى وجود علاقة قوية موجبة بين التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق المتمدرس واتجاهاته نحو الدراسة، وعدم وجود فروق بين الجنسين فيما يخص العلاقة القائمة بين التوافق النفسي الاجتماعي من جهة واتجاهات المراهق المتمدرس نحو الدراسة من جهة أخرى.

وعليه يعد التوافق النفسي من المواضيع الحديثة المهمة في البحوث النفسية وذلك لما له من علاقة مباشرة بحياة الفرد لاسيما المراهق الذي يعايش فترة المراهقة، كونها من الفترات الحرجة في حياة الإنسان، يواجه فيها الفرد المراهق مواقف جديدة على شتى الأصعدة (التربوية والنفسية والاجتماعية والأكاديمية) يكون مطالباً بالتكيف معها، لذا علينا الأخذ بعين الاعتبار العوامل المساعدة والتي تؤدي إلى تحقيق التوافق النفسي والتكيف لدى المراهق في هذه المرحلة. وتتوقف درجة الصحة النفسية للفرد على مدى قدرته على التكيف بمجالاته المختلفة (التكيف في مجال الأسرة، التكيف في مجال العمل، التكيف في مجال الدراسة، التكيف مع الأصدقاء)، فتعدد مجالات التكيف دليل على تمتع الفرد بدرجة عالية من الصحة النفسية والعكس صحيح (يونس، 2012، ص.107).

فالتكيف ضرورة حتمية تفرض على الفرد، يستطيع بموجبه التأقلم مع بيئته الاجتماعية، ووظيفة المجتمع في مثل هذه الحالة تنظيم استخدامات مواد تلك البيئة، فله قواعده وعاداته وأعرافه ومبادئه وقوانينه التي لابد من الامتثال والخضوع لها (سراية، 2016، ص.22).

ويشير مفهوم التكيف الى السلوك الذي يحاول فيه الفرد التغلب على مختلف الصعوبات والمشكلات والعوائق المختلفة التي تقف حيال تحقيق حاجته ودوافعه أو أهدافه. ويرى (عاقل، 1983) أن التكيف جوهر الحياة النفسية ولب العملية التربوية، وهذه الأخيرة ليست إلا إعانة للإنسان على التكيف مع محيطه ليتكيف محيطه معه (يونسى، 2012، ص.88).

فالتكيف الدراسي للتلميذ يعد واحد من أهم مظاهر تكيفه العام، كما يعد من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحة التلميذ النفسية، وينعكس على انجازاته وعلاقاته مع زملائه وأعضاء الهيئة التدريسية والإدارية، خاصة أن التلميذ يقضي مدة طويلة من حياته في المدرسة، وأن تكيف التلميذ مع جو الثانوية وشعوره بالرضا والارتياح عن نوعية حياته المدرسية، يمكن أن ينعكس على إنتاجيته وإن يسهم في تحديد مدى استعداداته لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل الثانوية على تطويرها لدى طلبتها (الرفوع، 2011، ص.89).

حيث يشير "جبريل موسى عبد الخالق (1983) بأن تكيف الطالب الدراسي "ينجم عن تفاعله مع المواقف التربوية، ولا يقاس مستوى تكيف الطالب بمدى خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات وحلها حلولاً إيجابية تساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه المدرسي (يونسى، 2012، ص.93). كما يساعد الطالب على التحصيل الجيد وتحقيق أهدافه وطموحاته المستقبلية، حيث أشار العديد من الدراسات إلى أن التكيف المدرسي عامل مهم في التحصيل الدراسي كدراسة (مبارك وبن إسماعيل، 2018) التي توصلت إلى أن للتكيف المدرسي دور كبير في تنمية التحصيل الدراسي، وكذا دراسة حسين الشرعة (1982) التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى التحصيل ولصالح ذوي التحصيل

المرتفع(حمادنة، 2015، ص.115). ومن بين أهم الدراسات التي اهتمت بالتكيف النفسي الاجتماعي وكذا الأكاديمي للطالب، دراسة (لوم، lum.m، 1960) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الاجتماعي والاتجاهات السلوكية نحو الجامعة، وتوصلت إلى ارتباط التحصيل الدراسي المرتفع مع الاتجاهات السلوكية الايجابية نحو الجامعة والتكيف الحسن، في حين ارتبط التحصيل الدراسي المنخفض بالاتجاهات السلبية نحو الجامعة والتكيف السيئ (ناصر، 2006، ص.63). وبقي الاهتمام لفترات طويلة يركز على أن التكيف الدراسي يرتبط بالتحصيل الدراسي والذي بدوره يرتبط فقط بالجانب العقلي للطلبة، لكن الدراسات الحديثة أشارت إلى أهمية الجوانب النفسية والاجتماعية والتربوية في تكيف الطالب ضمن المدرسة(القصاص،الجمعية،2013،ص 872). وهذا ما أثبتته دراسة (وهيب، 1982) التي أكدت على أن هناك أمورا عديدة تؤثر على تكيف الفرد وليس عاملا واحدا، وأنه يتأثر سلبا أو إيجابا بجملة عوامل ابتداء بالأسرة وانتهاء بالمؤسسات الاجتماعية(البياتي، 2010، ص.56).

حيث تعد المدرسة أحد أهم المؤسسات الاجتماعية والتي تقوم بوظيفة تربوية من أجل تنمية وتطوير المجتمع، فهي التي تحتضن التلميذ خلال المراحل التعليمية المختلفة من أجل إكسابه المعارف الضرورية لتمكينه من التنافس وبناء مستقبله، من خلال توظيف مختلف إمكاناته الجسمية والعقلية والوجدانية والنفسية في مختلف هذه المراحل، ومرحلة التعليم الثانوي من بين أهم المراحل التعليمية، كونها المحطة التي سوف تتحدد بها وجهة التلميذ في حياته المستقبلية، إذ يمثل التعليم الثانوي في المسار الدراسي مرحلة (التنوع، والتوجيه والتحضير للتعليم العالي)، وهو مرحلة تعليمية تتطلب مستوى علمي وثقافي عال، بالإضافة إلى أنه يشتمل على تخصصات مختلفة من شأنها أن تكسب المتعلم خصائص علمية مختلفة.

كما تتجلى أهمية مرحلة التعليم الثانوي انطلاقاً من المرحلة العمرية التي تغطيها هذه الفترة، فهي تغطي مرحلة المراهقة، مرحلة بناء الذات وتكوين الشخصية والاتجاهات والقيم (الفالوقي ، القذافي ، 1997، ص.122). ومن أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد والاستمرارية، فهي مرحلة انتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد وتختلف كفاءات هذا الانتقال من فرد لآخر ومن بيئة إلى أخرى. وهي مرحلة جد حساسة ودرجة نظراً لما يتخللها من تغيرات جد مهمة في النواحي الفيزيولوجية، الجسمية والنفسية، الاجتماعية والدينية، فهذه التحولات في مجموعها تساهم في تكوين شخصية مستقبلية للفرد (لعباس ، 2012، ص 84). كما تعد هذه الأخيرة من أكثر مراحل النمو إثارة لدى الدارسين والباحثين في مجال العلوم النفسية والاجتماعية لما لها من طبيعة خاصة من حيث اتساع مساحتها السيكلوجية. حيث قال عنها " فرويد وسوليفان" بأنها "حقة عاصفة ومرهقة" ووصفها "هول" بأنها: " مرحلة تكتنفها الأزمت النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبات التكيف (البياتي، 2010، ص. 54). وعليه تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ؟
- ما مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ؟
- ما مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟
- هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص؟

2- فرضيات الدراسة :

- مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس .
- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص.

3- أسباب اختيار موضوع الدراسة:

- إن اختيار الباحث لمشكلة ما دون سواها له مبرراته وأسبابه، وتعتبر هذه الأخيرة دوافع محفزة على اختيار موضوع جدير بالدراسة، ومن بين الأسباب والمبررات التي جعلت الطالبة الباحثة تقبل على اختيار هذا الموضوع ودراسته نذكر مايلي :
- ارتباط الموضوع بمجال التخصص (الصحة النفسية).
 - الرغبة الشخصية في دراستنا لهذا الموضوع النابعة من الاهتمام الشخصي بالوسط المدرسي ومرحلة المراهقة .

- الشعور بأهمية متغيرات الدراسة المتمثلة في جودة الحياة والتوافق النفسي والتكيف الدراسي في حياة التلميذ ودورها في نجاحه في الدراسة والحياة ككل .
- الانتشار المتزايد للاضطرابات النفسية والمشكلات التربوية في الوسط المدرسي ومن بينها سوء التوافق النفسي وسوء التكيف الدراسي لدى التلاميذ .
- محاولة الوصول إلى الأسباب الحقيقية التي تحول دون تحقيق تلاميذ المرحلة الثانوية لتوافقهم النفسي وتكيفهم الدراسي .
- عدم توفر دراسات في حدود علم الباحثة جمعت بين هذه المتغيرات الثلاثة في البيئة المحلية وخاصة لدى عينة تلاميذ المرحلة الثانوية .

4- أهمية الدراسة :

- تكمّن أهمية الدراسة في أهمية الجوانب التي تتعرض لها بالبحث والتحليل ومن أهمية الأهداف التي ستحققها ومنها:
- تناولها لمتغير جودة الحياة الذي يعد مصطلحا هاما في التراث السيكلوجي عموما، وفي علم النفس الإيجابي على وجه الخصوص، وذلك باعتبارها واحدة من أهم القضايا في حياة الأفراد والمجتمعات، نظرا لكونها أساسية لتفادي الكثير من المشكلات التي يمكن أن تعترض الفرد والمجتمع معا.
 - تناولها لمتغير التوافق النفسي الذي يعد من أهم المفاهيم الأساسية في علم النفس عامة، والصحة النفسية بصورة خاصة .
 - تناولها لمتغير التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي باعتبار أن التكيف يلعب دورا حاسما في حياة التلاميذ التعليمية داخل المدرسة.
 - تركيزها على فئة جد مهمة من المجتمع وهي فئة المراهقين من تلاميذ المرحلة الثانوية، وذلك لكون هذه الأخيرة مرحلة حساسة في حياة التلاميذ.

- تحاول نقل صورة واضحة عن العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (السنة الثانية) من خلال عملية القياس.
- قد تساعد نتائج هذه الدراسة المختصين والقائمين على المجال التربوي في الاهتمام بفئة المراهقين والعمل على توفير الأجواء المناسبة والمساهمة في النمو بالشكل الإيجابي للتلاميذ على جميع النواحي، بما يعود على الأفراد والمجتمع بالفائدة.
- تكمن في كونها الدراسة الأولى على حد علم الباحثة التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاثة في البيئة المحلية .

5- أهداف الدراسة :

- التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي
- التعرف على مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- التعرف على مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- التعرف على ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس والتخصص.
- التعرف على ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس والتخصص.

- التعرف على ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس والتخصص.

6- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة :

6-1- جودة الحياة :

6-1-1- اصطلاحا :

- يرى فرانك (Frank) بأن جودة الحياة هي " حسن توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع، ويتم هذا من خلال الأسرة والمدرسة والجامعة بيئة العمل ومن خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي: التعليم والتثقيف والتدريب" (شيخي ، 2014 ، ص.06).

- تعريف عبد الفتاح وحسين (2006) " يشير مفهوم جودة الحياة إلى الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياتية وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية وإحساسه بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه" (عبد الفتاح، حسين، 2006 ، ص.12)

- أما بونومي وآخرون (2000): فأكدوا على أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها (مسعودي ، 2015، ص.205).

- يعرفها منسي وكاظم 2006 بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه " (منسي، كاظم، 2006، ص. 56).

6-1-2- إجرائيا :

تتمثل في شعور التلميذ بالمرحلة الثانوية بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ما يتوفر لديه من إمكانيات وما يتم تقديمه إليه من خدمات صحية واجتماعية وتعليمية ونفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه، ويشير في بحثنا إلى مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس جودة الحياة لمنسي وكاظم (2006) والمتكون من ستة أبعاد وهي: (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف (الجانب الوجداني)، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت وإدارته).

6-2- التوافق النفسي :

6-2-1- اصطلاحا :

- يرى بطرس حافظ (2008) أن التوافق النفسي يشمل السعادة مع النفس والثقة بها والشعور بقيمتها، وإشباع الحاجات والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف، والسعي لتحقيقها، وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها، وتغيير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في المراحل المتتالية، وهو ما يحقق الأمن النفسي " (بطرس، 2008، ص. 113).

- يعرفه **حامد زهران** بأنه: "عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتعديل والتغيير حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة (زهران، 2005، ص.27).
- يعرفه " **أحمد محمد عبد الخالق** "بأنه: "حالة من الانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته، كما يتضمن قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا تغييرا يناسب هذه الظروف الجديدة فان عجز الفرد عن إقامة هذا الانسجام قيل انه سيئ التوافق (عبد الخالق، 2004، ص.55).
- كما يعرف أيضا على أنه: " القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء هذا من ناحية ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي يعنى ذلك أن التوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد (حشمت، باهي ، 2006، ص.40).

6-2-2- إجراءات إجرائيا :

التوافق النفسي هو قدرة التلميذ على إشباع حاجاته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته، حتى تحدث حالة من الاتزان بينه وبين البيئة المحيطة به، وكذا مدى تقبل التلميذ لنفسه ويشير في بحثنا إلى مجموع الدرجات التي تتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير (2003) والمتكون من أربعة أبعاد وهي: (التوافق الانفعالي، التوافق الصحي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي).

6-3- التكيف الدراسي :

6-3-1- اصطلاحا :

- **تعريف نوال محمد عطية:** " التكيف المدرسي يعني أن الفرد المتعلم يمكن أن يتكيف أو يتوافق مع البيئة المدرسية التعليمية، بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة ومعلمين وزملاء... الخ إذا كانت هذه البيئة التعليمية تتفق أساسا مع ميوله ورغباته واتجاهاته ويشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين أفرادها والتفاعل الاجتماعي بينهم، وتقدير الذات واحترامها، والثقة بالذات والتعبير عنها في مجالات الدراسة المختلفة" (عطية، 2001، ص.23).
- **تعرفه ماجدة بهاء الدين السيد عبيد** بأنه: "التكيف الدراسي هو قدرة الطفل على تكوين علاقات طيبة مع مدرسيه وزملائه وفي المدرسة كما يظهر من خلال النشاط واستيعاب المواد الدراسية والمواظبة على النظام" (عبيد، 2008، ص.45).
- **يعرفه لاد (Ladd):** "هو المخرجات المرتبطة مع متطلبات التكيف مع البيئة المدرسية، وأشارت إلى أن التكيف المدرسي يشمل الاتجاهات نحو المدرسة وتأثر هذا التكيف بخصائص الطالب وإيجابياته وعلاقاته الإيجابية والسلبية مع الأقران وأن التكيف المدرسي هو نتاج تفاعل هذه العوامل" (الزغبى، 2009، ص.53).
- **عرفه أبو عليا (2001)** بأنه : " جملة السلوكيات التي يقوم بها الطلبة للتلاؤم مع الجو الدراسي والمتمثلة في علاقاتهم بزملائهم وبأساتذتهم والأنشطة الاجتماعية الدراسية وموقفهم من الإدارة والنظام (البياتي، 2010، ص.59).
- **يعرف جبريل نقلا عن أبي حطب** تكيف الطالب الدراسي بأنه: " ينجم عن تفاعل مع المواقف التربوية وهو محصلة لتفاعل عدد من العوامل منها : ميوله، نضج أهدافه واتجاهاته نحو النظام الدراسي، واتجاهاته نحو المواد الدراسية، وعلاقته برفاقه

ومعلميه، ومستوى طموحه، ولا يقاس تكيف الطالب بمدة خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات، وحلها حلولاً ايجابية تساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه الدراسي (مغلاوي، 2010، ص.60).

6-3-2- إجراءات :

يشير في دراستنا إلى قدرة التلميذ على التكيف مع الوسط المدرسي وبمختلف مكوناته من أساتذة وزملائه وإدارة، كما يظهر من خلال النشاط واستيعاب المواد الدراسية والمواظبة على النظام، ويقاس بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس التكيف الدراسي من أعداد الطالبة الباحثة، الذي يتضمن أربعة أبعاد وهي: (علاقة التلميذ بالأساتذة، علاقة التلميذ بالزملاء، موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها، موقف التلميذ من الدراسة).

7- الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة مرجعاً مهماً لكل باحث، فمن نتائجها تبني دراسات جديدة تساهم في إثراء البحث العلمي، وعليه فقد تم الاعتماد على مجموعة من الدراسات ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة حيث تم تصنيفها إلى:

7-1- الدراسات الخاصة بمتغير جودة الحياة :

7-1-1- دراسة ديو وهوينز (1994):

بغنوان: جودة الحياة لدى المراهقين

هدفت الدراسة إلى معرفة درجة رضا المراهقين عن حياتهم من وجهة نظر آبائهم، بالإضافة إلى معرفة الفروق في الرضا عن الحياة في ضوء المتغيرات التالية (العمر الزمني، الجنس، المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة)، حيث قام الباحثان بتطبيق مقياس الرضا عن

الحياة على عينة مكونة من (222) طالبا من صفوف الثامن والعاشر والثاني عشر لمدارس المنطقة الشمالية الشرقية بالولايات المتحدة الأمريكية، حيث توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- ✓ تقديرات المراهقين بدرجة رضاهم عن حياتهم مرتبطة ارتباطا جوهريا بتقديرات آبائهم لهم.
 - ✓ عدم وجود فروق فردية في الرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس (نعيسة، 2012، ص.159)
- 7-1-2- دراسة كاظم و البهادلي (2007):

بغنوان: جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان والجمهورية الليبية، ودور متغير البلد (عمان، ليبيا)، والنوع، والتخصص (إنساني، علمي) في جودة الحياة، وطبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة وكل من دخل الأسرة والمعدل التراكمي، ولتحقيق ذلك طبق مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة (منسي وكاظم، 2006) على (400) طالبا وطالبة (182 من ليبيا) و(218 من عمان)، وأشارت النتائج إلى :

- ✓ مستوى جودة الحياة كان مرتفعا في بعدين من أبعاد الجودة هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، ومتوسط في بعدين هما: جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفض في بعدين هما: جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي.
- ✓ وجود تأثير دال إحصائيا في متغير البلد، والنوع، والتفاعل الثنائي بين النوع والتخصص

7-1-3- دراسة شاهر خالد سليمان (2010) :

بغنوان : قياس جودة الحياة لدي عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها

حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء متغيري التخصص (إنساني، علمي) والتقدير الدراسي للطلاب (جيد جدا فأكثر، جيد، مقبول) وطبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة وكل من دخل

الأسرة الشهري، وتم اختيار عينة عنقودية حجمها (649) طالباً جامعياً، وقد توصل البحث إلى النتائج الآتية:

✓ مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين من أبعاد جودة الحياة وهما: جودة الحياة الأسرية وجودة الحياة النفسية، ومنخفض في بعدين وهما: جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت، ومتوسط في بعد جودة الصحة العامة.

✓ وجود تأثير دال إحصائياً في متغير التخصص (إنساني، علمي) على جميع أبعاد جودة الحياة باستثناء بعد جودة إدارة الوقت.

7-1-4- دراسة احمد محمد عبد الخالق (2011):

بغنوان: نوعية الحياة لدى عينة من المراهقين الكويتيين

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد المؤشرات الذاتية لنوعية الحياة لدى عينة من طلاب المدارس الثانوية الكويتيين، وبحث الفروق بين الجنسين في نوعية الحياة لدى عينة تكونت من (2092) طالب وطالبة (1061) ذكور و (1031) إناث تتراوح أعمارهم بين 15-19 سنة، أجابوا على الصيغة العربية للمقياس نوعية الحياة المختصر الصادر من منظمة الصحة العالمية، توصلت الدراسة إلى:

✓ وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في المجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس لصالح الذكور دون الإناث في كل المقارنات .

7-1-5- دراسة رغداء على نعيصة (2012) :

بغنوان: جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات البلد (المحافظة)، دمشق، واللاذقية، والنوع الاجتماعي (ذكر، أنثى)، التخصص (علوم نظرية، علوم تطبيقية)، وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد

(منسي وكاظم، 2006)، حيث بلغ أفراد العينة ككل (360) طالباً، بينهم (180) طالباً من جامعة دمشق، و(180) طالباً من جامعة تشرين، ومن أهم النتائج التي أظهرتها الدراسة:

- ✓ وجود مستوى متدني من جودة الحياة لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين.
- ✓ التأثير المشترك للمتغيرات الديمغرافية الثلاثية معا في جودة الحياة

7-1-6- دراسة يحي عمران شعبان شقورة (2012):

بمعنوان : المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة الفلسطينية بمحافظات غزة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على كل مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، وكذلك هدفت إلى التعرف على العلاقات بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، كما هدفت للكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة بالنسبة لبعض المتغيرات الجنس، الجامعة، التخصص، المعدل التراكمي للطلبة، الترتيب الميلاي للطلبة والدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي للوالدين، وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة (200) من كل جامعة، نصفهم من ذكور والنصف الآخر من إناث، وتم اختيار عينة الدراسة بصورة طبقية عشوائية من طلبة الجامعات الثلاث الأزهر، الأقصى، الإسلامي من التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية، استخدام البحث المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة لجمع البيانات تم استخدام استبانة المرونة النفسية من إعداد الباحث، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1998)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- ✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للمقياس تعزى لمتغير الجنس باستثناء بعد الطمأنينة والاستقرار النفسي فقد كانت لصالح الطلاب

7-1-7- دراسة العادلي و الكردي (2014):

بغنوان: إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى إحساس طلبة الجامعيين بجودة الحياة، ومعرفة طبيعة الفروق بين طلبة في الإحساس بجودة الحياة وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي. حيث شملت عينة الدراسة (476) طالب وطالبة، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتمثلت أداة الدراسة في مقياس جودة الحياة من إعداد الباحث ، 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 عالياً من الإحساس بجودة الحياة.

✓ وجود فروق إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عن مقياس الإحساس بجودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

✓ وجود فروق إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عن مقياس الإحساس بجودة الحياة تعزى لمتغير التخصص الدراسي .

7-1-8- دراسة بسماء آدم و ياسر الحاجان (2014) :

بغنوان : جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة قسمي علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق

يهدف البحث إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة قسم علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق، حسب متغيرات الجنس، والتخصص الدراسي (علم النفس، الإرشاد النفسي) لدى عينة البحث وبلغ عدد أفراد العينة ككل (100) من بينهم (50) من طلبة قسم علم النفس و (50) من طلبة قسم الإرشاد النفسي، اختيروا

بطريقة عرضية بالاعتماد على المنهج الوصفي، وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد (منسي وكاظم 2006) ومقياس تقدير الذات من إعداد فاكهة جعفر (2007)، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

✓ لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة وتقدير الذات

✓ لا توجد فروق في جودة الحياة تبعا للجنس والتخصص الدراسي

7-1-9- دراسة بورزق كمال وشلاي لخضر (2015) :

بغنوان : جودة الحياة لدى المراهقين الأيتام

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على مستويات جودة الحياة لدى المراهقين الأيتام، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في جودة الحياة تعزى إلى متغير الجنس ومتغير الجنس الشخص المتوفي وتكونت عينة الدراسة من (60) تلميذ وتلميذة بقوام (33) تلميذة و(27) تلميذ من تلاميذ السنة الثانية ثانوي الأيتام، أختيروا بطريقة غير العشوائية القصدية بالاعتماد على المنهج الوصفي. حيث تمثلت أداة الدراسة في مقياس جودة الحياة لصاحبه شاهر خالد سليمان (2010) حيث أسفرت نتائج الدراسة عن :

✓ وجود اختلاف في ترتيب مستويات أبعاد جودة الحياة لتأثيرها على أفراد العينة

✓ لا توجد فروق في أبعاد جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس

7-1-10- دراسة محمد أحمد خدام المسابق (2015):

بغنوان : جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى الطلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى جودة الحياة، ومستوى قلق المستقبل لدى طلاب الكلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، والتعرف على العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وهل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة، تكونت عينة

الدراسة من (284) طالبا من طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة بالاعتماد على المنهج الوصفي، تم استخدام مقياس جودة الحياة من إعداد الباحث، ومقياس قلق المستقبل لزينب محمود شقير (2005) ، أظهرت النتائج :

✓ وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة لدى طلاب كلية التربية والآداب

✓ وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة إحصائيا بين جودة الحياة وقلق المستقبل

7-1-11 - دراسة عبد الباري مايح ماضي(2016):

بغنوان : مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة ذي قار

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة، والكشف عن الفروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس، التخصص، المرحلة (الأول، الثانية، الثالثة، الرابعة)، حيث طبقت الدراسة على عينة مكونة من(500) طالب وطالبة، موزعين على مختلف المراحل والتخصصات أختيرو بطريقة عشوائية بسيطة، معتمدين على المنهج الوصفي، أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد تمثلت في مقياس جودة الحياة من إعداد بشري عناد مبارك (2008)، حيث أسفرت نتائج الدراسة عن :

✓ أفراد عينة الدراسة لا يتمتعون بمستوى مقبلو في جودة الحياة

✓ عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس

✓ عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص

7-1-12- دراسة صلاح حمدان الحاج أحمد ونجدة محمد عبد الرحيم (2017): بعنوان: المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة، وكذلك الكشف عن الفروق في متغير المساندة الاجتماعية وجودة الحياة، تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث)، وتكونت عينة الدراسة من (380) طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم بين 15-18 سنة للعام الدراسي 2015-2016، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس جودة الحياة من إعداد الباحثان، حيث توصلت الدراسة إلى :

- ✓ وجود علاقة ارتباط موجبة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة .
- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقاييس جودة الحياة تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) في جودة الحياة المدرسية
- ✓ وجود فروق في جودة الحياة الأسرية والصحية والنفسية والحياة الاجتماعية وشغل الوقت والدرجة الكلية لصالح الإناث .

7-1-13- دراسة إسماعيل بن خليفة ومحمد لحرش (2017):

بعنوان: مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، بالإضافة إلى معرفة الفروق التي تعزى لمتغير الجنس والشعبة الدراسية، جرت هذه الدراسة بمدينة الوادي في ثلاث ثانويات خلال الموسم الدراسي (2015/2016) على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، واستخدم الباحثين المنهج

الوصفي القائم على الاكتشاف والمقارنة، وتطبيق مقياس جودة الحياة، حيث أسفرت نتائج الدراسة عن:

- ✓ نسبة (37.70%) من مجموع أفراد العينة مستوى جودة حياتهم مرتفع مقابل نسبة (62.30%) من أفراد عينة الدراسة مستوى جودة حياتهم متوسط.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في جودة الحياة تبعاً لمتغير الشعبة الدراسية.

7-2- الدراسات الخاصة بمتغير التوافق النفسي:

7-2-1- دراسة عيد الكريم قريشي (1999):

بعنوان: مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى تعرض طلاب التعليم الثانوي بالجزائر إلى مشكلات التوافق، لاسيما وهم يمرون بمرحلة المراهقة، وقد ركزت على طلاب السنة الأولى في الجذوع المشتركة مع مقارنات بين التخصصات والجنسين والمستويات الاجتماعية والاقتصادية للطلاب، ولقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن، وقد تم استخدام اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية لعطية هنا (واختبار التوافق الشخصي والاجتماعي) لمصطفى الصفطي (واستمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي، لدى عينة مقدارها (274) طالبا وطالبة، وقد أسفرت النتائج على ما يلي :

- ✓ تعرض طلاب التعليم الثانوي إلى مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي بنسبة قليلة نوعا ما، حيث مست ثلث العينة.

✓ عدم وجود فروق بين طلاب التخصصات العلمية فيما يخص مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي .

✓ عدم وجود فروق بين الذكور والإناث باستثناء ثلاث مقارنات من أصل اثنتين وعشرين والتي عادت فيها لصالح الذكور الذين كانوا أكثر عرضة للمشكلات.

✓ وجود فروق بين طلاب المستويات الاجتماعية والاقتصادية، حيث ظهرت المشكلات لدى طلاب المستويات الدنيا بالمقارنة مع طلاب المستويات العليا.

7-2-2- دراسة سهير إبراهيم محمد إبراهيم (2004) :

بغنوان: المخاوف وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى أطفال المرحلة العمرية (من 12-18 سنة)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين درجة المخاوف وبين التوافق النفسي والاجتماعي لدى أطفال المرحلة العمرية من 12-16 سنة، وكذلك البحث عن الفروق في المخاوف والتوافق النفسي الاجتماعي تعزى إلى متغيرات (الجنس، المستوى الاجتماعي والثقافي)، والعلاقة بين المستوى الثقافي والاجتماعي والمخاوف لدى أفراد عينة الدراسة وتكونت عينة الدراسة من (360) تلميذ وتلميذة من الصف الثاني إعدادي والثانوي، منهم (180) من الإناث و(180) من الذكور، أختيروا من اثنتي عشر مدرسة تمثل المستويات الاجتماعية الثلاث، اختيروا بطريقة عشوائية طبقية، بالاعتماد على المنهج الوصفي .أما بالنسبة لأدوات الدراسة فتمثلت في مقياس المخاوف الشائعة إعداد فائزة يوسف عبد المجيد(1988)، ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي إعداد الباحثة، واستمارة البيانات الشخصية والاجتماعية إعداد فائزة يوسف عبد المجيد ، حيث أسفرت النتائج عن :

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف والتوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد العينة

7-2-3- دراسة حسين محمد الأطرش (2005):

بعنوان: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراتة بليبيا .

هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي وبالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراتة بليبيا وفقا لمتغير الجنس والتخصص، كذلك البحث في الفروق في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغيرات الدراسة، حيث شملت عينة الدراسة على (264) طالب وطالبة أختيروا بطريقة عشوائية، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي وتطبيق أداة لقياس التوافق النفسي والذكاء ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث نجد :

✓ عدم وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي والذكاء لدى العينة
✓ وجود فروق غير دالة إحصائية في التوافق النفسي الاجتماعي وفقا لمتغيري الجنس والتخصص .

7-2-4- دراسة يامن سهيل مصطفى (2010):

بعنوان: العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين في مدينة دمشق

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أشكال العنف الأسري الممارس بين الوالدين، والتعرف على العنف الممارس على الأبناء المراهقين، وكذلك التعرف على العلاقة بين العنف الأسري والتوافق النفسي لدى المراهقين والكشف عن العلاقة بين ممارسة العنف ومستوى تعليم الوالدين، والكشف عن العلاقة بين ممارسة العنف الأسري والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي على عينة مكونة من (396)

طالبا وطالبة من طلاب الثانوي في ثانويات مدينة دمشق، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، فقد توصلت الدراسة إلى:

✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ظهور أشكال العنف الأسري وبين التوافق النفسي الجيد لدى طلاب المرحلة الثانوية.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس

7-2-5- دراسة مهنا بشير عبد الله (2010) :

بغنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب معهد إعداد المعلمين نينوى

استهدفت الدراسة معرفة الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب معهد إعداد المعلمين نينوى من خلال قياس مستوى الأمن النفسي، وكذا التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة الدراسة وقد تكونت من (218) طالبا اختيروا بطريقة العينة العشوائية البسيطة، وقد اعتمد الباحث في دارسته على مقياس الأمن النفسي الذي أعده مطلق (1994) ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي بناه جابر (1995) وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

✓ تمتع الطلاب معهد إعداد المعلمين بالتوافق النفسي حيث كان متوسط درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي أعلى من المتوسط النظري للمقياس وبالتالي ارتباطها بعلاقة موجبة مع درجاتهم بالشعور بالأمن النفسي. (يحي، 2015، ص 19)

7-2-6- دراسة عبد الحق لبوازدة (2011):

بعنوان: تأثير الضغط النفسي على التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الجزائر 02

هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير الضغط النفسي على التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة الجزائر 02، مع إلقاء الضوء على دلالات الفروق في الضغوط النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي وفقا لمتغيرات الجنس والتخصص ومكان الإقامة، معتمدا على المنهج الوصفي التحليلي، على عينة تقدر بـ (331) طالب وطالبة اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة، حيث تم الاعتماد على مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق النفسي من إعداد الباحث، وكانت النتائج كالآتي :

✓ وجود تأثير للضغط النفسي على التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية .

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية تعزى لمتغيرات الدراسة (الجنس، التخصص، مكان الإقامة)

7-2-7- دراسة جمال الدين محمد مزكي عبد الرحمان (2011) :

بعنوان: التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي في أوساط طلاب جامعة المدينة العالمية - ماليزيا

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي لدى عينة الدراسة الفروق في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس، وقد تألفت عينة الدراسة من طلبة الجامعة، تم اختيارهم بالطريقة الطبقية النسبية من جميع كليات الجامعة بالاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدم الباحث مقياس التوافق النفسي (لهيوم بل) الذي أعده بالعربية محمد عثمان نجاتي . وقد كانت أهم النتائج التي وصل إليها الباحث ما يلي:

✓ يتسم مستوى التوافق بفروعه الثلاثة بالاجابية

✓ لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق تعزى لمتغير الجنس

7-2-8-دراسة نيس حكيمة(2011):

بعنوان: الحاجات الإرشادية وعلاقتها بالتوافق النفسي والرضا عن الدراسة لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي .

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين كل من الحاجات الإرشادية والتوافق النفسي من جهة وبين التوافق النفسي والرضا عن الدراسة من جهة أخرى وكذا العلاقة الارتباطية بين الحاجات الإرشادية والرضا عن الدراسة، مستخدمة المنهج الوصفي على عينة تقدر بـ (150) تلميذ وتلميذة في السنة الأولى من التعليم الثانوي مختارة بطريقة عشوائية طبقية، معتمدة على أداة الاستبيان للحاجات الإرشادية لأحمد صمادي(2001) ومقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير(2003) ومقياس الرضا عن الدراسة لإبراهيم حبيب (1999)، وكانت النتائج كالآتي :

✓ وجود علاقة ارتباطية بين الحاجات الإرشادية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي .

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التوافق النفسي .

7-2-9-دراسة بلحاج فروجة (2011) :

بعنوان: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية لتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي ودافعية التعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي على

عينة تقدر بـ (300) مراهق متمدرس بطريقة عشوائية بسيطة، مستخدمة اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية عطية محمود هنا (1986)، ومقياس الدافعية للتعلم ليوسف قطامي (1989)، حيث توصلت الدراسة إلى :

✓ وجود علاقة إرتباطية موجبة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى أفراد العينة

✓ عدم وجود فروق دال إحصائيا بين الجنسين فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي .
10-2-7 - دراسة لعباس نصيرة (2012) :

بغنوان: الخجل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الموجودة بين الخجل والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي، وكذلك البحث في الفروق في متغير الخجل والتوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس، حيث شملت عينة الدراسة على (318) تلميذ وتلميذة من السنة الأولى والثانية ثانوي اختيروا بطريقة عشوائية البسيطة، بالاعتماد على المنهج الوصفي، وحيث تمثلت أدوات الدراسة في مقياس الخجل من إعداد حسين عبد العزيز الدريق (1980) ومقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير (2003)، حيث أسفرت نتائج على:

✓ وجود علاقة بين الخجل والتوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس

7-2-11 - دراسة بوشاشي سامية (2013):

بعنوان: العلاقة بين السلوك العدواني والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين السلوك العدواني والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، وتحقيقاً لأغراض البحث العلمي تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة البحث من (340) طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، وطبق عليها مقياس السلوك العدواني، وكذلك مقياس التوافق النفسي والاجتماعي اللذان تم تعديلهما بما يتلاءم مع البيئة الجزائرية . ولقد توصلت نتائج الدراسة إلى

- ✓ طلبة الجامعة يتميزون بتوافق نفسي واجتماعي متوسط
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين
- ✓ هناك علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين السلوك العدواني والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

7-2-12 - دراسة عوض الجيد محمد الأمين (2013) :

بعنوان: التوافق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة الأساس دراسة ميدانية بمدينة شرق النيل قطاع العيلفون

هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على مستويات التوافق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمدينة شرق النيل قطاع العيلفون، كذلك البحث في الفروق في مستوى التوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير (الجنس، الصف) حيث شملت عينة الدراسة على (300) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث البالغ عددهم (2695) أختيروا بطريقة عشوائية، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي وتطبيق أداة لقياس التوافق النفسي ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث نجد :

- ✓ لا توجد علاقة ارتباطية بين أبعاد التوافق النفسي والتحصيل الدراسي

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أبعاد التوافق الاجتماعي والانفعالي ، بينما وجد هناك فروق بين الذكور والإناث في بعد التوافق الأسري والتوافق النفسي (التوافق العام) وذلك لصالح الإناث .

✓ تتسم السمة العامة للتوافق النفسي العام بالإيجابية لدى تلاميذ مرحلة الأساس

7-2-13-دراسة أحمد عبد المجيد صمادي وهديل صاييل الطعاني (2014):

بعنوان: أنماط الإساءة الوالدية كما يدركها المراهقون ومستوى توافقهم النفسي في ضوء بعض المتغيرات

هدفت الدراسة إلى استقصاء أنماط الإساءة الوالدية من وجهة نظر المراهقين ومستوى توافقهم النفسي وأثر جنس المراهق وعمره والمستوى التعليمي لوالديه ومستوى دخل أسرته الشهري فيهما، وتحديد العلاقة بين أنماط الإساءة الوالدية المدركة ومستوى توافقهم النفسي لدى عينة المراهقين في محافظة أريد، حيث تكونت عينة الدراسة (575) طالب وطالبة من الصف الثامن الأساسي والصف الثاني ثانوي اختيروا بطريقة عشوائية عنقودية متعددة المراحل معتمدة في ذلك على المنهج الوصفي، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس أنماط الإساءة الوالدية من إعداد الباحثين ومقياس التوافق النفسي لعلي إسماعيل (2004) وكانت النتائج:

✓ مستوى التوافق النفسي لدى الذكور أعلى من الإناث

✓ التوافق الاجتماعي والأسري لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور

✓ وجود علاقة ارتباطية بين أنماط الإساءة الوالدية ومستوى التوافق النفسي لدى المراهقين

7-2-14- دراسة عليوة سمية و بوسحابة محمد (2017) :

بعنوان: التوافق النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على مستويات التوافق النفسي وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، كذلك البحث في الفروق في مستوى التوافق النفسي ومستوى

تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير (الجنس، التخصص) حيث شملت عينة الدراسة على (108) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث البالغ عددهم (239) أختيرو بطريقة عشوائية التطبيقية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، ومن أهم نتائج البحث نجد :

✓ توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التوافق النفسي ومستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير (الجنس، التخصص).

7-2-15- دراسة دحماني وفاء (2017):

بعنوان: التوافق النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين كل من التوافق النفسي والسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية، كذلك البحث في الفروق في التوافق النفسي والسلوك العدواني لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير (الجنس، التخصص) حيث شملت عينة الدراسة على (206) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث أختيرو بطريقة عشوائية البسيطة، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وبالاعتماد على مقياس التوافق النفسي للخامري (1996)، ومقياس السلوك العدواني لعبد الله سليمان إبراهيم ومحمد نبيل عبد الحميد (1994)، ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث نجد :

✓ توجد علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي والسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية تعزى لمتغير (الجنس ، التخصص) .

7-3- الدراسات الخاصة بمتغير التكيف الدراسي

7-3-1- دراسة سهيلة حسين قلندر حسين (2003) :

بغنوان: القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل وكذلك الكشف عن الفروق في هذه العلاقة تبعاً لمتغيرات (الصف، الجنس، التخصص وموقع السكن)، كما تسعى إلى الكشف عن مستوى القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير (الصف، الجنس، التخصص، موقع السكن)، حيث شملت عينة الدراسة على (435) طالب وطالبة من التخصصات (الطبية، الهندسة، العلمية، الإنسانية) من الصف الأول اختيروا بطريقة العينة العشوائية الطبقية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتطبيق أدوات جاهزة لقياس القلق الاجتماعي لصاحبه (1997) ومقياس التكيف الدراسي من إعداد الباحثة ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث نجد :

✓ مستوى التكيف الدراسي لدى أفراد العينة متوسط بغض النظر عن متغير(الجنس، التخصص، موقع السكن)

✓ توجد علاقة دالة احصائياً بين مستوى القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة

✓ لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير (الجنس، التخصص)

7-3-2- دراسة المحاميد وعريبات (2005) :

بعنوان: اتجاهات طلبة جامعة مؤتة نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتكيفهم الدراسي

هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة جامعة مؤتة نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتكيفهم الدراسي واختلاف هذه الاتجاهات باختلاف الجنس والكلية والتفاعل بينهما، وكذلك الكشف عن مستوى التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة والفروق في مستوى التكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (357) طالب وطالبة من جامعة مؤتة اختيروا بطريقة عشوائية وأظهرت نتائج الدراسة:

- ✓ تمتع عينة البحث بمستوى عالي من التكيف الدراسي
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اتجاه الطلبة نحو الإرشاد الأكاديمي والتكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة
- ✓ عدم وجود فروق في الاتجاه والتكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس والتخصص (البياتي ، 2010 ، ص. 66).

7-3-3- دراسة أماني محمد الناصر (2005) :

بعنوان: التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة الفرنسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في هذه المادة

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في اللغة الفرنسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في هذه المادة، وكذلك الكشف عن الفروق في التكيف المدرسي تبعاً لمتغير الصف (الثاني والثالث ثانوي) والتخصص (علمي، أدبي)، حيث تكونت عينة الدراسة من (701) طالب وطالبة من مدارس دمشق الثانوي المختلفة ممن يدرسون اللغة الفرنسية كلغة أجنبية للعام الدراسي (2004/2005)، وذلك بالاعتماد

على المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي المقارن، حيث كانت أدوات الدراسة عبارة عن استبيانين لقياس التكيف المدرسي العام والخاص من إعداد الباحثة وكانت النتائج:

✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التكيف المدرسي والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، كما أسفرت نتائج الدراسة على :

✓ وجود فروق في التكيف المدرسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الصف لصالح الثاني ثانوي ومتغير التخصص لصالح التخصص الأدبي
7-3-4-دراسة ل ب . رام كريستان (2008) :

بغنوان : أساليب التفكير والتكيف المدرسي عند تلاميذ المدارس الثانوية في كيزلا -
أطروحة دكتوراه كلية التربية جامعة كونكانا الهند

هدفت الدراسة إلى معرفة أهم أساليب التفكير المفضلة لتلاميذ المدارس الثانوية، ومعرفة مستوى التكيف لدى أفراد عينة الدراسة، وكذا العلاقة بينهما إلى جانب الكشف عن الفروق في مستوى التكيف المدرسي تعزى لمتغيرات (الجنس، نوعية إدارة المدرسة، مكان المدرسة) حيث تكونت عينة الدراسة من (486) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المدارس الثانوية الذين يدرسون في مدارس حكومية ومساعدة وفي المدينة والريف، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، أما أدوات الدراسة فتمثلت في بطارية أساليب التفكير (TSTB) واستمارة التكيف المدرسي، حيث كشفت نتائج الدراسة عن :

✓ الغالبية العظمى من أفراد عينة الدراسة متكيفون مع البيئة المدرسية

✓ التكيف المدرسي في المرحلة الثانوية يرتبط بشكل إيجابي مع خصائص أساليب التفكير

✓ وجود فروق في مستوى التكيف المدرسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور

(بن عايشة، 2015، ص. 28-29)

7-3-5-دراسة محمد بني خالد (2010) :

بعنوان: التكيف الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربويين في جامعة آل البيت

هدفت هذه الدراسة التعرف عن العلاقة بين التكيف الأكاديمي والكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربويين في جامعة آل البيت، وكذلك الكشف عن الفرق في الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس والمستوى الدراسي والتفاعل بينهما، حيث تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية، وبلغت (200) طالب وطالبة، منهم (79) طالب و(121) طالبة، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، ولتطبيق الدراسة استخدم الباحث مقياس الكفاءة الذاتية العامة لجيروزلم وتشيفيرز ومقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي، وقد كشفت نتائج الدراسة إلى :

- ✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد عينة الدراسة في التكيف الأكاديمي تعزى لجنس الطالب أو المستوى الدراسي أو التفاعل بينهما
- ✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين التكيف الأكاديمي والكفاءة الذاتية العامة لدى أفراد عينة الدراسة .

7-3-6-دراسة محاسن أحمد حسين البياتي (2010) :

بعنوان: اضطراب الدور وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلبة الصف الأول في كلية التربية جامعة الموصل

هدفت الدراسة إلى قياس اضطراب الدور وقياس التكيف الدراسي لدى طلبة الصف الأول بكلية التربية فضلاً عن التعرف على العلاقة بين درجة الاضطراب والتكيف الدراسي والكشف عن الفروق في معامل الارتباط تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، وشملت عينة البحث (200) طالب وطالبة من طلبة الصف الأول في كلية التربية للعام الدراسي (

2008/2009) اختيروا بطريقة العشوائية التطبيقية بالاعتماد على المنهج الوصفي. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس اضطراب الدور لصاحبه (هفن 2007) ومقياس التكيف الدراسي المعد من طرف (حسين 2003) ، حيث أسفرت الدراسة على النتائج التالية :

✓ تمتع أفراد عينة الدراسة بدرجة عالية من التكيف الدراسي

✓ عدم وجود علاقة بين اضطراب الدور والتكيف الدراسي وفقا لمتغير الجنس والتخصص

7-3-7 - دراسة فيغا مورين اديهامبو وآخرون (2011) :

بغنوان: العلاقة بين التكيف المدرسي والجنس والتحصيل الأكاديمي عند طلبة المدرسة الثانوية بكسيمو ناحية كنايا

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التكيف المدرسي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة والكشف عن الفروق في مستوى التكيف الدراسي تبعا لمتغير(الجنس، المستوى التحصيلي (متفوقين ومتأخرين)، حيث تكونت الدراسة من (450) تلميذ وتلميذة موزعين على (12) ثانوية. بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تمثلت أدوات الدراسة في مقياس التكيف المدرسي من إعداد شوفلي وباكو(2003)، إلى جانب نتائج التحصيل الدراسي، وكانت نتائج الدراسة كما يلي :

✓ توجد علاقة ارتباطيه موجبة التكيف المدرسي ومستوى التحصيل الدراسي

✓ توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف المدرسي تعزى لمتغير الجنس لصالح

الإناث. (بن عايشة، 2015، ص27)

7-3-8-دراسة يونسى كريمة (2012) :

بعنوان: الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة مولود معمري تيزي وزو

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، كما تسعى إلى كشف الفروق بين ظاهرة الاغتراب النفسي والتكيف الأكاديمي تبعا لمتغيرات (الجنس، التخصص، مكان الإقامة، نوع الكلية) حيث اعتمدت الباحثة على عينة مكونة من (220) طالب وطالبة، اختيروا بطريقة العشوائية البسيطة، معتمدة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الاغتراب النفسي للمرحلة الجامعية من إعداد سميرة حسين أبكر (1989)، واختبار التكيف الأكاديمي لهنري بوزو حيث أسفرت نتائج البحث عن :

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة بين ظاهرة الاغتراب النفسي ودرجة التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغيرات (الجنس، مكان الإقامة)

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغيرات(الكلية، التخصص)

7-3-9-دراسة شهاب محمد نياى حمادنة (2015):

بعنوان: التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء بعض المتغيرات

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الدراسي، تكونت عينة الدراسة من

(280) طالب وطالبة من المرحلة الثانوية، منهم (152) من الذكور و(128) من الإناث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنفردة وشكلت ما نسبته (10%) من مجتمع الدراسة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التكيف الأكاديمي لهنري بورو المطور من قبل سهاونة، وكذلك الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى:

- ✓ مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية كان بدرجة مرتفعة
 - ✓ عدم وجود فروق في مستوى التكيف تعزى لمتغير التحصيل الدراسي والجنس .
- 7-3-10 - دراسة بن عايشة سمية (2015) :

بغنوان: أساليب التفكير وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أساليب التفكير وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى كل من التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية، إلى جانب البحث في ما إذا كانت هناك فروق في كل من أساليب التفكير والتكيف المدرسي بين المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية . وكذلك الكشف عن مستوى التكيف المدرسي لدى أفراد عينة الدراسة، حيث شملت عينة الدراسة على (273) تلميذ وتلميذة منهم (133) متفوقين دراسيا و(140) عاديين تم اختيارهم بطريقة قصدية عشوائية على أساس مستوى التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس أساليب التفكير لتلاميذ الثانوية لصاحبه عبد المنعم أحمد الدوير ومقياس التكيف المدرسي من إعداد الباحثة، ولقد كشفت نتائج الدراسة على :

✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أساليب التفكير والتكيف المدرسي لدى كل من المتفوقين والعاديين على حد سواء .

✓ وجود مستوى مرتفع من التكيف المدرسي لدى أفراد عينة الدراسة .

7-3-11 - دراسة الهادي سراية (2016) :

بغنوان: التكيف الدراسي والثقافي في الوسط الجامعي (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة ورقلة)

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن نوعية السمة (سلبي، إيجابي) التي يتصف بها طلاب جامعة ورقلة من حيث درجة الكشف الدراسي والثقافي، وكذلك الفروق في درجة التكيف التي تعزى (الجنس، المستوى الجامعي)، حيث تكونت عينة الدراسة من (50) طالب تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من طلاب جامعة ورقلة، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي وتطبيق مقياس التكيف الدراسي والثقافي من إعداد الباحث، وقد توصلت الدراسة إلى:

- ✓ يتسم مستوى التكيف الدراسي والثقافي لدى عينة الدراسة بالاجابية
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف تعزى لمتغير الجنس

7-3-12 - دراسة بوزاهر محمد لخضر 2018 :

بغنوان: أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، إلى جانب البحث في ما إذا كانت هناك فروق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تعزى لمتغيرات (ممارسة الرياضة، الجنس، التخصص، المستوى التعليمي)، حيث شملت عينة الدراسة على (305) تلميذ وتلميذة منهم (101) غير ممارسين و(204) ممارسين تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التكيف المدرسي من إعداد الباحث، حيث كانت نتائج الدراسة :

✓ وجود مستوى مرتفع من التكيف المدرسي لدى أفراد عينة الدراسة (الممارسين وغير الممارسين).

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير (الممارسة، الجنس، التخصص، المستوى التعليمي) .

7-3-13 - دراسة شعثان لخضر وبن لكحل سمير (2019) :

بعنوان: التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة إلى جانب البحث في ما إذا كانت هناك فروق في التكيف الأكاديمي في ضوء متغيري الجنس والتخصص ومكان الإقامة، حيث شملت عينة الدراسة على (100) طالب وطالبة من جامعة زيان عاشور بالجلفة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، حيث تم استخدام المنهج الوصفي وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التكيف الأكاديمي من إعداد الباحثين، ولقد كشفت نتائج الدراسة على :

✓ وجود مستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة .

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، مكان الإقامة) .

7-4-4 - التعقيب على الدراسات السابقة :

7-4-1 - أوجه الاتفاق والاختلاف مع الدراسات من حيث :

أ/ الأهداف :

• تتفق دراستنا مع معظم الدراسات السابقة التي تشابهت في أهدافها حيث كانت اغلب الدراسات تبحث في العلاقة بين احد متغيرات دراستنا (جودة الحياة، التوافق النفسي، التكيف

الدراسي) ومتغيرات أخرى نفسية وتربوية واجتماعية(الأمن النفسي، الحاجات الإرشادية، الدافعية للتعلم، الرضا عن الدراسة، المخاوف، العنف الأسري، القلق الاجتماعي، الاتجاهات نحو الدراسة، الخجل، السلوك العدواني، التحصيل الدراسي، إدراك القبول والرفض الوالدي، القلق الاجتماعي، الاغتراب، أساليب التفكير، اضطراب الدور)، والبحث عن المستوى والفروق في هذه المتغيرات تعزي إلى بعض المتغيرات مثل (الجنس، التخصص) وهذا ما تسعى إليه الدراسة الحالية.

• اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في جمعها بين المتغيرات الثلاثة، إذ لم تجد الطالبة الباحثة دراسة سابقة تعالج نفس الموضوع وعلى نفس العينة - في حدود المعرفة الحالية - وهذا ما يفسر خصوصية وأهمية الدراسة الحالية .

ب/ المنهج :

• اعتمدت معظم الدراسات على المنهج الوصفي (الوصفي لارتباطي)، وذلك في دراسة قريشي(1999)، ودراسة ناصر(2005)، ودراسة خالد (2010)، دراسة يونس (2012)، دراسة بن عايشة (2015)، ودراسة بوزاهر(2018)، وهو المنهج المتبع في دراستنا.

ج/ الأداة :

• تتفق معظم الدراسات على استخدام المقاييس كأداة للدراسة، سواء كانت جاهزة أو معدة من طرف الباحثين أصحاب الدراسات وهذا ما تشابه مع دراستنا، واتفقت دراستنا في استخدامها لمقياس جودة الحياة لكازم ومنسي(2006) مع دراسة كاظم والبهادلي(2007)، ودراسة الحاجان(2014)، واستخدام مقياس التوافق النفسي لزوينب محمود شقير(2003) وذلك في دراسة بركات (2009)، ودراسة نيس (2011)، دراسة لعباس(2012)، وفي بناء مقياس التكيف الدراسي مع دراسة كل من حسين (2003)، ناصر(2005)، بن عايشة (2015)، سراية 2016، بوزاهر (2018)، شعثان وبن لكحل (2019).

- اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات في استخداماتها لأدوات مختلفة، مثل اختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي في دراسة قرشي (1999)، واستمارة البيانات الشخصية في دراسة بركات (2009)، واختبار الشخصية للمرحلة الإعدادية في دراسة بلحاج (2011).

د/ العينة :

- أما من حيث العينة وطبيعتها اعتمد معظم الدراسات على العينة العشوائية ومن بينها العينة العشوائية الطبقية وهي المعتمدة في دراستنا وذلك في دراسة حسين (2003) ودراسة إبراهيم (2004) ودراسة بن خالد (2010) ودراسة البياتي (2010) ودراسة نيس (2011)، ودراسة عبد الرحمان (2011) ودراسة شقورة (2012) ودراسة بوشاشي (2013)، ودراسة الكردي والعدلي (2014)، ودراسة عليوة وبوسحابة (2017)، ودراسة بوزاهر (2018). وكذلك اهتمام معظم الدراسات بالتطبيق على تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية وطلبة الجامعة، أما فيما يخص حجم العينة فقد اختلفت من دراسة لأخرى وذلك لاختلاف طبيعة الدراسة وحجم المجتمع الأصلي، حيث تراوح حجم العينة ما بين (60) فرد في دراسة بورزق وشلاي و (2092) فرد في دراسة عبد الخالق (2011) بالنسبة للدراسات الخاصة بمتغير جودة الحياة، أما بالنسبة للدراسات الخاصة بالتوافق النفسي فكانت محصورة بين (105) فرد في دراسة بركات (2009) و (575) في دراسة صمادي وطعاني (2014)، والدراسات الخاصة بالتكيف الدراسي فكانت محصورة ما بين (50) و (701) فرد وذلك في دراسة سراية (2016) ودراسة ناصر (2005) على التوالي .
- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة بورزق وشلاي (2015)، ودراسة بن عايشة سمية (2015) التي اعتمدتا على العينة القصدية.

هـ/ بيئة الدراسة :

- أجريته معظم الدراسات السابقة في البيئة العربية والمحلية وهذا ما تشابه مع دراستا.
- اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة التي كانت في بيئات أجنبية وذلك في دراسة ديو و هوينز (1994) ودراسة ل.ب رام كريستان (2008)، دراسة فيغا مورين اديهامبو وآخرون (2011).

و/ النتائج :

- بالنسبة للدراسات الخاصة بمتغير جودة الحياة :
 - أسفرت نتائج معظم الدراسات السابقة على وجود علاقة بين جودة الحياة ومتغيرات أخرى من بينها الدخل الشهري في دراسة سليمان (2010) والمرونة النفسية في دراسة شقورة (2012)، تقدير الذات في دراسة الحاجان (2014)، وقلق المستقبل في دراسة المسابق (2015)، المساندة الاجتماعية في دراسة عبد الرحيم (2017).
 - وجود مستوى مرتفع في جودة الحياة وذلك في دراسة العادلي والكردي (2014)، دراسة كاظم والبهادلي (2007)، دراسة سليمان (2010)، دراسة شقورة (2012)، دراسة المسابق (2015)، دراسة ماضي (2016).
 - عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس وذلك في دراسة ديو وهوينز (1994)، دراسة شقورة (2012)، دراسة الحاجان (2014)، دراسة بورزق وشلالي (2015)، دراسة ماضي (2016).
 - عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير التخصص وذلك في دراسة الحاجان (2014)، ودراسة ماضي (2016)، ودراسة بن خليفة ولحشر (2017).
- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة نعيصة (2012) التي أسفرت عن وجود مستوي متدني من جودة الحياة

- وجود فروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس وذلك في دراسة كاظم والبهادلي(2007)، ودراسة العادلي والكردى(2014)، ودراسة عبد الرحيم (2017) ، ودراسة بن خليفة ولحشرش (2017).
- وجود فروق في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير التخصص وذلك في دراسة سليمان (2010) ودراسة العادلي والكردى (2014).
- بالنسبة للدراسات الخاصة بمتغير التوافق النفسي :
- أسفرت نتائج معظمها على وجود علاقة بين التوافق النفسي ومتغيرات أخرى مثل المخاوف في دراسة إبراهيم(2004)، والذكاء في دراسة الأطرش(2005)، العنف الأسري في دراسة مصطفى(2010)، الحاجات الإرشادية والرضا عن الدراسة في دراسة نيس حكيمة (2011)، الدافعية للتعلم بلحاج (2011)، الضغط النفسي في دراسة لبوازدة (2011)، الخجل في دراسة لعباس(2012)، السلوك العدواني في دراسة بوشاشي (2013) ودراسة دحماني (2017)، أنماط الإساءة الوالدية في دراسة الصمادي والطعاني (2014)، تقدير الذات في دراسة عليوة وبوسحابة (2017).
- وجود مستوى مرتفع في التوافق النفسي وذلك في دراسة كل من بركات (2009)، عبد الله (2010)، عبد الرحمان(2011) .
- وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس وذلك في دراسة الأطرش (2005)، مصطفى(2010)، ودراسة نيس(2011) ودراسة محمد الأمين (2013) ودراسة صمادي و الطعاني (2014) ودراسة عليوة وبوسحابة (2017) .
- عدم وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص وذلك في دراسة لبوازدة (2011) ودراسة دحماني (2017) .
- اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة بوشاشي (2013) التي أسفرت عن وجود مستوي متوسط من التوافق النفسي

- عدم وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير الجنس وذلك في دراسة إبراهيم (2004) ودراسة عبد الرحمان (2011) ودراسة بلحاج (2011) ودراسة لبوازة (2011) ودراسة لعباس (2012) ودراسة بوشاشي (2013) ودراسة دحماني (2017).
- وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير التخصص وذلك في دراسة الأطرش (2005) ودراسة عليوة وبوسحابة (2017).
- بالنسبة للدراسات الخاصة بمتغير التكيف الدراسي :
 - أسفرت نتائج معظم الدراسات على وجود علاقة بين التكيف الدراسي ومتغيرات أخرى كالقلق الاجتماعي في دراسة حسين (2003)، الاتجاهات في دراسة المحاميد وعريبات (2005)، أساليب التفكير في دراسة رام كريستان (2008)، الكفاءة الذاتية في دراسة خالد (2010)، التحصيل الدراسي في دراسة فيغامور ستاديمامبو (2011)، الاغتراب النفسي في دراسة يونسي (2012)، أساليب التفكير في دراسة بن عايشة (2015)، التربية البدنية والرياضية في دراسة بوزاهر (2018).
 - وجود مستوى مرتفع في التكيف الدراسي وذلك في دراسة كل من المحاميد وعريبات (2005)، رام كريستان (2008)، البياتي (2010)، حمادنة (2015)، بن عايشة (2015)، سراية (2016)، بوزاهر (2018)، شعثنان وبن لكل (2019).
 - وجود فروق في مستوى التكيف الدراسي تبعاً لمتغير الجنس وذلك في دراسة رام كريستان (2008) ودراسة فيغامور ستاديمامبو (2011) ودراسة بوزاهر (2018).
 - عدم وجود فروق في مستوى التكيف الدراسي تبعاً لمتغير التخصص وذلك في دراسة كل من حسين (2003) والمحاميد وعريبات (2005)، وشعثان وبن لكل (2019).
 - اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة حسين (2003) التي أسفرت عن وجود مستوى منخفض من التكيف الدراسي.

- عدم وجود فروق في مستوى التكيف الدراسي تبعا لمتغير الجنس وذلك في دراسة كل من حسين(2003)، المحاميد وعريبات(2005)، بن خالد(2010)، يونس(2012)، حمادنة(2015)، سراية(2016) ودراسة شعثان وبن لكحل(2019).
- وجود فروق في مستوى التكيف الدراسي تبعا لمتغير التخصص وذلك في دراسة ناصر(2005) ودراسة يونس(2012) ودراسة بوزاهر(2018).

7-4-2- مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة :

تشير الطالبة الباحثة إلى مدى الاستفادة من الدراسات السابقة في تصميم الدراسة الحالية من حيث: تحديد الإشكالية وفرضيات الدراسة، تحديد العينة، توفير أدوات القياس، وكذلك إثراء الجانب النظري وفي تحليل النتائج وتفسيرها، فالدراسة الحالية تتفق مع بعض الدراسات السابقة في الملامح العامة والتعرف على هذه المتغيرات. وتوظيفها شجع الطالبة الباحثة على الكشف عن العلاقة بينها لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية، وهي تعتبر الدراسة الأولى التي جمعت بين هذه المتغيرات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية -على حد علم الطالبة الباحثة- في البيئة المحلية، وبالتالي فإن الدراسة الحالية تعتبر دراسة توليفية لمختلف التخصصات والدراسات السابقة ذكرها لأنها جمعت بين متغيراتها للخروج بدراسة وفق سياق البيئة المحلية الجزائرية.

الفصل الثاني: جودة الحياة

تمهيد

- 1- مفهوم جودة الحياة
- 2- التطور التاريخي لجودة الحياة
- 3- جودة الحياة ومفاهيم الجوار
- 4- الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة
- 5- مكونات جودة الحياة
- 6- مجالات جودة الحياة
- 7- أبعاد جودة الحياة
- 8- مؤشرات جودة الحياة
- 9- مقومات جودة الحياة
- 10- مظاهر جودة الحياة
- 11- قياس جودة الحياة

خلاصة

تمهيد :

ظهر مؤخرا في علم النفس اتجاه يسمى بعلم النفس الإيجابي الذي جاء إستجابة لتأكيد العلماء على أهمية تبني نظرية إيجابية عند النظر إلى الفرد، كبديل على التركيز الكبير الذي أولاه العلماء للجوانب السلبية من حياة الأفراد، ومن بين المفاهيم التي جاء بها هذا الاتجاه نجد جودة الحياة التي تعتبر مفهوما متعدد الأبعاد ونسبيا يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي يحدد من خلالها الفرد الأشياء المهمة التي تحقق له السعادة في الحياة ، وسنحاول في هذا الفصل التطرق لأهم الجوانب المتعلقة بمفهوم جودة الحياة.

1- مفهوم جودة الحياة :

1-1- لغة:

من الفعل جود، الجيد نقيض الرديء، والجمع جياذ، وجياذات، جمع الجمع، وجاد الشيء، جودة : أي صار جيذا، وقد أجاد جودة وأجاد، أتى بالجيد من القول أو الفعل"(ابن منظور، 1998، ص.215).

1-2- اصطلاحا:

1-2-1 - الجودة :

- عُرِفَت الجودة من طرف كروسبي بأنها: "المطابقة للمتطلبات، وذلك لأن المواصفات يجب أن تعكس حاجات الزبون بشكل صحيح" (Hichs,1994,p.188)
- تعرفها "سارة لورانس" بأنها: "تعني شيئا يقترب من الكمال". ويضيف كل من "ليبوف وايرسوز" بأن الجودة هي إنجاز الأعمال بشكل صحيح أو خلو الإنتاج أو الخدمة من العيوب" (هبال، 2017، ص. 6).

- أما العربي فرحاتي فقد ذكر مجموعة من تعريفات للجودة نذكر منها تعريف المنظمة الدولية لتقيس (iso) بأنها: "عرض موجز لمجموعة من المتطلبات التي ينبغي أن تتحقق في منتج ما أو عملية ما للتأكد من وجود شروط الإيفاء التي تجعل منها أمراً مهماً" (فرحاتي، 2011، ص.26).

1-2-2- جودة الحياة:

- يعرف (مصطفى الشرقاوي) جودة الحياة بأنها " كل ما يفيد الفرد بتنمية طاقاته النفسية والعقلية ذاتيا والتدريب على كيفية حل المشكلات واستخدام أساليب مواجهة المواقف الضاغطة والمبادرة بمساعدة الآخرين والتضحية من أجل رفاهية المجتمع وهذه الحالة تتسم بالشعور بالرضا، وينظر لجودة الحياة من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الايجابية والاستقرار الأسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية، مما يؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات الدالة على جودة الحياة " (شيخي، 2014، ص.73).

• أما مقارنة منظمة الصحة العالمية (OMS 1993) لجودة الحياة:

- بأنها " إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقاته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته (sibylla peron, 2009, p1).

- تعريف عبد الفتاح وحسين 2006 يشير مفهوم جودة الحياة إلى الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة،

وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياتية وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية وإحساسه بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص. 12)

• وفي ذات السياق يعرف كارول رايف وآخرون ryff.c& جودة الحياة أيضا أنها " تتمثل في الإحساس الايجابي بحسن الحال كما يتم رصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وحياته بشكل عام، كذلك سعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة، وذات قيمة ومعنى بالنسبة واستمراره فيها، كما ترتبط بكل من الإحساس العام بالسعادة والاستمتاع بالحياة والسكينة والطمأنينة النفسية " (مشري، 2014، ص. 226).

• فيما يرى عبد المعطي (2005) بأنها " رقي مستوى الخدمات المادية و الاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع ، والنزوع نحو نمط الحياة التي تتميز بالترف، وهذا النمط من الحياة لا يستطيع تحقيقه سوى مجتمع الوفرة ، ذلك المجتمع الذي استطاع أن يحل كافة المشكلات المعيشية" (منسي وكاظم ، 2006 ، ص. 65).

• أما تعريف بونومي وآخرون (2000) Bonomi el al : حيث أكدوا على أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطاً بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها (مسعودي ، 2015، ص. 205).

• يعرفها منسي وكاظم 2006 بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة و رقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية و الاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه" (منسي وكاظم ، 2006، ص. 56).

• أما روبن (Rubin) يرى جودة الحياة بأنها الدمج و التكامل بين عدة اتجاهات لدى الفرد من ناحية الصحة الجسمية والنفسية والحياة الاجتماعية متضمنة كلا من المكونات الإدراكية والذي يشمل الرضا والمكونات العاطفية والتي تشمل السعادة (مأمون ، 2015 ، ص.09)

• وقدم احمد عبد اللطيف أبو اسعد (2015) مجموعة من التعاريف لجودة الحياة منها:
✓ تعريف اكسلسو (2001) AXELSSON بأنها "هي درجة التعبير عن المعاناة وتستخدم المعاناة في الإحساس الشامل الذي يتضمن الحالة الجسمية الأفضل , وبالمثل الحالة النفس الاجتماعية والانفعالية الأفضل, أو الحالة الموجودة كما هي معرفة من قبل الفرد".

✓ ويرى بارمي و قلاص (2002) PARMET ET GLASS : بأنها الوجود الأفضل العقلي والجسمي والمدرک من قبل الفرد، بينما الصحة المرتبطة بوجود الحياة تشير إلى الجوانب التي تتأثر بالأمراض وعلاج هذا المرض.

✓ ويشير بوردلو (2003) BORDLEAU,ET AL : بأنها أحساس الفرد الذاتي بالوجود الأفضل، والذي ينبع من خبرته الحالية لحياته كلها .

✓ ويرى شورش (2004) CHURCH : أن جودة الحياة مقياس لقدرة الفرد على الأداء جسميا وانفعاليا واجتماعيا في البيئة، في إطار متسق علي مستوى توقعاته . (أبو اسعد ،2015، ص.180)

• تؤكد زينب الشقير أن جودة الحياة هي: " أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا، وان يكون قوي الإرادة , صامدا أمام الضغوط التي تواجهه , ذو كفاءة ذاتية واجتماعية عالية، راضيا عن واجباته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققا لحاجاته وطموحاته , واثقا من نفسه غير مغرور ومقدرا لذاته، مما يجعله يعيش شعور السعادة " (احمد،2016، ص.19).

• أما أجندة 21 للثقافة (2011) Agenda 21 de la culture au québec

ترى أن الثقافة تشكل عنصرا أساسيا لجودة الحياة لأنها البوتقة التي يتشكل فيها الأفراد ويزدهرون،وهى مفتاح لفهم العالم والعيش معا (Eric philippe,2013,p13).

• كما يعرفها الكرخي بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وبالقدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل (النمو الشخصي، والسعادة البدنية والمادية والاندماج الاجتماعي، الحقوق البشرية) .(مبارك ، دت ، ص. 720).

• يرى فرانك (Frank) بأن جودة الحياة هي حسن توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع، ويتم هذا من خلال الأسرة والمدرسة والجامعة بيئة العمل ومن خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي: التعليم والتثقيف والتدريب (شخي ، 2014 ، ص.06).

• ويشير البهادلي و كاظم إلى جودة الحياة علي أنها :

✓ "القدرة على تبني أسلوب حياة يشبع الرغبات والاحتياجات لدى الفرد "

✓ أو أنها "الشعور الشخصي بالكفاءة الذاتية وإجادة التعامل مع التحديات "

✓ "السعادة والرضا عن الذات والحياة الجيدة " (أبو حلاوة ،2010، ص.5).

• كما يعرفها Bogdan و Taylor علي أنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة

• أما قود GOOD فيعرفها بأنها امتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى(منسي وكاظم ،2006، ص64).

• وقدم أبو حلاوة (2010) تعريف أكثر شمولية بأنها " وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الايجابي، فجودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كما يعبر عنه بالسعادة والرضا عن الحياة

كنتاج لظروف المعيشة الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة، حيث ترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى". (أبو حلاوة، 2010، ص. 07).

من خلال التعريفات المختلفة نجد أن الباحثين لم يتفقوا على وضع تعريف محدد لجودة الحياة، وذلك لعدة أسباب منها حداثة المفهوم على المستوى التداول العلمي لأن هذا المفهوم لا يرتبط بمجال محدد من مجالات الحياة بل هو موزع بين العلماء والباحثين بمختلف اختصاصاتهم، ومن كل ما سبق يمكن القول أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته المادية والنفسية والاجتماعية والتعليمية والصحية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه وهذا لاعتماد الباحثة على تعريف (منسي وكاظم 2006) لأنها تستخدم هذا المقياس في الدراسة الحالية.

2- التطور التاريخي لجودة الحياة:

قد عرف مصطلح جودة الحياة تطوراً خلال الآونة الأخيرة، عندما غير الباحثين وجهتهم حيث أصبحوا أكثر اهتماماً بالجانب الإيجابي للفرد. فقد ظهر مصطلح جودة الحياة أول مرة في الفلسفة الإغريقية، وافترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي يحقق حياة سعيدة (الهمص، 2010، ص. 46).

يعد كتاب الأخلاق لأرسطو (384-322 ق م) أحد المصادر المبكرة التي تعرضت لتعريف جودة الحياة حيث قال: إن كلا من أصحاب الطبقة العليا يدركون الحياة الجيدة بطريقة واحدة وهي أن يكونوا سعداء، ولكن مكونات السعادة عليها خلاف إذ يقول بعض الناس شيئاً ما في حين يقول آخرون غيره، ومن الشائع كذلك أن الرجل نفسه يقول أشياء مختلفة في مختلف

الأوقات فعندما يقع فريسة المرض فإنه يعتقد أن السعادة هي الصحة، وعندما يكون فقيراً يرى السعادة في الغنى ويرى أرسطو أن الحياة الطيبة تعني حالة شعورية، ونوعاً من النشاط وما ذلك بالتعبير الحديث سوى جودة الحياة (مسعودي، 2015، ص.204).

وقد اعتمد الباحثون على أسلوب البحث الاستكشافي (المنهج التاريخي) من خلال (25) سنة سابقة للإطلاع على الأبحاث المنشورة والمقدرة بعدد (20) بحثاً في الفترة الزمنية (1980-1990) ذات العلاقة بموضوع البحث(جودة الحياة)، وفي الفترة الزمنية الممتدة (1990-1995)، كان هناك ما يقارب (158) بحثاً علمياً منشوراً عن هذا الموضوع ليضل حجمها إلى (360) بحثاً، وفي آخر خمس سنوات(2000-2005) بلغ عدد الأبحاث العلمية المنشورة في هذا الموضوع إلى (627) بحثاً، حيث أشاروا في دراستهم إلى أن هناك تصاعداً ملحوظاً وسريعاً في البحث العلمي والتعلق بمتغير جودة الحياة (الهنداوي، 2011، ص.33).

ومن بين أهم الباحثين الجزائريين الذي اهتموا بدراسة موضوع جودة الحياة وساهموا فيه نجد البروفسور **حبيب تيليون** الذي قام منذ (2002) بانجاز بحوث ودراسات حول هذه الأخيرة وتحصل في (2015) على جائزة الجمعية الدولية للبحث في جودة الحياة التي يقع مقرها في الولايات المتحدة الأمريكية والتي جاءت تشجيعاً له ولفريقه .

وبناء على هذا التطور يتضح أن الجودة ضرورة ومطلب أساسي في عالم اليوم، ومن هذا المنطلق اكتسبت دراسة مفهوم جودة الحياة من المنظور النفسي أهمية كبيرة نتيجة إدراك علماء الاقتصاد والاجتماع وصانعي القرار لحقيقة إن الحياة لا تقاس بالأرقام والإحصائيات، وإنما هي في حقيقتها استجابات ومشاعر، فالزيادة في معدلات النمو الاقتصادي وارتفاع متوسط دخل الفرد وتحسن مستوى ما يقدم له من خدمات ورفاهية، لا يؤدي بالضرورة إلى إشباع حاجاتها لمتنوعة وإرضاء طموحاتها لشخصية وكذلك تأكيد قيمته الإنسانية (مشري، 2014، ص.223).

3- جودة الحياة ومفاهيم الجوار:

هناك بعض المصطلحات والمفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة وقد يكون هذا الارتباط قوي لدرجة صعوبة التمييز بين المفهومين، وسنحاول فيما يلي تناول بعض المفاهيم التي ترتبط بجودة الحياة.

3-1- السعادة :

إن السعادة من المفاهيم التي اهتم بها الفلاسفة، فالبحت عن السعادة عند اليونان هو المطلب الأسمى للإنسان، وخيره الأعلى وغايته القصوى، ويعرفها **لو وشيه 1997** بأنها " حالة عقلية تتسم بالايجابية يخبرها الإنسان ذاتيا وتحدث له من خلال وسائل مختلفة قد تكون مرتبطة بالبيئة أو مرتبطة بتفكيره حول نفسه، أو ما حدث معه بطريقة ايجابية " (أبو اسعد، 2015، ص.861).

بعض الباحثين أمثال: أرجيل (**Argile & All (1989)** و أين (**Eyen (1980)** و أعادوا لهذا المفهوم اعتباره بأنه "استعداد أو حضور شخصي مستقر نسبيا يتمثل في الإحساس المتواتر بأحاسيس وانفعالية ممتعة وسعيدة" إحساس بالرضا عن الحياة وأخيرا إحساس نادر بوجودانات سلبية كالضيق والحصر (مأمون، 2015، ص.82) .

3-2- الرضا الحياتي :

يعد مصطلح الرضا الحياتي أو الشعور بجودة الحياة وطيب الحال من المصطلحات شائعة الاستخدام والتي تتكرر كثيرا في حياتنا اليومية، ويعرف بأنه شعور الفرد وتقديراته المعرفية لجودة حياته، والذي يعكس تقديره العام لنواح معينة في حياته كالأسرة والذات (أبو اسعد، 2015، ص.194-195)

أما بالنسبة دينر (1994) **Dinner** مفهوم الرضا يدل على حكم واع شمولي للفرد عن حياته ويمكن تحليله بدوره إلى مجموعة ميادين خاصة (مهنة، صحة، عائلة، مال، ذات جماعة، انتماء) وعلى تقدير هذا المجال بسلم **SWLS** لتقدير الرضا عن الحياة (مأمون، 2015، ص.81)،

3-3- الوجود الأفضل:

يعني الكثير من المعاني الايجابية في الحياة، فالبعض يعتبره مرادفا للسعادة أو طيب العيش والبعض يراه مرادفا للصحة النفسية أو الرفاهية النفسية والبعض يراه مرادفا لجودة الحياة، ويستعمل **كاهامان واخرون 1999** خمسة معاني لمفهوم الوجود الأفضل وهي:

- الحالة الخارجية كالدخل و الجيران و المعيشة.
- الشعور الذاتي بالوجود الأفضل، مدى إشباع الفرد وعدم إشباعه لحاجاته.
- المزاج السائد عند الفرد كالتفاؤل والتشاؤم.
- الحالة الانفعالية كالسعادة و الشقاء.
- الصحة العامة (معمرية، 2012، ص.44).

ويرى **الغندور (1999)** أن علم النفس كان له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة في جودة حياة الإنسان وقد يرجع ذلك لكون جودة الحياة عبارة عن الإدراك الذاتي لنوعية جودة الحياة حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية حياته كالدخل والعمل والتعليم يمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشر لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات على هذا المستوى والذي يتوقف بدرجة ما على أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد في ظل ظروف معينة.

أما الأنصاري فيرى أن مفهوم جودة الحياة يرتبط بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين هما الرفاه والتتعم وكذلك يرتبط هذا مفهوم جودة الحياة بمفاهيم أخرى مثل التنمية (توسيع خيارات متعددة تضم حريات الإنسان، حقوق الإنسان والمعرفة وتعتبر هذه الخيارات ضرورية لرفاه الإنسان والتقدم (في الرقي في حال الإنسان في الحياة نتيجة للتطور العلمي والمعرفي) والتحسين وإشباع الحاجات (الشعور بالرضا والارتياح والأمن عند إشباع الحاجات والدوافع) (بية، دت، ص. 354)

تعددت المفاهيم التي تشير إلى جودة الحياة رغم تداخلها إلا أنها ذات صلة فيما بينها منها من يعتبرها المطلب الأسمى للإنسان، والمتمثل في الإحساس بالسعادة والرضي عن الحياة، فمفهوم جودة الحياة مفهوم نسبي فهو حالة عقلية وشعور ايجابي والرضا والارتياح والأمن وإشباع الحاجات وإدراك الفرد لذاته، فهو مرتبط حول تفكيره تجاه نفسه وبيئته، وبالرفاهية والتتعم وكذلك بالتنمية والمتمثلة في حقوق الإنسان وحرية الفرد.

4- الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة :

4-1- الاتجاه الطبي:

اعتمد هذا الاتجاه على تحديد مؤشرات جودة الحياة ولم يحدد تعريف واضح لهذا المفهوم، ولهذا قد زاد اهتمام الأطباء والمتخصصين في الشؤون الاجتماعية والباحثين في العلوم الاجتماعية بتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي والاجتماعي لهم (أبو حلاوة، 2010، ص. 16). ويهدف هذا الاتجاه الطبي إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة، أو النفسية أو العقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية، وتعتبر جودة الحياة من الموضوعات الشائعة للمحاضرات التي تتعلق بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة (الهمص، 2010، ص. 43).

4-2- الاتجاه الفلسفي :

يؤكد هذا الاتجاه على أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار وهناك الكثير من المواطن التي تتطلب الجودة حتى يحصل الإنسان على جودة الحياة فهذا المفهوم حسب المنظور الفلسفي جاء من اجل وضع مفاهيم السعادة ضمن الثلاثية النفعية (البرجماتية) المشهورة والمتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى اعتقاد إلا إذا أثبتت نجاحها على المستوى العلمي أو القيمة الفورية وليست المؤجلة والمستوى العملي اقرب إلى مفهوم السعادة والرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر (أبو حلاوة، 2010، ص. 15).

4-3-الاتجاه الاجتماعي :

يرى هانكس Hankies أن الاهتمام لدراسة جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، الوفيات، معدل ضحايا المرض، نوعية السكن، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع، إضافة إلى مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد، وما يجنيه من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة ، ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا الفرد عن عمله(الهمص ، 2010 ، ص. 43).

4-4- الاتجاه النفسي :

ينظر إلي مفهوم جودة الحياة وفقا للمنظور النفسي علي انه البناء الكلي الشامل الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية ومؤشرات ذاتية، وكلما انتقل الإنسان إلي مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات

وحاجات جديدة لهذه المرحلة تلح علي الإشباع، مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا (في حالة الإشباع) أو عدم الرضا (في حلة عدم الإشباع) نتيجة لتوافر مستوى مناسب من جودة الحياة (الحلو، 2016، ص.324).

كما أن هناك اتجاهات أخرى رئيسية فسرت مفهوم جودة الحياة وهي:

4-5 - المنظور المعرفي :

- **الفكرة الأولى :** إن نوع الإدراك الصادر من الفرد هو المحدد لدرجة شعوره بجودة الحياة.
- **الفكرة الثانية :** إن العوامل الذاتية هي الأقوى أثرا من العوامل الموضوعية في درجة شعورهم بجودة الحياة في إطار الاختلاف الإدراكي الحاصل بين الأفراد .

ووفق لذلك وفي هذا المنظور تبرز لدينا نظرية التالية في تفسير جودة الحياة و هي:

4-5-1- نظرية " لاوتن " 1996 (Lawton)

ليوضح " لاوتن " فكرته عن جودة الحياة طرح مفهوم طبيعة البيئة الذي يدور حول أن إدراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بكل من الظرف المكاني والزمني .

أ/- **الظرف الزمني:** إن إدراك الفرد لتأثير طبيعة البيئة على جودة الحياة يكون أكثر إيجاب كلما تقدم في العم، فكلما تقدم الفرد في عمره، كلما كان أكثر سيطرة علي ظروف بيئته .

ب/- **الظرف المكاني :** يتأثر إدراك الفرد لجودة الحياة بالبيئة المحيطة به، فهذه الأخيرة في الظرف المكاني لها تأثيرات أحدهما مباشرة على حياة الفرد كالتأثير على الصحة مثلا والآخر تأثيره غير مباشر، إلا أنه يحمل مؤشرات إيجابية كرضا الفرد على البيئة التي يعيش فيها .

4-6 - المنظور الإنساني :

يرى أصحاب هذا المنظور أن فكرة جودة الحياة تستلزم دائما الارتباط الضروري بين عنصرين لا غنى عنهما و هما :

✓ و جود كائن حي ملائم .

✓ وجود بيئة جيدة يعيش فيها هذا الكائن .

ذلك لأن ظاهرة الحياة تبرز إلى الوجود من خلال التأثير المتبادل بين هذين العنصرين، ولقد أكد هذا المنظور في تفسيره لجودة الحياة علي مفهوم الذات .

4-6-1- نظرية " رايف " 1999 (Ryff) :

حيث تقوم نظريته حول مفهوم السعادة النفسية، إذ أن شعور الفرد بجودة الحياة ينعكس في درجة إحساسه بالسعادة التي حددها "رايف" في ستة أبعاد وهي كالتالي :

البعد الأول : الاستقلالية تمثل قدرة الفرد على اتخاذ القرارات المناسبة لحياته .

البعد الثاني : التمكن البيئي .

البعد الثالث : النمو الشخصي .

البعد الرابع : العلاقات الإيجابية مع الآخرين .

البعد الخامس : تقبل الذات .

البعد السادس : الهدف من الحياة (مبارك ، د ت ، ص. 723-727).

4-7- المنظور التكاملي :

4-7-1- نظرية "أندرسون" 2003 (Anderson) :

قدم " أندرسون " شرحا تكامليا لمفهوم جودة الحياة متخذا من مفاهيم السعادة ومعنى الحياة ونظام المعلومات البيولوجي و الحياة الواقعية، وتحقيق الحاجات، فضلا عن العوامل الموضوعية الأخرى إطارا نظريا تكامليا لتفسير جودة الحياة، فإن النظرية التكاملية تضع مؤشرات جودة الحياة وهي :

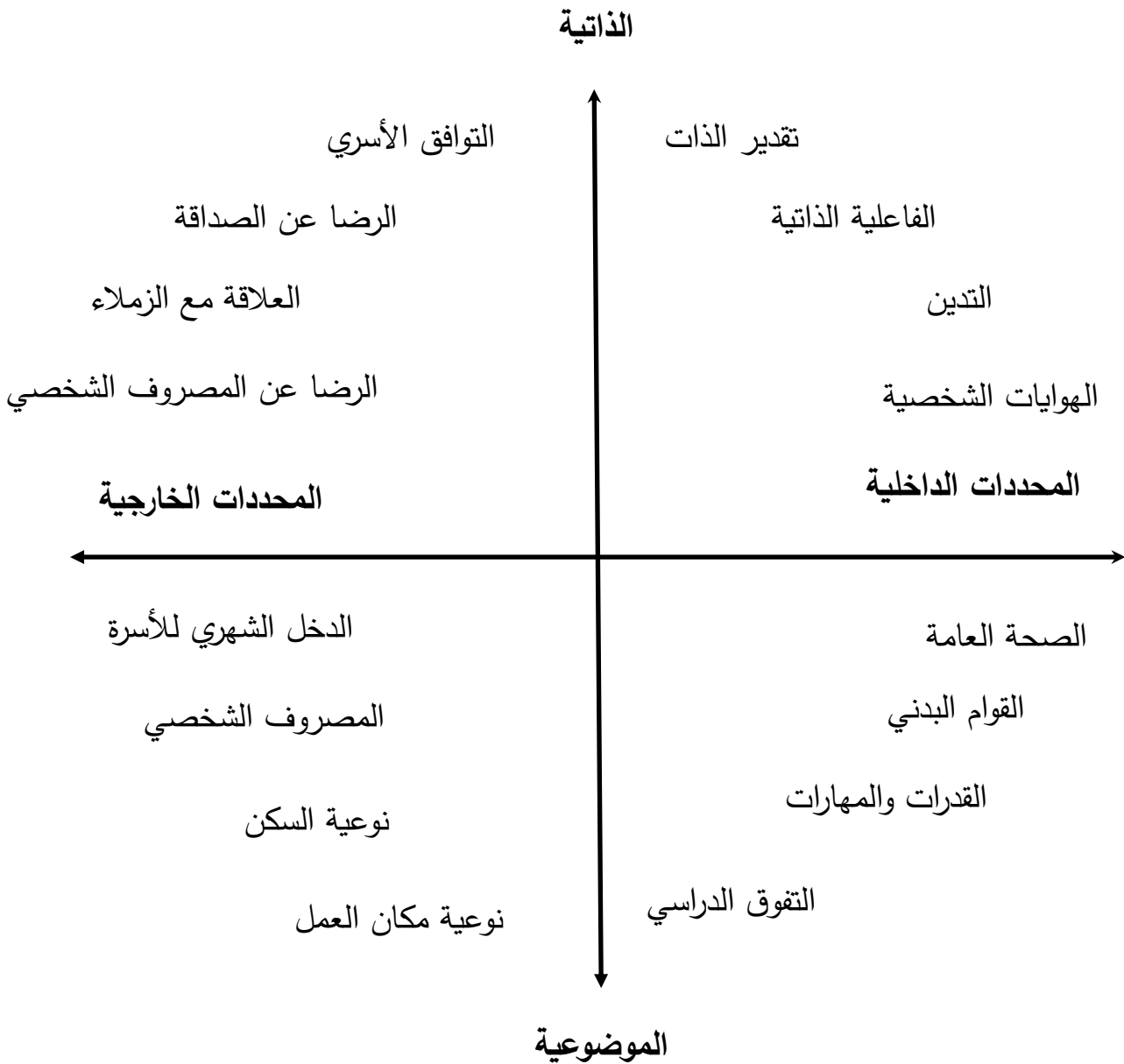
✓ أن شعور الفرد بالرضا هو الذي يشعره بجودة الحياة .

✓ أن نضع أهدافا واقعية نكون قادرين علي تحقيقها.

- ✓ أن نسعى إلى تغيير ما حولنا لكي يتلاءم مع أهدافنا.
- ✓ أن إشباع الحاجات لا يؤدي بالضرورة إلى رضا الفرد وشعوره بجودة الحياة (شيخ، 2014، ص. 86).

4-7-2- التفسير العربي لمفهوم جودة الحياة :

قدم أبو سريع وآخرون (2006) نموذجاً لتقدير وتفسير جودة الحياة، يعتمد على تصنيف المتغيرات المؤثرة في جودة الحياة، وهي موزعة على بعدين متعامدين، كما هو موضح في المخطط الآتي:



الشكل رقم (01): تصور أبو سريع وآخرون لمحددات جودة الحياة (2006)

ويمكن تفسير هذا المخطط بالآتي:

- **البعد الأفقي**، قطبي توزيع محددات جودة الحياة حسب كمونها داخل الشخص أو خارجه، وتسمى بعد المحددات الشخصية الداخلية، في مقابل المحددات الخارجية، ويمثل البعد الراسي توزيع تلك المحددات وفق أسس قياسها، وتقدير مدى تحققها، والتي تتوزع ما بين أسس ذاتية يقدرها الفرد من منظوره الشخصي، كما يدركها ويشعر بها، إلى أسس موضوعية تشمل الاختبارات والمقاييس ومقارنة الشخص بغيره أو بمتوسط جماعته المعيارية أو اعتمادا على معايير كمية وكيفية أخرى مثل الملاحظة، ومقاييس التقدير، ويسمى بعد الذاتية في مقابل الموضوعية ويتضمن الشكل بعض الأمثلة لمحددات جودة الحياة (بوعيشة، 2014، ص. 94-95).

إن الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة دمجت بين البعد الذاتي والبعد الموضوعي فالبعد الذاتي يفسر عامل جودة الوجود المرتبط بالوجدانات، والمعبر عنه بالاشباع التي يتحصل عليها الفرد، أما البعد الموضوعي والذي يتمثل في وجود بيئة جيدة يعيش فيها، ومستوى الخدمات الاجتماعية والرقى، ومن خلال هذه المفاهيم يمكن التعبير عنها بأن الحياة جيدة.

5- مكونات جودة الحياة:

لها ثلاث مكونات رئيسية وهي كالتالي:

- ✓ الإحساس الداخلي بحسن الحال والرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها الفرد بينما يرتبط الإحساس بحسن الحال بالانفعالات، يرتبط الرضا بالقناعات الفكرية أو المعرفية الداعمة لهذا الإحساس، وكليهما مفاهيم نفسية ذاتية، أي ذات علاقة برؤية وإدراك وتقييم الفرد .
- ✓ القدرة على رعاية الذات والالتزام والوفاء بالأدوار الاجتماعية تمثل إعاقة المنظور المناقض لهذه القدرة وترتبط بعجز الفرد عن الالتزام أو الوفاء بالأدوار الاجتماعية .

✓ القدرة على الاستفادة من المصادر البيئية المتاحة، الاجتماعية منها (المساندة الاجتماعية)، والمادية (معيار الحياة) وتوظيفها بشكل ايجابي (أبوحلاوة، 2010، ص.07).

في حين نجد فرجاني (1992) ذكر مجموعة من المكونات لجودة الحياة وهي :

• الحقوق الفردية

✓ السلامة الشخصية (حظر التعذيب والإيذاء البدني والنفسي، المعاملة الغير إنسانية، العقوبات القاسية أو المحطة بالكرامة)

✓ حرية الرأي والتعبير والبحث عن المعلومات والأفكار والحصول عليها ونقلها

✓ حرية الفكر والعقيدة والتعبير عنها

✓ حرية الحياة الخاصة

• الحقوق الجمعية

✓ تكوين الأسرة

✓ الرعاية الصحية والاجتماعية

✓ مستوى معيشة لائق

✓ التعليم المجاني في المرحلة الأساسية والمكسب للقيم والمهارات والتوجهات الاجتماعية المحفزة للنهضة والمستمر مدى الحياة (نعيسة ، 2012 ، ص. 154).

مما سبق يتضح لنا أن هناك تداخل في مكونات جودة الحياة فهي مرتبطة بمؤشرات الجودة والتمثلة في الصحة الجسمية والعلاقات الاجتماعية والحالة المادية والصحة النفسية فكلها تشترك في نقطة واحدة وهي تحقيق جودة الحياة.

6- مجالات جودة الحياة:

أكد الباحثون على أن جودة الحياة نظام معقد يضم عدة مجالات وهي كالآتي :

6-1- **المجال النفسي:** يرى الباحثين أن جودة الحياة تتضمن جميع المشاعر والحالات

العاطفية الايجابية، ويرى البعض الآخر ان هذا المجال يعتمد على غياب المؤثر

السلبى مثل القلق والاكتئاب.

6-2- **المجال البدني:** يدمج الباحثين تحت هذا المجال الصحة البدنية والقدرات الأدائية ،

حيث تتضمن الصحة البدنية كل من الطاقة، الحيوية، التعب، النوم، الراحة، الآلام،

الأعراض، والمؤشرات البيولوجية وتتضمن القدرات الأدائية الوضع الوظيفي، تنقل

الفرد، الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء والاستقلالية النسبية .

6-3- **المجال الاجتماعي:** يرى جريفن 1988 انه يجب الاهتمام أكثر بنوعية العلاقات

الاجتماعية للإفراد أكثر من الاهتمام بكمية هذه العلاقات، وهو ما يحدد عنده المجال

الاجتماعى لجودة الحياة، أما فلاناجون 1982 فهو يهتم أكثر بكمية العلاقات

الاجتماعية، حيث يرى أن هذا المجال يندرج ضمن طريقة الفرد في تقييم الوظائف

الاجتماعية (تقدير الذات الاجتماعية، الإحساس بتحقيق الذات، النجاحات والفشل

)، وكذلك أهمية التطرق إلى فعالية الشبكة الاجتماعية (التكوين، الكثافة، التشتت

الجغرافي، وتيرة الاتصال بين الأفراد، كثافة العلاقات).

6-4- **الرضا عن العيش:** حيث يرى بافو 1991 أن الرضا عن العيش هو عبارة عن

عملية معرفية تهدف إلى المقارنة بين حياة الأفراد وبين معايير المرجعية (القيم،

والمثل العليا)، فهو يعبر عن التقييم الكلي الذي يقوم به الفرد عن حياته.

ويذهب دينر 1994 إلى أن هذا المفهوم يهدف إلى الحكم الشعوري والشامل الذي يطلقه

الفرد عن حياته ، ويظهر هذا ضمن مجالات محددة مهنية، عائلية، الصحة، الذات .

5-6- السعادة: يتمثل هذا المفهوم في التعددية الوظيفية، فهو يتضمن ثلاث مكونات مستقلة فيما بينها: انفعالي ايجابي (المتعة)، مكون معرفي تقييمي (الرضا)، ومكون سلوكي (التفوق).

6-6- الرفاهية الذاتية: فهي تختصر في ثلاث مفاهيم ألا وهي مفهوم ذاتي، أي التقييم الذاتي الذي لا يعتمد على متطلبات الحياة الموضوعية يعتمد على التقييم الايجابي الشامل للحياة التي يعيشها الفرد، تهتم بضرورة توفر المؤشرات الايجابية، دون اهتمامه بغياب الانفعالات السلبية (بهلول، 2009، ص. 52-54).

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

7- أبعاد جودة الحياة :

شاهدت أبعاد جودة الحياة نفس الصراع الذي شاهده تعريفها، من حيث محاولة ضبطها لما تحمله من جوانب متعددة و متفاعلة مع بعضها البعض .

7-1- التصور الذي يعتمد على بعدين :

تعد تصورات فنتيجودت وآخرون Ventegodt من أهم التصورات التي طرحت لتحديد أبعاد جودة الحياة في إطار التوفيق بين البعد الذاتي والبعد الموضوعي، إذ صاغوا ما يعرف بمتصل جودة الحياة وطرحوا في ضوءه ما يعرف بالنظرية التكاملية لجودة الحياة، والتي تتضمن بعدين

- **البعد الذاتي:** ويتضمن أبعاد فرعية تتمثل في الرفاهية الشخصية، والإحساس بحسن الحال، الرضا عن الحياة، السعادة، الحياة ذات المعني .

- **البعد الموضوعي:** ويتضمن أبعاد فرعية تتمثل في عوامل موضوعية (مثل المعايير الثقافية، إشباع الاحتياجات، تحقيق الإمكانات، السلامة البدنية) (أبو حلاوة، 2010، ص.10).

7-2- التصور ثلاثي الأبعاد :

- حيث حددها (Goode) في ثلاثة أبعاد أساسية و هي :
 ✓ حاجات الفرد
 ✓ التوقعات بأن هذه الحاجات خاص بالمجتمع الذي يعيش فيه .
 ✓ المصادر المتاحة لإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعيا والنسيج المرتبط بإشباع هذه الحاجات . (Goode , 1994 , p.65)
 • في حين حددتها نعيصة 2012 في :
 - **جودة الحياة الموضوعية :** وتشمل هذه الفئة الجوانب الاجتماعية لحياة الأفراد و التي يوفرها المجتمع من مستلزمات مادية
 - **جودة الحياة الذاتية :** ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة وشعور الفرد بالحياة
 - **جودة الحياة الوجودية :** وتمثل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد ، واستطاعته العيش بتوافق روحي نفسي مع ذاته ومجتمعه (نعيصة ، 2012 ، ص. 153)
 • كما قام "كارييج جاكسون " 2010 (craig A.jackson) بوصف أبعاد جودة الحياة تحت المسمى الثلاثي (the 3 B) وهي علي النحو التالي :
 ✓ الكينونة : Being
 ✓ الانتماء : Belonging
 ✓ السيرورة : Becoming

ويوضح الجدول التالي المكونات الفرعية لهذه الأبعاد

الجدول رقم (01) : مجالات جودة الحياة

المجال	الأبعاد الفرعية	الأمثلة
الكينونة Being	الوجود البدني	1- القدرة البدنية على التحرك وممارسة الأنشطة الحركية 2- أساليب التغذية وأنواع المأكولات المتاحة
	الوجود النفسي	1- التحرر من القلق و الضغوط 2- الحالة المزاجية العامة للفرد
	الوجود الروحي	1- وجود أمل في المستقبل 2- أفكار الفرد الذاتية عن الصواب والخطأ
الانتماء Belonging	الانتماء المكاني	1- المنزل الذي أعيش فيه 2- نطاق الجيرة التي تحتوى الفرد
	الانتماء الاجتماعي	1- القرب من أعضاء الأسرة التي أعيش فيها . 2- وجود أشخاص مقربين أو أصدقاء .
	الانتماء المجتمعي	1- توفر فرصة الحصول علي الخدمات المهنية المتخصصة 2- الأمان المالي .
السيرونة Becoming	السيرونة العملية	1- القيام بأشياء حول المنزلي . 2- العمل في وظيفة أو الذهاب إلى المدرسة
	السيرونة الترفيهية	1- الأنشطة الترفيهية داخل المنزل 2- الأنشطة الترفيهية الخارجية مثل التنزه
	السيرونة الارتقائية	1- تحسين الكفاءة البدنية والنفسية 2- القدرة على التوافق مع تغيرات وتحديات الحياة

(أبو حلاوة ، 2010 ، ص.6)

7-3- التصور المتعدد الأبعاد :

ينظر إلي جودة الحياة عامة علي أنها تركيب متعدد الأبعاد، بينما تؤكد منظمة الصحة العالمية أن جودة الحياة تشير إلي الكمال الذي يحققه الإنسان أو المؤسسات في الأبعاد الآتية :

- **بعد الاستقلالية:** بمعنى أن سعادة الفرد ومصيره يجب أن تكون تحت سيطرته لا يتحكم فيها الآخرون .
- **البعد البيئي:** ممارسة الحرية بالمعنى الايجابي والشعور بالأمن والأمان الجسمي، بيئة المنزل، المرض المهني .
- **البعد الروحي والتدين والمعتقدات الشخصية:** مدي الالتزام الأخلاقي ومعرفة الدين الصحيح.
- **البعد الاجتماعي:** العلاقات الشخصية والاجتماعية والدعم الاجتماعي والزواج الناجح .
- **البعد الجسمي:** القدرة على التعامل مع الألم واضطراب النوم والتخلص من الشعور بالتعب.
- **البعد النفسي:** المشاعر السلوكيات الايجابية وتركيز الانتباه والرغبة في التعليم والتفكير والذاكرة وتقدير الذات (أبو اسعد ،2015، ص.196-197).
- وتشير منظمة الصحة العالمية (WHO) إلى أن مفهوم جودة الحياة يتكون من عدة أبعاد وهي: الحالة النفسية، الصحة الانفعالية، والرضا عن الحياة والمعتقدات الدينية، والتفاعل الأسري والتعليم والدخل المادي وهذا وتتكون جودة الحياة من خلال الإدراك الذاتي العقلية وصحته الجسمية وقدراته الوظيفية، ومدى فهمه للأعراض التي تعثره (الهنداوي ، 2011 ، ص. 40).
- ووضع شالوك (2004) Schalouk ثمانية أبعاد لجودة الحياة وهي :
 - **جودة المعيشة الانفعالية:** وتشمل الشعور بالأمن والجوانب الروحية، والسعادة ومفهوم الذات والرضا أو القناعة.
 - **العلاقات بين الأشخاص :** وتتمثل في الصداقة الحميمة والجوانب الوجدانية والعلاقات الأسرية والتفاعل والمساندة الاجتماعية .

- **جودة المعيشة المادية:** وتشمل الوضع المادي وعوامل الأمن الاجتماعي وظروف العمل والممتلكات والمكانة الاجتماعية والاقتصادية .
 - **الارتقاء الشخصي:** ويشمل المستوى التعليمي والمهارات الشخصية ومستوى الانجاز .
 - **جودة المعيشة الجسمية:** وتشمل الحالة الصحية والتغذية والنشاط الحركي والرعاية الصحية والتغذية والرعاية الصحية والتأمين الصحي ووقت الفراغ ونشاطات الحياة اليومية
 - **محددات الذات:** وتشمل الاستقلالية والقدرة علي الاختيار الشخصي وتوجيه الذات والأهداف والقيم .
 - **التفاعل الاجتماعي:** ويشمل القبول الاجتماعي والمكانة الاجتماعية وخصائص بيئة العمل والتكامل والمشاركة الاجتماعية والنشاط التطوعي .
 - **الحقوق:** وتشمل الخصوصية والحق في الانتخاب والتصويت وأداء الواجبات والحق في الملكية (المشابقة، 2015، ص.36).
- رغم الاختلاف في وجهة النظر في أبعاد جودة الحياة فإنها حسب الدراسة الحالية مكونة من ستة أبعاد كما حددها منسي و كاظم (2006) هي كالتالي:
- **جودة الصحة العامة:** يمثل هذا البعد في الجوانب الصحية والفسولوجية للفرد والرضا عن الصحة بشكل عام .
 - **جودة الحياة الأسرية والاجتماعية:** يتمثل هذا البعد في الجوانب الأسرية المتعلقة بحياة الفرد داخل محيطه الأسري وما يسودها من حب وتقاهم والثقة المتبادلة، أما بعد الحياة الاجتماعية فيتعلق بعلاقة الفرد بالآخرين والانتماء لهم .
 - **جودة التعليم والدراسة:** يتمثل هذا البعد في الحياة المدرسية بجميع مكوناتها من الجو الدراسي والطلبة والأساتذة، والنشطة الطلابية وما تقدمه من إمكانات مادية وبشرية لإشباع حاجاته وشعوره بالرضا عنها.

- **جودة العواطف (الجانب الوجداني):** يتمثل الجانب الوجداني والعاطفي للفرد وقدرته على إتباعه لأساليب واستراتيجيات لتكيف والتعامل مع الأشياء .
- **جودة الصحة النفسية:** يتمثل هذا البعد في الجوانب النفسية التي تتعلق بشعور الفرد بالثقة مع نفسه ومع بيئته الخارجية وتحقيق التوافق والرضا والسعادة .
- **جودة شغل الوقت وإدارته:** يتمثل هذا البعد في مدى قدرة الفرد على إدارة الوقت والاستفادة منه بما يعود عليه بالنفع .

رغم تعدد أبعاد جودة الحياة فمنها من يصنفها إلي ثمانية أو أربعة أبعاد رئيسية وأخرى إلي بعدين موضوعي وذاتي إلا أنها تشترك جميعها في تفسير واحد وهو تحقيق جودة الحياة للفرد.

8- مؤشرات جودة الحياة :

هناك العديد من المتغيرات التي تشكل مؤشرات جودة الحياة :

- **الظروف المعيشية المادية:** (تدهور ظروف السكن) السكن صغير جدا، رطوبة عالية، غياب مساحات للهواء المطلق .
- **القيود المالية:** الافتقار إلى الوسائل المالية للحفاظ على درجة حرارة جيدة في السكن، وشراء اللحوم أو الملابس الجيدة لاستقبال الأصدقاء أو العائلة، لامتلاك أو استئجار السيارات أو دفع الفواتير والحصول على العلاج...الخ
- **الصحة:** سوء الصحة البدنية، التصور لحالة الفرد الصحية، وجود مرض مزمن أو عدم الراحة لأداء الأنشطة اليومية.
- **الإجهاد في الحياة اليومية:** وجود اضطرابات في المزاج ونقص الطاقة، عدم وجود الهدوء والطمأنينة .

- المخاطر النفسية والاجتماعية في العمل: (الشعور بالضييق في العمل) درجة الإجهاد في العمل الرضا عن الأجر الاستقلال الذاتي وبيئة العمل، الحكم بشأن العمل، المواعيد النهائية المفروضة والمخاطر المتكبدة، عواقب التعب في العمل على أداء الأعمال المنزلية والمسؤوليات الأسرية والتركيز في العمل .
- انعدام الثقة في المجتمع: (الحوكمة وحقوق الأفراد) عدم الثقة في الآخرين، تقييم التوترات بين الفقراء والأغنياء بين رؤساء المؤسسات والموظفين، بين الرجال والنساء، بين الأجيال، بين المجموعات العرقية أو الدينية والموظفين العموميين .
- لروابط الاجتماعية الضعيفة: مقدار الاتصال بالأسرة مع الأقارب أو الأشخاص من حولهم .
- البيئة المتدهورة: منها الحكم على نوعية المياه، على تلوث الهواء والضوضاء ، نوعية المساحات الخضراء، نظافة الحي .
- انعدام الأمن الاقتصادي والمادي: انعدام الأمن في الأحياء (الجريمة، العنف ،التخريب)
الوضع فيما يتعلق بالعمل (الخوف من فقدان الوظيفة) (Amiel et al,2013,p.2)
- وقد حدد فلوفيلد (1990) flowfield مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي :
- المؤشرات النفسية: تتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا .
- المؤشرات الاجتماعية: تتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية .
- المؤشرات المهنية: تتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبا لها والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته وقدرته على التوافق مع واجبات عمله .
- المؤشرات الجسمية والبدنية: تتمثل في الرضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش مع الآلام والنوم والشهية في تناول الغذاء , والقدرة الجنسية(منسي،كاظم،2010،ص. 65)

• وتظهر مؤشرات جودة الحياة كما حددها النجار والطلاع (2015) من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل: الحاجات الفسيولوجية والعلاقات الاجتماعية الايجابية، والتوافق الأسري، والرضا عن حياته العملية، والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية، وهذا يؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات العالية الدالة على تحقيق جودة الحياة لدى الفرد (النجار، الطلاع، 2015، ص. 213).

9- مقومات جودة الحياة:

نستطيع القول بأن تعريف جودة الحياة نسبي يختلف من شخص لآخر، حسب ما يراه من معايير تقييم حياته، و توجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة منها:

- ✓ القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- ✓ القدرة على التحكم.
- ✓ الصحة الجسمانية والعقلية.
- ✓ الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- ✓ المعتقدات الدينية - القيم الثقافية والحضارية.
- ✓ الأوضاع المالية والاقتصادية والتي عليها يحدد كل شخص ما هو الشيء الأهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة التي يحياها (الهمص، 2010، ص.45).

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

- ✓ الناحية الجسمانية.
- ✓ الناحية الشعورية.
- ✓ الناحية العقلية.

✓ الناحية النفسية.

وتتمثل هذه النواحي الأربع في الاحتياجات الأساسية الأخرى الضرورية لحياة الإنسان التي لا يستطيع العيش بدونها والتي يمكن أن نطلق عليها الاحتياجات الأولية، وهذه الاحتياجات تقف جنباً إلى جنب مع مقومات جودة الحياة بل تعتبر جزءاً مكماً لها والإخلال بأي عنصر فيها يؤدي إلى خلق الصراع، ولكن هذا لا يمنع من وجود عوامل أخرى خارجة عن إرادة الإنسان تؤثر على مقومات حياته والتي تتصل بالناحية الصحية وتتمثل في: العجز، التقدم في العمر، الألم، الخوف، ضغط العمل، الحروب، الموت، الإحباط، الأمل، اللياقة الجسمانية بل والراحة أيضاً، لكنه لا بد أن نفرق بين ما هو طبيعي وبين ما يحدث نتيجة إتباع أسلوب حياة خاطئ أو مرض (الهمص، 2010، ص.45).

• كما حددت منظمة الصحة العالمية مقومات جودة الحياة في العناصر التالية :

- **الصحة الجسمية:** القدرة على القيام بوظائف الجسم الدينامكية، وحالة الجسم مثلاً للياقة البدنية.
- **الصحة النفسية:** القدرة على التعرف على المشاعر، والتعبير عنها، وشعور الفرد بالراحة النفسية والسعادة دون اضطراب أو تردد .
- **الصحة الروحية:** وهي صحة تتعلق بالممارسات الدينية والمعتقدات للوصول إلى الرضا مع النفس .
- **الصحة العقلية:** وهي صحة تتعلق بالقدرة على التفكير بوضوح والتناسق والشعور بالمسؤولية وقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها.
- **الصحة الاجتماعية:** وهي القدرة على إقامة العلاقات مع الآخرين، والاستمرار بها والاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم (بوعيشة، 2014، ص.96-97).

إن الفرد جزء من المجتمع يشبع احتياجاته النفسية والروحية والعقلية والجسدية ومختلف النواحي الصحية والاقتصادية والاجتماعية من خلال علاقته مع الآخرين وتقبل ذاته والشعور بالسعادة والرضا عن حياته، فمقومات الجودة تختلف من فرد إلى آخر فالبعض يراها في الصحة الجسمية والعقلية والأحوال المعيشية فمن خلال مجموعة من العوامل المتمثلة في القدرة على التحكم والمعتقدات الدنية، وبتوفر هذه المقومات يستطيع كل شخص إن يحدد نوع الحياة التي يريد أن يعيشها والتي تحقق له الرضي عن الحياة

10- مظاهر جودة الحياة :

لجودة الحياة في بعديها الموضوعي والذاتي عدد من المظاهر، ففي البعد الموضوعي نجد:

10-1- العوامل المادية: وهذه العوامل نسبية في التعبير عن جودة الحياة إذ أنها ترتبط بثقافة المجتمع ودرجة تحضره وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع الثقافة التي يعيشونها ومع المعايير الثقافية والحضارية التي يوفرها المجتمع.

10-2- إشباع الحاجات: ويتضمن إشباع وتحقيق الحاجات بمعنى إن جودة حياة الأفراد تقاس بالدرجة التي يمكن معها مقابلة حاجاتهم، فعندما يتمكن الفرد من إشباع حاجاته فإن جودة حياته ترتفع وتزداد .

10-3- القوى والمتضمنات الحياتية: فحياة الفرد لكي تكون جيدة لابد له من استخدام القدرات والطاقات والأنشطة الابتكارية الكامنة بداخله ويقوم بتنمية العلاقات الاجتماعية والعمل الهادف .

10-4- الصحة والبناء البيولوجي للفرد: يتضمن هذا المظهر الصحة والبناء البيولوجي للفرد فهي تعكس قدرته البيولوجية الكامنة وسلامته وصحته الجسمية.

- أما مظاهر البعد الذاتي لجودة الحياة فنجد:

10-5- حسن الحال: وهو مظهر سطحي وعام لجودة الحياة

10-6- الرضا عن الحياة: فكون الفرد راضيا عن حياته يعني أن حياته تسير كما ينبغي وهو ينبع من إشباع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته .

10-7- معنى الحياة: فكلما شعر الفرد بانجازاته وبمواهبه وقيمه وأهميته للمجتمع وللآخرين وإن غيابه يسبب نقصا أو افتقاد الآخرين كلما أحس الفرد بجودة الحياة التي يحياها.

10-8- السعادة: فهي شعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات وشعور البهجة والاستمتاع واللذة وشعور النشوة حينما يدرك الفرد لقيمه ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية ويمكن أن كل الأمور التي تؤدي إلى جودة الحياة (إبراهيم ، صديق، 2006، ص.279).

ومن خلال ما سبق نجد أن مظاهر جودة الحياة تتعدد لتشمل العوامل المادية والموضوعية وإشباع احتياجاته والرضا عن الحياة، وذلك سعيا للوصول إلى الصحة الجسمية والعقلية وإحساسه بمعنى الحياة والسعادة وهذا ما يسعى إليه كل فرد في المجتمع.

11- قياس جودة الحياة:

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

ويرى جيل وفينستين (1994) Gill أن مقاييس جودة الحياة قد تطورت منذ السبعينات وأصبحت تتسم ببعض الخطوات الهامة في الأعداد مثل اختيار البنود وحذف البنود غير المناسبة، والاختيار القبلي للمقياس، والتقييم الكمي، إلا أن بعض المقاييس ينقصها الصدق الظاهري.

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

• المقاييس النوعية:

وهي المقاييس المرتبطة بمواقف وظروف وعينات محددة، وأهداف محددة ، مثل المقاييس التي تتضمن أسئلة حول بعض الاعراض التي يهدف العلاج للتخلص منها

• المقاييس العامة أو الشاملة:

وهي التي تتضمن أسئلة حول الصحة العامة للفرد و مجالات حياته المختلفة.

• المقاييس المؤسسة على النفع أو الفائدة:

والتي تتضمن أسئلة عامة تدور حول تفصيلات الفرد في فترات معينة.

وقد تضمنت جهود قياس جودة الحياة مجموعتين من المؤشرات الأولى إدراك الرضا عن الحياة باعتبارها دالة شخصية يمكن تحديدها من وجهة النظر الشخصية، ويطلق عليها مجموعة جودة الحياة الذاتية، أما المجموعة الثانية فهي تتضمن خصائص الفرد في وضعه الحالي ويمكن قياسها بصورة موضوعية، ويطلق عليها جودة الحياة الموضوعية .

(عبد النبي ، 2013، ص. 482)

وقسم ويكلاند وآخرون (Wiklund & All (2000 أنواع قياس جودة الحياة إلى ثلاثة أنواع أخرى وهي:

- **القياس العالي:** وصمم أسلوبه العام من أجل قياس جودة الحياة بصورة متكاملة وشاملة، وهذا قد يكون سؤالاً وحيداً يتم سؤاله للشخص لحساب مقياس جودة الحياة بصورة عامة له مثل مقياس **فلانجان** لجودة الحياة الذي يسأل الناس عن رضاهم عن مجالات من مجالات الحياة.
- **القياس العام:** له أمور مشتركة مع القياس العالمي وصمم من أجل مهام وظيفية وفي الرعاية الصحية، تم تحديده ليكون بصورة شاملة مثل احتمالية تأثير مرض أو أعراض هذا المرض على حياة المرضى، ويطبق المقياس العام على مجموعة كبيرة من السكان والميزة الكبرى لهذا المقياس في تغطيته الشاملة وكذلك حقيقة أنه يسمح بعمل مقارنات على مجموعات مختلفة من المرضى، أما عيوب هذا المقياس فإنه لا يعطي عناوين ذات صلة بمرض معين.
- **المقياس الخاص بالمرض:** تم تطويره لمراقبة ردة الفعل للعلاج في الحالات الخاصة هذه الخطوات محصورة لمشاكل تميز مجموعة خاصة من المرضى، حيث يكون لهؤلاء المرضى حساسية التغيير وكذلك قلة التصور لديهم في الربط مع تعريف معنى جودة الحياة (مأمون ، 2015 ، ص.89-90).

يمكن القول أن هناك مجموعة من المقاييس صممت لقياس جودة الحياة وهذا بغرض قياس مواقف خاصة، فقياس جودة الحياة يتوقف على الوصف الدقيق للحياة الجيدة وذلك من خلال الربط بين العوامل الموضوعية و العوامل الذاتية .

خلاصة :

نستنتج مما سبق أن علم النفس الإيجابي حقق قفزة نوعية في مجال البحث في علم النفس عامة وجودة الحياة خاصة، وذلك من خلال تغيير النظرة للفرد من كونه إنسان عاجز عن مواجهة مشكلاته والضغوط المحيطة به إلى إنسان يمتلك قدرات وإمكانات تؤهله لأن يكون فردا فاعلا في المجتمع، وهذا ما تؤكد عليه جودة الحياة في تحليلها النهائي لحياة الأفراد، فهي تعبر عن التوافق النفسي كما تعبر عن السعادة والرضا عن الحياة كنتاج لظروف المعيشة الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة، لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى.

الفصل الثالث: التوافق النفسي

تمهيد

أولا : التوافق

- 1- مفهوم التوافق
- 2- التوافق والمفاهيم ذات العلاقة
- 3- خصائص التوافق
- 4- تحليل عملية التوافق
- 5- النظريات المفسرة للتوافق
- 6- مجالات التوافق

ثانيا: التوافق النفسي

- 1- مفهوم التوافق النفسي
- 2- أهمية دراسة التوافق النفسي
- 3- أبعاد التوافق النفسي
- 4- مؤشرات التوافق النفسي
- 5- ميكانيزمات التوافق النفسي

ثالثا : سوء التوافق النفسي

- 1- سوء التوافق النفسي
 - 2- عوامل سوء التوافق النفسي
 - 3- مظاهر سوء التوافق النفسي
- خلاصة

تمهيد:

التوافق مفهوم مركزي في علم النفس بصفة عامة وفي الصحة النفسية بصفة خاصة، ومطلب كل إنسان، إذ يسعى دائماً للنجاح في إشباع حاجاته وبالتالي القدرة على توافقه مع نفسه ومع بيئته، فمعظم سلوكيات الفرد هي محاولات منه لتحقيق توافقه النفسي والاجتماعي حتى يتمتع بشخصية متكاملة فيكون قادراً على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، وأهم ما يعكس هذا التوافق هو السلوك الإنساني، سواء كان سلوكاً سويًا غير سوي، وأن مظاهر عدم السواء ليست إلا تعبيراً عن سوء التوافق. وعليه سنتناول في فصلنا مفهوم التوافق والتوافق النفسي ومصطلحات أخرى، وأهمية دراسته، وأبعاده ومجالاته، معايير نظرياته، أساليبه، سوء التوافق، أسباب ومظاهره.

أولاً : التوافق

1- مفهوم التوافق:

ليس من السهل تقديم مفهوم للتوافق النفسي لما يتضمنه هذا المصطلح من معاني كثيرة، ومحاولة تعريف التوافق النفسي تضع الباحث أمام تعريفات متعددة، سنحاول التطرق إلى هذه التعريفات، ولكن قبل التطرق إلى هذه التعريفات يجب تقديم مفهوم للتوافق عموماً.

1-1- لغة :

- يعنى التوافق في اللغة التآلف والتقارب واجتماع الكلمة، ونقيض التخالف والتنافر والتصادم (موسى، 1991، ص.192).
- التوافق مأخوذ عن وقف الشيء أي ملائمة، وقد وافقه موافقة وإتفق معه توافقاً (المنجد الأبجدي، ص.26)

1-1- اصطلاحا:

- التوافق هو التوازن المنسق بين الكائن وما يحيط به، بحيث تعمل كل الوظائف التي تحافظ على استمرارية الكائن بشكل سوى ولا يمكن التوصل إلى هذا التوافق التام فهو مجرد نهاية نظرية لمتصل (تدرج) من درجات التوافق الجزئي (الشاذلي، 2001، ص.73).
- كما قد توصل لازاروس إلى أن " التوافق هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد للتغلب على متطلبات والضغط المتعددة " (lazarus richard s1969 p. 17-18).
- ويرى لازاروس بأن توافق الإنسان يسعى لمقابلة متطلبين هامين هما:
 - ✓ متطلب اجتماعي يتعلق بالتعامل مع الآخرين باعتبار الإنسان كائن اجتماعي، فلاّباء مطالب تجاه الأبناء تتعلق بالتعامل مع الظروف الحياتية اليومية واحتياجاتها من أكل وملبس وأساليب تصرف.
 - ✓ متطلبات داخلية ناشئة عن التكوين الطبيعي للفرد، ولها مطالب عضوية خاصة مثل الأكل والشرب والدفع والراحة، هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فلإنسان حاجات اجتماعية معينة مثل الحاجة إلى التحصيل والحاجة إلى تقدير الآخرين وغيرها (القذافي، 1998، ص. 108).
- وقد ذهب كارل روجرز إلى أن " التوافق هو قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها بما في ذلك ذاته ثم العمل من بعد ذلك على تبنيها في تنظيم شخصيته " (Tayer, charls1970 p. 411-416).
- يرى كل من دافيز ولوفكسيت أن التوافق عملية مستمرة، يحاول الفرد بواسطتها التحصيل والمحافظة على انسجامه مع البيئة المحيطة (الشاذلي ، 2001، ص.89).
- أما أحمد فايق فيرى أن التوافق هو "حالة وقتية تتزن فيها القوى المجال بما فيه الشخص ذاته، فكل مجال إنساني يتضمن عدیدا من القوى المتنافرة المتنازعة، ويتضمن الإنسان

نمو سلوكه نموا خاصا حسب نظام هذه القوى حيث ينعكس على تأثير هذا النمو" (الداهري، 2008، ص.18)

• أما "وودورث" و"دونالد" ينظران إلى التوافق على أنه "طريقة الفرد الخاصة والغالبة في حل مشاكله وفي تعامله مع الناس، وذلك أن كل سلوك يصدر عن الفرد ما هو إلا نوع من التكيف، فالفرد يولد مزود بأنواع شتى من الاستعدادات الجسمية والعصبية والنفسية، وهذه كلها تحتاج لتهديب، وتقوم الأسرة بجزء، ويقوم المجتمع بالجزء الآخر" (أحمد، 2001، ص.34)

• يعرف كمال دسوقي التوافق بأنه "عملية إشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه بما يحقق الرضا عن النفس والارتياح لتخفيف التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة

• ويرى رويش (reusch) منينجر (k.minningr)" إن مفهوم التوافق يعني ما هو أعمق من مجرد المسايرة لمعايير وأنماط المجتمع بل هو عملية ايجابية مستمرة يواجه بها الفرد مطالب الظروف المتغيرة" (الشاذلي، 2001، ص.88-89).

• يعرفه أحمد عزت راجح بأنه: "التوافق حالة من التوافق والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته، تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية" (عبد الخالق، 2004، ص.56).

• يعرف عبد المنعم المليجي وآخرون التوافق بأنه: " هو الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع البيئة" (القذافي، 1998، ص.108).

• يعرفه حامد زهران بأنه " عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتعديل والتغيير حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة (زهران، 2005، ص.27).

• كذلك يشير مفهوم التوافق إلى " كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة (كفاني، 2012، ص.158).

- وعرفه آيزنك بأنه : " الحالة التي تتناول حاجات الفرد ومطالبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الإشباع الكامل " (الداهري ، الكبسي ، 1999 ، ص.203).

نخلص مما سبق أن التوافق عبارة عن حالة من الرضا تتمثل في التواءم والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته، من خلال بناء علاقات جيدة تتميز بقدرة الفرد على الحب والعطاء، محاولة منه للتوافق مع نفسه و الآخرين.

2- التوافق والمفاهيم ذات العلاقة:

يرتبط التوافق النفسي ببعض المصطلحات نذكر منها ما يلي :

2-1- التوافق والصحة النفسية: الكثير من المؤلفين يربطون بين الصحة النفسية والتوافق

ويرون أن دراسة الصحة النفسية هي دراسة للتوافق، وأن حالات عدم التوافق مؤشرا لاختلال الصحة النفسية، ويرى آخرون أن الشخصية السوية مرادف لمصطلح الصحة النفسية، والحقيقة أن التداخل كبير بين هذه المصطلحات، في حين يرى آخرون أن السلوك التوافقي لا يعني الصحة النفسية بل أحد مظاهرها، فالصحة النفسية حالة أو مجموعة شروط والسلوك التوافقي دليل توافرها(شاذلي، 2001، ص. 57-58).

2-2-التوافق والتكيف: استمد علماء النفس مصطلح التكيف من علماء الأحياء المرتبط

بالبقاء البيولوجي وسمي لدى الأغلبية منهم بالتوافق، ويتضح معنى المفهومين من خلال عملية المقارنة بينهما كما يلي:

- **التوافق** أقل شمولاً من التكيف فهو يتعلق بالإنسان فقط على عكس **التكيف** الذي يتضمن الحيوان والنبات في علاقتهما بالبيئة المادية والاجتماعية.

- **التوافق** يتضمن أحيانا جانب الفعل الإنساني وتتدخل فيه الإرادة، بينما **التكيف** يرتبط بالمسيرة، ويتصف التوافق بالتدرج على خط متصل ليس فيه قطع، إضافة إلى كونه لا يختلف باختلاف قدرات الإنسان وثقافته(سفيان، 2004، ص. 157). وكثيرا ما نجد من الباحثين من يخلط بين مفهوم التكيف ومفهوم التوافق فينظر إلى التكيف على أنه توافق والعكس على الرغم من وجود فروق جوهرية بينهما، حيث يشير **مورانو كلاكهون** إلى

الفرق بين التكيف والتوافق في نظريته الدينامية للشخصية...فالتكيف إنما يعنى السلوك الذي يجعل الكائن حيا وصحيحا أو في حالة تكاثر، كما أنه ينمي ويغير الطرق الموروثة في السلوك (نظرية الغرائز)، أي أن لفظ التكيف عندما يستخدم للدلالة على مفهوم عام يتضمن جميع ما يبذله الكائن الحي من نشاط لممارسة عملية الحياة في محيطه الفيزيقي الاجتماعي، بينما يؤدي التوافق إلى ظهور العادات والتغيير منها (نظرية التعلم) أي أنهما يقصران لفظ التوافق للدلالة على الجانب السيكولوجي من نشاط الكائن الحي (عبد الواحد، 2014، ص. 47-48).

2-3- التوافق والذكاء :

يؤكد الكثير على الارتباط التام بين الذكاء والتوافق، حيث عرف البعض الذكاء بأنه القدرة على التكيف مع البيئة، وأجري العديد من الدراسات محاولة للبحث عن العوامل التي لها علاقة بالتوافق ومنها الذكاء العام، حيث وجدت معظم الدراسات أن الذكاء العام يرتبط بالتوافق كدراسات (ثيرمان) ودراسة (Hildreth, 1938) و (Bansell, 1952) وتميزت (الإناث على الذكور) بالذكاء في التوافق، إلا أن بعض الدراسات تشير إلى أنه هناك عددا من الأذكاء يعانون من صعوبة في التوافق الاجتماعي ويؤكد "أحمد عزت راجح" أن الذكاء ليس إلا عاملا واحدا من العوامل الكثيرة التي تساعد على التوافق الاجتماعي (سفيان، 2004، ص. 158).

2-4- التوافق والمسايرة والمغايرة:

يشير (أحمد عبد الخالق، 2004) أن: المسايرة مصطلح مهم في علم النفس الاجتماعي يعني السلوك الذي يتناقض مع معايير الجماعة ويخالفها (عبد الخالق، 2004، ص. 60). وتعني الانصياع أو المجارة أو ميل (غير مقصود غالبا) لتقبل أفكار ومعايير وسلوك جماعة اجتماعية معينة كجماعة الرفاق، وقد تكون مطلوبة في مواقف معينة ولكن البيئة الاجتماعية قد تتضمن معايير فاسدة وتقاليد بالية ومبادئ خاطئة ومن ثم لا يكون الاتساق

معها علامة على التوافق، بينما يكون التوافق هنا بمحاولة تغيير البيئة أو عدم مسايرتها وهو ما يسمى **بالمغايرة** (شاذلي، 2001، ص. 58).

والعلاقة بين التوافق والمسايرة علاقة معقدة، فقد يساير الإنسان مجتمعه ولا يتمتع بالصحة النفسية، كما قد يعتبر الإنسان متوافقاً رغم سخطه على أوضاع معينة في المجتمع واعتراضه على بعض الجوانب التي يرى أنها غير صحيحة (بطرس، 2008، ص. 113).
نخلص مما سبق عرضه حول المفاهيم المرتبطة بالتوافق أن هناك تداخل كبير بينهم، ويظهر ذلك من خلال العلاقة بين **التوافق والصحة النفسية**، حيث يربط الكثير من العلماء بينهما، وإن الشخصية السوية دليل على تمتع الفرد بالصحة النفسية وأن التوافق النفسي أحد مظاهرها. ويربط الغالبية من علماء النفس بين **التوافق والتكيف** إلا أن التوافق أقل شمولاً من التكيف من حيث أن التوافق يخص الإنسان بينما التكيف يتضمن الحيوان والنبات في علاقتهما بالبيئة الاجتماعية والمادية، وأن **الذكاء** من بين أحدا العوامل التي تساعد على التوافق الاجتماعي.

بينما العلاقة بين **التوافق والمسايرة** علاقة معقدة، لأن مسايرة الفرد لمجتمعه لا تعني بالضرورة تمتعه بالصحة النفسية، وقد يكون التوافق بعدم مسايرة البيئة وهو ما يسمى **بالمغايرة**. وعليه ترى الباحثة أن هذه المفاهيم في مجملها تدل على التوافق النفسي للفرد، منها ماله علاقة مباشرة كـ (**الصحة النفسية، التكيف**)، ومنها ماله علاقة غير مباشرة كـ (**الذكاء، المسايرة والمغايرة**).

3- خصائص التوافق :

3-1- التوافق عملية كلية: ينبغي النظر إليها في وحدتها الكلية مما ينطوي على الدينامية أو الوظيفية معاً، فالتوافق خاصية للعلاقة بين الإنسان ككائن مع بيئته وهذه العلاقة الكلية لا تصدق على مجال جزئي من المجالات المختلفة لحياة الفرد وليس لها أيضاً أن تقتصر على

المسالك الخارجية للفرد في إغفال لتجاربه الشعورية ومدى ما يستشعره من رضا تجاه ذاته وعالمه (الشاذلي، 2001، ص. 56).

3-2- التوافق عملية دينامية: أي أن التوافق لا يتم مرة واحد وبصفة نهائية، بل يستمر لأن الحياة عبارة عن سلسلة من الحاجات، تستدعي إشباع الدوافع والغايات ومحاولة إرضائها، فكلها توترات تهدد اتزان الكائن ومن ثم تكون محاولة لإزالة هذه التوترات وإعادة الاتزان من جديد، **والدينامية** تعني في أساسها أن التوافق يمثل ذلك الناتج الذي يتمخض عن صراع القوى المختلفة وهذه القوى بعضها ذاتي والبعض الآخر بيئي، كما أن القوى الذاتية بعضها فطري (بيولوجي) وبعضها مكتسب، وبعضها ينتمي إلى الماضي وبعضها ينتمي إلى الحاضر وبعضها ينتمي إلى المستقبل، والقوى البيئية بعضها فيزيائي وبعضها ثقافي وبعضها اجتماعي، والتوافق هو المحصلة النهائية لكل هذه القوى على نحو ما تقدم.

3-3- التوافق عملية وظيفية: أي أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة، ويفرق البعض بين التلاؤم الذي هو مجرد تكييف فيزيائي وبين التوافق بمعنى الكلمة في شموليته وكيته (حشمت، باهي 2006، ص. 67-68).

3-4- التوافق عملية تسند إلى الزاوية النشئية: أي أن التوافق يكون دائما بالرجوع إلى مرحلة بعينها من مراحل النشأة، فالتوافق بالنسبة إلى الراشد يعني أنه يعيد الاتزان مع البيئة على مستوى الرشد، فهو يتخطى في سلوكه كل المراحل السابقة من النمو (عبد الواحد، 2014، ص. 50).

في حين نجد أن (السفاسفة وعربيات، 2005) قد ذكر مجموعة من الخصائص وهي كالتالي:

- **التوافق عملية إرادية:** أي أن الفرد مسئول عن توافقه مع نفسه ومع بيئته ووفق رغبته، ويستطيع تغيير أنماط سلوكه ودوافعه وأهدافه أو تعديلها، كما يستطيع أن يغير في البيئة الخارجية المادية والاجتماعية.

• إن علاقة التوافق تظهر بوضوح في حالة سوء توافق الإنسان إذا كانت العوائق والعقبات قوية شديدة ومفاجئة.

• العوامل الوراثية تؤثر في عملية التوافق، فالوراثة البيئية التي يرثها الإنسان كوراثة النقص العقلي أو الحساسية الانفعالية، تجعل الفرد قاصر عن التوافق نظرا للإعاقة التي تسببها هذه العوامل الوراثية.

• تتوقف درجة تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة على مدى قدرته على التوافق في المجالات المختلفة، لأن التوافق والتكيف يدلان على تمتع الإنسان بالصحة النفسية الجيدة (السفاسفة ، عريبات، 2005، ص. 59-60).

يتضح لنا مما سبق ذكره أن التوافق عملية إرادية يكون الفرد فيها مسئولاً عن توافقه مع نفسه وبيئته، وأن قدرته على التوافق في مختلف مجالات الحياة لدليل على صحته النفسية، وهو عملية تتحدد بمرحلة عمرية معينة من مراحل النشأة، حيث يحاول الفرد فيها إعادة الاتزان مع البيئة دون مراعاة المراحل السابقة في نموه. كما أنه عملية مستمرة تخضع لتسلسل الحاجات التي تستدعي الإشباع فكلما اشبع حاجة تطلب الأمر إشباع غيرها من الحاجات تكون مكتملة للسابقة وهكذا لا يكاد يتوافق مع موقف حتى يسعى إلى التوافق مع موقف آخر، وهو ما يؤكد أن عملية التوافق عملية مستمرة ، وعملية كلية تتضمن علاقة الإنسان ككائن مع بيئته في جميع مجالات حياته وكل ما يكتنفه من سلوكيات ومشاعر تجاه نفسه والآخرين.

4- تحليل عملية التوافق:

إن كل شخص منذ أن يولد إلى أن يتوفاه الله وهو في نشاط وعمل مستمر من أجل تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته العضوية والنفسية والاجتماعية، وعندما يصل إلى هدف تنشأ أهداف أخرى وعندما يشبع حاجة تظهر حاجات غيرها، وهكذا لا يكاد يتوافق مع موقف حتى يسعى إلى التوافق مع موقف آخر، وهو ما يؤكد أن عملية التوافق عملية مستمرة

ويختلف توافق الشخص من موقف إلى آخر بحسب خبراته السابقة بالموقف والهدف المطلوب تحقيقه (عبد الغني ،علي، 2004، ص. 132).

وعلى هذا الأساس تتضح لنا الخطوات الرئيسية في تحليل عملية التوافق وهي:

• **وجود حاجة تريد الإشباع:** (بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية) تؤدي إلى تكوين الدافع المرتبط بإشباع هذه الحاجة، فالدوافع البيولوجية ترتبط بإشباع حاجات بيولوجية، وهي نتاج لهذه الحاجات والدوافع النفسية الاجتماعية ترتبط بإشباع حاجات نفسية اجتماعية هي بالتالي نتاج لها.

• **وجود عائق يحول دون إشباع هذه الحاجات:** قد يكون خارجي مما يترتب عليه شعور بالإحباط، وقد يكون تعارض بين الأهداف التي يسعى الشخص للوصول إليها مما يترتب عليه الشعور بالصراع الشعوري.

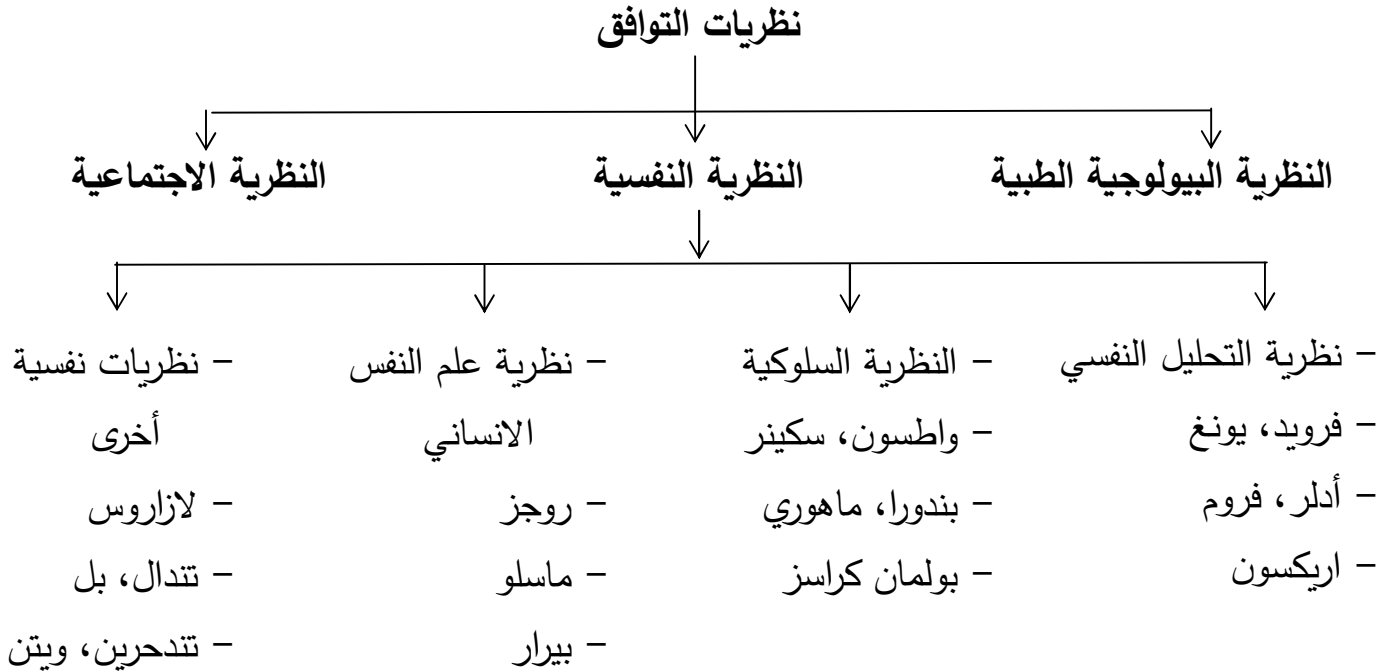
• **قيام الكائن الحي بمجموعة من الاستجابات للتغلب على هذا العائق:** حيث يستخدم الأساليب المباشرة أولاً فإن لم تؤدي إلى التغلب على العائق وتغلبت عنها حالة الإحباط أو الصراع فإنه يلجأ إلى الحيل الدفاعية والتي تمثل أساليب غير مباشرة لتحقيق التوافق.

• **تنتهي إحدى هذه الاستجابات إلى حل المشكلة وإشباع الحاجة وتتحقق عملية التوافق:** فالتوافق يحدث حين يتم إشباع الحاجات (البيولوجية أو النفسية) بطريقة يرضي عنها الفرد أي تتفق مع ما لديه من قيم ولا تتعارض مع الضمير، ويرضى عنها مجتمعة أي تتفق والمعايير والقيم الاجتماعية والدينية السائدة في المجتمع (عبد المنعم ، 2006، ص. 19).

نخلص مما سبق أن عملية التوافق تتم من خلال وجود حاجة تريد الإشباع سواء كانت (بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية)، تؤدي إلى تكوين الدافع المرتبط بإشباعها وفي حال وجود ما يعيق تحقيق هذا الإشباع، فإن الفرد يشعر بالإحباط والصراع الشعوري بين ما يطلبه وما يواجهه من معيقات تثبط تحقيق الهدف، هنا يحاول الفرد مواجهة هذا العائق بأساليب مختلفة والمتمثلة في (الحيل الدفاعية) يحاول من خلالها إشباع حاجاته وتحقيق التوافق بما يتفق والمعايير والقيم الدينية والاجتماعية السائدة في المجتمع.

5- النظريات المفسرة للتوافق:

هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير التوافق لدى الأفراد، وبطبيعة الحال يصعب سردها بأسرها ولكن يمكننا أن نشير إلى أهمها كما يوضح الشكل التالي:



شكل رقم (02) : يوضح نظريات التوافق (عبد اللطيف، 1999، ص. 85).

5-1- النظرية البيولوجية الطبية: يقرر مديروها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها واكتسابها خلال الحياة عن طريق (الإصابات، الجروح والعدوى، أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد)، وترجع البنات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من "داروين" "مندل" "جالتون" "كالمان" وغيرهم (عبد اللطيف، 1999، ص. 86).

5-2- النظريات النفسية :

5-2-1- نظرية التحليل النفسي:

فرويد: اعتقد فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لاشعورية، أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية "للهو" بوسائل مقبولة اجتماعيا، ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي:

- قوة الأنا - القدرة على العمل - القدرة على الحب.

يونغ G.YONG: أكد على أن مفتاح (التوافق والصحة النفسية) يكمن في استمرار النمو الشخصي، دون توقف أو تعطل، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقة وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة، وضرورة تكامل العمليات الأربع الأساسية في تسيير الحياة والعالم الخارجي وهي: (الإحساس - الإدراك - المشاعر - التفكير).

أدلر A.ADLER: اعتقد أدلر أن الطبيعة الإنسانية تعد أساسا أنانية وخلال عمليات التربية فإن بعض الأفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي ينتج عنه رؤية الآخرين مستجيبين لرغباتهم ومسيطرين على الواقع الأساسي للمنافسة دون مبرر ضد الآخرين طلبا للسلطة أو السيطرة.

فروم "E.FRCEMM": اعتقد أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة وأن تكون مستقلة للآخرين ومنفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل والثقة. ولقد أكد على مدى قدرة الذات على التعبير عن الحب للآخرين بدون قلق عما قد يعقب ذلك

(عبد اللطيف، 1999، ص. 86-87).

إريكسون "ERIKSON": قرر أن الشخصية المتوافقة لا بد أن تتسم ب (الثقة والاستقلالية والتوجه نحو الهدف، الإحساس الواضح بالهوية، والقدرة على الألفة والحب) (عبد اللطيف، 1999، ص. 88).

5-2-2- النظرية السلوكية:

يتفق معظم السلوكيين على أن سلوك الفرد عبارة عن ديناميكية، بمعنى أن الفرد يتأثر بالبيئة المحيطة به ويؤثر فيها، ونتيجة لهذا التأثير والتأثر المتبادل يتحدد الشكل النهائي للسلوك.

حيث يشير "علاء الدين كفاني" أن مفهوم التوافق عند السلوكيين هو اكتساب الفرد لمجموعة من العادات المناسبة والفعالة في معاملة الآخرين والتي سبق أن تعلمها الفرد وأدت إلى خفض التوتر عنده أو أشبعت دوافعه وحاجاته، وبذلك دعمت وأصبحت سلوكا يستدعيه الفرد كلما واجه نفس الموقف مرة أخرى. كما يشير "عبد المنعم السيد" كذلك أن بعض العلماء "سكينر" رأوا أن عملية التوافق تتم بدون قصد بصورة آلية عن طريق الإثابة البيئية، في حين يرى "باندورا وماهو" أن بعض عمليات التوافق تتم بصورة قصديه واعية تماما، ويرون أن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر الناتج عن إلحاح دافع معين والفرد يتعلمه ويميل إلى تكراره في المواقف المماثلة، كما يرون أن الشخصية كبت الجهاز للعادات والمهارات والسلوكيات التي اكتسبها الفرد، والسلوك التوافقي هو القدرة على التنبؤ بالنتائج المترتبة على السلوك والقدرة على ضبطها (الحلوت، 2011، ص. 27).

كما يشير كل من (السفاسفه وعربيات، 2005) إلى أن النظرية السلوكية تفسر المشكلات السلوكية على أنها أنماط من الاستجابات الخاطئة غير المتوافقة، لارتباطها بمثيرات منفردة، ويحتفظ الفرد بها لفاعليتها في تجنب مواقف وخبرات غير مرغوبة، لهذا يركز الإرشاد السلوكي على تغيير السلوك غير المتوافق وذلك بتحديد السلوك المراد تغييره والظروف والشروط التي يظهر فيها، والعوامل التي تكتنفه وتخطيط مواقف يتم فيها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغيير المنشود، من خلال إعادته تنظيم ظروف البيئة، بما يؤدي إلى تكوين ارتباطات شرطية جديدة لتحقيق التوافق المطلوب (السفاسفه، عربيات، 2005، ص. 47).

5-2-3- النظرية الإنسانية :

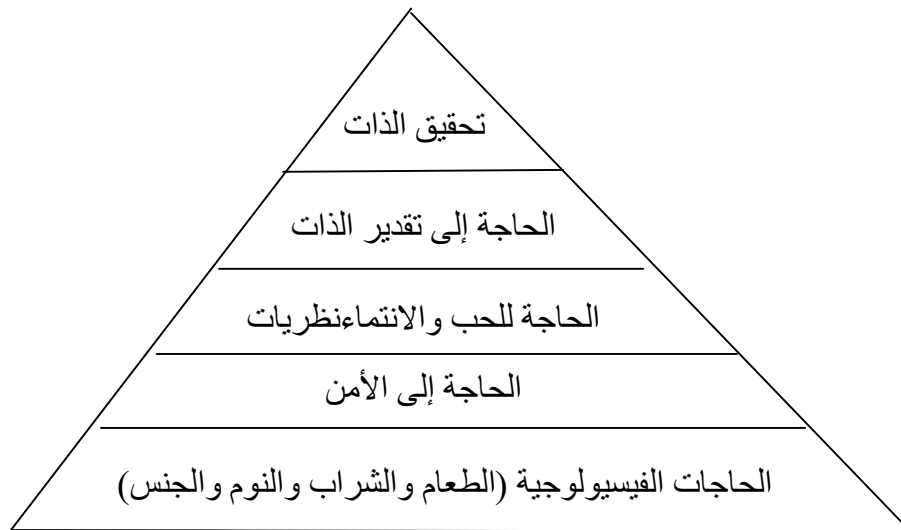
ويعود ظهور النظرية الإنسانية إلى اختلاف وجهات نظر كل من مدرسة التحليل النفسي والمدرسة السلوكية، حيث ينادي أصحاب هذا المذهب بأن علماء النفس مازالوا لا يعرفون الإنسان بدرجة كافية، وأن الطبيعة تميزه عن غيره من الكائنات، وأن هناك من العلوم التي تكشف عن أصالة هذه الطبيعة (إسماعيل، 2001، ص.68). ومن أنصار هذا الاتجاه (كارل روجرز، إبراهيم ماسلو، وبيرز).

روجرز: تتسم نظرة روجرز للإنسان بإيجابية، فهو فاعل ذو إرادة يحكم عقله ويتدخل في تحديد مصيره ويندفع نحو أهداف إيجابية وتتكون الشخصية لدى "روجرز" من ثلاث مفاهيم وهي (الكائن العضوي، والمجال الظاهري، والذات)، فالكائن العضوي يعني الفرد بكلية (أفكاره وسلوكه ووجوده الجسماني) وأما المجال الظاهري فيشير إلى كل الخبرات التي يمر بها الفرد، والخبرة موقف يعيشه الفرد ويتفاعل معه ويتأثر ويؤثر به ويحول خبراته إلى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية فإن تطابقت معها فسوف تؤدي إلى الراحة وعدم التوتر وإن تعارضت أدت إلى التوتر والقلق وسوء التوافق. أما الذات فتعني الكل التصوري الثابت والمنظم والمؤلف من مدركات الفرد وعلاقته بالآخرين والقيم المرتبطة بهذه المدركات وبالإضافة إلى الذات المثلى وهي ما يطمح أن يكون الشخص.

وقد يحصل التطابق بين الذات والذات المثلى وقد تحدث بينهما هوة يشير كبرها إلى عدم توافق الشخص وإلى حاجته إلى المساعدة كذلك قد يحدث عدم تطابق بين المجال الظاهري للشخص والواقع الخارجي ويؤدي هذا أيضا إلى أن يشعر الفرد أنه مهدد الأمر الذي يدفعه للإستعانة بميكانيزمات الدفاع في سلوكه واتصاف تفكيره بالترتمت والصرامة (سفيان، 2004، ص. 169-170).

ماسلو: أكد من خلال نظريته في تحقيق الذات وهرمه الشهير المعروف بـ"هرم الحاجات" إلى استمرارية كفاح الإنسان وفاعليته المستمرة لإشباع حاجاته، وهذه الحاجات تتدرج في

أهميتها من الحاجات البيولوجية المرتبطة بوجوده النفسي، ويؤكد "ماسلو" على أن أهمية تحقيق الذات تكمن في تحقيق التوافق السوي الجيد، هو وضع عدة معايير للتوافق شملت الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات التلقائية، التمرکز حول المشكلات لحلها، نقص الاعتماد على الآخرين، الاستقلال الذاتي، استمرار تجديد الإعجاب بالأشياء أو تقديرها، الخبرات المهمة الأصلية، الاهتمام الاجتماعي القوى والعلاقات الاجتماعية السوية، الشعور بالحب تجاه الآخرين وأخيرا التوازن أو الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة (طبيبي، 2013، ص. 211-212). وعليه أكد "ماسلو" على أهمية تحقيق التوافق السوي الجيد (محمد، 2004، ص. 25). وان الكائن الحي يسعى لتحقيق حاجاته بصورة هرمية كما هو موضح في الشكل التالي:



شكل رقم (03) : يوضح هرم الحاجات لـ "ماسلو" (عبد الله حسيب، 2006، ص. 26).

بيرلز: أكد بيرلز على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيا الأفراد هنا والآن دون خوف من المستقبل لأن هذا يتفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا، كما أكد على أهمية الوعي بالذات وتقبلها، والوعي بالعالم المحيط وتقبله، والتحرر النسبي من القواعد الخارجية، وأن الشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه دون القذف بها إلى الآخرين (عبد اللطيف ، 1999، ص. 90).

5-2-4- نظريات نفسية أخرى :

- **هيوم بل " H . M . Belle "** : يعد من أوائل من إهتموا بموضوع التوافق ووضع مقياسا له أشهر باسمه، ويرى أن مجالات التوافق الأساسية تنحصر في الآتي:
التوافق (المنزلي، الانفعالي، الصحي، المهني، الاجتماعي، العام) .
ومن خلال مقياس " بل " للتوافق يمكن تحديد درجة توافق الأفراد النوعية والكلية
- **لندرجرين " H . C . Lindres "** : ويقرر أن سمات التوافق ومعاييرها تتلخص في :
 - ✓ إستبصار الفرد وفهمه لنفسه وللآخرين .
 - ✓ حب الفرد واحترامه لنفسه وللآخرين .
 - ✓ قبول الفرد وتسامحه لنفسه وللآخرين .
 - ✓ توجيه الذات الوجهة السليمة .
- **ويتن " W . Weiten "** : يرى أن الشخص المتوافق هو الذي يبلغ المعايير الآتية :
 - ✓ الإحساس بالحرية والضبط أو التحكم الشخصي .
 - ✓ مفهوم الذات الإيجابي والمتماusk .
 - ✓ الضبط أو التحكم الفعال للذات .
 - ✓ القدرة على الألفة والمودة وحب الغير .
 - ✓ القدرة على مواجهة الضغوط .
 - ✓ الإدراك الفعال للواقع .
 - ✓ الاستقلال الذاتي .
 - ✓ الموازنة بين الأقطاب الأساسية . (عبد اللطيف ، 1999، ص.88) .

5-3- النظرية الاجتماعية :

من أشهر روادها " فريدريك " و " نهام " و " هولنجهيد " ويشير أتباعها إلى وجود علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق، كما يرون أن الطبقات الاجتماعية تؤثر في التوافق

النفسي، حيث طبعت الطبقات الاجتماعية الدنيا منها أسباب مشكلاتها وقضاياها بطابع فيزيقي وأظهر أفرادها ميلاً نحو علاج المعوقات النفسية، بينما طبع أصحاب الطبقات الاجتماعية العليا تلك الأسباب بطابع نفسي، وأظهروا ميلاً أقل لعلاج المعوقات الفيزيائية) وافي ، 2006 ، ص.70) .

من خلال استعراض وجهات النظر التي تناولت مفهوم التوافق ترى الباحثة أن هناك تنوعاً واختلافاً فيما بينها، إذ يرى " فرويد" أن التوافق عملية غالباً ما تكون لاشعورية، تتطلب إشباع الحاجات الضرورية "للهو" بوسائل مقبولة اجتماعياً، و أن السمات الأساسية للتوافق هي (قوة الأنا - القدرة على العمل - القدرة على الحب)، بينما أكد "يونغ" على أن أساس التوافق يكمن في استمرار النمو الشخصي، واكتشاف الذات الحقيقة، والتوازن في الشخصية، وتكامل العمليات الأربع الأساسية (الإحساس - الإدراك - المشاعر - التفكير) في تسيير الحياة والعالم الخارجي، في حين يتفق كل من " فروم" و "اريكسون" أن الشخصية المتوافقة لا بد أن تتسم بـ (الثقة والاستقلالية، والتوجه نحو الهدف، الإحساس الواضح بالهوية، والقدرة على الألفة والحب).

أما أصحاب النظرية السلوكية يتفق معظمهم على أن سلوك الفرد عملية ديناميكية، تتم من خلال تأثر الفرد بالبيئة المحيطة به والتأثير فيها، ونتيجة هذا يتحدد الشكل النهائي للسلوك، حيث يرى "سكينر" أن عملية التوافق تتم بدون قصد بصورة آلية عن طريق الإثابة البيئية، أما "باندورا وماهو" يريان أن بعض عمليات التوافق تتم بصورة قصديه وواعية تماماً، والسلوك التوافقي هو القدرة على التنبؤ بالنتائج المترتبة على السلوك والقدرة على ضبطها.

في حين جاء أصحاب "النظرية الإنسانية" ومنهم "روجرز: الذي ينظر للإنسان بإيجابية، كونه ذو إرادة يحكم عقله ويتدخل في تحديد مصيره ويندفع نحو أهداف إيجابية،

وتتكون الشخصية لدى "روجرز" من (الكائن العضوي، والمجال الظاهري، والذات)، فالكائن العضوي يعني الفرد بكيّته (أفكاره وسلوكه ووجوده الجسماني) وأما المجال الظاهري فيشير إلى كل الخبرات التي يمر بها الفرد فإن تطابقت مع مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية تؤدي إلى التوافق وإن تعارضت أدت وسوء التوافق، أما الذات فتعني الكل التصوري الثابت والمنظم والمؤلف من مدركات الفرد وعلاقته بالآخرين والقيم المرتبطة بهذه المدركات بالإضافة إلى الذات المثلى وهي ما يطمح أن يكون الشخص. والتطابق بين الذات والذات المثلى يؤدي إلى توافق الفرد، ويؤكد "ماسلو" على أن أهمية تحقيق الذات تكمن في تحقيق التوافق السوي الجيد، من خلال (الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات التلقائية، التمرکز حول المشكلات لحلها، نقص الاعتماد على الآخرين، الاستقلال الذاتي، استمرار تجديد الإعجاب بالأشياء أو تقديرها، الخبرات المهمة الأصلية، الاهتمام الاجتماعي القوى والعلاقات الاجتماعية السوية، الشعور بالحب تجاه الآخرين، الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة)، ويشير أصحاب النظرية الاجتماعية إلى وجود علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق، وأن الطبقات الاجتماعية تؤثر في التوافق النفسي.

6- مجالات التوافق:

هناك دروب مختلفة للتوافق تبدو في قدرة الفرد على أن يتوافق توافقا سليما وأن يتواءم مع بيئته الاجتماعية ولكن مضمون التوافق بوصفه خاصية عامة، لا يتحقق بشكل مطلق أي في مختلف جوانب حياة الإنسان، بل إنه يتجسد في مجالات عدة أهمها:

6-1- التوافق العقلي : عناصر التوافق العقلي هي (الإدراك والتعلم والتذكر والذكاء ، والاستعدادات) ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملاً ومتعاوناً مع بقية العناصر (عبد الغني، 2001، ص. 89).

6-2- التوافق الديني: يعتبر الجانب الديني أو الروحي جزء من التركيب النفسي للإنسان وكثيرا ما يكون مسرحا للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة ومثال ذلك ما نشاهده لدى كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو اثر عميق في تكامل الشخصية الإنسانية واتزانها، فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن أما إذا فشل الإنسان في التمسك بهذا السند الروحي ساء توافقه واضطربت نفسه و أصبح مهياً للقلق و الاضطراب السلوكي (بطرس، 2008، ص.115).

6-3- التوافق الانفعالي: يعرفه "نبيل سفيان" أنه: قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، الاضطرابات النفس جسمية (سفيان، 2004 ، ص 154).

6-4- التوافق المدرسي : يتضمن نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها، والتواءم بين المعلم والطالب، بما يهيئ لهذا الأخير ظروفًا أفضل للنمو السوي (معرفيا، انفعاليا واجتماعيا) مع علاج ما ينجم في مجال الدراسة من مشكلات كالتخلف الدراسي والغياب والتسرب، هذا فضلا عن علاج المشكلات السلوكية التي يمكن أن تصدر عن بعض الطلاب

6-5- التوافق المهني: يشير إلى الانسجام بين العامل وعمله (أيا ما كان هذا العمل) ويتحقق ذلك بعدة طرق أهمها: حسن اختيار المهنة الملائمة، والتدريب على أدائها بشكل جيد، وتقبلها بقبول حسن، ورضا الفرد عنها والاقتناع بها، ومحاولة الابتكار فيها، مع علاقات إنسانية راضية مرضية مع الزملاء والرؤساء (عبد الخالق، 2004، ص.61).

6-6- التوافق الجنسي: لاشك أن الجنس يلعب دورا بالغ الأهمية في حياة الإنسان لما له من أثر في سلوكه وعلى صحته النفسية ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كلا من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية وإحباطه يكون مصدرا

للصراع والتوتر الشديدين وتختلف الطريقة التي تشبع بها الحاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافاً واسعاً باختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الإنسان ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلاً على سوء التوافق العام لدى الإنسان (بطرس، 2008، ص.115).

6-7- التوافق الزوجي: عرفه (وليام لو، 1985) أنه: وجود زوجين لديهما ميل لتجنب المشكلات أو حلها وتقبل مشاعرهما المتبادلة والمشاركة في المهام والأنشطة وتحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما، ويكون التوافق الزوجي في الآراء وفي التماسك وفي التعبير العاطفي لدى الزوجين وإشباع حاجاتهما الأساسية الجنسية والعاطفية بحيث تتحقق لهما السعادة والرضى (العزة، 2015، ص.306). إلى جانب أنه يتضمن السعادة الزوجية، الرضا الزوجي الذي يتمثل في: (الاختيار المناسب للزوج، الاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها، الحب المتبادل بين الزوجين، الإشباع الجنسي، تحمل مسؤوليات الحياة الزوجية، القدرة على حل مشكلاتها، الاستقرار الزوجي) (يسري، 2000، ص.36).

6-8- التوافق الأسري: يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في (الاستقرار الأسري، التماسك الأسري، القدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كلاهما وبينهما وبين الأولاد، وسلامة العلاقات بين الأولاد بعضهم البعض)، حيث يسود الحب والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع والتمتع بقضاء وقت الفراغ معاً. ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية (عبد الغني، 2001، ص.90).

نخلص مما سبق أن مجالات التوافق تتحدد في المجال (العقلي، الديني، الانفعالي، المدرسي، المهني، الجنسي، الزوجي، الأسري) حيث نجد أن كل مجال من هذه المجالات مكمل للآخر سواء في علاقة الفرد مع نفسه أو علاقته مع الآخرين. ويتحقق التوافق بداً بالتوافق العقلي بقيام العمليات العقلية بدورها كاملاً، أما التوافق الديني فيتحقق بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو أثر إيجابي في

تكامل الشخصية الإنسانية واتزانها، وهو أساس **التوافق الانفعالي** للفرد والمتمثل في قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والاضطرابات النفسية، مما يساعد على **التوافق المدرسي** للفرد والمتمثل في علاقته مع المعلمين والزملاء وباقي الموظفين والمناهج الدراسية داخل إطار المدرسة، مما يساعده على النجاح ويهيئ له ظروفًا مناسبة للنمو السوي في جميع المجالات، ومن خلال هذا الأخير يستطيع الفرد تحمل المسؤولية الشخصية بينه وبين نفسه وبينه وبين الآخر، ويستعد للمستقبل من خلال حسن اختيار المهنة التي تناسبه وشخصه فيستطيع بذلك تأديتها بشكل يناسبه وزملاء المهنة فيحقق بذلك **توافقه المهني** الذي يستطيع من خلاله التفكير في الاستقرار وبناء أسرة يسودها الحب والاحترام والثقة فتتحقق بذلك السعادة الأسرية التي يطمح إليها وبهذا يكون قد حقق توافقه الأسري الذي يعتبر نتيجة توافقه في حياته وسببا في إنجاح حياة جديدة للأبناء في المستقبل.

ثانيا : التوافق النفسي

1- مفهوم التوافق النفسي:

هناك عدة تعاريف لعلماء النفس والتربية الخاصة بمصطلح التوافق النفسي نذكر منها:

- يعرفه "حامد عبد السلام زهران" (1997) على أنه "قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها، بما في ذلك ذاته ثم العمل بعد ذلك على تبنيها في تنظيم شخصيته وهو عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) والتغير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة (زهران، 1997، ص.27).
- ويرى بطرس حافظ (2008) أن التوافق النفسي يشمل السعادة مع النفس والثقة بها والشعور بقيمتها، وإشباع الحاجات والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف، والسعي

لتحقيقها، وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها، وتغير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في المراحل المتتالية، وهو ما يحقق الأمن النفسي " (بطرس، 2008، ص.113)

• يعتبر "شافر" Shaffer, 1955 الحياة سلسلة من عمليات التوافق التي يعدل فيها سلوكه في سبيل الاستفادة للموقف المركب الذي ينتج عنه حاجاته وقدراته على إشباع تلك الحاجات ولكي يكون سويا لابد أن يكون توافقه مرنا وينبغي أن يكون لديه القدرة على إستجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة" (شاذلي، 2001، ص.76).

• أما "إيزنك" Eysenc, 1972 فيرى أنه " الحالة التي تتناول حاجات الفرد وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباعات و إحباطات ووصولاً إلى الصحة النفسية " (الكبيسي، 2002، ص.213).

• وعرفه كمال الدسوقي " أيضا بأنه" تكيف الشخص مع بيئته الاجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع لعلاقته بأسرته ومجتمعه ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية والخلقية" (دسوقي، 1974، ص.35).

• ويعرفه " أحمد محمد عبد الخالق " حالة من الانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته، كما يتضمن قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا تغييرا يناسب هذه الظروف الجديدة فان عجز الفرد عن إقامة هذا الانسجام قيل انه سيئ التوافق (عبد الخالق، 2004 ، ص. 55).

• كما يعرف أيضا على أنه: " القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء هذا من ناحية ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي يعنى ذلك أن التوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد (حشمت، باهي ، 2006، ص.40).

- كما يشير مفهوم التوافق النفسي إلى وجود علاقات منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية وعلى ذلك يتضمن كل التغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة. (الشاذلي، 2001، ص.55).
- ويعرفه "سيد عبد الحميد مرسي" هو قدرة الفرد على التوافق مع نفسه و مع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية من الاضطرابات مليئة بالتمسك (مرسي، 1994، ص139).
- يقول صلاح مخيمر (1978) " إن التوافق هو الرضا بالواقع المستحيل على التغير(وهذا جمود وسلبية واستسلام) وتغيير الواقع القابل للتغير(وهذا مرونة وإيجابية وابتكار وصيرورة)، ويرى أن عملية التوافق تتضمن إما تضحية الفرد بذاتيته نزولا على مقتضيات العالم الخارجي وثمنا للسلام الاجتماعي أو تتضمن تشبث الفرد بذاتيته وفرضها على العالم الخارجي، فإذا فشل أصبح عصابيا وإذا نجح كان عبقريا " (الداهري،الكبيسي، 1999 ، ص.203).
- مما سبق عرضه للتعريفات المتعددة للتوافق النفسي يمكن تقديم تعريف شامل أن التوافق النفسي عملية مركبة من عنصرين أساسيين متصلين ببعضهما، أحدهما الفرد بدوافعه المختلفة؛ سواء كانت بيولوجية أو اجتماعية أو نفسية، وثانيها البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة بهذا الفرد بما لها من ضوابط ومواصفات وبما تشتمل عليه من عوائق وراذع ، وهذه العملية تعمل على إحداث التوازن بين الفرد وبيئته.

2- أهمية دراسة التوافق النفسي:

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تتجلى في أهم ثلاث ميادين هي:

2-1- ميدان الصحة النفسية: يمثل سوء التوافق واحد من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي تطلق عليها الأسباب المرسبة، وعليه فإن دراسة الشخصية قبل المرض ومدى توافق الإنسان مع أسرته وزملاءه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤو التوافق هم أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق والاضطراب النفسي (بطرس، 2008، ص.113).

2-2- ميدان التربية: يمثل التوافق الجيد مؤشرا ايجابيا أو دافعا قويا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح، فالتلاميذ سيؤو التوافق يعانون من التوتر النفسي، ويعبرون عن ذلك بطرق متعددة، باستجابات التردد والقلق أو بسلوكيات العنف في اللعب والأنانية والتركيز حول الذات والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجلجلة والتلعثم، قضم الأظافر، وهذه المشكلات بالطبع تساهم في انخفاض التحصيل الدراسي الذي هو جوهر عملية التعلم. (عبد الغني، 2001، ص.87).

2-3- ميدان الصناعة: إن التوافق الجيد للعمال أمر ضروري لزيادة الإنتاج، كما لا يمكن التقليل من شأن العلاقات الإيجابية ومشاعر الحب والود مع الزملاء والرؤساء والمشرفين وتأثير ذلك كله في كمية ونوعية الإنتاج، وبالتالي فإن سوء التوافق الناتج عن سيادة الروح العدائية أو الكراهية تجاه الرؤساء نتيجة لأساليب الإدارة الدكتاتورية والشعور بالظلم أو العجز عن إقامة علاقات طيبة مع الزملاء أو العمل في ظل ظروف طبيعية غير مناسبة، كل ذلك

من شأنه التأثير السلبي على الروح المعنوية للعمال، مما يؤدي إلى انخفاض الإنتاج وكثرة الغياب عن العمل وكثرة الشجار مع الزملاء والرؤساء والاستهداف للحوادث وغير ذلك من مترتبات سوء التوافق (شاذلي، 2001، ص.59).

من خلال ما تم عرضه تتضح لنا أهمية دراسة التوافق في مجالين مهمين للفرد وهما (مجال الصحة النفسية، ومجال التربية)، وكل منهما يخدم الآخر وكلاهما يخدم الفرد في علاقته مع نفسه ومع المجتمع، حيث نجد أن التوافق أمر ضروري لحياة الفرد مع نفسه ويتجلى ذلك في خلو نفسية الفرد من التوترات والقلق والاضطرابات النفسية التي إن توفرت تجعله عرضة للفشل، وهذا ما يجعل التوافق النفسي ذا أهمية للدراسة كونه يجعل الفرد بعيدا عن الضغوطات الداخلية والخارجية التي تؤثر سلبا على حياته مع نفسه ومع الآخر، ومجال التربية من المجالات المهمة للتوافق النفسي للتلميذ مع نفسه ومع الآخرين كونه يقضي فيه مدة أطول، والتوافق النفسي هنا يعتبر مؤشرا ايجابيا يساعد التلميذ على إقامة علاقات طيبة داخل إطار المدرسة، ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة تساعد التلميذ على التحصيل الجيد.

3- أبعاد التوافق النفسي:

يتضمن التوافق النفسي بعدين أساسيين هما:

3-1- التوافق الشخصي (الذاتي):

هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة، ولا يعني ذلك الخلو من الصراعات النفسية وإنما يعني القدرة على حسم هذه الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية مع القدرة على حل المشاكل حلا ايجابيا بدلا من الهروب منها أو التمويه عليها، لهذا يعمل التوافق الشخصي على تحقيق التوازن بين الفرد وبيئته. فهو يتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والثانوية، ويعبر عن سلم

داخلي حيث يقل الصراع الداخلي، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحل المتابعة (طبيبي، 2013، ص. 212).

كما يتضمن حسب (عبد الحميد شاذلي، 2001) الشعور بالحرية والتخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية وهو ما يحقق الأمن النفسي (شاذلي، 2001، ص 60).

وهو شعور الفرد بالأمن الشخصي ويتمثل في (الاعتماد على النفس، الإحساس بقيمة الذات، الحرية الشخصية، الشعور بالانتماء، التحرر من الميول الانسحابية، الخلو من الأعراض العصبية) (وافي، 2006، ص. 57).

3-2- التوافق الاجتماعي:

هو المواءمة بين متطلبات المجتمع بقيمه ونظمه ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير المجتمع بصفة عامة ولخير أسرته وعائلته بصفة خاصة، والفرد عليه أن يحقق توازن بين كل تلك المعايير والقواعد والنظم وقد تكون بينها تعارض وتصارع أو تضارب، فإن استطاع تحقيق ذلك التوازن فقد استطاع تحقيق التوافق الاجتماعي (عبد الباقي، دت)، (ص. 32).

ويتضمن حسب (حافظ بطرس، 2008) السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغيير الاجتماعي. والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين، وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم والسلوك العادي مع أفراد الجنس الآخر والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية (بطرس، 2008، ص. 113).

ويرى (عبد المنعم، 2006) أن التوافق الاجتماعي يكمن في تحقيق التلاؤم مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها وتشمل: (المسايرة والامتثال للمعايير الاجتماعية، اكتساب المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع، العلاقات الطيبة مع الأسرة، العلاقات الطيبة في المدرسة، العلاقات الطيبة في البيئة المحلية) (عبد المنعم، 2006، ص. 21).

ويرى "كمال دسوقي" أن في تقسيمنا التوافق إلى شخصي واجتماعي إبراز لعلاقة الفرد بالمجتمع وإشارة للمعيار الذي على أساسه تتعين نقطة الصفر أو الحد الفاصل بين التوافق وعدم التوافق (الشاذلي، 2001، ص. 61).

نخلص مما سبق أن للتوافق النفسي بعدان أساسيان يتمثلان في (التوافق الشخصي/ التوافق الاجتماعي)، أي توافق الفرد مع نفسه ومع المجتمع، ويتمثل التوافق الشخصي في تحقيق التوازن بين الفرد والبيئة (السعادة مع النفس، الرضا عن النفس، إشباع الحاجات الأولية (الفطرية والعضوية والفسولوجية)، والثانوية، والمكتسبة)، بينما يمثل التوافق الاجتماعي تحقيق التواءم مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها ب (المسايرة، الامتثال للمعايير الاجتماعية، اكتساب المهارات الاجتماعية، التحرر من الميول المضادة للمجتمع، العلاقات الطيبة مع الأسرة، العلاقات الطيبة في المدرسة، العلاقات الطيبة في البيئة المحلية) وبهذا يستطيع تحقيق التوافق مع نفسه ومع الآخر.

4- مؤشرات (مظاهر) التوافق النفسي:

4-1- الراحة النفسية: ويقصد بها أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي

يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه وبقراها المجتمع.

4-2- الكفاية في العمل: تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح

به قدراتهم ومهاراتهم من أهم دلائل الصحة النفسية، فالفرد الذي يزاول مهنة أو عملاً فنياً،

تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية، كل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية.

4-3- مدى استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية: نجد بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية والاحتفاظ بالصدقات والروابط المتينة في المجموعات التي يتصلون بها، وتعتبر هذه العلاقات سندا وجدانيا هاما، ومقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية.

4-4- الشعور بالسعادة: أن الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، شخصية خالية من الصراع والمشاكل العديدة (حشمت ، باهي، 2006، ص. 62).

4-5- توافر مجموعة من سمات الشخصية: أهم سمات الشخصية المتوافقة هي: الثبوت الانفعالي واتساع الأفق ومفهوم الذات الذي يتطابق مع واقعه أو كما يدركه الآخرون والمسؤولية الاجتماعية والمرونة والاتجاهات الاجتماعية الإيجابية وتمثل في الشخص المتوافق نسق القيم منها على سبيل المثال قيم إنسانية (حب الناس، التعاطف، الإيثار، الرحمة، الشجاعة) (سفيان، 2004، ص. 172).

ويحدد (أحمد الدايري، 2008) مؤشرات التوافق كالاتي:

- ✓ أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة واقعية.
- ✓ أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته.
- ✓ الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص.
- ✓ أن تتوفر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها (الثبات الانفعالي، واتساق الأفق والتفكير العلمي والمسؤولية الاجتماعية والمرونة، وأن يكون مفهومه عن ذاته متطابقا مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه).

✓ أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الإيجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم وأداء الواجب واحترام الزمن وتقديرات التراث الخ... (الداهري، 2008، ص.16).

5- ميكانيزمات التوافق النفسي (أساليبه):

يقوم الفرد عادة بكثير من المحاولات المختلفة للتغلب على ما يعترضه من عوائق كثيرة ومتنوعة وتحقيق الهدف الذي يشبع دوافعه ويخفف من توتره ويعيد إليه حالة الاتزان، ومن بين هذه المحاولات يلجأ الإنسان عادة في أول الأمر إلى أساليب مباشرة وإذا فشلت هذه الأساليب فإنه يلجأ عادة إلى طرق غير مباشرة (شاذلي، 2001، ص. 90-91).

5-1- الأساليب المباشرة:

هي أساليب شعورية مباشرة يستطيع الفرد من خلالها إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه على نحو سليم ليتخلص من الإحباط والصراع، مما يضمن له أفضل قدر من التوافق النفسي وهذه الأساليب هي:

5-1-1- بذل الجهد لإزالة العوائق وتحقيق الهدف: هو أول ما يمكن فعله لتذليل العوائق والصعوبات أمام تحقيق الفرد لأهدافه والتغلب على المواقف المحبطة والصراعات، وتستند بشكل أساسي على مضاعفة الجهود والتعامل بجدية وإصرار لإشباع رغباتهم ودوافعهم وتحقيق أهدافهم وما يطمحون إليه (وافي، 2006، ص. 70).

5-1-2- تغيير الطريقة وتحوير السلوك: كثيرا ما يجد الفرد نفسه أمام عائق لا يمكن التغلب عليه أو تذليله، فلا بد له من إجراء بعض التصليحات حتى لا يتراجع عن غايته، وإنما يبحث عن طريق آخر باستخدام أنماط أخرى قد تساهم في خفض التوتر.

5-1-3- تنمية مهارات جديدة: يحتاج الفرد الذي لاقى الإحباط إلى العمل الجدي ومضاعفة الجهد، فهو بحاجة إلى تنمية اتجاهات ومهارات جديدة تساعد في التوافق وبالتالي ذات فاعلية في تحقيق الهدف المرغوب (الشاذلي، 2001، ص. 91 - 92).

5-1-4- استبدال الهدف بغيره: عندما تقش كل الأساليب السابقة في تحقيق الهدف يلجأ الفرد لتغيير الهدف بهدف آخر، قد يقترب منه في النتيجة أو يبتعد عنه، للتخلص من حالة الإحباط والتوتر الناجم عن عدم قدرته على تحقيق الهدف الأصلي، ونجاح هذا الأسلوب مرتبط بمدى قدرة الفرد على تحقيق الهدف الجديد .

5-1-5- تأجيل إشباع الدافع : يميل الفرد أحياناً إلى تأجيل إشباع دوافعه واحتياجاته التي يحاول تلبيتها في أسرع وقت، وخاصة إذا واجهته عوائق داخلية أو خارجية يمكن زوال أثرها بعد حين.

5-1-6- إعادة تفسير الموقف : نحتاج أحياناً إلى إعادة تفسير الموقف الذي يكون سبب الإحباط والصراع، إذ من الممكن أن يكون التفسير الأول للموقف بعيد عن الدقة والصواب، أو لم يتمكن من تحديد العوامل المؤثرة فيه بشكل منطقي وسليم، حتى نفهمه ونتفاعل معه بطريقة ملائمة (وافي، 2006، ص. 62 - 63).

5-1-7- التعاون والمشاركة: من أفضل أنواع العلاقات الاجتماعية، فكثير من نواحي النشاط الإنساني تتطلب تعاوناً لكي يقوم بها الإنسان على أفضل وجه، وكلما شاركنا الآخرين حياتنا بإخلاص وصراحة وعمق ازدادت حياتنا خصوبة (شاذلي، 2001، ص. 91).

5-2- الأساليب غير المباشرة:

وتتمثل في الحيل الدفاعية وهي كما يعرفها (زهران، 2005) وسائل ومسح الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباط والصراعات التي لم تحل، والتي تهدد أمنه النفسي، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات، وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي (زهران، 2005، ص. 28).

ومن أشهر الحيل الدفاعية النفسية نذكر:

5-2-1- الإغلاء (التسامي): هو الارتفاع بالدوافع التي لا يقبلها المجتمع وتحويلها إلى مستوى أعلى أو أسمى، والتعبير عنها بوسائل مقبولة اجتماعياً (زهران، 2005، ص. 39).

5-2-2-2- التعويض : هو محاولة الفرد النجاح في ميدان ما لتعويض إخفاقه أو عجزه الحقيقي أو المتخيل في ميدان آخر أسهم في شعوره بالنقص أو الظهور بصفة مقبولة عوضاً عن الظهور بصفة أخرى غير مقبولة (وافي، 2006، ص. 64).

5-2-3- التبرير: شكل من أشكال خداع الذات، حتى يخفي الفرد الأسباب المشكوك فيها اجتماعياً، بداية قد تبدو منطقية ومعقولة ومقبولة اجتماعياً للفشل أو السلوك السيئ وهو من أكثر الحيل الدفاعية شيوعاً (حسيب، 2006، ص. 34). وتفسيره للسلوك ليستحق القبول من المجتمع والذات، وبذلك يخفي الدافع الحقيقي الذي قد يكون فيه إيذاء له أو يشعره بالخزي والعار، وللتبرير وظيفتين (عقلنة سلوكه، وتخفيف الإحباط والقلق والصراع) (عبيد، 2008، ص. 218).

5-2-4- الإسقاط: يلجأ الشخص إلى الإسقاط أثناء تعرضه لصراع دائر في شخصيته حول دافع معين أو رغبة أو الشعور بالألم نظراً لصعوبة الاعتراف به فيطلقه على الأشخاص الآخرين (عبد العزيز، 2002، ص. 106).

5-2-5- النكوص : هو استخدام أساليب طفولية ساذجة في التفكير أو السلوك تتسم بها مرحلة عمرية سابقة، يلجأ إليها الفرد إذا تعرض لأي موقف ضاغط أو مشكلة من شأنها أن تقف عائقاً أمام إشباع رغباته دوافعه (وافي ، 2006 ، ص. 63).

5-2-6- الكبت : يبدأ بالقمع الشعوري وينتهي باللاشعوري، وهو عبارة عن إزاحة الذكريات المؤلمة والرغبات المهددة للذات إلى حيز العالم اللاشعوري، فقد يلجأ الفرد إلى كبت الأمنيات والمعتقدات التي تشعره بالتهديد ويبعدها عن مجال الوعي ولكن يظل تأثيرها قوي على الفرد، وتبقى في اللاشعور وقد تظهر في الأحلام أو على شكل اضطرابات نفسية أو نفس جسمية في حالة اللجوء إليها بشكل كبير (عبيد، 2008، ص. 217).

5-2-7- أحلام اليقظة: هي حيل دفاعية لاشعورية، يطلق فيها الفرد العنان لخياله، وينسج من خلالها صوراً تمكنه من إشباع وهمي إرضاء لدافع لم يتحقق إشباعه في عالم

الواقع، فيشعر بالعجز والفشل بدلا من مواجهة الواقع والتعرف على الأسباب الحقيقية (بطرس، 2008، ص. 174).

5-2-8 - الانسحاب: هو الهروب والابتعاد عن عوائق إشباع الدوافع والحاجات، وعن مصادر التوتر والقلق وعن مواقف الإحباط والصراع الشديد والانسحاب وهو سلوك سلبي (زهران 2005، ص. 41-42).

5-2-9 - التقمص (التوحد): هي حيلة دفاعية لإشباع الدوافع المحبطة عن طريق اندماج الفرد لاشعورياً في شخصية أخرى أو في شخصية جماعة نجحت في تحقيق الأهداف التي فشل هو في تحقيقها أو التحلي ببعض الصفات والخصائص التي يتصف بها غيره، بحيث يكون الاندماج تاماً وتوحداً في الآراء والأفكار والرغبات ويكون غالباً الحب أقوى دوافع التقمص، كما أن من أسبابه الخوف أو الإعجاب أو التماس الأمن (الشاذلي، 2001، ص. 71).

5-2-10 - الاحتواء (الإستدماج): هو استدخال وامتصاص الفرد في بناء ذاته شخصاً أو موضوع أو مشاعر أو عواطف ومعايير وقيم الآخرين، ويستجيب وكأن ذلك العنصر من نفسه، والاحتواء عكس الإسقاط (زهران 2005، ص. 39).

5-2-11 - التخيل: وهو اللجوء إلى عالم الخيال لتحقيق ما عز تحقيقه من نجاح في الواقع.

5-2-12 النسيان: يعتبر النسيان من الحيل اللاشعورية الدفاعية، ويحدث نتيجة الكبت حيث يلجأ إليه الفرد للتخلص من الدوافع غير المقبولة والرغبات التي استحالت تحقيقها ، والذكريات المؤلمة فتختفي اختفاء تاما عند وعي الفرد وإدراكه ويزول ما كان يمكن أن يترتب عليها من سلوك فقد ينسى الإنسان موعداً مع شخص لا يود في قرارة نفسه أن يقابله، وهذا النسيان يحدث لاشعورياً دون تذكر الأسباب (الداهري، 2008، ص. 90).

نخلص مما سبق أن الفرد يسعى جاهدا لتحقيق التوافق النفسي في حياته ليحيا حياة يشعر فيها بالرضا مع نفسه ومع الآخرين، ولتحقيق هذا الأخير يلجأ إلى طرق وأساليب منها المباشرة والتي يستطيع الفرد من خلالها إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه على نحو سليم، وغير المباشرة وهي حيل دفاعية ومسخ للحقيقة، تساعد في التخلص من حالة التوتر والقلق الناتج عن الإحباط والصراع الداخلي الذي يهدد أمنه النفسي بغية وقاية الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي والوصول إلى أقصى قدر من التوافق النفسي.

ثالثا : سوء التوافق النفسي

1- مفهوم سوء التوافق النفسي:

- تعرفه معصومة سهيل المطيري (2005) أنه اضطراب ناشئ عن عدم تكيف أو توافق الشخص مع البيئة المحيطة به، من مظاهره السلوكية غير الملائمة أو غير التكيفية التي تظهر على الفرد، خلال الثلاثة شهور الأولى تقريبا من بداية مواجهته لأزمات أو لضغوط نفسية اجتماعية كالطلاق والمشكلات الزوجية والصعوبات العملية أو الوظيفية والكوارث والاضطراب يعتبر أكثر جدية وخطورة من الاستجابات العادية المألوفة والمتوقعة للضغوط وينتج عنه قصور في قدرة الفرد على أداء وظائفه الاجتماعية، ومن الممكن الحد أو التخفيف من أعراض الاضطراب عندما يتخلص الفرد من الضغوط أو عندما يصل إلى مستوى جديد من التكيف.
- كما عرفته كذلك جمعية ميني سونا لصحة الأطفال النفسية على أنه " تغيير أو انحدار في السلوك أو المشاعر في استجابة لتغير بيئي محدد في حياة الطفل" (المطيري، 2005، ص.180).
- ويعرفه (عبد الحميد شاذلي، 2001) أنه: عجز الفرد عن إقامة التلاؤم والانسجام بينه وبين بيئته ونفسه قيل أنه سيء التوافق (شاذلي، 2001، ص.67).

- كما أن سوء التوافق النفسي ينتج من احتمال قيام حالة عدم اتساق بين الذات وخبرات الكائن فلا يعود الفرد قادراً على التصرف كوحدة لأن مدركات الذاتية تتناقض مع الصورة التي لديه عن ذاته (سفيان، 2004، ص. 169-170).
- وقيل أن "سوء التوافق" أو معتل الصحة النفسية هو الفرد الذي عجز عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها عجز يزيد على ما ينتظره الغير منه، أو ما ينتظره من نفسه ("عبد الخالق، 2004، ص. 56).

2- أسباب سوء التوافق :

إن هناك العديد من المعوقات التي من شأنها أن تقف حائلاً أمام قدرة الفرد على تحقيق قدر مناسب من التوافق النفسي، وقد حاول بعض الباحثين والمختصين في ميدان علم النفس والصحة النفسية إلقاء الضوء عليها (وافي، 2006، ص. 73).

وهناك عوائق كثيرة بعضها داخلي يرجع إلى الإنسان، وبعضها الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها، ومن أهم هذه العوائق الآتي:

2-1- الشذوذ الجسمي و النفسي :

يقصد به أن يكون للفرد خاصية جسمية أو عقلية عالية جداً أو منخفضة جداً، في مثل هذه الحالات يحتاج إلى رعاية واهتمام خاص مما يؤثر على استجاباته للمواقف المختلفة. (الشاذلي، 2001، ص. 72).

ومن العوائق الجسمية بعض العاهات والتشوهات الجسمية ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه، تضعف القلب، ضعف البنية ... ومن العوائق النفسية نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات نفس الحركية أو خلل في نمو الشخصية والتي تعوق الشخص في تحقيق أهدافه (عبد الغني، 2001، ص. 92).

2-2- عدم إشباع الحاجات الجسمية والنفسية: يؤدي إلى اختلال التوازن للكائن الحي مما يدفع إلى محاولة استعادة اتزانه إذا تحقق له ذلك حقق توازناً أفضل، وإذا فشل فيفضل

التفكك والتوتر باقيين، لذلك يصوغ الكائن الحي حلولاً غير موفقة لا تخفض التوتر المؤلم إلا بزيادة التفكك نتيجة الاستعانة بعمليات تفكيكه كالحيل الدفاعية (بطرس، 2008، ص. 116).

2-3- تعلم سلوك مغاير للجماعة: تهدف عملية التنشئة الاجتماعية إلى تعليم الفرد معايير السلوك الخاصة بالجماعة إلا أن هذه العملية يقوم بها أفراد يختلفون فيما بينهم في تطبيق النظم الأولية لعملية التنشئة الاجتماعية، وقد يؤدي هذا إلى انحراف الأفراد أولئك الذين دربتهم التنشئة الاجتماعية على السلوك المنحرف (كالأحداث المنحرفين الذين تربوا في أسر تشجع على الانحراف) أولئك الذين تربوا على التوافق السوي غير أنهم انصرفوا لظروف أملت بهم (الشاذلي، 2001، ص. 72).

2-4- الصراع بين أدوار الذات: إن كل ذات تؤدي دوراً معيناً يتوقعه منها المجتمع وتتعلم أثناء تنشئتها الاجتماعية، فالتنشئة أحياناً قد تعلم الفرد دوراً غير دوره الأساسي، كمعاملة الولد على أنه بنت، كما قد يتعارض دوران للذات الواحدة كدور المرأة العاملة كأم وموظفة.

2-5- القلق: هو نوع من الخوف الغامض لا يعرف له سبب، ويعتبر العامل الأساسي في جميع حالات المرض النفسي (بطرس، 2008، ص. 117).

2-6- عدم القدرة على التمييز بين عناصر الموقف: ويساعد على ذلك صنف مجال حياة الفرد، بحيث يصعب عليه إدراك العناصر المختلفة في الموقف وبالتالي القيام بالاستجابة المناسبة، ويبدو هذا واضحاً في حالات الخطر الذي يهدد الفرد ويعقد الموقف فلا يستطيع الفرد أن يدرك عناصره إدراكاً واضحاً فيكون تصرفه عشوائياً غير منظم وغير هادف (الشاذلي، 2001، ص. 73).

2-7- العوائق الذهنية: نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس حركية أو خلل في نمو الشخصية والتي تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه (عبد الغني، 2001، ص. 92).

بينما نجد معصومة سهيل المطيري (2005) قد ذكرت أسباب أخرى هي كالتالي:

- ✓ حوادث وأحداث عالمية كالحروب أو القحط أو الجوع.
- ✓ أحداث تقتصر على مجتمع بعينه، كحدث معين يهز كيان أبناء ذلك الوطن جميعا.
- ✓ أحداث أو حوادث إقليمية كالزلازل التي تصيب منطقة معينة.
- ✓ حوادث تخص جماعات محددة كما في حالات التمييز والعنصري.
- ✓ حالات محدودة كما في حالة خسارة مباراة في لعبة كرة القدم الدولية، حيث يعنى فريق بهزيمة فيها.

✓ حالات على المستوى الفردي كما في حالة الإصابة بمرض مثلا أو عندما يصدىم بخيانة صديق له، إذ يتبين أنه أودع صديقه كل ثقته، فإذا بهذا الصديق لم يكن صديقا حقا (المطيري، 2005، ص. 122)

كما أن هناك عوامل بيئية أسرية لسوء التوافق تختصر في الآتي: (العلاقة بين الزوجين، اتجاه الوالدين نحو أبنائهما، اتساع حاجات الطفل، المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة، الثواب والعقاب في الأسرة) (الداهري، 2005، ص. 192-193).

تلك هي بعض أسباب سوء التوافق، إلا أنه يختلف تأثيرها من فرد لآخر تبعا لعدة متغيرات متوسطة :

- ✓ المدة : هي الفترة الزمنية التي يستمر فيها تأثير العامل .
- ✓ الشدة : هي القوة التي يؤثر بها العامل .
- ✓ حالة الكائن الجسمية وقدراته واتجاهاته ... إلخ أثناء تعرضه للعوامل المؤدية لسوء التوافق.
- ✓ إدراك الفرد للعامل على أنه مثير للإحباط أو غير مثير له (عبد الغني، 2001، ص. 101).

نخلص مما سبق إلى أن الأسباب والعوامل المؤدية إلى سوء التوافق منها الذاتية ما يرجع للفرد بينه وبين نفسه، وتختلف هذه العوامل حسب الجوانب الشخصية للفرد (الجانب النفسي، الجانب العقلي، الجانب ...)، فكلما كان هناك نقص أو ضعف في جانب من

الجوانب اثر على الحالة النفسية للفرد مما يؤدي إلى سوء توافقه النفسي مع نفسه والآخرين، وأسباب خارجية ترجع إلى البيئة التي يعيش فيها الفرد، وتتمثل في علاقات الفرد مع البيئة (الأسرة، المدرسة، المجتمع) وكلما اتسعت علاقات الفرد مع بيئات مختلفة ربما يقل توافقه النفسي لتنوع المبادئ والقيم بين البيئات المختلفة والتي لها علاقة مباشرة مع الفرد والتي قد تؤثر فيه سلبا فيشعر بعدم التوافق بين ما يريده وما تربي عليه وما يفرضه المجتمع، ويختلف تأثيرها من فرد إلى آخر حسب شخصية الفرد.

3- مظاهر سوء التوافق:

يتميز سوء التوافق بما يلي: (قلة الإنتاج، عدم الشعور بالرضا والسعادة، انخفاض وصيد الإحباط، المشكلات السلوكية، الأمراض السيكوسوماتية، الأمراض النفسية، الانحرافات الجنسية أو الإدمان أو الإجرام)، ويكون سيء التوافق (إما تائرا على المجتمع أو هاربا من المجتمع أو عالة على المجتمع أو عاجزا عن مسايرة المجتمع)(شاذلي، 2001، ص.68).

ويضيف(بطرس، 2008) مجموعة من الأعراض في حالة اقتران سوء التوافق بالاكئاب نذكرها فيما يلي: (الحزن، البكاء، الإحساس بالعجز أمام أي شيء، فقدان الأمل، الإحساس باليأس) (بطرس، 2008، ص.122).

خلاصة :

مما سبق عرضه نجد أن عملية التوافق النفسي عملية مهمة وضرورية في حياة الأفراد والجماعات، فهو عملية دينامية إيجابية مستمرة مدى الحياة، تظهر في المحصلة النهائية لتفاعل القوى الذاتية (الفطرية والمكتسبة) والقوى البيئية (الطبيعية والاجتماعية)، وهي تفسر السلوك الإنساني ما إذا كان سوياً أم منحرفاً، فيتوجب علينا السعي لتحقيقه، والقضاء على العوائق والمشاكل التي تعترضه والابتعاد عن مظاهر سوء التوافق النفسي مع تحفيز العوامل المؤثرة في إحداثه لدى الأفراد بهدف تكوين أجيال خالية نسبيا من الاضطرابات النفسية.

الفصل الرابع: التكيف الدراسي

تمهيد

أولا : التكيف

- 1- مفهوم التكيف
- 2- أبعاد التكيف
- 3- خصائص التكيف
- 4- تحليل عملية التكيف
- 5- محددات التكيف
- 6- النظريات المفسرة للتكيف

ثانيا : التكيف الدراسي

- 1- مفهوم التكيف الدراسي
- 2- مظاهر التكيف الدراسي
- 3- عوامل التكيف الدراسي
- 4- متطلبات التكيف الدراسي في المرحلة الثانوية

ثالثا : سوء التكيف الدراسي

- 1- مفهوم سوء التكيف الدراسي
- 2- عوامل سوء التكيف الدراسي
- 3- مظاهر سوء التكيف الدراسي

خلاصة

تمهيد:

يعبر التكيف بمفهومه العام عن إنسجام الفرد مع محيطه، وهو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، ويعد عملية دينامية مستمرة بين الفرد وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف الفرد من خلالها إلى تعديل سلوكه بما تتوافق مع هذه البيئة، والتي من بين مكوناته المدرسة التي تعد المؤسسة التربوية الاجتماعية الثانية بعد الأسرة، حيث تعمل على إعداد التلميذ للحياة المستقبلية، وتفرض عليه مجموعة من المتطلبات لا بد له أن يتواءم معها كي يحقق التكيف الدراسي السليم، كما لها دور كبير في حصول سوء التكيف المدرسي، ومن خلال هذا الفصل سنتناول مفهوم التكيف والنظريات المفسرة له ومفهوم التكيف الدراسي ومظاهره والعوامل المؤثرة فيه، وأهم متطلباته في المرحلة الثانوية. بالإضافة إلى سوء التكيف الدراسي.

أولاً: التكيف

1- مفهوم التكيف :

1-1- لغة :

يعني التالف والتقارب واجتماع الكلمة هو نقيض التنافر والتصادم (فهيم ، 1978 ، ص.11)

1-2- اصطلاحاً :

يعتبر مفهوم التكيف من المفاهيم الهامة التي شاع استخدامها إلا أنه لم يستقر بعد على تعريف محدد له، فقد استخدم بمعان متعددة كالمواءمة في المجال البيولوجي، أو التوافق في مجال الصحة النفسية والعقلية، ويمكن القول أن هذا التعدد في هذا المفهوم يرجع إلى تباين فكر ورؤية البعض له مع زيادة وكثرة استخدامه في العديد من ميادين الفكر الإنساني (أحمد، 1996، ص. 08).

إلا أن مفهوم التكيف أصلاً هو مفهوم بيولوجي، كان حجر الزاوية في نظرية داروين عن الانتخاب الطبيعي وبقاء الأصلح (1859)، وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح تلاؤم أو توافق **adaptation**، واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح تكيف **adjustment**، فالإنسان يتلاءم مع بيئته النفسية والاجتماعية مثلما يتلاءم مع بيئته الطبيعية، ومن هنا شدد علماء النفس على ما يسمى البقاء السيكولوجي والاجتماعي مثلما شدد علماء البيولوجيا على البقاء الطبيعي الفيزيولوجي أو البيولوجي (عبد الله ، 2004 ، ص. 37).

وعندما نتكلم عن التكيف في علم النفس نعني به التعديلات والتغيرات الأكثر عمومية والأكثر فائدة في مواجهة المطالب البيئية والتكيف في مجمل العملية السلوكية الذي يحاول به الفرد التغلب على الصعوبات أو العوائق التي تقف حيال تحقيق حاجاته أو دوافعه (شريت ، 2001 ، ص. 83).

يميل العلماء لاستخدام مصطلح التكيف **adaptation** للإشارة إلى التغيرات أَللإرادية أو الآلية التي تطرأ على الجسم، مثلما يحدث عند استئصال إحدى الكليتين ويميل السيكلوجيين إلى النظر لمفهوم التكيف من زاويتين .

✓ باعتباره عملية مستمرة تتضمن التعامل مع الضغوطات والتغيرات في محيط الفرد الشخصي والاجتماعي ويعرف لازاروس على أنه العملية النفسية التي يتعامل الفرد بواسطتها، ويتأقلم مع المطالب الحياتية المختلفة والضغوطات .

✓ باعتباره نتيجة يسعى الفرد إلى الوصول إليها بحيث تتوفر لديه خصائص مرغوبة ومظاهر إيجابية، وعند وصول الفرد إلى ذلك يمكن وصفه بأنه حسن التكيف أو سيء التكيف (عبيد ، 2008 ، ص. 44)

وإن التكيف بمفهومه العام هو إنسجام الفرد مع محيطه، وهو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، ويعد عملية دينامية مستمرة بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما تتوافق مع بيئته الاجتماعية، مما يمكن من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه والعالم المحيط به (بني خالد، 2010، ص. 414).

ويقصد بالتكيف **adaptation** قدرة الفرد أو الكائن الحي على التوائم مع صعوبات وأخطار العالم الطبيعي، وتتمثل عملية التكيف في سعي الفرد الدائم للتوفيق بين مطالبه واحتياجاته، ومطالب وظروف البيئة المحيطة به التي قد تكون مصدر من مصادر الإعاقة وعدم إشباع الفرد لحاجاته البيولوجية والنفسية والاجتماعية والعقلية والفكرية (عبد العزيز، عطوي، 2004، ص. 127).

وقد ورد العديد من التعريفات للتكيف فقد تعددت تعريفاته بتعدد العلماء واختلاف وجهات نظرهم نأخذ على سبيل المثال لا الحصر :

- عرفه زيدان 1972 " هو القدرة على تكوين العلاقات الطيبة بين المرء وبيئته بأوجهها الثلاثة، أي البيئة الطبيعية والبيئة الاجتماعية والثقافية، والوجه الثالث للبيئة وهو النفس" (زيدان، 1972، ص. 258).

- يعرفه (فهيم 1995) بأنه: "العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين بيئته" (فهيم، 1995، ص. 03)

- يعرف (الرفاعي 1982) عملية التكيف بأنها " مجموعة ردود الفعل التي يعدل بها الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشروط محيطية محدودة أو خبرة جديدة " (الرفاعي، 1982، ص. 03)

- عرفه احمد عزت راجح بأنه " محاولة الفرد إحداث نوع من التواءم والتوازن بينه وبين بيئته المادية والاجتماعية ويكون ذلك عن طريق الامتثال لبيئته أو التحكم فيها بإيجاد حل وسط بينه وبينها" (راجح ، 1968 ، ص. 29)
 - وعرف ولمان wolmen التكيف من الجانب الاجتماعي بأنه " التغيرات الضرورية لمواجهة متطلبات المجتمع ومواقف العلاقات الشخصية " (Wolmen .1973 . p350)
 - وفي تعريف آخر لولمان (walman1973) بأنه " علاقة متناقضة مع البيئة تنطوي على القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبي المتطلبات المادية والاجتماعية جميعا عند الفرد " (عبيد ، 2008 ، ص. 44)
 - أما تعريف "إزنيك" (Eysenk1972) للتكيف فقد جمع بين التعريفين السابقين للتكيف حيث قال عنه انه حالة من الإشباع التام لحاجات الفرد من جهة وظروف البيئة من جهة أخرى، وإيجاد حالة من الانسجام التام بين الفرد والبيئة المادية والاجتماعية (الرفوع ، القرارة، 2004، ص.122).
 - كما عرفه كود (Good 1973) بأنه " عملية اكتشاف وتبني أساليب من السلوك تكون ملائمة للبيئة أو التغيرات فيها " (Good,1973,p.20)
 - تعريف ليندر كودراي(leander coudray) : "التكيف هو عبارة عن توازن علائقي بين الفرد ونفسه وبين الفرد والجماعة " (roumane mouhammed,1985,p.16)
- ونستطيع القول في تعريف التكيف :
- انه مجموعة من الاستجابات وردود الأفعال التي يعدل بها الفرد سلوكه وتكوينه النفسي أو بيئته الخارجية لكي يحدث الانسجام المطلوب، بحيث يشبع حاجاته ويلبي متطلبات بيئته الاجتماعية والطبيعية .
- ونلاحظ من هذا التعريف النقاط التالية :

- ✓ أن التكيف إجراء أو سلوك يقوم به الفرد في سعيه لإشباع حاجاته و التلاؤم مع ظروف معينة .
- ✓ أن هذا الإجراء أو السلوك يشمل إحداث تغير في بيئتي الفرد الذاتية (بناءه النفسي) والخارجية (الطبيعية والاجتماعية) .
- ✓ المحيط الذي يتكيف الفرد معه يقسم إلى ثلاث أنواع : المحيط الذاتي و المحيط الخارجي بنوعيه الاجتماعي و الطبيعي المادي (عبد الله ، 2004 ، ص. 38) .
- تعريف ليجندر (legender) 1995 : " هو عملية ديناميكية لتغيرات بين الفرد ومحيطه الذاتي والاجتماعي " (chantel schwanen ,2008,p04)
- وينكر "ألين" (Allen, 1990) أن مفهوم التكيف يشير إلى " فهم الإنسان لأفكاره، وضغوط الحياة اليومية ومطالبها المتعددة "(بني خالد، 2010، ص. 415).
- ويعرف التكيف بأنه " التغيرات التي نحدثها في أنفسنا وفي محيطنا من أجل إشباع حاجاتنا وتحقيق المطالب المتوقعة منا وتحقيق علاقات مرضية بالآخرين" (Eastuood,1995, p.10.)
- كما عرفته معصومة سهيل المطيري 2005 بأنه " محاولات الفرد النشطة والفعالة التي يبذلها خلال مراحل حياته المختلفة لتحقيق التوافق والتلاؤم والانسجام مع بيئته بحيث يساعده هذا التوافق على البقاء والنمو وأداء دوره ووظيفته الاجتماعية بصورة طبيعية (المطيري ، 2005 ، ص. 167)
- يستخدم مفهوم التكيف للدلالة على قدرة الكائن الحي على التواءم مع محيطه، كما تكون لديه بعض المرونة التي بفضلها يمكنه البقاء مع وسطه ومحتفظ بتوازنه ذاته.

(norbert sillarny,1999,p.7)

أو أنه هو القدرة على التعامل مع المتغيرات الداخلية والخارجية دون اضطراب
ويستخدم التعبير للدلالة على تكيف الحواس للمؤثرات أو الضغوط النفسية "(الشربيني
، 2001، ص. 17)

ويمكن القول بأن التكيف عملية ديناميكية مستمرة يهدف من خلالها الفرد إلى أن
يغير من سلوكه بشكل يتناسب مع ما هو موجود في مجتمعه ليشعر بالأمن والمحافظة على
نفسه من الفناء (عبد العزيز ، عطوي ، 2004 ، ص. 228) .

من خلال التعاريف السابقة يمكن أن نستخلص أنها ركزت على التكيف كعملية
ضرورية لإحداث التوازن والتواء مع مختلف متطلبات البيئة المحيطة بالفرد من اجل
المحافظة على بقاءه وأكدت على انه عملية تشمل على تفاعل الفرد مع مختلف المواقف في
الحياة اليومية ومحاولة إيجاد حلول لها، كما أنها تتفق في كثير من النقاط وبتحليلها معا
يتبين أن التكيف في عمومها سلوك أو نشاط يقوم به الفرد هدفه إشباع الحاجات النفسية
والاجتماعية وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين حتى يتمكن من أداء دوره ووظيفته بصورة
طبيعية، ومنه تعرف الطالبة الباحثة التكيف على انه عملية ديناميكية مستمرة تنطوي على
مجموعة من التفاعلات بين الفرد وبيئته بهدف إحداث التوازن بين متطلبات الفرد من جهة
والبيئة المحيطة به من جهة أخرى .

2- أبعاد التكيف :

2-1- التكيف الشخصي :

هو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه، غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو
غير واثق فيها، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترب
بمشاعر الذنب والقلق والضيق والنقص والرثاء للذات، ومن المكونات الرئيسية لهذا البعد من
التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضى الفرد والمجتمع في آن واحد أو على

الأقل بصورة لا تضر بالغير ولا تتنافر مع معايير المجتمع . وإذا ذكرنا الدوافع فيجب ألا ننسى الضمير، وهو تلك السلطة الداخلية التي تراقبنا وتواجهنا وت نقدنا وتعاقبنا في آن واحد (فهيم ، 1995 ، ص. 34). كما يتضمن حسب عبد الحميد شاذلي (2001) الشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية وهو ما يحقق الأمن النفسي (شاذلي ، 2001 ، ص. 60).

2-2- التكيف الاجتماعي :

هو قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس، صلات لا يغشاها الاحتكاك والتشكي والشعور بالاضطهاد، ودون أن يشعر الفرد بحاجة ملحة إلى السيطرة أو العدوان على من يقترب منه، أو برغبة ملحة في الاستماع إلى إطرأهم له، أو في استقرار عطفهم عليه، أو طلب المعونة منهم . والمتكيف مع المجتمع أقدر على ضبط نفسه في المواقف التي تثير الأنفعال، فلا يثور ويتهور لأسباب تافهة أو صبيانية، ولا يعبر عن انفعالاته بصورة طفلية فجأة، هذا إلى جانب قدرته على معاملة الناس بصورة واقعية لا تتأثر بما تصوره له أفكاره وأوهامه عنهم، لذلك يوصف المتكيف مع المجتمع بأنه « ناضج انفعالية » (فهيم ، 2095 ، ص. 35).

ويرى حامد زهران أن التكيف الاجتماعي هو: "السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزوجية، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية" (أحمد ، 1996 ، ص. 09).

كما سبق الإشارة إلى ذلك فإن للتكيف بعدين أساسين هما التكيف الشخصي (الذاتي)، والتكيف الاجتماعي فإذا كان الفرد متكيفا مع نفسه فإن ذلك يؤدي حتما إلى تكيفه الاجتماعي بصورة جيدة، مما يجعل الفرد يتمتع بالصحة النفسية ويكون متوافق مع

نفسه ومع الآخرين، حيث تعتبر القدرة على التكيف من مؤشرات الصحة النفسية وبعدها هاما من أبعادها.

3- خصائص التكيف:

إن للتكيف بصفة عامة جملة من الخصائص نبرز أهمها فيما يلي:

✓ الفرد مسئول عن التكيف مع نفسه وبيئته، أي أنها تتم بإرادة ورغبة الفرد، ماعدا تكيف واحد ليس للإنسان دخل فيه وهو التكيف البيولوجي الذي يتم بطريقة آلية دون إرادة الكائن الحي (جبل، 2000، ص. 78).

✓ تغير سلوك ما عند الفرد وتعديله كأن يغير الفرد من عاداته التي لا تتناسب مع المجتمع الذي يعيش فيه ليشعر بالرضا.

✓ إن التكيف يكون واضحا كلما واجه الفرد عوائق وعقبات شديدة أو جديدة.

✓ تتأثر عملية التكيف بالعوامل الوراثية، فالمعاق عقليا غير قادر على التكيف.

✓ إن التكيف عملية مستمرة باستمرار حياة الإنسان أو أي كائن آخر.

✓ إن التكيف يعتبر مؤشرا على صحة الفرد النفسية، فالفرد القادر على تحمل الإحباط يعتبر شخصا يتسم بسمات الصحة النفسية السوية.

✓ إن التكيف يتسم بسمة خفض التوتر عند الفرد وإشباع حاجاته (عبد العزيز، عطوي، 2004 ، ص.231).

4- تحليل عملية التكيف :

يقوم الفرد في حياته بسلسلة طويلة من عمليات التوافق والتكيف، وعادة ما تبدأ عملية التكيف :

- ✓ بسلوك مدفوع بدافع معين
- ✓ حين يواجه هذا السلوك بعقبات أو صعوبات
- ✓ يقوم الفرد صاحب السلوك بمحاولات استكشافية بغرض محاولة الوصول إلى الهدف الذي حيل بين الفرد وبين الوصول إليه
- ✓ ويستمر الفرد في محاولته حتى تنجح إحدى هذه المحاولات في تخطي العقبات و الصعوبات

فالخطوة الرئيسية في عملية التكيف السوي والعادي هي وجود دافع يحرك السلوك، تقف عقبات حائلا دون إشباع هذا الدافع، وهذا يؤدي إلى استجابات متنوعة وتؤدي في الأحوال العادية إلى نوع من الحل، وقد يكون الحل موفقا سعيدا في بعض الأحوال، وقد لا يكون كذلك (زيدان ، 1972 ، ص. 258)

من خلال تحليل عملية التكيف يتضح أنها تمر بمجموعة من الخطوات أو المراحل حتى يصل الفرد إلى التكيف مع المواقف والظروف الجديدة والطارئة انطلاقا من وجود دافع وصولا إلى تحقيق الهدف، ويتخلل هاتين الخطوتين مجموعة من الصعوبات والعوائق تكون مصحوبة باستجابات متنوعة من قبل الفرد، وقد يكون الحل ضمن هذه الاستجابات، سواء كان الحل مرضي أو غير مرضي للشخص وعليه فان عملية التكيف لا تحدث بطريقة آلية وإنما تكون إراديا من قبل الشخص من اجل استعادة التوازن والتواءم مع تلك الظروف .

5- محددات التكيف :

يمكن تحديد التكيف ضمن عدة محددات وهي :

5-1- المحددات البيولوجية الطبيعية :

هي ما يرثه الفرد من البيئة الوراثية المنفردة من الناحية البيولوجية التي تحدد إمكانات الفرد وقدراته، وتتصل بهذا المحدد الحاجات البيولوجية وتتمثل في :

✓ الحاجة إلى الطعام والماء والأكسجين والنوم والإخراج

✓ الحاجة لبقاء النوع

✓ الإحساس والحركة

✓ تحقيق السلامة

ذلك أن الحاجات هي التي تولد الدافعية اللازمة للسلوك الإنساني .

5-2- المحددات الثقافية والمعرفية :

هي تلك التي تسمح للفرد بأن يحقق التكيف وتتمثل في :

✓ بناء الأسرة

✓ التربية المدرسية

✓ النظام الاجتماعي

✓ الولاء الاجتماعي والشعور بالانتماء

✓ الظروف الاقتصادية والاجتماعية

✓ الدين والعقيدة

وترتبط هذه المكونات بعملية التنشئة الاجتماعية التي يخضع لها الفرد، وعلى العموم فان التكيف مفهوم تطوري تتنوع استجاباته مع مستوى طموح الفرد، حيث يسعى للتكيف لاستمرار الحياة، أما الصعوبات والعراقيل التي تعيق هذه العملية فيطلق عليها (الضغوطات الحياتية) أو (معوقات التكيف)، وهي تمثل مصدر خطر وتهديد للفرد (المطيري ، 2005 ، ص. 125)

6- النظريات المفسرة للتكيف :

ولقد تباينت نظرة علماء النفس إلى مفهوم التكيف، نتيجة لتباين مدارسهم.

6-1- الاتجاه النفسي:

أن التكيف يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه، وهذا يؤكد أن التكيف خفض التوتر، ويتم الوصول إليه في الإشباع العام لدوافع الفرد، ويرى أن التكيف يشير إلى الأحداث النفسية، التي تعمل على استبعاد حالات إعادة الفرد إلى المستوى المناسب لحياته في بيئته، أي أن الكائن الحي يحاول إشباع دوافعه بأيسر الطرق بأحداث أشكال جديدة من الاستجابة أو التعديل في البيئة أو في دوافعه نفسها، وبهذا فإن الحياة كلها عملية توافق مستمرة (حسين، 2003 ، ص. 36)

يرى "سيجموند فرويد" مؤسس هذه النظرية أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع، وأن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع الحاجات أو إحباطات، وعليه فإن الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة، والمطالب الاجتماعية من جهة أخرى، وعليه فلا يتم التكيف إلا إذا استطاعت (الأنا التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع، أي حل الصراع بين (الهو) و(الأنا الأعلى) (نيس ، 2012 ، ص. 99).

6-2- الاتجاه المعرفي:

فيما يتعلق بهذه النظرية فإنها لم تعرف موضوع التكيف، ولكن يشير "أليس (1979) (alis) إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيف السوي هم الذين يفكرون بطريقة منطقية وعقلانية وعلمية تمنع ظهور الاضطرابات النفسية، ونستنتج من ذلك أن التكيف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، والتي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات وتلبية المتطلبات

سواء الفسيولوجية أو الاجتماعية، أو هو التغير الضروري في أنماط السلوك لأجل إشباع الحاجات وتلبية المتطلبات، فإذا عجز الفرد عن التكيف مع البيئة تماما، فيصبح في حالة عدم التكيف وقد يكون في ذلك هلاكه، ولكن في الغالب يحقق الفرد تكيفا ناجحا، أو على الأقل يحقق شيئا من التكيف، وحيث يكون الفرد غير قادر على التوافق بينه وبين بيئته الطبيعية والاجتماعية، وذلك في حالات معينة فسيؤثر ذلك على حياته الانفعالية وسلوكه، ويولد أنواعا مختلفة من الصراع النفسي (عباس ، 2015 ، ص. 453).

6-3- الاتجاه الاجتماعي :

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن التكيف عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد المعايير المجتمع ولمواصفات الثقافة، من خلال قدرته على الاستجابات المتنوعة التي تلائم المواقف المختلفة، ويعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة وحل مشكلاته.

ويعبر **جوردن (gordon 1972)** عن ذلك بأن التكيف محاولات الفرد ليحقق نوعا من العلاقات الثنائية والمرضية مع بيئته.

أما **ليزلي (Leslie)** فتري أن التكيف يعني اتجاهين يتمثل الأول بقبول الفرد بفاعلية التوقعات الاجتماعية التي تواجهه تبعا لسنه وجنسه وتشمل الالتحاق بالمدارس، واختيار مهنة ما، وتكوين علاقات مع الآخرين يسودها الود والتعاون، والثاني أن الفرد يستغل الفرص التي تسنح له ليحقق أهدافا ذاتية ثابتة، ويقرر **جود (Good)** في تعريفه للتكيف بأنه عملية اكتشاف وتبني أساليب جديدة في السلوك تكون ملائمة للبيئة أو للتغيرات فيها.

بينما يرى **فاي و ريشلي (Phye and Reschly)** أن نمط التكيف يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد مستويات الاستقلال الشخصي والمسؤولية الاجتماعية المتوقعة في عمره وجماعته الثقافية (حسين ، 2003 ، ص. 37).

6-4 - الاتجاه السلوكي:

ينظر الاتجاه السلوكي لمفهوم التكيف من خلال ارتباطات بين متغيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، والاتجاه السلوكي ينظر إلى شخصية الفرد وكأنها آلة ذاتية الحركية توجهها ضغوط بيئته وحوافز متغيرة واستجابات توافقية، ويتمثل مفهوم العادة مركزا أساسا في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين مثير واستجابة وبما أن العادات متعلمة ومكتسبة لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيفية بعادات تكيفية)، ومن وجهة نظر السلوكية فإن التكيف يتحقق من خلال:

- ✓ زيادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى حدوث السلوك الشاذ، أو التي تمنع السلوك المطلوب من أن يحدث.
- ✓ الطالب من الفرد معالجة كل من السلوك والظروف ذات العلاقة وتسجيلها وذلك لتقدير البديل المهم.
- ✓ مكافأة السلوك الناجح والتوصل إلى معلومات جديدة حول الحاجات الأخرى (عباس ، 2015 ، ص. 453).

6-5 - الاتجاه النفسي الاجتماعي (التكاملي):

ينظر أصحاب هذا الاتجاه لمفهوم التكيف على أساس التفاعل والتكامل بين الاتجاهين السابقين ، إذ يرى جيمس وشارلي (James and Charles) أن مفهوم التكيف مبني على ارتباط الفرد والمجتمع في علاقة تأثيرية متبادلة (علاقة تفاعل)، ويقوم سلوك الفرد في إطار صحته العقلية، وفق معاييرنا عن الشخص المتكيف محددة تحديدا ثقافيا، كما يرى أن معاييرنا عن المجتمع الصالح لها نفس الخصائص، وهذا يعني التوفيق بين المدخل النفسي والمدخل الاجتماعي، المنهج الذي يؤكد تآزر المطالب البنائية الاجتماعية مع المطالب البنائية الشخصية، ويمثل هذا الاتجاه لازاروس (Lazarus) فيعرف التكيف

العملية التي يحاول الفرد بواسطتها أن يتعامل ويسيطر على الفرص المختلفة في الحياة، وهو عمل ايجابي يحاول الفرد من خلاله التعديل في نفسه وفي الظروف الخارجية (حسين ، 2003 ، ص. 37).

6-6 - الاتجاه الإنساني:

يعد مفهوم الذات مفهوما محوريا في بناء الشخصية وكذا في التكيف النفسي، ومفهوم الذات الايجابي يعبر عن الصحة النفسية والتكيف النفسي، وان تقبل الذات يرتبط موجبا بتقبل وقبول الآخرين، ويعد تقبل الذات عاملا أساسيا في تحقيق التكيف، في حين أن مفهوم الذات السلبي يعبر عن عدم التكيف لدى الفرد، كما أن تطابق مفهوم الذات الواقعية مع مفهوم الذات المثالية لدى الفرد يؤدي إلى التكيف فالصحة النفسية، وعدم التطابق يؤدي إلى القلق والتوتر وسوء التكيف النفسي، وفي ضوء وجهة نظر " ماسلو (maslow) فان الشخص المحقق لذاته قد يكون أنجز مستوى عاليا من التكيف الشخصي، ويستطيع أن يصدر أحكاما جيدة ويمتلك القدرة على النمو الشخصي، وان هؤلاء الأفراد يحصلون على المصدر الرئيسي للرضا من خلال نموهم وتطورهم الفردي، وأن هؤلاء الأشخاص لا يعانون من التهديد والقلق والصراعات والتوتر (عباس ، 2015 ، ص. 452).

اختلفت النظريات في تفسيرها لعملية التكيف حسب توجهاتها العلمية إلا أنها تتفق جميعها على أن التكيف عملية ضرورية يقوم بها الفرد لإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية لديه من جهة، ومحاولة إيجاد التوافق مع بيئته الطبيعية والاجتماعية من جهة أخرى .

ثانيا : التكيف الدراسي

1- مفهوم التكيف الدراسي :

التكيف الدراسي هو نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية والنمو السوي معرفيا واجتماعيا، وكذلك التحصيل المناسب وحل المشكلات الدراسية مثل ضعف التحصيل.

- يعرف جبريل (1983) نقلا عن أبي حطب تكيف الطالب الدراسي بأنه "ينجم عن تفاعله مع المواقف التربوية وهو محصلة لتفاعل عدد من العوامل منها":

✓ ميوله

✓ نضج أهدافها

✓ اتجاهاته نحو المواد الدراسية

✓ علاقاته برفاقه ومعلميه

✓ مستوى طموحه

ولا يقاس تكيف الطالب بمدى خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات وحلها حلولاً إيجابية تساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه الدراسي (ناصر، 2006، ص. 09).

- ويعرف أيضا بأنه " قدرة الفرد على تحقيق حاجاته الاجتماعية وعلاقته مع زملائه ومدرسيه ومع المدرسة وإداراتها ومن خلال مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي المدرسي بشكل يؤثر في صحته النفسية وفي تكامله الاجتماعي " (حسين، 2003، ص. 17)

يعتبر التكيف الأكاديمي أحد جوانب التكيف العام، الذي يرتبط بصحة الفرد النفسية، ونتاج تفاعل الفرد مع المواقف التربوية (بني خالد، 2010، ص. 414).

- وعرفت عبيد 2008 التكيف المدرسي على أنه قدرة الطفل على تكوين علاقات طبيعية مع مدرسته وزملائه بالمدرسة، كما يظهر من خلال النشاط واستيجاب الفرد الدراسي والمواظبة والمحافظة على النظام (عبيد ، 2008 ، ص. 45).
- ويعرف أيضا على أنه " نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية والنمو السنوي معرفيا واجتماعيا وكذلك التحصيل المناسب وحل المشكلات الدراسية (بطرس، 2008 ، ص. 103).
- كما عرفه أحمد بن دانه ومحمد محمود (1998) بأنه " تلاؤم الطالب مع ما تتطلبه المؤسسة التربوية من استعداد تقبل الاتجاهات والقيم والمعارف التي يعمل على تطويرها لدى الطلبة " (الناصر، 2006 ، ص. 09).
- أما صلاح الدين العمري (2004) يعرفه بأنه " قدرة الفرد على تكوين علاقات مرضية مع أساتذته وزملائه ومواءمة أو تطوير البيئة المدرسية لما يتماشى مع حاجات الطلاب، وهو قدرة الطالب على تحقيق حاجاته الاجتماعية من خلال علاقاته مع إدارتها(العمري ، 2004 ، ص. 146).
- ويعرفه كل من جوهان وروبرت (johon,robert) بأنه " حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح وتحقيق التواء بينه وبين البيئة المدرسية ومكوناتها الأساسية وهي الأساتذة والزملاء والأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية ومواد الدراسة، وأسلوب التحصيل الدراسي"(حرزلي ، 2014 ، ص. 51).
- كما يعرفه زانك 2002 (zhang) بأنه " كل أنماط السلوك الذي يصدر من الطلبة والذي يمكنهم من مجارة التغيرات النفسية والاجتماعية والمعايير في البيئة الدراسية " (بلبكي ، د ت ، ص. 135)

- كما قدمت محاسن احمد حسين البياتي 2010 مجموعة من التعاريف نذكر منها :
 - ✓ عرفه أبو عليا (2001): "هي جملة السلوكيات التي يقوم بها الطلبة للتلاؤم مع الجو الدراسي والمتمثلة في علاقاتهم بزملائهم وبأساتذتهم والأنشطة الاجتماعية الدراسية وموقفهم من الإدارة والنظام".
 - ✓ وعرفه حسين (2003): "قدرة الفرد على مواجهة أمور الحياة والمواقف الاجتماعية الجديدة والتفاعل مع أساتذته والإدارة المدرسية ومع زملائه أو مع من يحيطه في البيئة التربوية لتحقيق حاجاته الاجتماعية ومواجهة أمور الحياة" (البياتي، 2010 ، ص. 59).
- كما يعرفه الطاهر (1988) بأنه: "نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية، وينظر إلى عملية التكيف الدراسي بأنها محصلة تفاعل لعدد من العوامل هي: القدرات العقلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام المدرسي، والحالة النفسية، والظروف الأسرية بشكل عام، ولعل أكثر العوامل ارتباطا بالتكيف الدراسي هو القدرة التحصيلية لدى الطلبة (الرفوع ، القرارة، 2004 ، ص. 123).
- أما أجروي biswas and aggrwe (1971) فيعرفه " أنه هو العملية التي تهدف إلى التكيف مع البيئة المدرسية وإشباع حاجات الطالب" (عوض، 1998، ص. 16)
- تعريف نوال محمد عطية : " التكيف المدرسي يعني أن الفرد المتعلم يمكن أن يتكيف أو يتوافق مع البيئة المدرسية التعليمية، بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة ومعلمين وزملاء ...الخ وإذا كانت هذه البيئة التعليمية تتفق أساسا مع ميوله ورغباته واتجاهاته ويشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين أفرادها والتفاعل الاجتماعي بينهم، وتقدير الذات واحترامها، والثقة بالذات والتعبير عنها في مجالات الدراسة المختلفة" (عطية، 2001، ص. 23).

من خلال التعاريف السابقة يتبين لنا أن جلها تقريبا تؤكد على أن التكيف المدرسي يتمثل في قدرة الطالب على التكيف مع البيئة المدرسية بكل مكوناتها، وقدرته على تكوين علاقات طيبة مع زملائه وأساتذته، ومنه فالتكيف عملية تهدف إلى مساعدة الفرد على حل مشكلاته المدرسية، بما يتفق ورغباته وميوله واتجاهاته .

2- مظاهر التكيف الدراسي :

للتكيف مظاهر تدل عليه وتتضح هذه المظاهر في سلوك المراهقين ويدل عدم توافرها على سوء تكيفهم وينبغي حين أذن رعاية المراهقين حتى لا يؤدي سوء تكيفه إلى عواقب أخرى وهذه المظاهر منها :

2-1-إحسان العمل :

العمل وسيلة للتأثير في البيئة التي يعيش فيها الفرد وعن طريقه يسعى لتحقيق مركز مرموق لنفسه في المجتمع الذي ينتمي إليه، بشرط أن يكون الفرد راضيا عن عمله محبا له، لأن عدم الرضا عن العمل قد يؤدي إلى اضطراب الاتزان النفسي لدى بعض الأفراد، كما أن الاستقرار النفسي ومدى ما يتمتع به الفرد في عمله عن تكيف ورضا مما يؤدي زيادة الإنتاج (طه ،دت ، ص. 54).

2-2-الراحة النفسية :

إن من أهم العوامل التي تحيل حياة الفرد إلى جحيم لا يطاق شعوره بالتعب وعدم الراحة والتأزم من الناحية النفسية في أي جانب من جوانب حياته، والشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهم نفسه وتقرها المجتمع(زيدان،1972، ص. 160).

2-3- الأعراض الجسمية :

في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التكيف هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية فالطب السيكوسوماتي (النفس الجسمي) يؤكد لنا أن كثيرا من الاضطرابات الفيسيولوجية تكون ناجمة أساسا عن الاضطرابات في الوظائف النفسية. إن الأمراض السيكوسوماتية هي أمراض جسمية ترجع في المقام الأول إلى عوامل نفسية، ومن أمثلة هذه الأمراض ارتفاع ضغط الدم، الذي يرجع إلى ما في نفس الفرد من مشاعر الضيق والعدوان والبغضاء المكبوتة (فهيم، 1995، ص. 47).

2-4- تقبل الذات وتقبل الآخرين :

يرتبط تقبل الآخرين أشد ارتباطا بتقبل الذات، فالشخص الذي لديه ثقة بنفسه، ويثق بالآخرين يعتبر أكثر اهتماما ورغبة الانطلاق والأخذ بيد غيره، كما يكون قادرا على التفاعل الإيجابي البناء مع الآخرين وعلى الأخذ والعطاء معهم وبهذه الطريقة يحدث التوازن (زيدان ، 1972 ، ص. 250).

2-5- القدرة على تكوين علاقات اجتماعية :

من المؤشرات التي تدل على تكيف الإنسان هي علاقاته الاجتماعية مع الآخرين وسعيه في مساعدتهم لتحقيق حوائجهم والتفاعل معهم من أجل مصلحتهم العامة، وأن العلاقة بينه وبين الآخرين وثيقة الصلة، يتعامل معهم ويتحمل مسؤولياتهم ويحقق التعاون والبناء، كما أنه يحظى بحب الناس له، وحبه إليهم لأن الانطواء والانعزال والبعد عن الناس دلالة قاطعة على عدم التكيف السليم (جبل ، 2000 ، ص. 260)

2-6- متابعة الدروس:

حضور التلميذ للدروس بصفة عادية والمشاركة داخل القسم أين يعمل المراهق على إبداء رأيه وبذلك اندماجه في مجتمعه المدرسي (زهران، 1974، ص. 14).

2-7- المشاركة في الأعمال:

يشارك التلميذ في النشاطات التربوية والثقافية التي تضمنها المدرسة التي يبادر بها بعض التلاميذ ويؤمن بالفائدة المرجوة منها، ففي النشاطات يحقق التلميذ روح المسؤولية والثقة بالنفس والتعاون، ويعبر من خلال النشاط عن رغباته وميوله عمليا مما يحول دون وقوعه في الجنوح والانحرافات السلوكية والاجتماعية المدرسية (أيوب، 1994، ص. 46).

2-8- النجاح الدراسي:

يعتبر النجاح الدراسي أهم مؤشر للتكيف المدرسي كونه يشير إلى قدرة الفرد المتعلم على إشباع حاجاته المعرفية والانفعالية ودافعيته في النجاح حتى يزيد مستوى تحصيله وأدائه المدرسي (جبريل ، حمدي ، 2008، ص. 61).

2-9- المرونة:

تعتبر المرونة استجابة مناسبة يقوم بها الفرد نحو المؤشرات الجديدة، فالشخص الجامد والمتحجر لا يتقبل التغيير، لذا فإن تكيفه وعلاقاته مع محيطه سوف تتسم بالاضطراب، بعكس الشخص المرن الذي يقبل المواقف الجديدة ويتوافق معها، وقد يتكيف الفرد مع البيئة الجديدة دون أن يغير من طبيعته وشخصيته إذا كان يتسم بالقوة، أما إذا اتسم الفرد بالضعف فإن قبوله بالمرونة يكون على حساب نكران شخصيته الأصلية الجديدة (عبد العزيز، عطوي ، 2004 ، ص. 233)

يعتبر التكيف جزءا من وجودنا وتبعاً لما تقدم ذكره فإن له مظاهر عديدة نستطيع من خلالها الحكم على الشخص إذا كان متكيفا أم يعاني من سوء التكيف، فمن خلال ما لديه من مرونة وقدرة على تقبل ذاته والآخرين والقدرة وعلى تكوين علاقات اجتماعية يستطيع

التكيف مع متغيرات الحياة اليومية، وان يقوم بعمله على أحسن وجه ويتمكن من متابعة دروسه بشكل جيد حتى يضمن النجاح في دراسته وفي مواجهة متطلبات البيئة وضغوطها .

3- عوامل التكيف الدراسي:

3-1- الطالب:

فقدرات الطالب وصفاته الشخصية الخاصة، كالحالة الصحية، والجنس، والسن، ومستوى التعليم، والسمات المزاجية، والعادات الشخصية، ومستوى طموحه، وعوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات التي يمر بها من خلال انتمائه إلى جماعات متعددة، كلها عوامل تهدف إلى إيجاد التوافق بين حاجاته الشخصية ومطالب المجتمع، وإلى إيجاد نوع من السلوك يحقق رغبات الأفراد ويرضى عنه الآخرون (سعد ، 1985 ، ص. 83). فالحالة النفسية للمراهق من شعور بالنقص تؤثر على علاقته بإخوانه في البيت وزملائه في المدرسة مما يحد من تركيزه، لذلك تعنى المدرسة الحديثة برعاية الصحة للتلاميذ وعلاج أمراضهم فضلا عن تخصيص مدارس للمعوقين (الصادقي ، 2002 ، ص. 120). كما أن حضوره المنتظم في المدرسة، وقدرته على التواصل الإيجابي مع المدرسين، وتحصيله الدراسي الجيد، وحبه للمدرسة، وطموحاته المستقبلية، وثقته بنفسه، والمشاركة في النشاطات المدرسية، وعدم وجود مشكلات أسرية مدرسية، كل ذلك يؤدي إلى تكيف مدرسي سليم له. أما الطلبة الذين لم يتمتعوا بقدر واف من المعاملة الحسنة من قبل الوالدين، والذين يتعرضون للنقد المستمر من مدرسيهم، ويتعرضون لإحباطات متكررة كل ذلك يؤدي إلى سوء التكيف المدرسي لديه (سعد ، 1985 ، ص. 83).

3-2- الزملاء أو جماعة الأقران:

تعتبر علاقة الطالب بزملائه من العلاقات الهامة في المحيط المدرسي، وقد يكون لجماعة الرفاق تأثير في سلوك الطالب أكثر من تأثير الأسرة والمدرسين والمربين وسواهم، ذلك أن الطالب حين ينضم إلى هذه الجماعات فإنه يشترك مع أعضائها في الاهتمامات والأفكار، وتشبع رغبات معينة لديه، وتحقق له مصالح معينة، كما أن الجماعة مجال رحب للصدقة والزمالة يشعر فيها الطلبة بكيانه وأهميته ووضعه الاجتماعي، فهو يتعاطف مع الآخرين ويتعاطف الآخرون معه، كما يجد فيها من يقدم له النصح والإرشاد ويوجهه لتقادي أخطائه، كما أن الجماعة مصدر للمعلومات التي يريد أن يعرفها، والجماعة بالإضافة إلى ما سبق تشبع رغبة الطالب في المنافسة أو التعاون وتعطيه الفرصة ليثبت قدراته ويشغل طاقاته ويحصل على احترام الآخرين (طبيي ، 2013، ص. 219). يلعب الزملاء والأقران دورا مهما في الإنجاز الدراسي خلال فترة المراهقة، ونراهم يميلون إلى اختيار أصدقائهم من البيئة الاجتماعية نفسها حيث التقاليد والقيم الاجتماعية المشتركة، لذلك نرى أن مجموعات صغيرة تتألف داخل الصف ولكل مجموعة قيمها وتصرفاتها الخاصة بما يتفق مع الإنجاز الدراسي فمنها ما يعطي أهمية بالغة للدرجات المرتفعة، حيث يتنافس الزملاء بشكل غير مباشر على التفوق ومن المجموعات من لا يهتم كثيرا بهذه الناحية بل بالناحية الاجتماعية (مغلاوي، 2010 ، ص. 67).

3-3- المدرسة :

تعتبر المدرسة المؤسسة الاجتماعية الأولى بعد الأسرة، فهي المؤسسة الرسمية التي تقوم بوظيفة التربية ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو العقلي والاجتماعي والانفعالي وهي تزويد الفرد بكثير من المعايير والقيم الاجتماعية والأخلاقية والدينية وفي المدرسة تنمو شخصية الفرد ، ويتعلم كيف يوفق بين حاجاته غيره، ويتعلم التعاون والمنافسة

الشريفة، وضبط السلوك والتحكم في الانفعالات، والتفاعل مع الآخرين واحترام حقوق الغير، وتتأثر قدرة التلميذ على التكيف المدرسي من خلال العلاقات الاجتماعية داخل المدرسة (عبد الباقي، د ت، ص. 36).

وتواجه المؤسسات التربوية ومنها المدرسة اليوم تحديات عديدة أفرزتها متغيرات متعددة في عالم سريع التغير، وفي الحقيقة فإن دور المدرسة ووظيفتها في التغيير السليم ليس هو في حد ذاته ما يقصد به التغيير الحاصل في المناهج وأساليب التعلم ومؤهلات العاملين والمبنى المدرسي الجديد بقدر ما يكون العمل على إكساب العادات والقيم الفكرية والاجتماعية، ومدى التغيير الذي تتجح في تحقيقه في سلوك الأفراد ومعلوماتهم الثقافية والاجتماعية والعلمية والأخلاقية بما يساعدهم على التكيف الصحيح وتفاعلهم معه بل ويساعدهم على التقدم في هذا المجتمع (مغلاوي، 2010، ص. 67).

3-4- مدير المدرسة:

إن مدير المدرسة كمسئول أول في هذه المؤسسة له دور كبير في تربية وتوجيه التلاميذ وتربيتهم تربية صالحة، وبمقتضى هذا الدور يكون توجيهه للمدرسين والتلاميذ، ويتوقف نجاح المؤسسة إلى حد كبير على فهم المدير والمدرسين الحاجات التلاميذ وميولهم والأساليب المعاملة التي تساعد على تنمية شخصياتهم وعلى وقايتهم من الصدمات النفسية وعلاج ما ينشأ لديهم من مشكلات (مرسي، 1979، ص. 354). ومن أهم أدوار مدير المدرسة الإبداع والابتكار في العمل الدراسي ذلك لأن طبيعة العمل الإداري هو التطوير والتغيير في الإستراتيجيات والسياسات والأنظمة والإجراءات والأدوات وغيرها، فإن أراد مدير المدرسة لمدرسته أن تواكب التطور الحاصل في الفكر وانفتاحه وتهذيبه وتكامل الأساليب أو التغيير الحاصل في العلاقات الإنسانية ومنهجية العمل الدراسي، فعليه أن يأخذ بالإبداع الخلاق والتفكير الإبتكاري (مغلاوي، 2010، ص. 68).

3-5- الإدارة المدرسية :

إن إدارة المدرسة هي مجمل الفعاليات العلمية التنظيمية التي تشمل العلاقات بين الطلبة داخل الصف وعلاقتهم مع الأساتذة والموجهين والمدير وتنظيم الأنشطة العلمية، وربطها بالمواد الدراسية وإجراء التقويم المستمر، أي نحن أمام شبكة معقدة من العلاقات، ومطلوب إدارة هذه الشبكة بالأسلوب الإبداعي في جو من الديمقراطية والشفافية، وتشجيع التفوق، ذلك أن الإدارة الدراسية لم تعد مجرد تسيير الشؤون المدرسة تسييرا روتينيا هدفه المحافظة على النظام في المدرسة فقط والإشراف على سير الدراسة، بل أصبح عملها الأساسي يدور حول تحقيق الأهداف التربوية سعيا لبناء شخصية الطالب السليم والمتوازن والمتكامل (طبيي، 2013، ص. 221).

3-6- الأساتذة :

تجمع كل الكتابات العالمية أن الأساتذة (هم حملة مفتاح التغيير وهم بابه الموصد)، فيجب أن يكون الأستاذ في قلب أي جهد لتطوير التربية في مجتمعنا، فالتنظيم الجيد داخل القسم يفسح المجال للأستاذ لأن يبني علاقات سليمة مع غالبية الطلبة فيتحقق التكيف الدراسي (مغلاوي، 2010 ص.69). تتلخص مهمة الدرس لتحقيق التكيف السوي عند التلاميذ حسب عبد الحميد مرسي في أمرين اثنين وهما: "التعليم والتوجيه يستعملها المعلم كلما عمل مع تلاميذه داخل قاعة الدرس أو خارجها، فعلاقة المعلم مع التلاميذ تمثل جانبا إنسانيا يؤثر تأثيرا كبيرا في نجاح العملية التربوية وتحقيق تكيف التلاميذ داخل المدرسة وخارجها، وهذه الطريقة تؤدي إلى تشويقهم للدرس وحبهم للمعلم وإقبالهم على المادة" (مرسي، 1979، ص.44-45).

3-7- المنهج وطريقة التدريس :

إذا كان المنهج الدراسي مجافيا لميول التلاميذ وحاجاتهم، وإذا كان غير متصل بمشكلاتهم الحيوية، أو غير متناسب مع قدراتهم العقلية فإنه يتوقع أن تكثر بين التلاميذ حالات الخروج على النظام والاحتكاك بالمدرسين، وقد تكون المادة الدراسية ملائمة بينما طريقة التدريس عقيمة، لا تثير الشوق في التلاميذ، ولا تشد تفكيرهم، وتكون النتيجة سوء التكيف وإخفاق كثير من التلاميذ، وإذا توالى الإخفاق فإنه يترك آثار سيئة في الشخصية (صديقي، 2002، ص. 123).

3-8- الامتحانات.

تلعب الامتحانات دوراً رئيسياً في تكيف التلميذ إذا لابد من وجود الاختبار لمعرفة مدى استفادة المتعلمين ومدى صلاحية أساليب التعلم، وقد اكتسبت الامتحانات أهمية كبرى فصارت هي هدف كل تلميذ والوالدين وجمع أفراد الهيئة المشرفة على التعليم وأخذت هذه الهيئات تعمل على معالجتها. وللامتحانات المدرسية أهمية خاصة بالنسبة لجو الصحة النفسية في المدرسة بما أنها الجزء الأساسي من البرنامج التربوي فإن اتجاهات المعلم والتلميذ نحوها تحتل أهمية بالغة بالنسبة للصحة النفسية إذ لا ينبغي أن يعطي المعلم انطباعاً عن الامتحانات أنها شيء يبعث على الخوف والرغبة، بل على العكس ينبغي أن تكون هناك وسائل لمساعدة التلاميذ والمدرسين على الكشف عن الحد الذي حققه التلميذ في اكتساب المعارف والمهارات (ناصر، 2006، ص. 37).

كما سبقت الإشارة إلى ذلك هناك مجموعة من العوامل تساهم في التكيف الدراسي للطلاب منها ما يتعلق بالجوانب الشخصية والنفسية له ومنها ما يتعلق بالبيئة المدرسية بجوانبها المختلفة من زملاء وأساتذة وإدارة مدرسية ومناهج دراسية وغيرها من الأمور الأخرى، فبتفاعل شخصية الطالب مع البيئة المدرسية تحدث عملية التكيف خاصة إذا كانت

تلك البيئة تتوفر على كل الظروف والإمكانيات التي تساعد الطالب على التمدد في شكل جيد ويحضر بالمعاملة الجيدة من قبل الإدارة المدرسية والأساتذة، وبالعلاقة حسنة مع زملائه، فالتكيف إذا هو محصلة لتفاعل كل تلك العوامل مع بعضها البعض.

4-متطلبات التكيف الدراسي في المرحلة الثانوية :

تعتبر المرحلة الثانوية أحد أهم المراحل التعليمية التي يمر بها التلميذ في مساره الدراسي، لكونها تعد مرحلة حاسمة ومصيرية في حياته التلميذ لأنها المحطة التي يمكن من خلالها تحديد وجهة التلميذ للوصول إلى تحقيق هويته وأهدافه المستقبلية .

كما تتجلى أهمية مرحلة التعليم الثانوي انطلاقاً من المرحلة العمرية التي تغطيها هذه الفترة، ألا وهي مرحلة المراهقة، مرحلة بناء الذات وتكوين الشخصية والاتجاهات والقيم(الفالوقي ، القذافي، 1997، ص. 122).

وتعد هذه الأخيرة مرحلة التغيرات النفسية والجسمية والعقلية والفيزيولوجية والاجتماعية والدينية التي تحول دون تحقيق التكيف الدراسي للتلميذ لذلك وجب توفر مجموعة من المتطلبات لتحقيق التكيف الدراسي السليم والمتمثلة في:

4-8 - متطلبات بيئية:

ويقصد بها كل المتطلبات التي يصادفها التلميذ في وسطه المدرسي والتي لابد له من التعرف عليها، وهي المهام والالتزامات والحقوق الواجبات نحو النشاطات المدرسية ومرافقتها، لضبط سلوكه وضمان النظام فيها.

4-9- متطلبات اجتماعية:

يعيش التلميذ في الثانوية وسط من العلاقات الاجتماعية والإنسانية والتي يتفاعل معها وتساهم في تكوين شخصيته معرفياً، وانفعالياً وشخصياً واجتماعياً وتكون هذه العلاقات تنحصر بين التلميذ وزملائه وأساتذته والطاقم الإداري، ولتحقيق التكيف مع المطلب لا بد أن تتوفر هذه العلاقات عنصر المحبة والتقدير والاحترام والمشاركة والأمن والطمأنينة.

4-10- متطلبات نفسية :

يعد توفر مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحله وبمختلف مظاهره الانفعالية والجسمية من أهم عوامل تحقيق التكيف وينظر إلى البناء النفسي المتوازن أنه يساهم في تحقيق السعادة.

4-11- متطلبات دراسية :

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة التغيرات نفسية وفسولوجية تطراً على التلميذ وهذه التغيرات قد ينجم عنها مشكلات، وأن من بين التغيرات هي التغيرات المعرفية بحيث أنه يعتبر مرحلة متطورة جداً من التفكير المنطقي والنضج لذا فهو يحتاج إلى إشباع حاجاته المعرفية، وتعمل الثانوية على توفير المطلب من خلال إكسابه أساليب تعلم جديدة تتوافق مع ميوله ورغباته وطموحاته، ومن شأنها أن تزيد من دافعيته نحو تحقيق النجاح الدراسي (بوزاهر ، 2018 ، ص. 139-140).

كما أثبتت دراسة لمحمود الزيايدي (1964) وأخرى لمصطفى الفقي (1983) وأخرى لأمل حسونة (1987) أن التكيف المدرسي في المرحلة الثانوية والجامعية يتحقق بتحقيق هذه المتطلبات وهي :

- ✓ العلاقة الحسنة مع الزملاء
- ✓ العلاقة الحسنة مع الأساتذة
- ✓ القيام أوجه النشاط الاجتماعي
- ✓ الاتجاه نحو المواد الدراسية حسن
- ✓ حسن تنظيم الوقت
- ✓ إتباع طرق جيدة للمذاكرة
- ✓ التفوق الدراسي
- ✓ العلاقات الحسنة مع الإدارة
- ✓ الحالة الصحية الجيدة
- ✓ العلاقات الحسنة في المنزل وداخل الأسرة
- ✓ فعالية العلاقات الاجتماعية
- ✓ الحالة الانفعالية
- ✓ التحصيل الدراسي

بينما اتفق كل من "كوردك Kurdek" و "سكلير Sinclair" (1989) و "وينتزل Wintzel" (1991) على أنه التحقيق التكيف المدرسي لا بد من المتطلبات التالية:

- ✓ المعدل العام الذي يعكس أداء التلميذ في المهمات الدراسية خلال الفصل الدراسي كامل
- ✓ نتائج الاختبارات التحصيلية التي تدل على امتلاك التلميذ للقدرات المعرفية الأساسية للأداء المدرسي
- ✓ مدى التزام التلميذ بالسلوكيات الاجتماعية المتوقعة منه داخل الصف الدراسي.

(بن عايشة، 2015، ص. 86-87)

ثالثاً : سوء التكيف الدراسي :

1- مفهوم سوء التكيف الدراسي

سوء التكيف هو وجود عقبات وعوائق مادية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية تحول دون إرضاء الدوافع الأساسية للفرد وبلوغ أهدافه (زيدان ، 1972 ، ص. 275).

- ويرى فرويد **frued** بأن السلوك غير المتكيف هو المسؤول عن السلوكيات المشكلة وتعود إلى الصراع من متطلبات المجتمع والأسرة وما لدى الفرد من غرائز وموروثات فطرية يحاول إشباعها ولكن قيود المجتمع وسلطة الوالدين تمنعه من ذلك .
- أما كارين هورني فيرى بأن سوء التكيف هو انحراف عن الأنماط العادية للسلوك السوي في ثقافة ما في وقت معين (عبد العزيز، عطوي ، 2004 ، ص. 228-229).
- هو عجز الفرد عن إشباع حاجاته ودوافعه بطريقة مرضية لنفسه ويرضى عنها المجتمع ويرجع العجز إلى أسباب وراثية وبيئية وانفعالية (الرفوع و القراعة، 2004، ص. 124) .
- يعرف سوء التكيف الدراسي بأنه " عدم مقدرة التلميذ على التحصيل المدرسي السليم (الجهني ، 1402 ، ص. 52).
- أما بالنسبة لـ **ماجدة السيد عبيد** فقد تناولت موضوع سوء التكيف الدراسي من الجانب الاجتماعي فقد عرفت أنه "عدم الامتثال للقوانين والتعليمات أو النظم الاجتماعية، وتجاوز حدودها والقيام بالأفعال التي لا يرضاها المجتمع والاعتداء على التعليمات المدرسية أو غيرها" (عبيد ، 2015 ، ص. 164) .
- أما نوال محمد عطية فعرفت سوء التكيف المدرسي بأنه "يعني شعور الفرد المتعلم بالتوتر والقلق والاضطراب النفسي مع المواقف التعليمية الجديدة ومع المواد الدراسية المختلفة، ومع الزملاء والمعلمين وكل المشكلات المدرسية التي قد يواجهها المتعلم خاصة المراهق تسبب له الحيرة والارتباك ما لم تكن موضع الاهتمام ورعاية المدرسين والآباء لمواجهتها " (عطية ، 2001 ، ص. 23) .

يمكن أن نستخلص من خلال التعاريف السابقة أن سوء التكيف الدراسي يجعل الفرد يعيش حالة من عدم الاستقرار والتوافق نتيجة عجزه عن إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية في البيئة المدرسية فينعكس ذلك على سلوكياته ويوقعه في العديد من المشكلات الدراسية منها ضعف التحصيل الدراسي.

2- عوامل سوء التكيف الدراسي :

2-1- العوامل الذاتية :

هناك الكثير من العوامل المتعلقة بالتلميذ التي تؤدي إلى سوء التكيف ويمكن أن نقسمها إلى:

2-1-1- العوامل الجسمية :

وتشمل ضعف الجسم وسوء حالة الفرد الصحية، إذ إن اعتلال جسم الفرد ووجود إعاقات لديه وشكل جسمه العام وما لديه من عاهات وتشوهات كلها أمور لا تساعد على التكيف السليم لأنه سوف يشعر بالنقص وسوف يواجه النقد وسخرية الناس منه، الأمر الذي يقود به إلى الإحباط إلى جانب العوامل المتعلقة بالغدد حيث أن أي اضطراب في عمل هذه الأخيرة لا تساعد الفرد على التكيف السليم بسبب الأمراض والتشوهات والنقص الناتج عنها (عبد العزيز ، عطوي ، 2004 ، ص. 234).

2-1-2- العوامل النفسية :

نقصد هنا تأثير نشاط التلميذ بميوله العاطفية، نحو تعلم المواد الدراسية، إذا توفرت ميول ايجابية وتحقق الإشباع حدث التكيف المدرسي، والعكس في حالة عدم كفاية الجوانب العاطفية والوجدانية في الجانب المدرسي، كما أن الحياة النفسية للتلميذ في جميع مراحل

نموه تعد مسرحاً للانفعالات العنيفة فيما نراه من تقلب وعدم استقرار وبجانب هذا الاضطراب نرى الحيرة بادية على تفكيره، وشعوره وأعماله فقد يتعرض لحالات من الحزن واليأس والألم النفسي، نتيجة لما يلاقيه من إحباط، وقد يكون بالتلميذ عيب جسمي أو صعوبة في النطق مما يقلل بثقته ويشعره بأنه موضوع سخريه للآخرين، وينجم عن هذا عدم تكيفه مع البيئة المدرسية (بن عايشة ، 2015 ، ص. 90).

كما أضاف سعيد عبد العزيز وجودت عزت عطوي (2004) بعض العوامل التي تعتبر من بين العوامل النفسية المؤدية إلى سوء التكيف الدراسي منها :

- عوامل انفعالية :وتشمل (اضطراب المزاج، الاكتئاب، الهوس، الهستيريا، التوحد، القلق، الوسواس، المخاوف المرضية).
- مشكلات الطفولة والمراهقة : وتشمل (النشاط الزائد، القهرية، تشتت التفكير، أحلام اليقظة، الفوضوية وعدم الترتيب، سوء استخدام الوقت، الأنانية، الاعتمادية)
- السلوكيات غير الآمنة: وتشمل (القلق، الخوف، تدني مفهوم الذات، إيذاء الذات، الخجل، القهرية).

وعوامل أخرى قد يكون سببها نفسي منها :

- مشاكل الرفاق: تشمل (العدوان، القسوة، العزلة الاجتماعية، السلوكيات غير الاجتماعية)
 - مشكلات أخرى: مثل (التدخين، المخدرات، عدم الدافعية للدراسة، المشاكل الجنسية) .
- (عبد العزيز، عطوي، 2004 ، ص. 235-237)

2-1-3- العوامل العقلية :

هي العوامل المتعلقة بكل من العمليات العقلية كالذكاء، والتفكير، والإدراك، والانتباه، والتذكر، والاستعدادات والقدرات والميول، مع الأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية بين التلاميذ وسوف نأخذ كمثال لتأثير العوامل العقلية على التكيف المدرسي، أشهر عملية درست في تاريخ علم النفس وهو الذكاء ونسبة الذكاء (بن عايشة ، 2015 ، ص. 90). حيث يعتبر البعض الذكاء بأنه قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الجديدة، إذ إن الذكاء هو إحدى العوامل التي تساعد الفرد على التكيف، فالأطفال المعاقون عقليا غير قادرين على التكيف مع متطلبات الحياة، قياسا بالأنكياء وتجدر الإشارة إلى أن بعض الناس الأنكياء غير قادرين على التكيف السليم، وذلك بسبب نقص تدريبهم في مجال التفكير الجيد (عبد العزيز ، عطوي ، 2001 ، ص. 234)

2-2- العوامل المتعلقة بالبيئة :

2-2-1- الأسرة:

إن للجو الأسري الذي ينمو فيه التلميذ أثرا كبيرا في حياته وتفاعله مع الآخرين، فالجو العائلي الذي يكون مملوءا بالخلافات والاضطرابات النفسية التي تسود في البيت ذو مكانة له أيضا دور فعال في تكيف المراهق، وعلاقته بإخوانه ووالديه، كل ذلك يمتد تأثيره على الحياة الاجتماعية المدرسية، مثال ذلك ما يتعرض له المراهق في حاجاته إلى الاستقلال ورفض الوالدين له الخروج عن سلطتها وامتداد ذلك إلى رفض للأساتذة (كسلطة) والاستقلال عنهم وعن الزملاء وما ينجم عن ذلك من صراعات تعبر عن عدم تكيف اجتماعي مدرسي (الصادقي، 2002، ص. 121)

2-2-2- المدرسة :

تعتبر المدرسة مؤسسة تربوية اجتماعية، تعمل على إعداد الشباب للحياة المستقبلية، ولها دور كبير في تحقيق التكيف السليم، ولكن أيضا لها دور كبير في حصول سوء التكيف المدرسي للتلميذ :

- ✓ المضايقات التي يتعرض لها التلميذ من الإدارة والمدرسين وحتى الزملاء
- ✓ صعوبة التوافق مع المناخ المدرسي
- ✓ فقدان الشعور بالأمن النفسي داخل المدرسة
- ✓ المناهج والطرائق البيداغوجية المتبعة في المدرسة (بن عايشة ، 2015 ، ص. 92).

2-2-3- المجتمع:

يتضح من دراسة مشكلات التلاميذ في المؤسسة التعليمية، مدى تأثير الوسط الاجتماعي في سلوكهم واتجاهاتهم النفسية وسيرهم في الدراسة وانتظامهم في العمل المدرسي، ولا يقتصر الأمر على ما يكتسبه التلميذ من الحي الذي يعيش فيه من أساليب في السلوك والتعامل، بل إن التلميذ أحيانا يكون صداقات من أفراد جنسه أو من الجنس الآخر فتستوعب قدرا من وقته ونشاطه بحيث يتأثر أحيانا مستواه الدراسي (الصادقي، 2002 ، ص. 121). إن عدم تكيف الفرد مع والديه وإخوانه وجيرانه تشكل عوائق لا يستهان بها في سوء التكيف، وكذلك فإن عدم التكيف الطالب مع زملائه ومعلميه ومع المناهج الدراسية، هي أيضا مسئولة عن سوء تكيفه، وكذلك فإن عدم تكيف الفرد مع بيئة العمل ومع رفاقه في العمل ومع شروطه ولوائحه هي عوامل أخرى مسئولة عن عدم التكيف لديه (عبد العزيز ، عطوي ، 2004 ، ص. 237).

يعتبر التكيف المدرسي من الأهداف الأساسية التي تسعى المؤسسات التربوية إلى تحقيقه لدى تلاميذها من خلال توفير كل الظروف الملائمة لسير العملية التعليمية

بنجاح وفي جو يسوده الأمان والاطمئنان داخل تلك المؤسسات، إلا أنه هناك منغصات تحول دون تحقيق ذلك مما يؤدي إلى سوء تكيفهم منها ما يتعلق بالطالب في حد ذاته والتي يمكن اعتبارها عوامل ذاتية (نفسية جسمية، عقلية، انفعالية، مشكلات الطفولة والمراهقة)، فحدوث أي مشكلة في هذه الجوانب من شخصية الفرد كالمريض أو ضعف في أحد القدرات العقلية أو اضطراب في الانفعالات يحول دون تحقيق عملية التكيف. ومنها ما يتعلق بالبيئة المحيطة بالتلميذ (البيئة الأسرية، البيئة المدرسية، المجتمع)، حيث أن وجود أي خلل في هذه المنظومة المحيطة بالتلميذ حتما سوف يؤدي إلى سوء تكيفه، فالجو الأسري المفعم بالحب والتقبل للمراهق ومعرفة حاجاته النفسية والاجتماعية كل ذلك سينعكس عليه وعلى تكيفه في المدرسة والمجتمع .

3- مظاهر سوء التكيف الدراسي :

عندما يتعرض الطالب إلى اضطراب التكيف الدراسي يمكن أن تظهر لديه الحالات التالية سواء كلها أو معظمها:

- ✓ تبدو عليه أعراض سلوكية دراسية سلبية
- ✓ يفقد كل العلاقات التفاعلية خلال الحصة الدراسية.
- ✓ يشرد ذهنيا ويسافر بأحلامه.
- ✓ يتخذ موقف المتلقي السلبي.
- ✓ يشعر بالتوتر والإحباط والعدوان.
- ✓ يبدأ في إثارة الشغب داخل الصف.
- ✓ لا يميل إلى مشاركة الآخرين في نشاطهم الدراسي.
- ✓ لا توجد لديه قدرة على التواصل مع المعلم.
- ✓ يشد انتباهه أتفه الأشياء داخل الصف (ملصقات، عبارات مكتوبة، اهتزاز النوافذ.. الخ)

- ✓ يكثّر من الحركة والتأفّف والتذمّر.
- ✓ لا يحضر معه الكتب والأدوات التي يحتاجها أثناء الحصة الدراسية.
- ✓ قد يغادر حجرة الدراسة قبل أن يأذن له المعلم.
- ✓ غير متوافق سواء نفسيا أو اجتماعيا أو شخصيا أو دراسيا.
- ✓ التحدث داخل غرفة الصف ورفض تعليمات المعلم.
- ✓ التأخر الصباحي والغياب المتكرر عن الحصة الدراسية.
- ✓ التسرب الفكري (السرّحان) في جو الحصة الدراسية.
- ✓ الغش في الامتحانات.
- ✓ عدم أداء الواجبات الدراسية بأمانة (مغلاوي ، 2010 ، ص. 25).

هذه المشكلات وغيرها الناتجة عن سوء التكيف الدراسي يجب أن تدفع المربين والمختصين إلى مزيد من الاهتمام بعملية تكيف الطلاب ومحاولة معالجتها لان التكيف الدراسي لهم هو جوهر العملية التعليمية التعلمية .

خلاصة:

أن المدارس بصفة عامة يجب أن تتحول إلى مجتمع حقيقي، يمارس فيه التلاميذ الحياة الاجتماعية الحقيقية، وذلك بتهيئة البيئة والوسط الاجتماعي المدرسي المناسب له من أجل إدماجه في الجماعة المدرسية بصفة سليمة وتجعل منه عنصرا فعالا، فالتكيف الدراسي يتعلق بعدة جوانب منها ما يتعلق بالتلميذ نفسه، ومنها ما يتعلق بالبيئة المدرسية بجوانبها المختلفة من زملاء وأساتذة وإدارة مدرسية ومناهج دراسية وغيرها من الأمور الأخرى، فبتفاعل شخصية التلميذ مع البيئة المدرسية تحدث عملية التكيف خاصة إذا كانت تلك البيئة تتوفر على كل الظروف والإمكانيات التي تساعد على التمدرس في شكل جيد، فالتكيف إذا هو محصلة لتفاعل كل تلك العوامل مع بعضها البعض، ووجود أي خلل في هذه المنظومة المحيطة بالتلميذ سوف يؤدي حتما إلى سوء تكيفه.



الجانج المعيداني

الفصل الخامس:

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

- 1- منهج الدراسة
- 2- الدراسة الاستطلاعية
- 2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
- 2-2- حدود الدراسة الاستطلاعية
- 2-3- عينة الدراسة الاستطلاعية
- 2-4- إجراءات الدراسة الاستطلاعية
- 2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية
- 3- الدراسة الأساسية
- 3-1- مجتمع وعينة الدراسة
- 3-2- حدود الدراسة
- 3-3- أدوات الدراسة
- 4- أساليب المعالجة الإحصائية

خلاصة

تمهيد :

تعد الدراسة الميدانية وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة، إذ عن طريق الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات وتحليلها لتدعيم الجانب النظري وتأكيد فيه وفي هذا الفصل المنهجي سنحاول إعطاء فكرة حول مجال الدراسة البشري، المكاني، الزماني، ويتم التحقق من الفروض باستخدام مجموعة من الأدوات العلمية التي تتسجم مع طبيعة البيانات المنتقاة، متبعين في ذلك منهجا يتفق وطبيعة الدراسة والذي يتمثل عموما في المنهج الوصفي، وعليه سنحاول دراسة هذا الموضوع انطلاقا من الدراسة الاستطلاعية الأولى التي حاولنا من خلالها الإلمام بحوثيات الموضوع، كل ذلك تمهيدا للدراسة الأساسية، والهدف من الدراسة الميدانية هو التحقق من صحة الفروض المعتمدة.

1- منهج الدراسة:

يعرف المنهج بأنه أسلوب في التفكير والعمل يعتمد على الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها وبالتالي الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة حول الظاهرة موضوع الدراسة، كما أن مناهج وأساليب البحث العلمي تختلف باختلاف الظواهر والمشكلات المدروسة، وما يصلح منها لدراسة ظاهرة قد لا يصلح لدراسة ظاهرة أخرى. (عليان ، غنيم، 2000، ص 33).

ولما كان اختبار المنهج يتحدد في ضوء طبيعة المشكلة البحثية وأهدافها، فإننا في دراستنا الحالية نسعى إلى الوصف عبر تحديد العلاقة بين متغير جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي وكذلك استخراج مستوى كل متغير والفروق فيها بين أفراد العينة بحسب الجنس والتخصص الدراسي، كما هو في الحاضر وبوضعها الراهن دون إحداث تغييرات، أو تعديلات عليها في أرض الواقع، كل هذا دفع الطالبة الباحثة إلى الاعتماد على **المنهج الوصفي** بأسلوبه **الارتباطي** لدراسة العلاقة بين المتغيرات وهو: " المنهج الذي يصف الظاهرة كما توجد في الواقع وصفا دقيقا من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة

ويوضح خصائصها أو التعبير الكمي الذي يوضح مقدار وحجم الظاهرة والكشف عن العلاقة بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات أو التعبير عنها كمياً من خلال معاملات الارتباط "(عباس ، نوفل، 2007، ص. 74) .

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الهامة والضرورية التي تساعدنا على التعرف على الميدان الذي يجري فيه البحث ومدى الإمكانات اللازمة والمتوفرة التي تتدخل في سيره، بالإضافة إلى استشارة ذوي الخبرة والمهتمين بالموضوع والتعرف على آرائهم، وإلى جمع المعلومات الأولية التي تمكن الباحث من التأكد من وجود الإشكالية المطروحة في الميدان ومرحلة تجريب الدراسة واختبار سلامة أدوات البحث ومدى صلاحيتها ويمكن اعتبارها صورة مصغرة للبحث. (بركات، 1984، ص.73)

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- ✓ التعرف على مجتمع الدراسة وإحصاء.
- ✓ التعرف على ميدان الدراسة والوقوف على بعض الصعوبات التي تواجه البحث.
- ✓ تحديد مصدر العينة ونوعها وكيفية اختبارها.
- ✓ محاولة بناء مقياس التكيف الدراسي.
- ✓ التأكد من مدى ملائمة أدوات الدراسة لأفراد العينة.
- ✓ التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس.

2-2- حدود الدراسة الاستطلاعية:

2-2-1- الحدود الزمانية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في السنة الدراسية 2016/2017 في الفترة الممتدة من شهر سبتمبر 2016 إلى شهر فيفري 2017 .

2-2-2- الحدود المكانية:

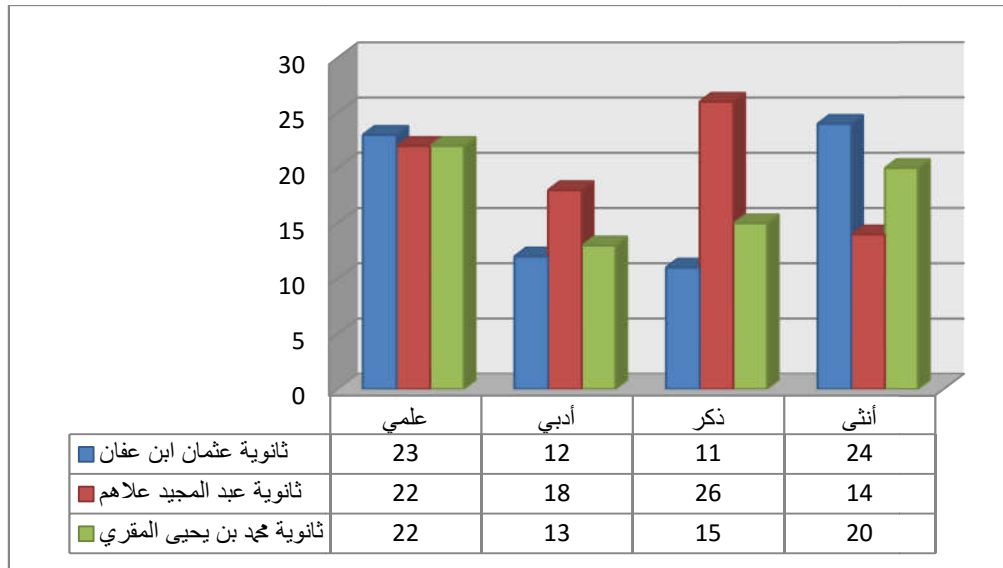
تمت الدراسة الاستطلاعية ببعض ثانويات مدينة المسيلة وهي: ثانوية عثمان ابن عفان، ثانوية عبد المجيد علاهم، ثانوية محمد بن يحيى المقرري.

2-3- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (110) تلميذ وتلميذة من السنة الثانية ثانوي بتخصصيه العلمي والأدبي التابعين لبعض ثانويات مدينة المسيلة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الثانوية والجنس والتخصص

النسبة المئوية	مجموع التلاميذ بالثانوية	الجنس		التخصص		متغيرات الدراسة
		أنثى	ذكر	أدبي	علمي	اسم الثانوية
31.81%	35	24	11	12	23	ثانوية عثمان ابن عفان
36.36%	40	14	26	18	22	ثانوية عبد المجيد علاهم
31.81%	35	20	15	13	22	ثانوية محمد بن يحيى المقرري
100%	110	58	52	43	67	المجموع الكلي
	100%	52.72%	47.27%	39.10%	60.90%	النسبة المئوية



الشكل رقم (04) : يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الثانوية والجنس والتخصص.

يبين الجدول رقم (03) والشكل رقم (04) توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الثانوية والجنس والتخصص، حيث يقدر عدد الذكور بـ (52) فرد أي بنسبة (47.27%) وعدد الإناث بـ (58) فرد أي بنسبة (52.72%)، أما بالنسبة للثانويات فقدر بـ (35) فرد أي بنسبة (31.81%) في ثانوية عثمان ابن عفان، و (40) فرد أي بنسبة (36.36%) في ثانوية عبد المجيد علام، أما في ثانوية محمد بن يحيى المقرئ فقد قدر بـ (35) فرد أي بنسبة (31.81%).

2-4- إجراءات الدراسة الاستطلاعية :

تم الاستعانة في الدراسة الاستطلاعية بمجموعة من الأدوات تمثلت في المقابلة والملاحظة إضافة إلى المقاييس الخاصة بالدراسة، حيث كانت إجراءاتها على النحو التالي:

- التقرب من مديرية التربية لولاية المسيلة من أجل الحصول على الترخيص لإجراء الدراسة الميدانية حددت مدته من 2017/02/01 إلى 2017/04/30 (انظر الملحق رقم 02)،

وكذا الحصول على الإحصائيات الخاصة بمجتمع الدراسة والمتمثل في تلاميذ السنة الثانية ثانوي .

- النزول إلى الميدان والتعرف عن قرب على مجتمع وعينة الدراسة بهدف جمع أكثر قدر ممكن من المعلومات والتعرف على أهم الصعوبات التي قد تواجه الباحث
- تطبيق أدوات الدراسة على أفراد العينة الاستطلاعية وكان ذلك عبر مراحل وهي كالآتي:
- أ/- المرحلة الأولى : كانت بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية أولية من قسم دراسي مكون من 38 تلميذ وتلميذة من السنة الثانية ثانوي تابعين لثانوية عثمان ابن عفان، تم استبعادهم من العينة الاستطلاعية النهائية وكذلك من العينة الأساسية للدراسة، وكان الهدف من هذه المرحلة هو معرفة مدى تقبل المفحوصين للمقاييس ومدى ملائمة عباراتها لهذه الفئة وكذلك الدراسة، ومن أجل معرفة الوقت المستغرق للاستجابة عليها، ومن نتائج هذه المرحلة تعديل بعض العبارات في مقياس جودة الحياة التي وجد التلاميذ صعوبة في فهمها حتى تتناسب مع طبيعة العينة كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (03) : يمثل عبارات مقياس جودة الحياة قبل وبعد التطبيق على العينة

الاستطلاعية الأولية

مقياس جودة الحياة		
رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
04	تتكرر إصابتي بنزلة البرد	تتكرر إصابتي بالأنفلونزا
05	لا اشعر بالغثيان	لا اشعر بالدوار
41	اشعر بأنني متزن انفعاليا	اشعر بأنني متزن في انفعالاتي

وعلى العموم فإن معظم أفراد العينة تمكنوا من فهم المصطلحات المستخدمة واستجابوا بشكل كبير لأدوات القياس التي سوف يتم الوثوق بتطبيقها في الدراسة الاستطلاعية النهائية والحصول على نتائج دقيقة، ويمكن الاعتماد عليها فيما بعد في الدراسة الأساسية .

ب/- **المرحلة الثانية :** في هذه المرحلة تم تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية النهائية والمقدرة ب (110) تلميذ وتلميذة من السنة الثانية ثانوي من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية وكذلك من صلاحية هذه الأدوات، ونظرا للخوف من عدم استجابة التلاميذ عليها بسبب تعددها والمقدرة بأربعة مقاييس والمتمثلة في مقياس جودة الحياة، مقياس التوافق النفسي، مقياس التكيف الدراسي مع المحك الخارجي المتمثل في مقياس التكيف المدرسي **لسهيلة حسين قلندر حسين (2003)** (انظر الملحق رقم 10)، والذي قد يؤدي إلى ملل ونفور المستجيبين تم توزيع أدوات الدراسة كما يلي :

- **الخطوة الأولى:** في هذه الخطوة تم تطبيق مقياسي جودة الحياة لكازم ومنسي (2006)، والتوافق النفسي لزينب محمود شقير (2003) معا بعض .
- **الخطوة الثانية :** تم تطبيق مقياس التكيف الدراسي المعد من طرف الطالبة الباحثة مع المحك الخارجي المتمثل في مقياس التكيف المدرسي **لسهيلة حسين قلندر حسين (2003)**، مع المحافظة على نفس أفراد العينة الاستطلاعية السابقة المطبق عليها مقياس جودة الحياة والتوافق النفسي، وذلك من خلال منح الأفراد أرقاما حسب ترتيبهم في القوائم الاسمية الخاصة بكل فوج لكل مؤسسة، مع وضع نفس الرقم على المقاييس المطبقة واستخدام طريقة المناداة بالقائمة الاسمية في التوزيع، مع العلم أن هاتين الخطوتين لم تكن في نفس الفترة الزمنية، وكل هذه الخطوات المذكورة في المرحلة الثانية تدخل ضمن التطبيق الأول للدراسة الاستطلاعية .

ج/- **المرحلة الثالثة :** في هذه المرحلة قمنا بإعادة التطبيق، فبعد مرور فترة زمنية قدرت ب15 يوم تم إعادة التطبيق لأدوات الدراسة على نفس أفراد العينة السابقة وبنفس الإجراءات السابقة الذكر، من أجل حساب ثبات أدوات الدراسة بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق، مع العلم انه في التطبيق الثاني تم توزيع أدوات الدراسة الثلاثة مجتمعة مع استبعاد المحك الخارجي الخاص بالتكيف الدراسي.

2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

خلصت الدراسة الاستطلاعية إلى جملة من النقاط أهمها :

- بناء مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية وإجراء تعديل بعض العبارات في مقياس جودة الحياة ليتناسب مع المرحلة الثانوية .
- إحصاء المجتمع الأصلي للدراسة والذي قدر ب (2222). تلميذ وتلميذة من السنة الثانية ثانوي التابعين لكل ثانويات مدينة المسيلة والمقدر عدد (12). ثانوية .
- التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (110) تلميذ وتلميذة تم استبعادهم من العينة الأساسية.
- تحديد حجم العينة الأساسية للدراسة حيث بلغت (333) تلميذ وتلميذة أي نسبة (15%) من المجتمع الأصلي يتم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية .

3- الدراسة الأساسية:

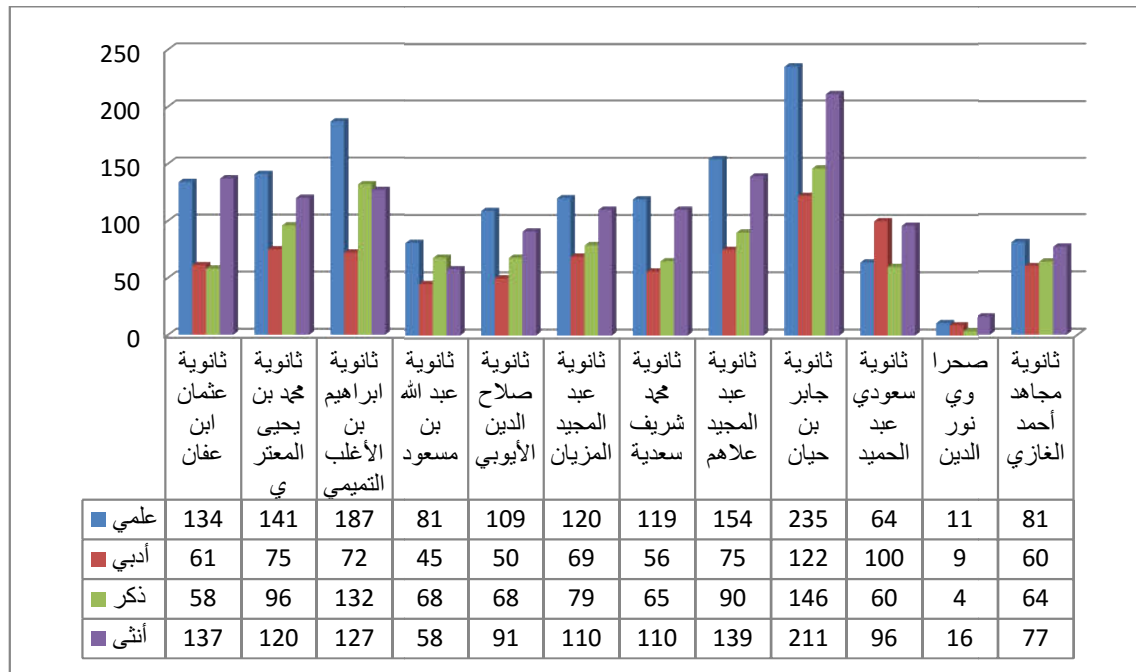
3-1- مجمع وعينة الدراسة:

3-1-1- مجتمع الدراسة:

لاختبار أفراد عينة الدراسة تم الاعتماد على العدد الإجمالي للمجتمع الأصلي. وهو جميع الأفراد الذين يشكلون موضوع ومشكلة البحث، وهو جميع العناصر ذات علاقة بمشكلة الدراسة. (عباس، نوفل 2007، ص.217)، ويتكون مجتمع الدراسة الحالية من مجموع المتعلمين النظاميين من ذكور وإناث المتمدرسين في السنة الثانية ثانوية بمختلف شعبهم العلمية والأدبية منها والبالغ عددهم إجمالاً (2222) تلميذ وتلميذة يتوزعون على كل ثانويات مدينة المسيلة والبالغ عددها (12) ثانوية كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (04): يمثل توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الثانوية والجنس والتخصص

النسبة المئوية	المجموع التلاميذ بالثانوي	الجنس		التخصص		متغيرات الدراسة
		أنثى	ذكر	أدبي	علمي	اسم الثانوية
%8.77	195	137	58	61	134	ثانوية عثمان ابن عفان
%9.72	216	120	96	75	141	ثانوية محمد بن يحيى المقرئ
%11.65	259	127	132	72	187	ثانوية ابراهيم بن الأغلب التميمي
%5.67	126	58	68	45	81	ثانوية عبد الله بن مسعود
%7.15	159	91	68	50	109	ثانوية صلاح الدين الأيوبي
%8.50	189	110	79	69	120	ثانوية عبد المجيد المزريان
%7.87	175	110	65	56	119	ثانوية محمد شريف سعدية
%10.30	229	139	90	75	154	ثانوية عبد المجيد علام
%16.06	357	211	146	122	235	ثانوية جابر بن حيان
%7.02	156	96	60	73	83	ثانوية سعودي عبد الحميد
%0.90	20	16	04	09	11	صحراوي نور الدين
%6.34	141	77	64	60	81	ثانوية مجاهد أحمد الغازي
%100	2222	1292	930	767	1455	المجموع الكلي
	%100	%58.14	%41.85	% 34.51	%65.48	النسب المئوية



الشكل رقم (05): يمثل توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب متغير الثانوية والجنس والتخصص

3-1-2- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

للحصول على المعلومات من المجتمع الأصلي للدراسة يتعذر علينا المسح الشامل، وبذلك يتم الرجوع إلى وحدات أو مجموعات تمثل المجتمع موضوع الدراسة، أو ما يسمى بالعينة وهي " مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من كل، أي أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة، بمعنى أنها نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله" (زرواتي، 2012 ، ص.246). وقد استخدمت الطالبة الباحثة أسلوب المعاينة لجمع مفردات العينة المستهدفة، حيث تكونت عينة الدراسة من (333) متعلما من السنة الثانية ثانوي، حيث بلغ متوسط أعمارهم (17) سنة وهو ما يقابل مرحلة المراهقة المتوسطة تم اختيارهم بأسلوب المعاينة الطبقية، وبالتالي فهي عينة عشوائية طبقية وهي " التي يتم فيها تقسيم المجتمع إلى فئات أو طبقات تمثل خصائص المجتمع، ثم يتم الاختيار العشوائي ضمن كل فئة أو كل طبقة " (عباس، نوفل، 2007 ، ص. 225). كما أنها العينة التي يحاول فيها الباحث تقسيم المجتمع إلى مستويات لزيادة احتمال تمثيل خصائص المجتمع فيها.

كما تستعمل العينة العشوائية الطبقية من أجل الزيادة في دقة النتائج باعتبارها تعطي فرصا أكبر للعينة لتمثل كل طبقات مجتمع البحث، ومن المعروف في هذه العينة أنه لا بد من معرفة أحجام الطبقات وخصائص كل طبقة. (برو، 2014 ، ص.186)

وبما أن دراستنا الحالية مركزة على تلاميذ السنة الثانية ثانوي، فإننا قمنا بتقسيم المجتمع الإحصائي بحسب الثانوية والجنس والتخصص الدراسي، وبعد ذلك تم الاعتماد على نسبة معينة وقد حددت ب (15 %) من إجمالي حجم المجتمع الأصلي حيث قدرت ب (333) تلميذ وتلميذة، وتم تحديد هذه النسبة نظرا لحجم المجتمع (انظر الجدول 04) الذي كان بالآلاف والذي قدر ب (2222) تلميذا، وبالتالي اخذ هذه النسبة من كل ثانوية، وكذلك من الذكور والإناث، ومن التخصصين العلمي والأدبي، وكان ذلك بتطبيق المعادلة التالية :

$$\frac{\text{ط د}}{\text{ن}} \times \text{ل} = \text{ل د}$$

ل د: حجم عينة كل طبقة

ل : الحجم الكلي للعينات (حجم العينة ككل)

ط د : حجم كل طبقة

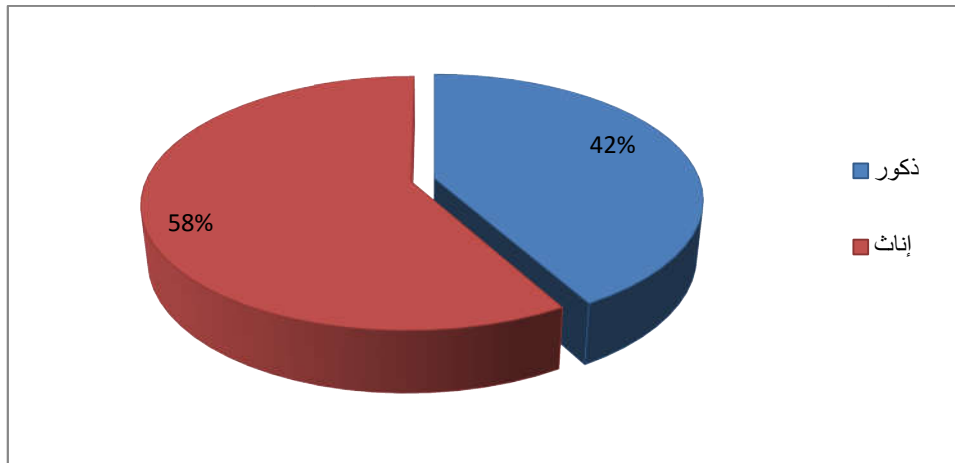
ن : مجتمع البحث كله . (برو، 2014 ، ص.187)

أ/- خصائص العينة:

- توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس.

الجدول رقم (05): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

البيانات	التكرارات	النسب المئوية
الجنس		
ذكور	139	% 41.47
إناث	194	% 58.25
المجموع	333	%100



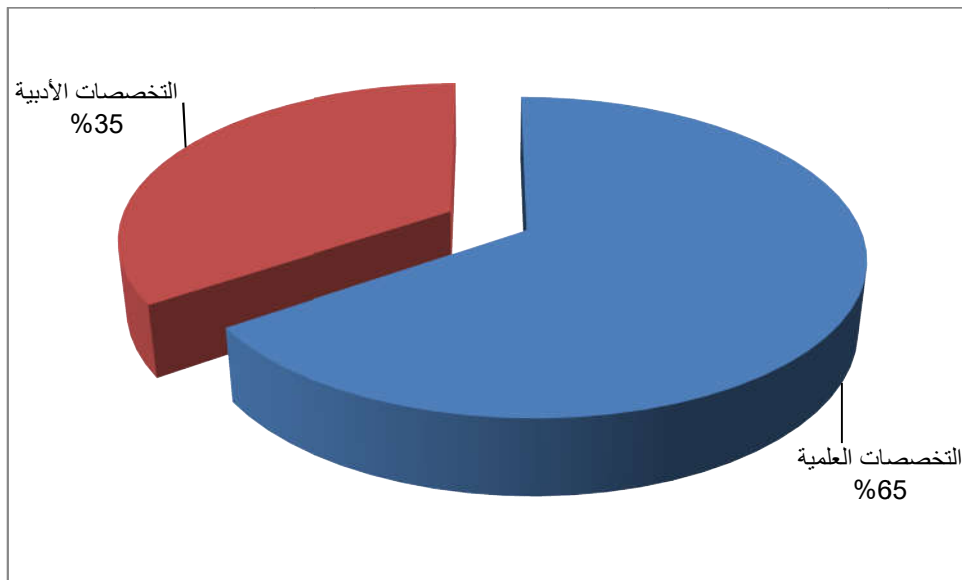
الشكل رقم (06) : يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

يبين الجدول رقم (05) والشكل رقم (06) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس، حيث يقدر عدد الذكور بـ (139) فرد أي بنسبة (41.47 %) وعدد الإناث بـ (194) فرد أي بنسبة (58.25 %)، ويمكن أن يفسر ذلك بأن إقبال الإناث على التعليم أكثر من إقبال الذكور.

• توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص:

الجدول رقم (06): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص

النسبة المئوية	التكرارات	البيانات التخصص
65.46%	218	العلمي
34.53%	115	الأدبي
100%	333	المجموع



الشكل رقم (07) : يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص.

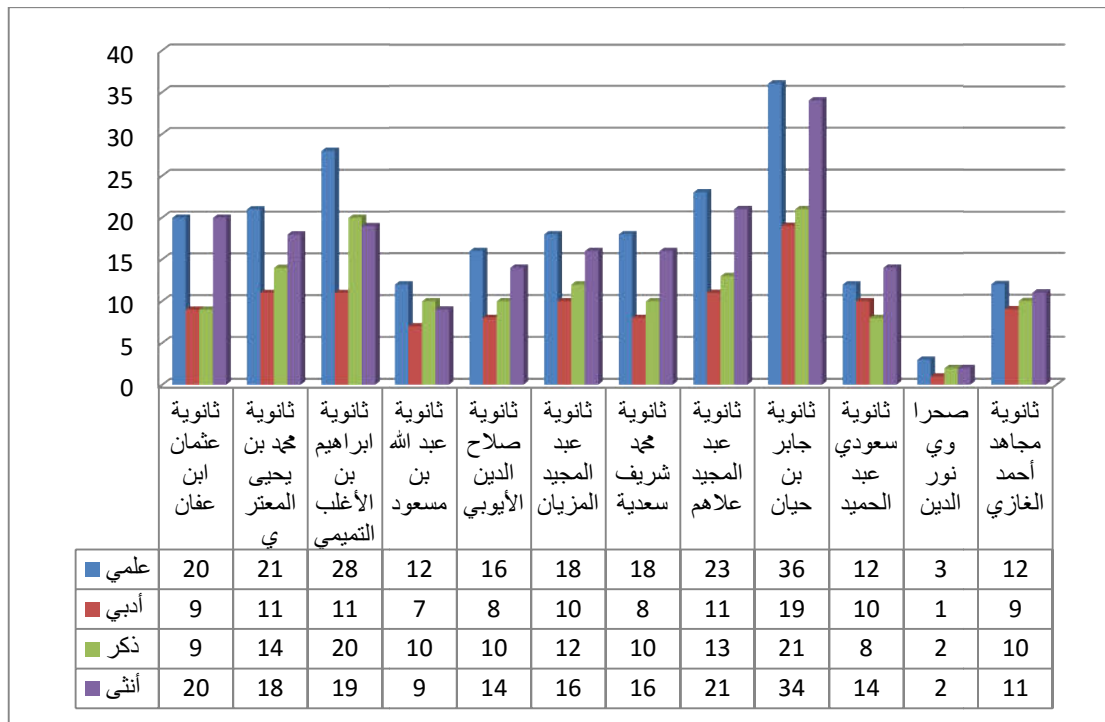
يبين الجدول رقم (06) والشكل رقم (07) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص، حيث يقدر عدد الأفراد الذين يدرسون في التخصص العلمي بـ (218) تلميذ أي

بنسبة (65.46%) أما عدد الذين يدرسون في التخصص الأدبي فيقدر عددهم (115) تلميذ أي بنسبة (34.53%).

• توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الثانويات :

الجدول رقم (07) : يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الثانوية

النسبة المئوية	المجموع الكلي للتلاميذ في الثانوية	الجنس		التخصص		متغيرات الدراسة
		أنثى	ذكر	أدبي	علمي	اسم الثانوية
8.70 %	29	20	09	09	20	ثانوية عثمان ابن عفان
9.60 %	32	18	14	11	21	ثانوية محمد بن يحيى المقرئ
11.71 %	39	19	20	11	28	ثانوية إبراهيم بن الأغلب التميمي
5.70 %	19	09	10	07	12	ثانوية عبد الله بن مسعود
7.20 %	24	14	10	08	16	ثانوية صلاح الدين الأيوبي
8.40 %	28	16	12	10	18	ثانوية عبد المجيد مزيان
7.80 %	26	16	10	08	18	ثانوية محمد شريف سعدية
10.21 %	34	21	13	11	23	ثانوية عبد المجيد علاهم
16.51 %	55	34	21	19	36	ثانوية جابر بن حيان
6.60 %	22	14	08	10	12	ثانوية سعودي عبد الحميد
1.20 %	04	02	02	01	03	صحراوي نور الدين
6.30 %	21	11	10	09	12	ثانوية مجاهد أحمد الغازي
100 %	333	194	139	115	218	المجموع الكلي
	% 100	%58.25	%41.74	%34.23	%65.46	النسب المئوية



الشكل رقم (08): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الثانوية .

3-2- حدود الدراسة:

3-2-1- الحدود الزمانية:

تمت الدراسة الأساسية في السنة الدراسية 2017/2016 في الفترة الممتدة من 2017/03/01 إلى غاية 2017/04/30.

3-2-2- الحدود المكانية:

هي ميدان إجراء الدراسة وتمثلت في كل الثانويات التابعة لمدينة المسيلة والمقدر عددهم (12) ثانوية (انظر الملحق رقم 03)

3-2-3- الحدود البشرية:

تتمثل في عينة الدراسة الأساسية وهم تلاميذ المرحلة الثانوية وبالتحديد تلاميذ السنة الثانية ثانوي والبالغ عددهم (333) تلميذ وتلميذة.

3-2-4- الحدود البحثية:

تتمثل في متغيرات الدراسة وهي: جودة الحياة، التوافق النفسي، التكيف الدراسي، تلاميذ السنة الثانية ثانوي

3-3- أدوات الدراسة:

من المسلم به أن نجاح البحث في تحقيق أهدافه يتوقف على اختيار الأدوات الملائمة لجمع البيانات والمعلومات، والجهد الذي يبذله الباحث في تمحيص هذه الأدوات وتنقيحها وجعلها على أعلى مستوى لكي تحقق درجة معينة من الثقة في البيانات التي يتحصل عليها من جراء تطبيقها. (مُجد ، 1984، ص.744)

وهذا ما نسعى إلى تحقيقه في دراستنا، حيث اعتمدنا على أدوات منهجية تم اختيارها بناء على طبيعة الموضوع المتمثل في وصف العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والمتمثلة في :

- مقياس جودة الحياة من إعداد محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم (2006).
- مقياس التوافق النفسي إعداد زينب محمود شقير (2003)
- مقياس التكيف الدراسي من إعداد الطالبة الباحثة

3-3-1- مقياس جودة الحياة لكازم و منسي (2006) :

1/- وصف المقياس:

قام بإعداد هذا المقياس محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم (2006) والذي يقيس جودة الحياة لدى الطالب الجامعي حيث يتألف المقياس من (60) بند موزعة على (06) أبعاد هي: (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة العواطف (الجانب الوجداني، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت وإدارته)، تمت صياغة (10) بنود لكل بعد من أبعاد جودة الحياة، بواقع خمس بنود سالبة وخمسة موجبة، كما تتم

الاستجابة على المقياس وفقا لتدرج الخماسي (أبدا، قليل جدا، إلى حد ما، كثيرا، كثيرا جدا)، والجدول التالي يوضح توزيع عبارات مقياس جودة الحياة على أبعاده الستة:

الجدول رقم (08): يمثل توزيع عبارات مقياس جودة الحياة على أبعاده.

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات المصاغة
			من إلى
01	جودة الصحة العامة	10	01-10
02	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	10	11-20
03	جودة التعليم والدراسة	10	21-30
04	جودة العواطف (الجانب الوجداني)	10	31-40
05	جودة الصحة النفسية	10	41-50
06	جودة شغل الوقت وإدارته	10	51-60

ب/- تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس يكون على التوالي بالدرجات (1-2-3-4-5) بالنسبة للعبارات الموجبة والتي تحمل الأرقام الفردية، وتعكس هذه الدرجات في العبارة السالبة والتي تحمل الأرقام الزوجية حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (60-300)، كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (09): يمثل توزيع العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس جودة الحياة.

نوع العبارة	العدد	أرقام العبارات
العبارات الإيجابية	30	1-3-5-7-9-11-13-15-17-19-21-23-25-27-29-31-33-35-37-39-41-43-45-47-49-51-53-55-57-59
العبارات السلبية	30	2-4-6-8-10-12-14-16-18-20-22-24-26-28-30-32-34-36-38-40-42-44-46-48-50-52-54-56-58-60

الجدول رقم (10): يمثل طريقة تصحيح العبارات السلبية والإيجابية لمقياس جودة الحياة.

نوع العبارات	أبدا	قليل جدا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جد
العبارات الموجبة	1	2	3	4	5
العبارات السالبة	5	4	3	2	1

قامت الطالبة الباحثة بأحداث بعض التغييرات التحكيمية على المقياس ليتناسب مع طبيعة المرحلة الثانوية وذلك من خلال تغيير وتعديل بعض الكلمات في بعض الفقرات والمقدر عددهم ب (10) عبارات من المقياس (أنظر الملحق رقم 04)، وكما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11): يمثل عبارات مقياس جودة الحياة قبل وبعد التعديل

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
04	تتكرر إصابتي بنزلة البرد	تتكرر إصابتي بالأنفلونزا
05	لا اشعر بالغثيان	لا اشعر بالدوار
21	أخترت التخصص الدراسي الذي أحبه	اخترت الشعبة الدراسية التي أحبها
26	الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت	الأنشطة الطلابية بالثانوية مضيعة للوقت
27	أنا فخور باختيارتي للتخصص الذي يناسبني في الجامعة	أنا فخور باختيارتي للشعبة التي تناسبني في الثانوية
28	أشعر أن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية	أشعر أن دراستي الثانوية لن تحقق طموحاتي المهنية
29	أشعر أن دراستي الجامعية مفيدة للغاية	أشعر أن الدراسة بالثانوية مفيدة للغاية
30	أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي	أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من مستشار التوجيه
41	اشعر بأنني متزن انفعاليا	اشعر بأنني متزن في انفعالاتي
51	استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي	استمتع بمزاولة الأنشطة المدرسية في أوقات فراغي
52	ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في الاستذكار	ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في المراجعة
56	تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية	تنظيم وقت الدراسة والمراجعة صعب للغاية
57	لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي	لدي الوقت الكافي لمراجعة دروسي

ج/- الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة

1- الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الأصلية:

• صدق المقياس :

اعتمد الباحثان "منسي وكاظم" على عدة طرق في حساب الصدق منها: الصدق الظاهري (صدق المحتوى) من خلال اتفاق المحكمين على نسب تراوحت بين 83% و 100% على أن بنود مقياس جودة الحياة تقيس مكونات الجودة التي تم تحديدها في التعريف الإجرائي، أما صدق المحك (الصدق التلازمي) فقد استخدم الباحثان الدخل الشهري كمحك موضوعي لحساب الصدق، ثم حساب دلالة الفروق في جودة الحياة بين ذوي الدخل المنخفض والدخل المرتفع باستخدام اختبار ت (T) لمجموعتين مستقلتين وأسفرت النتائج أن قيمة ت (T) بلغت (2.34) وهي دالة إحصائياً لصالح ذوي الدخل المرتفع، وكذلك تم التحقق من الصدق بطريقة الاتساق الداخلي من خلال ارتباط درجة البند مع الدرجة الكلية، وارتباط أبعاد المقياس ببعضها البعض، كما تم حساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس الستة والدرجة الكلية، حيث بينت النتائج عن تمتع جميع معاملات الارتباط بالقوة والدلالة وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.82) و (0.70) وجميعها دالة عند مستوى الدلالة (0.01)

• ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ حيث تراوحت معاملات الثبات بين (0.62) و (0.85) بالنسبة لجميع الأبعاد بوسيط قدره (0.85)، أما معامل الثبات للمقياس ككل فقدرت ب (0.91)، أما الخطأ المعياري كانت قيمته بين (2.54 ± و 3.21 ±) للأبعاد الستة في حين بلغ (7.44) للمقياس ككل .

2- الخصائص السيكمترية للمقياس في الدراسة الحالية :

• ثبات المقياس : تم تقدير الثبات بطريقتين هما:

- التناسق الداخلي: (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمحاور أو للمقياس ككل، حيث قدر معامل ألفا كرونباخ بالنسبة للمقياس ككل (0.83) وهي قيمة تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (12) : يوضح ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
الكلي	0.830	60

- التطبيق وإعادة التطبيق:

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق لضمان استقرار عبر الزمن حيث انه في هذه الطريقة " يتم تطبيق الاختبار على عينة من الأفراد ثم يعاد التطبيق عليهم مرة أو أكثر بالمقياس نفسه في ظروف متشابهة تماما للظروف السابقة ثم حساب معامل الارتباط المناسب بين أدائهم في المرتين ويعبر معامل الارتباط الذي يستخرج عن ثبات الاختبار " (معمري، 2007، ص. 173)، حيث قمنا بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية على مرحلتين بفاصل زمني قدر بأسبوعين وبعد ذلك تم قياس الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني بمعامل الارتباط بيرسون فبلغت قيمته (0.91) وهي قيمة تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (13): يوضح ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق

المقياس	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين	0.914	0.000	دال عند 0.01

• صدق المقياس : تم تقدير الصدق بطريقتين هما:

- صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالمحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

- الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها:

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة الصحة العامة:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الأول (جودة الصحة العامة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الأول والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً فمنها ما هو دال عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وعددها عبارتان هما (3،1) أما البقية فكلها دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (8) عبارات، وعموماً يمكن القول بأن المحور الأول (جودة الصحة العامة) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (14): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الصحة العامة مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 1	0.232*	العبارة 6	0.281**
العبارة 2	0.324**	العبارة 7	0.515**
العبارة 3	0.220*	العبارة 8	0.593**
العبارة 4	0.488**	العبارة 9	0.248**
العبارة 5	0.288**	العبارة 10	0.460**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة الحياة الأسرية والاجتماعية:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثاني (جودة الحياة الأسرية والاجتماعية) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (10) عبارات، وعموماً يمكن القول بأن المحور الثاني (جودة الحياة الأسرية والاجتماعية) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الحياة الأسرية

والاجتماعية مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 11	0.407**	العبارة 16	0.550**
العبارة 12	0.461**	العبارة 17	0.619**
العبارة 13	0.469**	العبارة 18	0.527**
العبارة 14	0.527**	العبارة 19	0.497**
العبارة 15	0.580**	العبارة 20	0.504**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة التعليم والدراسة :

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثالث (جودة التعليم والدراسة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثالث والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (10) عبارات، وعموماً يمكن القول بأن المحور الثالث (جودة التعليم والدراسة) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة التعليم والدراسة مع

درجته الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.504**	العبارة 26	0.501**	العبارة 21
0.602**	العبارة 27	0.499**	العبارة 22
0.539**	العبارة 28	0.512**	العبارة 23
0.582**	العبارة 29	0.567**	العبارة 24
0.416**	العبارة 30	0.615**	العبارة 25
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة العواطف (الجانب الوجداني):

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الرابع (جودة العواطف (الجانب الوجداني)) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الرابع والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (9) عبارات وهناك عبارة واحدة فقط وهي العبارة رقم (35) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وعموماً يمكن القول بأن المحور الرابع (جودة العواطف (الجانب الوجداني)) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة العواطف (الجانب

الوجداني) مع درجته الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.442**	العبارة 36	0.560**	العبارة 31
0.364**	العبارة 37	0.465**	العبارة 32
0.364**	العبارة 38	0.491**	العبارة 33
0.360**	العبارة 39	0.575**	العبارة 34
0.578**	العبارة 40	0.243*	العبارة 35
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة الصحة النفسية :

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الخامس (جودة الصحة النفسية) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الخامس والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (10) عبارات، وعموماً يمكن القول بأن المحور الخامس (جودة الصحة النفسية) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (18) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة الصحة النفسية مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 41	0.326**	العبارة 46	0.586**
العبارة 42	0.579**	العبارة 47	0.565**
العبارة 43	0.357**	العبارة 48	0.563**
العبارة 44	0.733**	العبارة 49	0.393**
العبارة 45	0.427**	العبارة 50	0.599**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور جودة شغل الوقت وإدارته:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور السادس (جودة شغل الوقت وإدارته) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور السادس والبالغ عددها (10) عبارات مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً فمنها ما هو دال عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وعددها ثلاث عبارات هي (52، 53، 54) أما البقية فكلها دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (7) عبارات، وعموماً يمكن القول بأن المحور السادس (جودة شغل الوقت وإدارته) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (19): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور جودة شغل الوقت و إدارته مع درجته الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.546**	العبارة 6	0.536**	العبارة 1
0.435**	العبارة 7	-0.189*	العبارة 2
0.486**	العبارة 8	0.197*	العبارة 3
0.619**	العبارة 9	0.222*	العبارة 4
0.355**	العبارة 10	0.520**	العبارة 5
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05).			

- الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائياً فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول (جودة الصحة العامة) والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.49)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني (جودة الحياة الأسرية والاجتماعية) بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.68)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الثالث (جودة التعليم والدراسة) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.61)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الرابع (جودة العواطف (الجانب الوجداني)) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.73)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الخامس (جودة الصحة النفسية) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.77)، في حين أن ارتباط الدرجة الكلية للمحور السادس (جودة شغل الوقت و إدارته) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.61)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (20) : يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور جودة الحياة مع

درجته الكلية

الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور
0.739**	جودة العواطف (الجانب الوجداني)	0.492**	جودة الصحة العامة
0.776**	جودة الصحة النفسية	0.681**	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية
0.615**	جودة شغل الوقت وإدارته	0.618**	جودة التعليم و الدراسة
(0.01 الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا**)			

- صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس باستخدام طريقة المقارنة الطرفية على مرحلتين وذلك بترتيب الدرجات تنازلياً ثم أخذ نسبة 27% من طرفي الاختبار الأعلى والأدنى، أي ما يقابلها 30 درجة عليا و 30 درجة دنيا ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار الدلالة الإحصائية (Ttest) وذلك بالنسبة لكل تطبيق على حدة وبالنسبة للتطبيقين معا:

• بالنسبة لكل تطبيق على حدة: بالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (Ttest) كما هو موضح في الجدول رقم (21) يتضح بأن هذا المقياس صادق حيث بلغت قيمته (21.02) بالنسبة للطرفين الأعلى والأدنى من التطبيق الأول و (19.93) بالنسبة للطرفين الأعلى والأدنى من التطبيق الثاني، وهي قيمتان دالتان عند درجة الحرية (58) ومستوى الخطأ أو الدلالة ($\alpha=0.01$)، (أنظر للملحق رقم 11) كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (21): يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة لكل تطبيق على حدة

الطرفين	اختبار F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
التطبيق الأول	0.000	0.989	30	235.16	10.007	58	21.022	0.000	دال عند 0.01
			30	180.80	10.025				
التطبيق الثاني	0.000	0.994	30	234.70	10.501	58	19.933	0.000	دال عند 0.01
			30	180.66	10.495				

• بالنسبة للتطبيقين معا:

بالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (Ttest) كما هو موضح في الجدول رقم (22) يتضح بأن هذا المقياس صادق حيث بلغت قيمته (1.33) بالنسبة للطرف الأعلى في التطبيقين الأول والثاني و (-1.54) بالنسبة للطرف الأدنى في التطبيقين الأول والثاني، وهي قيمتان دالتان عند درجة الحرية (58) ومستوى الخطأ أو الدلالة ($\alpha=0.01$)، (أنظر للملحق رقم 11) كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (22) : يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة للتطبيقين معا

المقارنات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
المقارنة الأولى	30	207.98	29.156	29	1.336	0.187	غير دال
المقارنة الأولى	30	207.68	29.165	29	1.336	0.187	غير دال
المقارنة الثانية	30	61.73	6.992	29	-1.540	0.134	غير دال
المقارنة الثانية	30	63.80	9.185	29	-1.540	0.134	غير دال

3-3-2- مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير 2003:

أ- وصف المقياس:

قامت بإعداد هذا المقياس زينب محمود شقير (2003)، حيث تكون من (80) عبارة موزعة على (04) أبعاد هي: (التوافق الشخصي، التوافق الانفعالي، التوافق الصحي (الجسمي)، التوافق الاجتماعي)، تمت صياغة (20) بند لكل بعد من أبعاد المقياس، بواقع (51) من البنود الموجبة و(29) من البنود السالبة، كما وتتم الاستجابة على المقياس وفقا للتدرج الثلاثي (نعم، أحيانا، لا)، والجدول التالي يوضح توزيع فقرات مقياس التوافق النفسي على أبعاده الأربعة:

الجدول رقم (23): يمثل توزيع فقرات مقياس التوافق النفسي على أبعاده الأربعة ونوعها.

الرقم	الأبعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات و نوعها	
			الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
01	التوافق الشخصي والانفعالي	20	من 1 إلى 14	من 15 إلى 20
02	التوافق الصحي (الجسمي)	20	من 21 إلى 28	من 29 إلى 40
03	التوافق الأسري	20	من 41 إلى 55	من 56 إلى 60
04	التوافق الاجتماعي	20	من 61 إلى 74	من 75 إلى 80
المجموع	04	80	51	29

ب/- تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس يكون بالدرجات (2-1-0) على التوالي بالنسبة للعبارات الموجبة، وتعكس هذه الدرجات في العبارات السالبة حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-160) درجة.

الجدول رقم (24): يمثل طريقة تصحيح الفقرات المصاغة بشكل إيجابي وسلبي لمقياس التوافق النفسي.

نوع العبارات	الاستجابة	نعم	أحيانا	لا
العبارات الإيجابية	2	1	0	
العبارات السلبية	0	1	2	

ج/- الخصائص السيكمترية لمقياس التوافق النفسي :

1- الخصائص السيكمترية للمقياس في الدراسة الأصلية :

• صدق المقياس :

تم الاعتماد في حساب الصدق على الصدق التكويني وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس حيث توصل إلى أن جميع معاملات الارتباط ذات

دلالة عند مستوى (0.01) كما تم حساب صدق التمييز لكشف عن الفروق بين الجنسين وتوصلت على أن جميع قيم (ت) دالة عند مستوى (0.01)، وبذلك أمكن للمقياس التمييز بين مجموعتي الذكور والإناث. أما صدق المحك (الصدق التجريبي) فقد تم تطبيق مقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية (كاليفورنيا) الذي أعده للعربية عطية هنا على (100) من الذكور و(100) من الإناث وبايجاد معامل الارتباط بين درجات مجموعتي التقنين على المقياسين كان معامل الارتباط (0.82) و(0.93) لعينتي الذكور والإناث على التوالي وكلاهما موجب ودال عند (0.01).

• ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة التطبيق وتحصلت على أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة حيث تتراوح ما بين (0.67)، (0.83) وتعكس هذه المعاملات ارتفاعاً لدى عينة الدراسة، كما تم حساب ثبات بطريقة التجزئة النصفية حيث كانت معاملات الارتباط تتراوح بين (0.58)، (0.78) عند مستوى دلالة (0.01)، كذلك استخدمت طريقة معامل ألفا كرونباخ حيث تراوحت معاملات الثبات بين (0.53)، (0.72) بالنسبة لجميع الأبعاد وكذلك للدرجة الكلية وأنها موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) (شقيير، 2003، ص15).

2- الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية :

• ثبات المقياس :

- التناسق الداخلي: (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمحاور أو للمقياس ككل، حيث قدر معامل ألفا كرونباخ بالنسبة للمحور الأول (0.83) وبالنسبة للمحور الثاني (0.76) وبالنسبة للمحور الثالث (0.91) وبالنسبة للمحور الرابع (0.81) في يحن بلغ بالنسبة للمقياس ككل (0.93) وكلها قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (25): يوضح ثبات مقياس التوافق النفسي عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور 1	0.838	20
المحور 2	0.765	20
المحور 3	0.918	20
المحور 4	0.811	20
الكلية	0.933	80

• التجزئة النصفية:

تم تقدير ثبات مقياس التوافق النفسي كذلك بطريقة التجزئة النصفية والتي تقوم في الأساس على تقسيم عبارات المقياس إلى نصفين أحدهما يحتوي على عبارات زوجية والآخر يحتوي على عبارات فردية، وقد بلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.87) وبتعويضه في معادلة تصحيح الطول أو ما يعرف بالثبات الكلي للمقياس (سبيرمان براون) قدر الثبات بـ (0.93) وهي لا تختلف عن قيمة الثبات بطريقة جاتمان، والجدول التالي يبين ذلك:

الجدول رقم (26) : يوضح ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية

المقياس ككل	الثبات بين النصفين	الثبات الكلي سبيرمان براون	الثبات الكلي جاتمان
	0.876	0.934	0.934

- التطبيق وإعادة التطبيق:

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق لضمان استقرار عبر الزمن، حيث قمنا بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية على مرحلتين بفاصل زمني قدر بأسبوعين وبعد ذلك تم قياس الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني بمعامل الارتباط بيرسون فبلغت قيمته (0.87) وهي قيمة تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (27): يوضح ثبات مقياس التوافق النفسي عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق

المقياس	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين	0.874	0.000	دال عند 0.01

• صدق المقياس :

- صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالمحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

- الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها:

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور التوافق الشخصي والانفعالي:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الأول (التوافق الشخصي والانفعالي) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الأول مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (20) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20)، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.65) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (16) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.36) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (11) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن المحور الأول (التوافق الشخصي والانفعالي) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (28) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الشخصي و الانفعالي مع درجته الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.364**	العبرة 11	0.594**	العبرة 1
0.404**	العبرة 12	0.533**	العبرة 2
0.558**	العبرة 13	0.410**	العبرة 3
0.537**	العبرة 14	0.370**	العبرة 4
0.559**	العبرة 15	0.532**	العبرة 5
0.659**	العبرة 16	0.488**	العبرة 6
0.515**	العبرة 17	0.637**	العبرة 7
0.394**	العبرة 18	0.513**	العبرة 8
0.473**	العبرة 19	0.484**	العبرة 9
0.434**	العبرة 20	0.501**	العبرة 10
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			

- لارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور التوافق الصحي (الجسمي):

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثاني (التوافق الصحي (الجسمي)) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (19) عبارات، وهي (21، 22، 23، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,62) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (30) والدرجة الكلية للمحور ككل و (0,28) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (22) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارة واحدة فقط وهي (24) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وعموماً يمكن القول بأن المحور الثاني (التوافق الصحي (الجسمي)) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (29) : يوضح مصفوفة إرتباطات عبارات محور التوافق الصحي (الجسمي) مع درجته الكلية

العبارة	الدرجة الكلية للمقياس	العبارة	الدرجة الكلية للمقياس
العبارة 21	0.354**	العبارة 31	0.405**
العبارة 22	0.289**	العبارة 32	0.533**
العبارة 23	0.476**	العبارة 33	0.455**
العبارة 24	0.199*	العبارة 34	0.494**
العبارة 25	0.374**	العبارة 35	0.392**
العبارة 26	0.405**	العبارة 36	0.617**
العبارة 27	0.418**	العبارة 37	0.527**
العبارة 28	0.420**	العبارة 38	0.306**
العبارة 29	0.390**	العبارة 39	0.324**
العبارة 30	0.620**	العبارة 40	0.513**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور التوافق الأسري:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثالث (التوافق الأسري) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثالث مع الدرجة الكلية له ككل أغلبها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (20) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50، 51، 52، 53، 54، 55، 56، 57، 58، 59، 60) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,80) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (43) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,25) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (60) والدرجة الكلية للمحور ككل، عموماً يمكن القول بأن المحور الثالث (التوافق الأسري) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (30): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الأسري مع درجته

الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 41	0.661**	العبارة 51	0.621**
العبارة 42	0.770**	العبارة 52	0.571**
العبارة 43	0.805**	العبارة 53	0.565**
العبارة 44	0.742**	العبارة 54	0.647**
العبارة 45	0.716**	العبارة 55	0.593**
العبارة 46	0.633**	العبارة 56	0.555**
العبارة 47	0.770**	العبارة 57	0.662**
العبارة 48	0.541**	العبارة 58	0.620**
العبارة 49	0.615**	العبارة 59	0.602**
العبارة 50	0.710**	العبارة 60	0.252**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور التوافق الاجتماعي:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الرابع (التوافق الاجتماعي) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الرابع مع الدرجة الكلية له ككل كلها أغلبها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (19) عبارات، وهي (61، 62، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71، 72، 73، 74، 75، 76، 77، 79، 80) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,66) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (62) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,25) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (79) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارة واحدة فقط وهي رقم (78) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وعموماً يمكن القول بأن المحور الرابع (التوافق الاجتماعي) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (31) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور التوافق الإجتماعي مع درجته

الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.561**	العبرة 71	0.433**	العبرة 61
0.570**	العبرة 72	0.662**	العبرة 62
0.422**	العبرة 73	0.543**	العبرة 63
0.574**	العبرة 74	0.454**	العبرة 64
0.389**	العبرة 75	0.591**	العبرة 65
0.424**	العبرة 76	0.585**	العبرة 66
0.390**	العبرة 77	0.639**	العبرة 67
0.224*	العبرة 78	0.451**	العبرة 68
0.254**	العبرة 79	0.580**	العبرة 69
0.255**	العبرة 80	0.535**	العبرة 70
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)			

- الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائياً فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول (التوافق الشخصي والانفعالي) والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.87)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني (التوافق الصحي(الجسمي)) بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.69)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الثالث (التوافق الأسري) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.84)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الرابع (التوافق الاجتماعي) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.74)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (32) : يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التوافق النفسي مع درجته الكلية

الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور
0.844**	التوافق الأسري	0.872**	التوافق الشخصي و الانفعالي
0.747**	التوافق الاجتماعي	0.691**	التوافق الصحي (الجسمي)
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

• الصدق التمييزي:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية وذلك بترتيب الدرجات تنازليا ثم أخذ نسبة 27% من طرفي المقياس الأعلى والأدنى، أي ما يقابلها 30 درجات عليا و 30 درجات دنيا ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) وبعدها يتم تفسير هذه القيمة وفقا لحالتين هما:

- إذا كانت قيمة الفرق ل (T_{test}) دالة عند مستوى الدلالة (0.05 أو $\alpha=0.01$) فهذا يعني أن هذا المقياس صادق لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.
- إذا كانت قيمة الفرق ل (T_{test}) غير دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) فهذا يعني أن هذا المقياس غير صادق لأنه لم يميز بين الطرفين.

وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (T_{test}) كما هو موضح في الجدول رقم (33) يتضح بأن هذا المقياس صادق حيث بلغت قيمته (20.72) وهي دالة عند درجة الحرية (58) ومستوى الخطأ أو الدلالة ($\alpha=0.01$)، (أنظر للملحق رقم 11) .

الجدول رقم (33) : يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التوافق النفسي

الطرفين	إختبار التجانس ليفين F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
الدرجات	الأعلى	0.059	30	127.12	19.369	58	20.722	0,000	دال عند 0,01
	الأدنى		30	66.50	19.380				

3-3-3- مقياس التكيف الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية (من إعداد الباحثة)

قامت الطالبة الباحثة بإعداد مقياس خاص بالتكيف الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية، وفق الأسس العلمية المتبعة في بناء الأدوات ليغطي من خلاله عدد من جوانب الموضوع واستنادا لمفهوم التكيف الدراسي الذي تتبناه الدراسة الحالية وكذلك لما تقتضيه المرحلة الثانوية.

أ/- خطوات بناء المقياس: مر بناء المقياس بعدة خطوات وهي:

1- استقراء التراث السيكولوجي :

حيث تم الاطلاع على البحوث ومراجعة التراث النظري المتصل بمفهوم التكيف الدراسي وبعض الدراسات السابقة ذات الصلة الوثيقة بالتكيف الدراسي للتلاميذ في المرحلة الثانوية وتحليل ما كتب حوله والذي أمكن من خلاله جمع مجموعة كبيرة من العبارات.

2- الاطلاع على عدد من المقاييس والأدوات المتاحة التي اهتمت بقياس التكيف الدراسي و من بينها:

✓ مقياس التكيف المدرسي لهنري بورو.

✓ مقياس التكيف المدرسي للقصاص والجمعية (2013)

✓ مقياس التكيف المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية لصاحبه أماني محمد ناصر (2006)

✓ مقياس التكيف المدرسي للطلبة الجامعيين لصاحبه سهلة حسين قلندر حسين (2003).

3- الاعتماد على المعلومات الميدانية :

وذلك من خلال الملاحظة الميدانية عن قرب للبيئة المدرسية وما تحتويه من إطارات بشرية ومرافق تربوية ونشاطات كما تم في هذه المرحلة تحديد النقاط الرئيسية والفرعية، التي يتناولها المقياس وذلك مع مراعاة الشروط التالية:

✓ ضرورة وضوح عبارات المقياس وعدم تكرارها.

✓ يجب أن تعبر العبارات عن معنى واحد فقط.

✓ تنوع العبارات بين السالبة والموجبة.

✓ السلامة اللغوية لكل عبارة.

✓ ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تقيسه.

4- إعداد الصورة الأولية للمقياس :

اعتمادا على ما سبق وبناءا على التعريفات التي أعطيت لمفهوم التكيف الدراسي قامت الطالبة الباحثة ببناء مقياس التكيف الدراسي حيث تألف في صورته الأولية من (80) عبارة ، موزعة على أربعة أبعاد بمعدل (20) عبارة لكل بعد (أنظر الملحق رقم 07) حيث كانت على التوالي:

- **بعد علاقة التلميذ بالأساتذة :** يقيس هذا البعد درجة تكيف التلميذ مع الأساتذة واحترامه لهم وتفاعله معهم واتجاهاته نحوهم .

- **بعد علاقة التلميذ بالزملاء:** يقيس هذا البعد درجة تكيف التلميذ مع زملاءه وتكوين علاقات اجتماعية منسجمة معهم .

- **بعد موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها:** يقيس هذا البعد درجة تكيف التلميذ مع الثانوية أو البيئة المدرسية وقوانينها وتنظيمات وتعليمات، وكذلك من خلال سلوكياته إزاء هذه البيئة بما تحتويه من ممتلكات ومرافق مدرسية وعمال وإداريين .

- **بعد موقف التلميذ من الدراسة :** يقيس هذا البعد درجة تكيف التلميذ مع الدراسة بمختلف مكوناتها، وذلك من خلال رضا الطالب عن تخصصه، والمناهج الدراسية، ومدى استمتاعه بالمواد التي يدرسها وإحساسه بأهميتها، ومدى نضج أهدافه ومستوى رضاه عن الامتحانات.

5- العرض على الأساتذة المحكمين :

تم عرض المقياس بصورته الأولى على نخبة من الأساتذة المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال التربية وعلم النفس والأدب والبالغ عددهم (13) محكما (أنظر الملحق رقم 01)، ضمن استبيان للتحكيم وذلك للتأكد من صلاحية العبارات ومدى انتماءها لكل بعد من الأبعاد وإبداء أية ملاحظات تتعلق بالتعديل أو الحذف أو الإضافة وبالإستخدام معادلة كوبر COOPER والتي تنص على:

$$\text{نسبة الاتفاق} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات عدم الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق}} \times 100$$

حيث تراوحت نسب اتفاق المحكمين بين 84.61% و 100% على أن عبارات مقياس التكيف الدراسي تقيس أبعاده التي تم تحديدها في التعريف الإجرائي له، ماعدا (06) عبارات تم حذفها والتي جاءت نسبة الاتفاق عليها من قبل المحكمين اقل من (80 %) وهي: (03، 32، 48، 54، 73، 77)، وتعديل صياغة بعض العبارات، وبذلك أصبح مقياس التكيف الدراسي في صورته الثانية يحتوي على (74) عبارة موزعة على أربعة أبعاد (انظر للملحق رقم 08).

الجدول رقم (34): يمثل نسبة اتفاق واختلاف المحكمين على عبارات مقياس التكيف

الدراسي عن طريق معادلة كوبر COOPER

رقم العبارة	عدد مرات الاتفاق	عدد مرات الاختلاف	النسبة المئوية
01	13	00	%100
02	11	02	%84.61
03	04	09	%30.76
04	13	00	%100
05	11	02	%84.61
06	13	00	%100
07	12	01	%92.30
41	13	00	%100
42	11	02	%84.61
43	13	00	%100
44	13	00	%100
45	11	02	%84.61
46	13	00	%100
47	12	01	%92.30

%38.46	08	05	48
%100	00	13	49
%92.30	01	12	50
%84.61	02	11	51
92.30%	01	12	52
%100	00	13	53
%30.76	09	04	54
%92.30	01	12	55
%100	00	13	56
%100	00	13	57
%100	00	13	58
%84.61	02	11	59
%84.61	02	11	60
%92.30	01	12	61
%84.61	02	11	62
%92.30	01	12	63
%84.61	02	11	64
%100	00	13	65
%100	00	13	66
%100	00	13	67
%84.61	03	10	68
%92.30	01	12	69
%100	00	13	70
%84.61	02	11	71
%100	00	13	72
%30.76	09	04	73
%84.61	02	11	74
%84.61	02	11	75
%92.30	01	12	76
%61.53	05	08	77
%100	00	13	78
%84.61	02	11	79
%92.30	01	12	80

%100	00	13	08
%84.61	02	11	09
%92.30	01	12	10
%100	00	13	11
%84.61	02	11	12
%92.30	01	12	13
%100	00	13	14
%100	00	13	15
%84.61	02	11	16
%100	00	13	17
%84.61	02	11	18
%92.30	01	12	19
%100	00	13	20
%84.61	02	11	21
%84.61	03	10	22
%100	00	13	23
%100	00	13	24
%100	00	13	25
%100	00	13	26
%84.61	02	11	27
%100	00	13	28
%92.30	01	12	29
%84.61	02	11	30
%92.30	01	12	31
%46.15	07	06	32
%84.61	02	11	33
%84.61	02	11	34
%92.30	01	12	35
%100	00	13	36
%84.61	02	11	37
%100	00	13	38
%100	00	13	39
%84.61	02	11	40

الجدول رقم (35) : يمثل عبارات مقياس التكيف الدراسي قبل وبعد التعديل طبقاً لآراء

المحكمين

رقم العبرة	العبرة في الصياغة الأولية	العبرة بعد تعديل المحكمين
02	أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي عما يشغل بالي	أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي
05	يتعامل الأساتذة معي بتعال وتكبر داخل الثانوية	يتعامل الأساتذة معي بتعال وتكبر
07	اشعر أن الأساتذة يثقون ويعولون علي	اشعر أن الأساتذة يثقون بإمكانياتي
09	يهتم الأساتذة اهتماما كبيرا لفهمي للدروس	يهتم الأساتذة بمدى فهمي للدروس
10	غالبا ما يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم	يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم
16	احترم الأساتذة احتراما كبيرا	احترم واقدر الأساتذة كثيرا
18	اشعر برغبة في مشاكسة الأساتذة	اشعر برغبة في مشاكسة وإزعاج الأساتذة
33	من السهل علي أن استمر في الحديث مع زملائي بصورة عامة	سهل علي الاستمرار في الحديث مع زملائي بصورة عامة
35	اشعر بان زملائي يقدروني	اشعر بان زملائي يحبونني ويقدروني
37	أحب إثارة المشاكل بين الزملاء	ارغب في إثارة المشاكل بين الزملاء
42	أفضل عدم لبس المئزر المدرسي داخل الثانوية	أفضل عدم لبس المئزر داخل الثانوية
45	أجد صعوبة في الخضوع للنظام المدرسي بالثانوية	أجد صعوبة في الخضوع للنظام الداخلي للثانوية

6 - تطبيق المقياس في صورته الثانية وتأكد من صلاحيته:

بعد إجراء التعديلات على المقياس من حذف وإعادة صياغة بعض العبارات وفقا لآراء المحكمين أصبح يتكون من (74) عبارة موزعة على أربعة أبعاد وبعد وضع التعليمات المناسبة له، وإعادة ترتيب عبارات المقياس عشوائيا حتى لا يتمكن المفحوص من معرفة البعد الذي يقيسه (انظر الملحق رقم 08) تم توزيع المقياس على عينة استطلاعية قوامها (110) متعلم من تلاميذ السنة الثانية ثانوي التابعين لبعض ثانويات مدينة المسيلة كما هو

موضح في الجدول رقم (03)، وبعد التأكد من صدقه وثباته، تم حذف بعض العبارات التي لم تحقق درجة كبيرة من الصدق والبالغ عددهم (08) عبارات وهي (1، 5، 12، 26، 27، 43، 70، 72)، حيث أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (66) عبارة (انظر للملحق رقم 09).

ب/- وصف المقياس:

قامت الطالبة الباحثة بإعداد هذا المقياس، حيث تكون في صورته النهائية من (66) عبارة موزعة على أربعة أبعاد هي: (علاقة التلميذ بالأساتذة، علاقة التلميذ بالزملاء، موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها، موقف التلميذ من الدراسة)، بمعدل (41) عبارة موجبة و(25) عبارة سالبة، حيث تتم الاستجابة على المقياس وفقا لسلم ليكارت الثلاثي (نعم، أحيانا، لا). والجدول التالي يوضح توزيع عبارات مقياس التكيف الدراسي على أبعاده الأربعة:

الجدول رقم (36) : يمثل توزيع عبارات مقياس التكيف الدراسي على أبعاده.

رقم البعد	عنوان البعد	عدد العبارات	أرقام العبارات
01	علاقة التلميذ بالأساتذة.	20	-38-28-20-19-16-15-14-13-12-9-6 63-57-54-49-46-43-42-41-39
02	علاقة التلميذ بالزملاء.	16	-40-35-31-25-24-23-21-18-10-8-3 65-59-58-56-53
03	موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها	16	-51-36-33-32-29-26-17-11-7-5-2-1 66-61-55-52
04	موقف التلميذ من الدراسة.	14	-50-48-47-45-44-37-34-30-27-22-4 64-62-60

ج /- تصحيح المقياس:

تصحيح المقياس يكون بالدرجات (0-1-2) على التوالي بالنسبة للعبارات الموجبة، وتعكس هذه الدرجات على النحو التالي (2-1-0) في العبارات السالبة حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-132) درجة.

الجدول رقم (37) : يمثل توزيع العبارات السلبية والايجابية لمقياس التكيف الدراسي

نوع العبارات	عدد العبارات	أرقام العبارات
العبارات الايجابية	41	1-3-4-6-7-9-10-11-13-14-15-17-19-20-21-23-25-26-27-29-30-32-34-35-36-38-41-44-46-47-49-51-53-54-55-58-59-60-63-64-66
العبارات السلبية	25	2-5-8-12-16-18-22-24-28-31-33-37-39-40-42-43-45-48-50-52-56-57-61-62-65

د/- الخصائص السيكمترية لمقياس التكيف الدراسي :

تم حساب الخصائص السيكمترية لمقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية المعد من طرف الطالبة الباحثة على مرحلتين أساسيتين هما: المرحلة الأولى والتي أسفرت نتائجها على وجود بعض العبارات الغير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) و (0.05) وذلك باستخدام صدق الاتساق الداخلي وهذا مما استوجب حذف هذه العبارات التي جاءت أرقامها على التوالي (1، 5، 12، 26، 27، 43، 70، 72)، أما في المرحلة الثانية تم إعادة حساب الخصائص السيكمترية للمقياس مرة ثانية من أجل التأكد من مصداقية المقياس (انظر للملحق رقم 11)، والإجراءات تمت على النحو التالي:

1- المرحلة الأولى : قبل حذف العبارات:

• ثبات المقياس :

- التناسق الداخلي: (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمحاور أو للمقياس ككل، حيث قدر معامل ألفا كرونباخ بالنسبة للمحور الأول (0.83) وبالنسبة للمحور الثاني (0.66) وبالنسبة للمحور الثالث (0.65) وبالنسبة للمحور الرابع (0.64) في يحن بلغ بالنسبة للمقياس ككل (0.89) وكلها قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (38): يوضح ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور 1	0.835	20
المحور 2	0.662	19
المحور 3	0.658	18
المحور 4	0.645	17
الكلي	0.892	74

• صدق المقياس :

- صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالمحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

- الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها:

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور علاقة التلميذ بالأساتذة:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور

الأول مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (20) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (8، 11، 15، 16، 17، 18، 19، 22، 23، 33، 44، 45، 47، 48، 49، 52، 55، 60، 63، 69) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.68) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (17) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.33) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (63) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن المحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (39) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالأساتذة مع

درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 8	0.458**	العبارة 44	0.364**
العبارة 11	0.337**	العبارة 45	0.404**
العبارة 15	0.444**	العبارة 47	0.558**
العبارة 16	0.553**	العبارة 48	0.537**
العبارة 17	0.689**	العبارة 49	0.559**
العبارة 18	0.631**	العبارة 52	0.659**
العبارة 19	0.375**	العبارة 55	0.515**
العبارة 22	0.448**	العبارة 60	0.394**
العبارة 23	0.539**	العبارة 63	0.473**
العبارة 33	0.399**	العبارة 69	0.434**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور علاقة التلميذ بالزملاء:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً فمنها ما هو دال عند مستوى الدلالة ألفا

($\alpha=0.01$) وعددها (17) عبارة، وهي (1، 4، 10، 13، 21، 24، 27، 28، 29، 30، 40، 59، 62، 64، 65، 72، 73) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,57) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (62) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,27) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (27) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارتان فقط وهما (70,46) دالتان عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وعموماً يمكن القول بأن المحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (40): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالزملاء مع

درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 1	0.328**	العبارة 40	0.425**
العبارة 4	0.427**	العبارة 46	0.203*
العبارة 10	0.358**	العبارة 59	0.359**
العبارة 13	0.333**	العبارة 62	0.578**
العبارة 21	0.324**	العبارة 64	0.442**
العبارة 24	0.508**	العبارة 65	0.559**
العبارة 27	0.281**	العبارة 70	0.204*
العبارة 28	0.297**	العبارة 72	0.381**
العبارة 29	0.312**	العبارة 73	0.488**
العبارة 30	0.537**	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01).	
		* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05).	

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين

عبارات المحور الثالث مع الدرجة الكلية له ككل أغلبها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (17) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (2، 3، 7، 9، 14، 20، 31، 34، 36، 37، 38، 41، 57، 58، 61، 67، 74) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,68) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (74) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,24) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (34) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارة واحدة غير دالة وهي رقم (5)، عموماً يمكن القول بأن المحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) صادق مع الإشارة إلى حذف العبارة غير الدالة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (41) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 2	0.307**	العبارة 36	0.461**
العبارة 3	0.314**	العبارة 37	0.285**
العبارة 5	0.156	العبارة 38	0.485**
العبارة 7	0.326**	العبارة 41	0.316**
العبارة 9	0.501**	العبارة 57	0.466**
العبارة 14	0.274**	العبارة 58	0.408**
العبارة 20	0.612**	العبارة 61	0.365**
العبارة 31	0.551**	العبارة 67	0.459**
العبارة 34	-0.247**	العبارة 74	0.685**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور موقف التلميذ من الدراسة:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الرابع مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (15) عبارة، وهي (6، 25، 26، 32، 35، 39، 42، 50، 51، 53، 54، 56،

66، 68، 71) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,54) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (35) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,29) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (26) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارة واحدة فقط وهي رقم (12) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) كما أن هناك عبارة واحدة فقط وهي رقم (43) غير دالة، وعموماً يمكن القول بأن المحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) صادق مع الإشارة إلى حذف العبارة غير الدالة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (42) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الدراسة مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 6	0.488**	العبارة 50	0.471**
العبارة 12	0.199*	العبارة 51	0.425**
العبارة 25	0.368**	العبارة 53	0.445**
العبارة 26	0.297**	العبارة 54	0.450**
العبارة 32	0.467**	العبارة 56	0.331**
العبارة 35	0.544**	العبارة 66	0.411**
العبارة 39	0.384**	العبارة 68	0.381**
العبارة 42	0.450**	العبارة 71	0.395**
العبارة 43	0.136	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)	
		* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)	

- الارتباط بين العبارات ككل مع الدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس ككل بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين العبارات مع الدرجة الكلية للمقياس ككل أغلبها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (57) عبارة، وهي (2، 3، 7، 8، 9، 11، 15، 16، 17، 18، 19، 22، 23، 33، 44، 45، 47، 48، 49، 52، 55، 60، 63، 69، 10، 13، 24، 30، 40، 46، 59، 62، 65، 73، 14، 20، 31، 34، 36، 38، 41، 57، 58، 61، 67، 74، 6، 32، 35، 39، 42، 50، 51، 53، 54، 66، 71) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,64) كأعلى ارتباط كان بين العبارة

(17) والدرجة الكلية للمقياس ككل و(0,25) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (67) والدرجة الكلية للمقياس ككل، ونجد أن هناك (9) عبارات وهي (4، 21، 25، 28، 29، 37، 56، 64، 68) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,24) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (56) والدرجة الكلية للمقياس ككل و(0,19) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (21) والدرجة الكلية للمقياس ككل، كما أن هناك (8) عبارات وهي رقم (1، 5، 12، 26، 27، 43، 70، 72) غير دالة، وعموماً يمكن القول بأن المقياس ككل صادق مع الإشارة إلى حذف العبارة غير الدالة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (43) : يوضح مصفوفة ارتباطات العبارات ككل مع درجة الكلية للمقياس ككل

الدرجة الكلية	العبارات	الدرجة الكلية	العبارات	الدرجة الكلية	العبارات	الدرجة الكلية	العبارات
0.485**	العبارة 6	0.183	العبارة 1	0.108	العبارة 72	0.370**	العبارة 8
0.075	العبارة 12	0.231*	العبارة 4	0.324**	العبارة 73	0.270**	العبارة 11
0.212*	العبارة 25	0.301**	العبارة 10	0.308**	العبارة 2	0.427**	العبارة 15
0.027	العبارة 26	0.254**	العبارة 13	0.278**	العبارة 3	0.488**	العبارة 16
0.443**	العبارة 32	0.194*	العبارة 21	0.047	العبارة 5	0.648**	العبارة 17
0.514**	العبارة 35	0.343**	العبارة 24	0.310**	العبارة 7	0.590**	العبارة 18
0.325**	العبارة 39	0.137	العبارة 27	0.335**	العبارة 9	0.391**	العبارة 19
0.412**	العبارة 42	0.208*	العبارة 28	0.292**	العبارة 14	0.443**	العبارة 22
0.094	العبارة 43	0.240*	العبارة 29	0.486**	العبارة 20	0.467**	العبارة 23
0.409**	العبارة 50	0.530**	العبارة 30	0.427**	العبارة 31	0.366**	العبارة 33
0.257**	العبارة 51	0.377**	العبارة 40	-0.338**	العبارة 34	0.462**	العبارة 44
0.421**	العبارة 53	0.272**	العبارة 46	0.409**	العبارة 36	0.327**	العبارة 45
0.387**	العبارة 54	0.255**	العبارة 59	0.207*	العبارة 37	0.500**	العبارة 47
0.242*	العبارة 56	0.359**	العبارة 62	0.413**	العبارة 38	0.378**	العبارة 48
0.504**	العبارة 66	0.241*	العبارة 64	0.301**	العبارة 41	0.584**	العبارة 49
0.238*	العبارة 68	0.409**	العبارة 65	0.358**	العبارة 57	0.567**	العبارة 52
0.427**	العبارة 71	-0.01	العبارة 70	0.469**	العبارة 58	0.444**	العبارة 55
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)				0.388**	العبارة 61	0.342**	العبارة 60
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)				0.252**	العبارة 67	0.339**	العبارة 63
				0.607**	العبارة 74	0.438**	العبارة 69

- الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائياً فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.90)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.67)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.82)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.82)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (44) : يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التكيف الدراسي مع

درجته الكلية

المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس
علاقة التلميذ بالأساتذة	0.900**	موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها	0.821**
علاقة التلميذ بالزملاء	0.673**	موقف التلميذ من الدراسة	0.823**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

2- المرحلة الثانية : بعد حذف العبارات:

• الثبات المقياس: تم حساب الثبات بطريقتين هما:

- التناسق الداخلي: (ألفا كرونباخ):

تم إعادة حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ، حيث قدر بالنسبة للمحور الأول (0.83) وبالنسبة للمحور الثاني (0.66) وبالنسبة للمحور الثالث (0.67) وبالنسبة للمحور الرابع (0.69) في يحن بلغ بالنسبة للمقياس ككل (0.90) وكلها قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (45) : يوضح ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور 1	0.835	20
المحور 2	0.660	15
المحور 3	0.677	17
المحور 4	0.692	14
الكلية	0.902	66

- التطبيق وإعادة التطبيق:

كما تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق وذلك بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية على مرحلتين بفاصل زمني قدر بأسبوعين وبعد ذلك تم قياس الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني بمعامل الارتباط بيرسون فبلغت قيمته (0.88) وهي قيمة تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (46) : يوضح ثبات مقياس التكيف الدراسي عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق

المقياس	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين	0.880	0.000	دال عند 0.01

• صدق المقياس : تم تقدير الصدق بعدة طرق هي:

- صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالمحور الذي تنتمي إليه، وبعدها تم تقدير الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل كما يلي:

- الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية للمحاور التي تنتمي إليها:

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور علاقة التلميذ بالأساتذة :

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور

الأول مع الدرجة الكلية له ككل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (20) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (6، 9، 12، 13، 14، 15، 16، 19، 20، 28، 38، 39، 41، 42، 43، 46، 49، 54، 57، 63)، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.68) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (14) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.33) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (57) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن المحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (47) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالأساتذة مع

درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 6	0.458**	العبارة 38	0.473**
العبارة 9	0.337**	العبارة 39	0.377**
العبارة 12	0.444**	العبارة 41	0.590**
العبارة 13	0.553**	العبارة 42	0.431**
العبارة 14	0.689**	العبارة 43	0.586**
العبارة 15	0.631**	العبارة 46	0.643**
العبارة 16	0.375**	العبارة 49	0.590**
العبارة 19	0.448**	العبارة 54	0.399**
العبارة 20	0.539**	العبارة 57	0.334**
العبارة 28	0.399**	العبارة 63	0.537**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور علاقة التلميذ بالزملاء :

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)

وعدها (15) عبارة، وهي (3، 8، 10، 18، 21، 23، 24، 25، 35، 40، 53، 56، 58، 59، 65) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,55) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (59) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,26) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (40) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن المحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (48) : يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور علاقة التلميذ بالزملاء مع

درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 3	0.426**	العبارة 35	0.431**
العبارة 8	0.441**	العبارة 40	0.264**
العبارة 10	0.352**	العبارة 53	0.376**
العبارة 18	0.401**	العبارة 56	0.527**
العبارة 21	0.497**	العبارة 58	0.497**
العبارة 23	0.309**	العبارة 59	0.552**
العبارة 24	0.393**	العبارة 65	0.491**
العبارة 25	0.508**	**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)	

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثالث مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (17) عبارة، وقد كانت في أرقام العبارات (2، 3، 7، 9، 14، 20، 31، 34، 36، 37، 38، 41، 57، 58، 61، 67، 74) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,68) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (74) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,24) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (34) والدرجة الكلية للمحور ككل، ونجد أن هناك عبارة واحدة

غير دالة وهي رقم (5)، عموماً يمكن القول بأن المحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (49): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها مع درجته الكلية

الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات
0.305**	العبرة 32	0.301**	العبرة 1
0.470**	العبرة 33	0.316**	العبرة 2
0.337**	العبرة 36	0.346**	العبرة 5
0.464**	العبرة 51	0.520**	العبرة 7
0.389**	العبرة 52	0.296**	العبرة 11
0.391**	العبرة 55	0.613**	العبرة 17
0.447**	العبرة 61	0.570**	العبرة 26
0.699**	العبرة 66	-0.264**	العبرة 29
(0.01)** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا		0.457**	العبرة 31

- الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمحور موقف التلميذ من الدراسة :

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الرابع مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (14) عبارة، وهي (4، 22، 27، 30، 34، 37، 44، 45، 47، 48، 50، 60، 62، 64) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,55) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (30) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,35) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (22) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن المحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (50): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات محور موقف التلميذ من الدراسة مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبرة 4	0.525**	العبرة 45	0.386**
العبرة 22	0.357**	العبرة 47	0.436**
العبرة 27	0.491**	العبرة 48	0.473**
العبرة 30	0.559**	العبرة 50	0.371**
العبرة 34	0.417**	العبرة 60	0.449**
العبرة 37	0.484**	العبرة 62	0.393**
العبرة 44	0.465**	العبرة 64	0.440**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)			

• الارتباط بين العبارات ككل مع الدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس ككل بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين العبارات مع الدرجة الكلية للمقياس ككل أغلبها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (57) عبارة، وهي: (6، 9، 12، 13، 14، 15، 16، 19، 20، 28، 38، 39، 41، 42، 43، 46، 49، 54، 57، 63، 8، 10، 21، 25، 35، 40، 53، 56، 59، 65، 1، 2، 5، 7، 11، 17، 26، 29، 31، 33، 36، 51، 52، 55، 61، 66، 4، 27، 30، 34، 37، 44، 47، 48، 50، 60، 64) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,66) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (14) والدرجة الكلية للمقياس ككل و(0,25) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (53) والدرجة الكلية للمقياس ككل، ونجد أن هناك (9) عبارات وهي (3، 18، 22، 23، 24، 32، 45، 58، 62) دالة عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,24) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (58، 62) والدرجة الكلية للمقياس ككل و(0,20) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (23) والدرجة الكلية للمقياس ككل، وعموماً يمكن القول بأن المقياس ككل صادق، كما هو موضح في الجدول:

الجدول رقم (51) : يوضح مصفوفة ارتباطات العبارات مع درجة الكلية للمقياس ككل

الدرجة الكلية	العبارات	الدرجة الكلية	العبارات	الدرجة الكلية	العبارات
0.269**	العبارة 10	0.415**	العبارة 59	0.373**	العبارة 6
0.207*	العبارة 18	0.309**	العبارة 65	0.297**	العبارة 9
0.353**	العبارة 21	0.319**	العبارة 1	0.425**	العبارة 12
0.206*	العبارة 23	0.284**	العبارة 2	0.504**	العبارة 13
0.234*	العبارة 24	0.322**	العبارة 5	0.663**	العبارة 14
0.513**	العبارة 25	0.336**	العبارة 7	0.602**	العبارة 15
0.371**	العبارة 35	0.296**	العبارة 11	0.366**	العبارة 16
0.275**	العبارة 40	0.486**	العبارة 17	0.474**	العبارة 19
0.252**	العبارة 53	0.449**	العبارة 26	0.483**	العبارة 20
0.325**	العبارة 56	-0.349**	العبارة 29	0.344**	العبارة 28
0.242*	العبارة 58	0.397**	العبارة 31	0.462**	العبارة 38
0.504**	العبارة 30	0.227*	العبارة 32	0.317**	العبارة 39
0.342**	العبارة 34	0.417**	العبارة 33	0.502**	العبارة 41
0.429**	العبارة 37	0.310**	العبارة 36	0.373**	العبارة 42
0.399**	العبارة 44	0.368**	العبارة 51	0.575**	العبارة 43
0.231*	العبارة 45	0.459**	العبارة 52	0.594**	العبارة 46
0.412**	العبارة 47	0.399**	العبارة 55	0.465**	العبارة 49
0.385**	العبارة 48	0.260**	العبارة 61	0.366**	العبارة 54
0.249**	العبارة 50	0.626**	العبارة 66	0.341**	العبارة 57
0.522**	العبارة 60	0.490**	العبارة 4	0.458**	العبارة 63
0.242*	العبارة 62	0.210*	العبارة 22	0.235*	العبارة 3
0.444**	العبارة 64	0.451**	العبارة 27	0.318**	العبارة 8
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)					
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)					

• الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائياً فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول (علاقة التلميذ بالأساتذة) والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.90)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني (علاقة التلميذ بالزملاء) بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.67)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الثالث (موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.82)، أما بالنسبة لارتباط الدرجة الكلية للمحور الرابع (موقف التلميذ من الدراسة) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغت (0.82)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (52) : يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور التكيف الدراسي مع

درجته الكلية

الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور
0.838**	موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها	0.913**	علاقة التلميذ بالأساتذة
0.849**	موقف التلميذ من الدراسة	0.699**	علاقة التلميذ بالزملاء
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)			

- الصدق المرتبط بمحك خارجي (الصدق التلازمي أو التطبقي):

كما تم حساب صدق هذا المقياس بطريقة المحك وذلك عن طريق تطبيق مقياس التكيف الدراسي مع محك خارجي وهو مقياس التكيف المدرسي المصمم من طرف سهيلة حسين قلندر حسين (2003) بعد ذلك تم قياس معامل الارتباط بيرسون بين درجات مقياس التكيف الدراسي ودرجات المحك الخارجي وقد بلغ معامل الارتباط (0.80) وهي قيمة تدل على أن المقياس يتمتع بالصدق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (53) : يوضح العلاقة بين مقياس التكيف الدراسي والمحك الخارجي

القرار	مستوى الدلالة	قيمة الارتباط	معامل الارتباط بين المقياس والمحك الخارجي
دال عند 0.01	0.000	0.808	

- صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس باستخدام طريقة المقارنة الطرفية على مرحلتين وذلك بترتيب الدرجات تنازلياً ثم أخذ نسبة 27% من طرفي الاختبار الأعلى والأدنى، أي ما يقابلها 30 درجة علياً و 30 درجة دنياً ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار الدلالة الإحصائية (Ttest) وذلك بالنسبة لكل تطبيق على حدة وبالنسبة للتطبيقين معاً:

• بالنسبة لكل تطبيق على حدة:

بالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (Ttest) كما هو موضح في الجدول رقم (54) يتضح بأن هذا المقياس صادق حيث بلغت قيمته (24.10) بالنسبة للطرفين الأعلى والأدنى من التطبيق الأول و (19.72) بالنسبة للطرفين الأعلى والأدنى من التطبيق الثاني، وهي قيمتان دالتان عند درجة الحرية (58) ومستوى الخطأ أو الدلالة ($\alpha=0.01$) (أنظر للملحق رقم 11) كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (54) : يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الدراسي لكل تطبيق على

حدة

القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	اختبار التجانس F	الطرفين
دال عند 0.01	0.000	24.100	58	6.586	104.00	30	0.989	0.000	الأعلى
				6.992	61.73	30			الأدنى
دال عند 0.01	0.000	19.720	58	6.066	103.43	30	0.160	2.027	الأعلى
				9.185	63.80	30			الأدنى

• بالنسبة للتطبيقين معا:

بالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة (**Ttest**) كما هو موضح في الجدول رقم (55) يتضح بأن هذا المقياس صادق حيث بلغت قيمته (1.59) بالنسبة للطرف الأعلى في التطبيقين الأول والثاني و(-1.54) بالنسبة للطرف الأدنى في التطبيقين الأول والثاني، وهي قيمتان غير دالتان عند درجة الحرية (58) ومستوى الخطأ أو الدلالة ($\alpha=0.05$)، (أنظر للملحق رقم 11) كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (55) : يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الدراسي للتطبيقين معا

المقارنات		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
المقارنة الأولى	الأعلى	30	104.00	6.586	29	1.598	0.121	غير دال
	الأعلى	30	103.43	6.066				دال
المقارنة الثانية	الأدنى	30	61.73	6.992	29	-1.540	0.134	غير دال
	الأدنى	30	63.80	9.185				دال

4- أساليب المعالجة الإحصائية:

يعتبر تحديد الأساليب الإحصائية خطوة هامة في تحليل وتفسير النتائج، وذلك ما تم الاعتماد عليه في هذه الدراسة، من خلال الاستعانة بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة رقم (21)، وذلك بتطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

- ✓ اختبار كولموغوروف سميرونوف وكذا اختبار شبيرو ويلك للتحقق من شرط التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة
- ✓ الإحصاء الوصفي المتمثل في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
- ✓ معاملات الارتباط بارسون R للتحقق من الفرضيات العلائقية.
- ✓ اختبار **Ttest** لتبيان الفروق والتحقق من الفرضيات الفارقية.
- ✓ اختبار التجانس ليفين (ف) للتحقق من التجانس بين المجموعات

- لحساب الخصائص السيكمترية لأدوات القياس استعملنا الأساليب الإحصائية التالية:
- ✓ معامل ألفا كرومباخ **Cronbach** ومعامل الارتباط **R** بارسون، ومعامل سبيرمان براون
- و معامل جاتمان للتأكد من ثبات أدوات القياس.
- ✓ معامل الارتباط **R** بارسون لقياس صدق الأدوات.
- ✓ معادلة كوبر **cooper** لحساب صدق المحكمين

خلاصة :

وكخلاصة لهذا الفصل يتبين لنا أنه لا يمكن أن يصل أي باحث إلى نتائج حقيقية في بحثه إلا إذا كان هناك ترابط وتكامل بين فصوله النظرية والتطبيقية ولقد ركزنا في هذا الفصل على تحديد الإجراءات المنهجية والميدانية مع تحري الدقة من خلال محاولتنا للتوصل إلى نتائج الدراسة الاستطلاعية ومحاولة توجيه الفرضيات حسب ما تم التوصل إليه وحسب الدراسات السابقة المذكورة أنفا في عرض وتحليل النتائج .

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

- 1- التحقق من شرط التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة
- 2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات.
 - 1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
 - 2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
 - 3-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
 - 4-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
 - 5-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.
 - 6-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة.
 - 7-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة.
 - 8-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثامنة.
 - 9-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية التاسعة.
 - 10-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العاشرة.
 - 11-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الحادية عشر
 - 12-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية عشر

- الاستنتاج العام للدراسة .

- مقترحات الدراسة

تمهيد:

بعد أن تم في الفصل السابق عرض الإطار المنهجي للدراسة والذي تضمن شرحاً لمجتمع وعينة الدراسة، والمنهج المستخدم فيها والحديث عن أدوات تطبيقها، والخصائص السيكمترية لها وصولاً إلى تحديد أساليب المعالجة الإحصائية، ليأتي الدور في الفصل الحالي لعرض النتائج المتوصل إليها وتحليلها ومناقشتها وتفسيرها في ضوء الفرضيات المطروحة، وهي غاية كل بحث علمي، وهذا اعتماداً على الدراسات السابقة والخلفية النظرية.

1- التحقق من شرط التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة:

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (56): يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

القرار	Shapiro–Wilk			Kolmogorov–Smirnov ^a			المتغيرات
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصاءات	
غير دال	0.433	333	0.995	0.053	333	0.049	جودة الحياة
دال	0.002	333	0.986	0.010	333	0.058	التوافق النفسي
غير دال	0.166	333	0.994	0.014	333	0.056	التكيف الدراسي

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه رقم (56) نلاحظ وبناءً على قيم إختبار كولموغوروف سميرونوف وكذا إختبار شبيرو ويلك أن كل القيم بالنسبة للمقياسين محل الدراسة وهي (جودة الحياة، التوافق النفسي، التكيف الدراسي) جاءت غير دالة عند مستوى

الدلالة ألفا (0.05) ماعدا في متغير التوافق النفسي مما يدفعنا إلى القول بأن بيانات المتغيرات تتوزع توزيعا طبيعيا، وبالتالي فإن كل الأساليب الإحصائية التي ستستخدم في معالجة فرضيات الدراسة هي أساليب بارامترية كما هو موضح في الملحق رقم (12).

2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة :

2-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهاته الدراسة على: "مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط إستجابات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (57) : يوضح مستوى جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة

المقياس	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
جودة الحياة	333	180	207.83	24.487	332	20.741	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (57) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس (جودة الحياة) والذي بلغ (207.83) أنه أعلى تماما من المتوسط النظري للمقياس والمقدر بـ (180)، بناء عليه فإن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى مرتفع من جودة الحياة، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (20.74)

وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وهذا يعني الفرق لصالح المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد الفرضية الأولى للدراسة والقائلة " مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

إذ تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة "كاظم والبهادلي" (2007) التي أسفرت نتائجها عن مستوى عال في جودة الحياة لأفراد العينة، أما "شاهر خالد سليمان" (2010) فقد أظهرت نتائج دراسته أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعد من أبعاد جودة الحياة الاجتماعية، وجودة التعليم الدراسي، ومتوسط في بعدين هما جودة الصحة العامة وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفض في بعدين أيضاً هما : جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي، وتتفق مع دراسة كل من بن خليفة ولحشرش (2017) الذي توصلت نتائج دراسته أن نسبة (37.70%) من مجموع أفراد العينة مرتفع. وذلك في دراسة العادلي والكردي (2014)، دراسة شقورة (2012)، دراسة المسابق (2015)، دراسة ماضي (2016).

وترجع الطالبة الباحثة هذه النتيجة إلى جملة من العوامل التي ساعدت هؤلاء التلاميذ على تحقيق مستوى مرتفع من جودة الحياة، منها عوامل ذاتية متعلقة بالتلميذ نفسه، وعوامل أخرى موضوعية. حيث أكد بونومي وآخرون (2000) على أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها (مسعودي، 2015، ص.205). وهذه العوامل الذاتية والموضوعية تجعل أمر تقدير درجة جودة الحياة لدى الفرد أمراً ضرورياً، فبالنسبة للعوامل الذاتية نجد مستوى النضج العقلي والنفسي والانفعالي الذي يتمتع به التلميذ والذي هو من خصائص مرحلة المراهقة، حيث في هاته المرحلة تتشكل الخصائص الجسمية والنفسية التي تسمح لهم بتسيير حياتهم بما يتلاءم مع الظروف المحيطة بهم، وكذا نمو وتطور الجانب

الإدراكي لديهم، مما يجعلهم يمتلكون رؤية واسعة تؤهلهم للتعامل مع المشكلات الاجتماعية والنفسية التي يعانون منها، وتسمح لهم بتوجيه كل طاقاتهم لمواجهة الضغوط وتحسين أوضاعهم اليومية والبحث عن الارتياح النفسي بأسلوبهم وبطريقتهم الخاصة، حتى يتكيفون مع واقعهم ويحققون أهدافهم وطموحاتهم. وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة **هناء الجوهري (1994)** التي أكدت على أن جودة الحياة هي نتاج لكل من العوامل الاجتماعية (دخل، خدمات اجتماعية، صحة ومسكن وتعليم)، والعوامل الذاتية وهي عوامل نفسية مثل نوعية إدراك الفرد لمدى مناسبة هذه العوامل الاجتماعية له، وبالتالي فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية والاجتماعية والثقافية تمثل المخرجات التي تظهر من خلالها جودة حياة الفرد (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص.06).

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى وجود علاقات اجتماعية جيدة لدى هؤلاء التلاميذ سواء في الثانوية أو خارجها ورضاهم عن هذه العلاقات، حيث يؤكد **الأشول (2005)** على أنه لا يمكن التحدث عن جودة الحياة لدى الفرد دون الأخذ في الاعتبار جودة الحياة لدى من يقعون في دائرة تفاعلاته، حيث تشير الدراسات إلى أهمية التأثير المتبادل في جودة الحياة بين الآباء والأمهات والأبناء (السرطاوي، 2014، ص.146). وهذا ما أشارت له دراسة **أحمد وعبد الرحيم (2017)** والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة. وهذا أيضا ما أكدت عليه **النظرية الاجتماعية** في تفسيرها لجودة الحياة، ذلك أن ما تقدمه الأسرة والأقارب والأصدقاء والمجتمع لأبنائهم من رعاية وحب وتقدير ودعم له الأثر الإيجابي على شخصية المراهق، مما يزيد في تقديرهم لذواتهم ورضاهم عنها وعن هذه الحياة، وبالتالي أكثر إحساسا بجودتها. وهذا ما أشار إليه **كابن وآخرون (1993)** أن ارتفاع مستوى الدعم الاجتماعي يقي الفرد من الوقوع تحت براثن الاضطرابات السلوكية والأمراض النفسية، ويؤدي به إلى الرضا عن حياته وعن عمله (الهنداوي، 2011، ص.151).

وربما تعود هذه النتيجة إلى الوضع الاجتماعي والاقتصادي والأوضاع الأمنية المستقرة التي يعيش فيها المراهق المتمدرس مقارنة ببعض الدول المجاورة دور في تحسين جودة الحياة. فإحساس التلميذ بمستوى جيد من جودة الحياة داخل الأسرة وخارجها نتيجة تحسين الظروف الاجتماعية والاقتصادية والنفسية تؤدي إلى نمو إحساس عال بالذات، والرفع من جودة الحياة خصوصا في مرحلة المراهقة. وهو ما يتوافق مع دراسة " حبيب تلوين" التي أظهرت نتائجها ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة في السنوات الأخيرة عما كان عليه في سنوات (2002 و 2003)، وهذه الانعكاسات الاجتماعية الإيجابية تؤثر بضرورة الحال إيجابا على ظروف الحياة (بحرة، 2014، ص.154). هذا وقد تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من دراسة رغداء على نعيمة (2012) ودراسة عبد الباري مايج ماضي (2016) التي أشارتا نتائج دراستهما إلى وجود مستوى متدن من جودة الحياة.

2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية لهاته الدراسة على: "مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (58) : يوضح مستوى التوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة

المقياس	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
التوافق النفسي	333	80	109.63	20.751	332	26.061	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (58) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس (التوافق النفسي) والذي بلغ (109.63) أنه أعلى تماماً من المتوسط النظري للمقياس والمقدر ب(80)، بناء عليه فإن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى مرتفع من التوافق النفسي، وهذا ما أكدته قيمة "ت" التي بلغت (26.06) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وهذا يعني الفرق لصالح المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد الفرضية الثانية للدراسة والقائلة " مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عبد الكريم قريشي (1999) التي توصلت إلى أن طلاب التعليم الثانوي يتعرضون إلى مشكلات التوافق الشخصي واجتماعي بنسبة قليلة نوعاً ما، حيث مست ثلث العينة، بمعنى أن طلاب التعليم الثانوي يتمتعون بمستوى مرتفع من التوافق، ودراسة آسيا بنت علي راجح بركات (2009) التي توصلت إلى أن ما يقارب 82 % من طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى لديهن شعور مرتفع بالتوافق النفسي، و دراسة بشير عبد الله (2010) التي وجدت أن طلاب معهد إعداد المعلمين يتمتعون بالتوافق النفسي حيث كان متوسط درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي أعلى من المتوسط النظري للمقياس وبالتالي ارتباطها بعلاقة موجبة (طردية) مع درجاتهم بالشعور بالأمن النفسي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بالعودة إلى المرحلة العمرية التي يتواجد فيها التلميذ والتي تمثل مرحلة المراهقة التي تتميز بخصائص معينة من بينها النضج والوعي الكافيين من اجل التكيف والتوافق مع الظروف المحيطة. وفي هذا يشير حامد زهران (1995) إلى أن المراهقة الوسطى التي تمتد من 15 إلى 18 سنة، تتميز بشعور المراهق بالنضج والاستقلالية

وتعتبر هذه المرحلة لب مراحل المراهقة حيث تتضح فيها مختلف المظاهر المميز لها، كما تتميز بالشعور بالهدوء والاتجاه إلى تقبل الحياة بكل ما فيها من اختلافات أو عدم الوضوح وزيادة القدرة على التوافق، كما يتميز المراهق هنا بطاقة وقدرة على العمل وإقامة علاقات متبادلة مع الآخرين ومن سمات هذه المرحلة نجد كذلك : الشعور بالمسؤولية الاجتماعية، الميل إلى مساعدة الآخرين، الاهتمام بالجنس الآخر على شكل ميول وقامة علاقات، وضوح الاتجاهات والميول لدى المراهق (بلحاج، 2011، ص.150-151). وكذلك سيطرته على عواطفه ومشاعره باستخدام ميكانزمات معينة تساعد على التوافق النفسي من بينها: تحويل الطريقة، استبدال الهدف، تنمية مهارات جديدة.....الخ.

كما أن للمدرسة دورا كبيرا في تحقيق التوافق النفسي للتلاميذ من خلال مساهمتها بتوفير الإمكانيات المادية والبشرية، واتباع الأساليب التربوية الحديثة في التدريس التي تشجع التلميذ على التحصيل الدراسي وتنمي قدراته وإمكانياته وتبرز ميولاته، وبالابتعاد عن أساليب التسلط والعنف والسعي إلى توفير الظروف الجيدة للدراسة ببناء علاقات تتسم الايجابية التي تساعد المراهق على تجاوز مختلف المشكلات التي يمكن أن يواجهها خاصة في هذه المرحلة الحساسة التي يحتاج فيها إلى مساعدته على تخطيها للوصول إلى الاستقرار والراحة النفسية وبالتالي تحقيق التوافق النفسي. ووجود هذا المراهق وسط الثانوية يعزز لديه الإحساس بالانتماء نتيجة تفاعله مع الجماعة من رفاق وأساتذة وهذا ما ينمي لديه الإحساس بتقدير الذات والايجابية وبالتالي السعادة والتوافق النفسي وهذا ما جاءت به النظرية المعرفية في تفسيرها لعملية التوافق، وأكدته دراسة عليوة سمية وبوسحابة محمد (2017) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التوافق النفسي وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. وكذلك خارج الثانوية من أسرة ومجتمع وتعد العوامل المحيطة بالتلميذ هي اكبر تحدي يواجه تحقيق التوافق النفسي للتلميذ، حيث نجد أن للعوامل الأسرية دورا بارز في تشكيل شخصية التلميذ من خلال توفير الجو المناسب للنمو

السليم الذي يبعث على الراحة ومن خلال التماسك الأسري وسلامة العلاقات بين أفرادها كلها عوامل تساهم في تحقيق التوافق النفسي للتلميذ. ويشير **صالح الداهري** بأن الأسرة هي المرجعية الأولى للفرد، حيث أكدت مدرسة التحليل النفسي عن مدى أهمية الخمس سنوات الأولى في حياة الفرد حيث توضع في هذه الفترة نواة وأسس شخصية، وأكد علماء الاجتماع والتربية الحديثة أن الفرد في سنواته الأولى يقلد ما يراه من سلوك داخل نطاق أسرته من تقاليد ومفاهيم وقيم دينية، وبأن للأسرة واجبا كبيرا نحو الأبناء لمساعدتهم على تحقيق التوافق النفسي من خلال:

- وجود نوع سائد من الحرية في تربية الأبناء ووضع أهداف مشتركة والعمل على تحقيقها بشكل جماعي .
- وجود نوع سائد من الحرية والديمقراطية ليتمكن الأبناء من طرح أفكارهم وآرائهم دون تردد أو خوف والاتفاق على بناء الدور داخل الأسرة .
- أن يسود الأسرة جو من مشاعر الحب والاحترام بين أفرادها .
- مراعاة الفروق الفردية للأبناء .
- أسلوب ثواب وعقاب معتدل ومناسب دون مغالاة (الداهري، 2005، ص.192).

إلى جانب توفر عوامل أخرى من المتوقع أنها ساعدت المراهق على تحقيق التوافق النفسي، كالظروف الاجتماعية، والاقتصادية المستقرة، والشعور بالأمن مقارنة بكثير من الدول، وهذه العوامل تساهم في الارتفاع الملحوظ في درجة الشعور بالتوافق النفسي لديهم. أما الدراسة التي اختلفت نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية هي دراسة **بوشاشي سامية (2013)** التي توصلت إلى أن طلبة الجامعة يتميزون بتوافق نفسي واجتماعي متوسط. ويمكن إرجاع هذا الاختلاف إلى طبيعة المرحلة العمرية لان الطالب الجامعي يختلف عن التلميذ في المرحلة الثانوية ففي الجامعة يصبح الطالب أكثر وعيا بمشكلاته وقدراته وإمكاناته

لكن الظروف المحيطة بالطالب سواء الظروف التربوية أو الاجتماعية أو النفسية تؤثر على بعضهم فلا يستطيعون تجاوز أبسط المشكلات التي تعترضهم خاصة مع كثرة النظرة التشاؤمية نحو المستقبل فيما يتعلق بالتوظيف كلها احد الأسباب التي تضعف من توافقهم النفسي والاجتماعي.

2-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة لهاته الدراسة على: "مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط إستجابات أفراد العينة على مقياس التكيف الدراسي والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما يوضحا الجدول التالي:

الجدول رقم (59): يوضح مستوى التكيف الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة

المقياس	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
التكيف الدراسي	333	66	80.29	17.078	332	15.274	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (59) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس (التكيف الدراسي) والذي بلغ (80.29) أنه أعلى تماما من المتوسط النظري للمقياس والمقدر ب (66)، بناء عليه فإن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى مرتفع من التكيف الدراسي، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (15.27) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وهذا يعني

الفرق لصالح المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد الفرضية الثالثة للدراسة والقائلة " مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من المحاميد وعريبات (2005)، رام كريستيان (2008)، البياتي (2010)، حمادنة (2015)، بن عايشة (2015)، سراية (2016)، بوزاهر (2018)، شعثان وبن لكل (2019).

ونعزو هذه النتيجة إلى مجموعة من العوامل تساهم في التكيف الدراسي للطلاب منها ما يتعلق بالجوانب الشخصية والنفسية له ومنها ما يتعلق بالبيئة، ومن بين العوامل التي تتعلق بالتلاميذ أنفسهم نجد إشباع الحاجات البيولوجية والنفسية والاجتماعية. حيث يشير "أليس (1979, alis) إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيف السوي هم الذين يفكرون بطريقة منطقية وعقلانية وعلمية تمنع ظهور الاضطرابات النفسية، ونستنتج من ذلك أن التكيف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، والتي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات وتلبية المتطلبات سواء الفسيولوجية أو الاجتماعية (عباس، 2015، ص.453). وهذا أيضا ما أكدته ماسلوا "Maslow" من أن التكيف يتحقق بإشباع حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية والنفسية كما أكد على ضرورة تحقيق الذات (بن عايشة، 2015، ص.76).

أما من بين العوامل الخارجية نجد البيئة المدرسية بجوانبها المختلفة من زملاء وأساتذة وإدارة مدرسية ومناهج دراسية وغيرها من الأمور الأخرى، وفي هذا يشير جبريل موسى عبد الخالق (1983) بأن تكيف الطالب المدرسي "ينجم عن تفاعله مع المواقف التربوية، وهو محصلة لتفاعل عدد من العوامل من أهمها: ميوله، ونضج أهدافه، واتجاهاته نحو النظام المدرسي، واتجاهاته نحو المواد الدراسية، وعلاقته بزملائه وأساتذته، ومستوى طموحه، ولا يقاس مستوى تكيف الطالب بمدى خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات وحلها حلولاً إيجابية تساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه المدرسي

(ناصر، 2006، ص.09). فبتفاعل شخصية الطالب مع البيئة المدرسية تحدث عملية التكيف خاصة إذا كانت تلك البيئة تتوفر على كل الظروف والإمكانيات التي تساعد الطالب على التمدد في شكل جيد، ويحضر بالمعاملة الجيدة من قبل الإدارة المدرسية والأساتذة، وبالعلاقة حسنة مع زملائه، فالتكيف إذا هو محصلة لتفاعل كل تلك العوامل مع بعضها البعض. وفي هذا يشير ويشير مرسى (1994) بأنه لا تقتصر رسالة المدرسة اليوم على حشد المعلومات في رؤوس الطلاب، بل أصبحت المهمة التربوية أساسا، كذلك المعلم لم تعد رسالته تلقين المعلومات وإنما أصبح مسئولا عن تربية التلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا، أصبحت مهمة التربية الحديثة تنحصر في تحقيق التوافق بين الطالب والقيم التي تفرضها البيئة، وإعطاء فرصة للممارسة والتجريب واكتشاف الخبرة الحية الواقعية لتحقيق تكامل قدراته وشخصيته، مما يتيح للطلاب فرصا فعالة للنمو والتعبير عن أنفسهم . ويرى الزرار 1997 بأنه يمكن للبيئة المدرسية بما فيها من وسائل ونظم وسلطة، أن تكون عاملا مساعدا على تحقيق التكيف النفسي للتلميذ، كما يمكنها أن تكون عاملا معوقا لتحقيق هذا التكيف السليم، إذا كانت البيئة المدرسية غير صالحة للدارسين، ومما لا شك فيه أن المنهج الدراسي، وطرق التدريس والتقييم، والعلاقات السائدة في المدرسة، والخدمات المدرسية كل ذلك له تأثيره الايجابي أو السلبي على سلوك الطلاب المراهقين وعلى نفسياتهم، وعلى إشباع حاجاتهم وتحقيق أهدافهم (المغصيب، 1422هـ، ص.25). ويؤكد شنايدر إلى "أن تكيف الأستاذ وصحته النفسية يؤثران في سلوك الطلبة تأثيرا بالغا" (مغلاوي، 2010، ص.102).

وكذلك ترجع هذه النتيجة إلى وقوع كل الثانويات التي أخذت منها العينة في الوسط الحضري (المدينة) مما يساعد التلاميذ على الاندماج والتكيف نظر لطبيعة التركيبة البشرية للتلاميذ كون الغالبية العظمى منهم ينحدرون من نفس المنطقة السكانية، إضافة إلى توفر مختلف الإمكانيات البشرية والمادية في المؤسسات التربوية مقارنة بمثيلاتها في المناطق

الريفية من أجل مساعدة التلاميذ على التكيف في إطار الإصلاحات التربوية التي جسدها وزارة التربية الوطنية في مختلف الأطوار التعليمية، ويعبر تكيفهم المرتفع عن مستوى رضاهم عن التخصصات والشعب التي يدرسون فيها، إلى جانب وجود مستشار التوجيه المدرسي والمهني في مختلف الثانويات وقيامه بالدور المنتظر منه والمتمثل في مساعدة التلاميذ على إقامة علاقات طيبة مع الزملاء والأساتذة، ومساعدتهم على الاندماج المدرسي وحل مشكلاتهم المختلفة، كما كان لرغبة هؤلاء التلاميذ في إتمام دراستهم ونيل شهادة البكالوريا أثراً ملموساً في مساهمته في رفع مستوى تكيفهم مع المجال الدراسي بكل مكوناته. كما قد تعود هذه النتيجة إلى أن أفراد عينة الدراسة ينتمون إلى السنة الثانية ثانوي والتي تتوسط المرحلة الثانوية والتي يتميز تلاميذها بالاستقرار، حيث لا يجدون صعوبة في التكيف مقارنة بزملائهم في السنة الأولى ثانوي، حيث يعتبر المستوى الصفّي للطالب من العوامل الهامة ذات العلاقة بتكيف الطالب الدراسي. حيث يرى عاقل أن بعض علماء النفس يؤكدون أن طاقات الطالب العقلية تنمو بانتقاله من صف لآخر، ويصبح أكثر قدرة على التكيف مع المحيط، كما أن احتكاكه مع الراشدين من جهة ومع زملائه في المدرسة من جهة أخرى يلعب دوراً هاماً في تكيفه الاجتماعي والمدرسي (القصاص، الجمعية، 2013، ص. 872). كما اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة قلندر (2003) التي أسفرت عن وجود مستوى منخفض من التكيف الدراسي.

2-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

نصت الفرضية الرابعة على: " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون (R_p) بين درجات أفراد عينة الدراسة على المقياسين وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة عن طريق لوحة الانتشار (أنظر للملحق رقم 13)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى:

الجدول رقم (60) : يوضح العلاقة بين جودة الحياة والتوافق النفسي

القرار	التوافق النفسي		
	0.715**	معامل الارتباط	
	0.000	مستوى الدلالة	جودة الحياة
الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$). **	333	حجم العينة	

من خلال الجدول رقم (60) أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس جودة الحياة ودرجاتهم في مقياس التوافق النفسي بلغ (0.71) وهي قيمة قوية وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين جودة الحياة والتوافق النفسي هو ارتباط طردي، أي أن درجات التلاميذ على هذين المقياسين تتوزع بنفس التوزيع إيجاباً، هذا ونلاحظ أن نتيجة الارتباط هذه جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي فإن هذه النتيجة أتت مؤيدة الفرضية الرابعة للدراسة والقائلة بـ **توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.**

نظراً لعدم توفر دراسات تربط بين متغير جودة الحياة والتوافق النفسي، تفسر الطالبة الباحثة النتيجة المتوصل إليها بالرجوع إلى التراث النظري الذي تناول كل متغير على حدى، وبالرجوع إلى الواقع، ويظهر ذلك من خلال توضيح العلاقة بين أبعاد جودة الحياة والتوافق النفسي والمتمثلة في:

• جودة الصحة العامة والتوافق النفسي:

تعد الصحة العامة من مؤشرات الإحساس بجودة الحياة، حيث أنه كلما كان الفرد يتمتع بالصحة الجسمية الجيدة والخلو من الأمراض المختلفة، والإعاقات أدى ذلك إلى توقع الأفضل في الحياة، كما تؤكد زينب الشقير أن جودة الحياة هي: " أن يعيش الفرد في حالة

جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا" (احمد، 2016، ص19). وهذا ما أكدته الاتجاه الطبي في تفسيره لجودة الحياة مما يؤدي إلى شعور الفرد بالتوافق النفسي وهذا ما جاءت به النظرية البيولوجية الطبية في تفسيرها للتوافق النفسي والاجتماعي. حيث يقرر "جالتون" "كالمان" وغيرهم أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ (عبد اللطيف، 1999، ص. 86).

• جودة الحياة الأسرية والاجتماعية والتوافق النفسي :

يعتبر الجو الأسري للمراهق من المقومات الأساسية للإحساس بجودة الحياة لان ما تقدمه الأسرة لابناءها من رعاية وحب وتقدير له الأثر الكبير والايجابي في حياتهم، فهو يؤهلهم للوصول إلى الشعور بالرضا عن أنفسهم وعن حياتهم وأكثر تحقيقاً لجودتها. إضافة إلى تدريبهم على التعامل مع مواقف الحياة بكفاءة كل هذا يلعب دوراً بالغ الأهمية في عمليات النمو النفسي فإذا كانت العلاقات الأسرية موسومة بالمودة والمحبة والعدالة والرضا والتي تمثل بدورها دعائم ومقومات جودة الحياة الأسرية وفرت لهم فرص التعامل مع الواقع بإيجابية والتوافق معه وتحقيق الصحة النفسية (لشهب ، 2017، ص.361). وترى الطالبة الباحثة أن شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها المراهق، والمتمثلة في الوالدين، الإخوة والزملاء، والأساتذة... الخ لها الأثر الكبير والايجابي في تحقيق مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة وهذا ما أكدته الأشول (2005) حيث قال أنه لا يمكن للفرد أن يدرك جودة الخدمات التي تقدم له بمعزل عن الأفراد الذين يتفاعل معهم مثل (الأصدقاء، زملاء، وأشقاء، وأقارب وغيرهم)، أي أن جودة الحياة ترتبط بالبنية المادية والبنية النفسية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (الهنداوي، 2011، ص.155). وبطبيعة الحال كل ما سبق يؤدي بالفرد إلى تحقيق التوافق مع نفسه ومع مجتمعه حيث أشار له كل من حشمت وباهي (2006) بأنه : "القدرة على إقامة علاقات إجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال

الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في محيطه الاجتماعي يعني ذلك أن التوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد (حشمت، باهي، 2006، ص.40).

• جودة التعليم والدراسة والتوافق النفسي:

أن البيئة المدرسية بما تتوفر عليه من إمكانيات مادية وبشرية اللازمة لمتدريس الجيد تؤدي إلى إحساس المراهق بالرضا والسعادة أثناء تواجده في الثانوية. وبما أن جودة الحياة تعبر عن مدى إشباع احتياجات الفرد الجسدية والنفسية والترفيهية وتوفير الخدمات الصحية والتعليمية (الصباح، جنازة، 2015، ص.4). فكل هذا يؤدي بهم إلى الشعور بالمسؤولية والتحكم في بيئته والقدرة على حل مشكلاته وبالتالي تمتعه بالتوافق النفسي. حيث أكده بطرس حافظ (2008) أن التوافق النفسي يشمل السعادة مع النفس والثقة بها والشعور بقيمتها، وإشباع الحاجات والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف، والسعي لتحقيقها، وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها، وتغير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في المراحل المتتالية، وهو ما يحقق الأمن النفسي " (بطرس، 2008، ص.113)

• جودة العواطف (الجانب الوجداني) والتوافق النفسي:

إن مرحلة التعليم الثانوي التي توافق مرحلة المراهقة المتأخرة وهي المرحلة التي تسبق مباشرة مرحلة النضج وتحمل المسؤولية في حياة الراشد، والتي تتسم بالنضج الانفعالي ونضج العواطف وهذه الأخيرة لها دور كبير في تحسين نظرة المراهق للحياة. وهذا ما أشارت إليه سارة ستاتش وزملاءها الذين أكدوا على أن الوجدان متغير أساسيا يرتبط بنوعية الحياة والرفاهية وقد بينت البحوث أن هناك تقلبا نمطيا في الوجدان الحالي يحدث نتيجة للعمر أو الجماعة التي ينتمي إليها الفرد واهتمت غالبية هذه البحوث بالوجدان العالي وبخاصية الرضا والسعادة لدى مجموعة عمرية مختلفة (مأمون، 2015، ص.155). وبما أن جودة الحياة الانفعالية أو جودة العواطف تعرف بأنها "الخلو أو التحرر من المشكلات الانفعالية مثل الاكتئاب، القلق والمخاوف المرضية، والقدرة على التوافق مع الضغوط بدون اللجوء إلى

الأساليب غير التوافقية، وقدرة الشخص على التعبير عن مشاعره، والتواصل الإيجابي مع الآخرين (عكاشة، سليم، 2010، ص.8). مما يؤدي إلى تحقيق التوافق النفسي وهذا ما جاء في نظرية التحليل النفسي في تفسيرها للتوافق حيث أكد كل من (ادلر، يونغ، فروم) على أهمية المشاعر، القدرة على الألفة والحب، قدرة الذات على التعبير عن الحب وهي مرادفات للجانب الوجداني والعواطف في تحقيق التوافق النفسي.

• جودة الصحة النفسية والتوافق النفسي:

يعرف (مصطفى الشرقاوي) جودة الحياة بأنها " قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الايجابية والاستقرار الأسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية، مما يؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات الدالة على جودة الحياة " (شيخي، 2014، ص.73). وجودة الصحة النفسية للمراهق المتمدرس بالتعليم الثانوي تظهر من خلال إحساسه الايجابي بحسن الحال، وارتفاع مستويات الرضا عن ذاته وحياته بشكل عام، وحياته المدرسية بشكل خاص، والذي يعد مؤشرا هاما من مؤشرات التوافق النفسي، والذي يعبر عليه إيزنك (1972) بأنه: " الحالة التي تتناول حاجات الفرد وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات ووصولاً إلى الصحة النفسية " (الكبيسي، 2002، ص.213). وهذا ما أكدت عليه نظرية التحليل النفسي في تفسيرها للتوافق النفسي حيث اعتقد فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لاشعورية، أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا، ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب (عبد اللطيف 1999، ص.88). وقيل أن "سيء التوافق" أو معتل

الصحة النفسية هو الفرد الذي عجز عن حل مشكلاته اليومية على اختلافها عجز يزيد على ما ينتظره الغير منه، أو ما ينتظره من نفسه" (عبد الخالق، 2004، ص.56).

• جودة إدارة الوقت وشغله والتوافق النفسي :

يعتبر الوقت أهم شيء في حياة الإنسان حيث قال رسول الله ﷺ " لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع عن عمره فيما أفناه وعن جسده فيما أبلاه وعن علمه ماذا عمل فيه وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه" رواه ابن حبان والترمذي في جامعه، وهذا إن دل على شيئا فإنما يدل على أهمية الوقت في حياة كل منا خاصة في مرحلة المراهقة التي تتسم بوجود فراغ كبير للمراهق، ويعتبر حسن إدارة الوقت وشغله من أهم المؤشرات الدالة على الإحساس بجودة الحياة، وهذا ما أكد عليه منسي وكاظم 2006 في تعريفهم لها بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه ("منسي، كاظم، 2006، ص. 56). وبالتالي فإن حسن إدارة الوقت والاستفادة منه بالنسبة للتلميذ يجعله يشعر بنوع من الراحة والاطمئنان والسعادة، وهي المؤشرات الدالة على توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته .

2-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

نصت الفرضية الخامسة على: " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون (R_p) بين درجات أفراد عينة الدراسة على المقياسين وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة عن طريق لوحة الانتشار (أنظر الملحق رقم 12)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى:

الجدول رقم (61) : يوضح العلاقة بين جودة الحياة والتكيف الدراسي

التكيف الدراسي	القرار		
جودة الحياة	معامل الارتباط	0.537**	
	مستوى الدلالة	0.000	
	حجم العينة	333	
		الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا ** ($\alpha=0,01$).	

من خلال الجدول رقم (61) أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس جودة الحياة ودرجاتهم في مقياس التكيف الدراسي بلغ (0.53) وهي قيمة متوسطة وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين جودة الحياة والتكيف الدراسي هو ارتباط طردي، أي أن درجات التلاميذ على هذين المقياسين تتوزع بنفس التوزيع إيجاباً، هذا ونلاحظ أن نتيجة الارتباط هذه جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي فإن هذه النتيجة أتت مؤيدة للفرضية الخامسة للدراسة والقائلة بـ **توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.**

بسبب عدم العثور في الدراسات السابقة التي تيسرت لنا على نتائج يمكن الاستناد إليها في دعم نتيجة الفرضية أو رفضها، حيث لم نجد دراسات اهتمت مباشرة بالموضوع فيما عدا التي تناول كل متغير على حدا، وعليه يمكن اللجوء إلى الدليل الغير مباشر والتحليل النظري لتفسير نتيجة هذه الفرضية، والتي دلت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وذلك من خلال توضيح العلاقة بين أبعاد جودة الحياة والتكيف الدراسي والمتمثلة في:

• جودة الصحة العامة والتكيف الدراسي :

تلعب الصحة العامة (الجسمية) دور أساسي في تحقيق جودة الحياة لدى المراهق في مرحلة التعليم الثانوي، لان اختلال الصحة العامة كالضعف الجسمي، ووجود إعاقات وتشوهات كلها أمور تؤدي إلى الشعور بالنقص، الأمر الذي يقود به إلى الإحباط وتدني تقدير الذات مما يؤثر سلباً على جودة الحياة لديه، لان هذه الأخيرة تعبر عن قدرة الفرد في استغلال الإمكانيات المتاحة والمتوفرة في البيئة. كما عرفها عبد الفتاح وحسين (2006)

بأنها: "الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية، وإحساسه بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص. 12). مما يؤدي إلى تحقيق تكيف المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي مع نفسه والبيئة المحيطة به، ويظهر من خلال قدرته على تحقيق التواءم مع البيئة المدرسية بجميع مكوناتها، ومن كل ما سبق تتضح لنا العلاقة بين جودة الصحة العامة والتكيف الدراسي .

• جودة الحياة الأسرية والاجتماعية والتكيف الدراسي:

يتمثل هذا البعد في الجوانب الأسرية المتعلقة بتمتع الفرد بحياة أسرية مترابطة ومستقرة يسودها الحب والإخاء والتفاهم والثقة المتبادلة، والمساندة والشعور بالسعادة، أما بعد الحياة الاجتماعية فيتعلق بعلاقة الفرد بالآخرين وإقامة العلاقات مع الآخرين والتواصل معهم واحترامهم وتقديرهم والانتماء لهم، حيث يعتبر الجو الأسري للمراهق من المقومات الأساسية للإحساس بجودة الحياة لان ما تقدمه الأسرة لابناءها من رعاية وحب وتقدير، إلى جانب شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها المراهق، والمتمثلة في الوالدين، الإخوة والزملاء، والأساتذة... الخ من العوامل التي لها الأثر الكبير والايجابي في حياتهم، فهو يؤهلهم للوصول إلى الشعور بالرضا عن أنفسهم وعن حياتهم وأكثر تحقيقاً لجودتها وهذا ما أكدته الأشول (2005) حيث قال أنه لا يمكن للفرد أن يدرك جودة الخدمات التي تقدم له بمعزل عن الأفراد الذين يتفاعل معهم مثل (الأصدقاء، زملاء، وأشقاء، وأقارب وغيرهم). أي أن جودة الحياة ترتبط بالبنية المادية والبنية النفسية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (الهنداوي، 2011، ص. 155). وبطبيعة الحال كل ما سبق يؤدي بالفرد إلى تحقيق التكيف مع نفسه ومع مجتمعه وهذا ما أشارت إليه النظرية الاجتماعية في تفسيرها لمفهوم التكيف حيث قالت ليزلي (Leslie) أن التكيف يعني اتجاهين يتمثل الأول بقبول الفرد بفاعلية التوقعات

الاجتماعية التي تواجهه تبعا لسنه وجنسه وتشمل الالتحاق بالمدارس، واختيار مهنة ما، وتكوين علاقات مع الآخرين يسودها الود والتعاون، والثاني أن الفرد يستغل الفرص التي تسنح له ليحقق أهدافا ذاتية ثابتة، بينما يرى فاي وریشلي (Phye and Reschly) أن نمط التكيف يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد مستويات الاستقلال الشخصي والمسؤولية الاجتماعية المتوقعة في عمره وجماعته الثقافية (حسين، 2003، ص. 37).

• جودة التعليم والدراسة والتكيف الدراسي:

للمدرسة دورا كبيرا في حياة التلميذ من خلال مساهمتها بتوفير الإمكانيات المادية والبشرية، وبإتباع الأساليب التربوية الحديثة في التدريس، ورضاهم عن التخصصات والشعب التي يدرسون فيها، مما يؤدي إلى إحساس المراهق بالرضا والسعادة أثناء تواجده في الثانوية. ويرى فرانك (Frank) بأن " جودة الحياة هي حسن توظيف إمكانيات الإنسان العقلية والإبداعية وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية وتكون المحصلة هي جودة الحياة وجودة المجتمع، ويتم هذا من خلال الأسرة والمدرسة والجامعة بيئة العمل ومن خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة هي: التعليم والتثقيف والتدريب" (شيخي، 2014، ص. 06). كل هذا يؤدي بهم إلى الشعور بالمسؤولية والتحكم في بيئته، والقدرة على حل مشكلاته وتنمية قدراته وإمكانياته وإبراز ميوله، وزيادة تحصيله الدراسي، وبناء علاقات تتسم الايجابية تساعده على تجاوز مختلف المشكلات التي يمكن يواجهها هذا المراهق خاصة في هذه المرحلة الحساسة التي يحتاج فيها إلى مساعدته على تخطيها للوصول إلى الاستقرار والراحة النفسية وبالتالي تحقيق التكيف الدراسي. حيث أكدت نوال محمد عطية (2001) بأن الفرد المتعلم يمكن أن يتكيف مع البيئة المدرسية التعليمية، بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة ومعلمين وزملاء... الخ وإذا كانت هذه البيئة التعليمية تتفق أساسا مع ميوله ورغباته واتجاهاته، ويشعر بداخلها بالرضا والارتياح والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين

أفرادها والتفاعل الاجتماعي بينهم، وتقدير الذات واحترامها، والثقة بالذات والتعبير عنها في مجالات الدراسة المختلفة" (عطية، 2001، ص. 23).

• جودة العواطف (الجانب الوجداني) والتكيف الدراسي:

تعد العواطف (الجانب الوجداني) متغيرا هاما في حياة المراهق لما لها من دور كبير في تحسين نظرته للحياة وبالتالي إحساسه بوجودتها، وهذا ما أشارت إليه روبن (Rubin) في تعريفه لجودة الحياة حيث يرى بأنها "الدمج والتكامل بين عدة اتجاهات لدى الفرد من ناحية الصحة الجسمية والنفسية والحياة الاجتماعية متضمنة كلا من المكونات الإدراكية والذي يشمل الرضا والمكونات العاطفية والتي تشمل السعادة" (مأمون، 2015، ص. 09) لان جودة الحياة الانفعالية أو جودة العواطف تمثل الجانب الوجداني لمشاعر الفرد وعقائده وأساليبه في التعامل مع الأشياء والتكيف، والذي من بين أوجهه التكيف الدراسي. حيث أن الإحساس بجودة الحياة لدى المراهق يجعلهم أكثر قدرة على التفكير العاطفي، ذلك النوع من التفكير الذي يحقق للفرد حسن التكيف مع الآخرين، والإحساس بمشاعرهم والتعاطف بايجابية مع مشكلاتهم، حيث تعد المشاعر والانفعالات احد المكونات النفسية التي ترشدنا عند مواجهة المحن والتكيف على ظروف الواقع الخارجي (عبد العال، مظلوم، 2013، ص. 136). كما يتأثر نشاط التلميذ بميوله العاطفية، نحو تعلم المواد الدراسية، فإذا توفرت ميول ايجابية وتحقق الإشباع حدث التكيف المدرسي، والعكس في حالة عدم كفاية الجوانب العاطفية والوجدانية في الجانب المدرسي (بن عايشة ، 2015 ، ص. 90).

• جودة الصحة النفسية والتكيف الدراسي:

تعد الصحة النفسية من المؤشرات الهامة المنبئة بجودة الحياة لدى المراهق حيث يعرفه (مصطفى الشرقاوي) جودة الحياة بأنها " قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الايجابية والاستقرار الأسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية و الاقتصادية ، مما يؤكد أن

شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات الدالة على جودة الحياة "(شيخي، 2014، ص.73). وجودة الصحة النفسية للمراهق المتمدرس بالتعليم الثانوي تظهر من خلال إحساسه الإيجابي بحسن الحال، وارتفاع مستويات الرضا عن ذاته وحياته بشكل عام، وحياته المدرسية بشكل خاص، مما يؤدي إلى سعيه المتواصل لتحقيق أهدافه، وإقباله على دراسته بصورة ذات فاعلية وأكثر ايجابية، ينعكس أثرها على التحصيل الدراسي، والذي يعد مؤشرا هاما من مؤشرات التكيف الدراسي. حيث إن التكيف بمفهومه العام هو انسجام الفرد مع محيطه، وهو مظهر من مظاهر الصحة النفسية، ويعتبر التكيف الأكاديمي أحد جوانب التكيف العام، الذي يرتبط بصحة الفرد النفسية، ونتاج تفاعل الفرد مع المواقف التربوية (بني خالد، 2010، ص. 414).

• جودة إدارة الوقت وشغله والتكيف الدراسي :

يعتبر حسن إدارة الوقت وشغله من أهم المؤشرات الدالة على الإحساس بجودة الحياة وهذا ما أكد عليه منسي وكاظم 2006 في تعريفهم لها بأنها " شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه ("منسي وكاظم، 2006، ص.56). وجودة إدارة الوقت وتنظيمه واستغلاله تعد من مفاتيح النجاح خاصة في المرحلة الثانوية التي تتسم بكثافة المناهج التربوية وتنوعها، وبالتالي فإن حسن إدارة الوقت بالنسبة للمراهق يجعله يشعر بنوع من الراحة والاطمئنان والسعادة وشعوره بالرضا لحسن إدارة أوقاته بين التحضير لدروسه وحسن التوفيق بين الدراسة والحياة الخاصة فيجعله يشعر بجودة حياته الدراسية مما يؤدي إلى تكيفه مع محيطة المدرسي بكل مكوناته، وهذا ما أكده جوهان وروبرت (johon,robert) بأنه "حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح وتحقيق التواءم بينه وبين البيئة المدرسية

ومكوناتها الأساسية، وهي الأساتذة والزملاء والأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية ومواد الدراسة، وأسلوب التحصيل الدراسي" (حرزلي، 2014، ص. 51).

2-6- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة :

نصت الفرضية السادسة للدراسة على: " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون (R_p) المتعدد بين درجات أفراد عينة الدراسة على المقاييس الثلاث وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة عن طريق لوحة الانتشار (أنظر الملحق رقم 12)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى:

الجدول رقم (62) : يوضح العلاقة بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف

الدراسي

القرار	قيمة معامل الارتباط المتعدد	متغيرات الدراسة
الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,01)$.	0.727	جودة الحياة
		التوافق النفسي
		التكيف الدراسي

من خلال الجدول رقم (62) أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون المتعدد بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس جودة الحياة ودرجاتهم في مقياس التوافق النفسي وفي مقياس التكيف الدراسي بلغ (0.72) وهي قيمة قوية وموجبة، وهذا يعني أن الارتباط بين المتغيرات الثلاث هو ارتباط طردي أي أن درجات التلاميذ على هاته المقاييس تتوزع بنفس التوزيع إيجاباً، هذا ونلاحظ أن نتيجة الارتباط هذه جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,01)$ ، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي فإن هذه النتيجة جاءت مؤيدة للفرضية السادسة للدراسة والقائلة بـ **توجد**

علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

تفسر الطالبة الباحثة النتيجة المتوصل إليها بالرجوع إلى التراث النظري الذي تناول كل متغير على حدا، وبالرجوع إلى الواقع، وكذلك من خلال مناقشتنا لنتائج الفرضيتين السابقتين، والتي جاءت منطقية حيث أن جودة الحياة تعكس نظرة الفرد الإيجابية للحياة من خلال الرضا والشعور بالراحة والسعادة، وكل هذه تعد من المؤشرات الهامة الدالة على الصحة النفسية للفرد، والتي من بين أوجهها التوافق النفسي والتكيف الدراسي. ولما كان أفراد عينة الدراسة قد حققوا مستوى مرتفع من جودة الحياة على مقياسها بأبعاده الستة، فإن ذلك يؤثر بلا شك على المتغيرات الإيجابية في شخصية المراهق والتي من بينها التوافق النفسي والتكيف الدراسي، وهذا ما أكدته لونجست (2008) **longest** الذي قال " أن جودة الحياة تظهر من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات الفسيولوجية، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والتوافق الأسري، والرضا عن حياته العلمية، والاستقرار الاقتصادي، والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية، وهذا ما يؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات العالية الدالة على تحقيق جودة الحياة لدى الفرد" (النجار، الطلاع، 2015، ص. 213). كما أشار إليه أبو حلاوة (2010) في تعريف لجودة الحياة بأنها: "وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي، فجودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كما يعبر عنه بالسعادة والرضا عن الحياة كناتج لظروف المعيشة الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة، حيث ترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة

من ناحية أخرى، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى " (أبو حلاوة ، 2010 ، ص. 07).

2-7- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة:

نصت الفرضية السابعة لهاته الدراسة على: " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (63): يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات جودة الحياة

تبعاً لمتغير الجنس

الجنس		التجانس (F) ليفين	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة	القرار
جودة الحياة	ذكور	1.033	0.310	139	205.31	23.406	331	-1.590	0.113	غير دال
	إناث			194	209.63	25.138				

من خلال الجدول أعلاه رقم (63) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (F) والذي بلغ (1,03) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج القول أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين. وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي بلغت بالنسبة للذكور (205.31) وبالنسبة للإناث (209.63) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (-1,59)

وهي قيمة سالبة وغير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وبالتالي تم قبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت مؤيدة للفرضية السابعة للدراسة القائلة " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس" ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

جاءت هذه النتيجة مؤيدة ومدعمة للعديد من النتائج التي توصلت لها دراسات سابقة نذكر منها دراسة ديو وهوينز (1994) ، ودراسة شقورة (2012) ، ودراسة الحاجان (2014) ، دراسة بورزق وشلاي (2015)، دراسة ماضي (2016) التي توصلت نتائج دراساتهم إلى أنه لا توجد فروق بين الجنسين في جودة الحياة

ترجع الطالبة الباحثة هذه النتيجة إلى جملة من العوامل التي ساعدت هؤلاء التلاميذ من الذكور والإناث على حد سواء دون فرق بينهما على تحقيق نفس المستوى من جودة الحياة، من بينها وجودهم في نفس مرحلة العمرية أي المراهقة. التي تتميز بالحساسية نظراً لما يتخللها من تغيرات جد مهمة في مختلف النواحي الفيزيولوجية، الجسمية والنفسية، الاجتماعية والدينية، وهذه التغيرات كلها تساعد على تكوين شخصية الفرد وتزيد من تقديره لذاته ونظرته الإيجابية للحياة. كما أن التلميذ في هذه المرحلة العمرية يسعى لتحمل المسؤولية، وإلى الاستقلالية والتحرر من القيود والتطلع إلى المستقبل، فوظائفه النفسية تعمل على استغلال الطاقات والاستفادة من الإمكانيات التي لديه، ومثل هذه الخصائص السابقة والتي يتميز بها المراهق قد تؤثر على إدراكه للحياة التي يعيشها بما فيها من إمكانيات وموارد متاحة واستغلالها على أكمل وجه والاستمتاع بالظروف المحيطة به إلى أقصى درجة مما قد يسهم في شعوره بالرضا والسعادة وتحقيق الذات والإحساس بجودة الحياة، وهذا ما أكد عليه كل من عبد الفتاح وحسين (2006) في تعريفه لمفهوم جودة الحياة بأنها " الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات،

والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومضامين حياتية وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الايجابية وإحساسه بالسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه" (عبد الفتاح، حسين، 2006، ص.12).

كما قد تعزى هذه النتيجة إلى وجودهم في نفس البيئة والمؤسسة ألا وهي الثانوية حيث أن التلاميذ في هذه المرحلة يتعايشون في نفس الظروف داخلها، وجودة الحياة تعتبر إلى حد ما ظاهرة ذاتية تتأثر بخبرات الفرد والبيئة المحيطة به، وهذا ما أكدته النظرية المعرفية في تفسيرها لجودة الحياة حيث جاء " لاوتن " ليوضح فكرته عن جودة الحياة بطرحه مفهوم طبيعة البيئة الذي يدور حول أن إدراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بكل من الظروف المكانية والزمانية، وبالتالي فإن مدى رضاهم عن جودة الحياة يكون متقارباً جداً.

كما قد يكون هناك عامل آخر ألا وهو الخصوصية الثقافية للمجتمع الجزائري، وكذلك تقارب المستوى الفكري والثقافي للذكور والإناث الذي أدى إلى تحقيق نفس المستوى من جودة الحياة. حيث تلعب الثقافة السائدة دور مهم في الإحساس بجودة الحياة لدى الأفراد، وهذا ما أكدت عليه مقارنة منظمة الصحة العالمية (OMS 1993) لجودة الحياة: بأنها " إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقاته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته (Sibylla 1993, p.1). أما أجندة 21 للثقافة (2011) ترى أن الثقافة تشكل عنصراً أساسياً لجودة الحياة لأنها البوتقة التي يتشكل فيها الأفراد ويزدهرون، وهي مفتاح لفهم العالم والعيش معا (Eric philippe, 2013, p.13).

كما تعود هذه النتيجة إلى الأدوار المحددة اجتماعيا والعلاقات بين الذكور والإناث، بمعنى أن طبيعة المجتمع الذي نحن نعيش فيه أصبح يعادل أو يقارب بين الجنسين في دور كل من الذكر والأنثى في المجتمع، وكذلك من خلال توفير احتياجاتهم النفسية والمادية والاجتماعية، والسماح لهم بممارسة أعمالهم وحقوقهم وواجباتهم بكل حرية وتوفير الفرص المناسبة لهم على حد سواء، وهذا ما أشار إليه **الاتجاه النفسي** في تفسيره لجودة الحياة

ونتائج الدراسة الحالية اختلفت مع نتائج دراسة **إسماعيل بن خليفة ومحمد لحرش (2017)** التي جاءت تحت عنوان "مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي" التي هدفت إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، بالإضافة إلى معرفة الفروق التي تعزى لمتغير الجنس والشعبة الدراسية، جرت هذه الدراسة بمدينة الوادي في ثلاث ثانويات، حيث أظهرت نتائج دراستهما إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث. وكذلك مع دراسة كاظم والبهادلي (2007)، ودراسة العادلي والكردى (2014)، ودراسة عبد الرحيم (2017)، ودراسة بن خليفة ولحرش (2017).

2-8- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثامنة :

نصت الفرضية الثامنة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (64): يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التوافق النفسي تبعا

لمتغير الجنس

الجنس	التجانس (ليفين F)	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	"قيمة T"	مستوى الدلالة	القرار
التوافق	3.452	0.064	139	106.77	21.780	331	-2.140	0.033	دال
النفسي	إناث		194	111.68	19.785				

من خلال الجدول أعلاه رقم (64) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (ف) والذي بلغ (3,45) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين. بالنظر إلى المتوسطات الحسابية في التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي بلغت بالنسبة للذكور (106.77) وبالنسبة للإناث (111.68) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما، وهذا ما أكدته قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (-2,14) وهي قيمة سالبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه يمكن القول أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت مؤيدة للفرضية الثامنة للدراسة القائلة " توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس " لصالح الإناث، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من الاطرش (2005)، ومصطفى (2010) ودراسة نيس (2011) ودراسة محمد الأمين (2013) ودراسة صمادي والطعاني (2014) ودراسة عليوة وبوسحابة (2017) وذلك في وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس

تعزى هذه النتيجة لجملة من العوامل التي ساعدت الإناث في تحقيق هذا المستوى المرتفع من التوافق النفسي مقارنة بالذكور، من بينها التركيبة النفسية والانفعالية للإناث في هذه المرحلة التي تتميز بالاستقرار النفسي، حيث يملن إلى الهدوء والاندماج في عالم الخيال والهروب إلى أحلام اليقظة كمخرج من القلق والتي تعتبر من أهم المكانيزات الدفاعية لتحقيق التوافق النفسي، وأكثر شعورا بالخجل، مقارنة بالذكر الذي يسعى دائما للبحث عن الهوية وتحقيق الاستقلالية وميلا إلى التحرر وتحمل المسؤولية بدرجة أعلى من الأنثى، كما أن لديهم جرأة وحب السيطرة وتغطية مشاعر القلق بسلوك خارجي كسلوك التمرد والاستهتار والاعتداء إذا تهيأت لهم الأسباب والذي يخلق بداخله نوع من التوتر وعدم الاستقرار مما يؤثر على توافقه النفسي، وهذا ما أشارت له دراسة دحماني (2017) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي وبالسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية .

كما تعود هذه النتيجة إلى أن الأنثى أكثر اكتسابا للمهارات الاجتماعية، وأكثر قدرة على بناء علاقات جيدة، وتجيد التواصل مع الآخرين مما يجعلها أكثر ثقة بالنفس، قادرة على مواجهة مختلف المشكلات والصعوبات التي تواجهها في مشوارها الدراسي واليومي، وبالتالي تجد اغلبهن يتميزن بالقدرة على التوافق النفسي. الذي يتضمن حسب (حافظ بطرس، 2008) السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغيير الاجتماعي. والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين، وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم والسلوك العادي مع أفراد الجنس الآخر والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية (بطرس، 2008، ص.113). إلى جانب عوامل أخرى قد تكون ساهمت في تحقيق هذه النتيجة، ومن بينها تمتع الفتاة بحيز من الحرية مقارنة بما كان سابقا، حيث أصبحت تحضا بما كان حكرا على الذكور فقط، إلى جانب دعم الأسرة الحديثة

التي أصبحت تشجع الإناث تماما مثل الذكر، وتكفل لهم تلبية احتياجاتهم وهذا ما شكل نوعا من الدعم المعنوي والمساندة الاجتماعية والنفسية التي تزيد من قدرتهن على مواجهة الصعوبات التي تعترضهن والتي قد تؤثر على توافقهن النفسي، حيث يرى **فهد الربيعه (1997)** " أن الفرد الذي يتمتع بالمساندة الاجتماعية من الآخرين، يصبح شخصا واثقا من نفسه وقادرا على تقديم المساندة الاجتماعية للآخرين، وقل عرضة للاضطرابات النفسية وأكثر قدرة على المقاومة والتغلب على الاحباطات ويكون قادرا على حل مشكلاته بطريقة ايجابية سليمة، لذلك نجد أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط، وتقلل الكثير من المعانات النفسية " (مأمون، 2015، ص.163). وهذا ما أكدته بعض الدراسات التي أبرزت أهمية توفير المناخ النفسي، وإشباع حاجات كالحاجة للأمن، والشعور بالانتماء والحب، تقدير الذات، والطمأنينة، والثقة، والدعم، والقدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعي.... الخ لتحقيق التوافق النفسي. من بينها دراسة **مهنا بشير عبد الله (2010)** التي توصلت إلى أن طلاب معهد إعداد المعلمين يتمتعون بالتوافق النفسي حيث كان متوسط درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي أعلى من المتوسط النظري للمقياس وبالتالي ارتباطها بعلاقة موجبة (طردية) مع درجاتهم بالشعور بالأمن النفسي

أما الدراسات التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس، فهي دراسة كل من **عبد الكريم قريشى (1999)**، **ابراهيم (2004)**، **وعبد الرحمان (2011)**، **بلحاج (2011)**، **لبوازدة (2011)**، **لعباس (2012)**، **بوشاشي (2013)**، **محمد الأمين (2013)**، **دحماني (2017)**.

2-9- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية التاسعة:

نصت الفرضية التاسعة لهاته الدراسة على: " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (65) : يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التكيف الدراسي تبعا

لمتغير الجنس

الجنس	التجانس (ليفين F)	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	"قيمة T"	مستوى الدلالة	القرار
التكيف	0.230	0.632	139	75.88	17.451	331	-4.081	0.000	دال
الدراسي			194	83.45	16.122				
ذكور									
إناث									

من خلال الجدول أعلاه رقم (65) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (ف) والذي بلغ (0,23) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين. وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي بلغت بالنسبة للذكور (75.88) وبالنسبة للإناث (83.45) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما لصالح الإناث، وهذا ما أكدته قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (-4,08) وهي قيمة سالبة ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05) وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه يمكن القول أن هذه النتيجة المتوصل

إليها جاءت معارضة للفرضية التاسعة للدراسة القائلة " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخط أبنسبة (5%).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أماني محمد ناصر (2006) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث على مقياس التكيف المدرسي العام والخاص لصالح الإناث، ودراسة فينغا مورين أديهامبو وآخرون (2011) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف المدرسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وكذلك دراسة بوزاهر (2018) .

يمكن تفسير هذه النتيجة من وجهة نظر الطالبة الباحثة بأن الجنس يلعب دورا في تحقيق التكيف الدراسي لدى التلاميذ، وهذا راجع للاختلاف في البنية النفسية والفيزيولوجية بين الجنسين، فالإناث يملن إلى الهدوء والاستقرار وأسرع تأثرا بالشواب والعقاب وأكثر ميلا إلى الحياة الاجتماعية، فالإناث بطبيعتهم يميلون إلى التكيف مع المواقف الجديدة أكثر من الذكور، وكذلك يميلون للالتزام بالقوانين الداخلية للثانوية سواء مع الأساتذة أو التلاميذ أو الطاقم الإداري، عكس الذكور الذين يندفعون وراء ميولاتهم ويتميزون بالتمرد على القوانين ومحاولة إثبات ذواتهم وفرض استقلاليتهم، وخاصة أنهم في مرحلة المراهقة وما تتميز به من متغيرات حيث يظهر تأثيرها أكثر عند الذكور، وفي هذا السياق يرى بعض الباحثين أن الفروق بين الجنسين تؤدي إلى تباين أنماط التفاعل الصفي، فقد تبين أن المشكلات التي تظهر عند الذكور تختلف عن المشكلات التي تظهر عند الإناث حتى في الصف الواحد، وهذا يعني أن جنس التلاميذ يلعب دورا في تكيفهم الدراسي.

كما تعد الإناث أكثر تكيفا من الذكور نظرا للإناث أصبحت تتلقى نفس التشجيع والرعاية والعناية مثلها مثل الذكور سواء داخل الأسرة أو في المجتمع، ونؤكد على دور

الأسرة في عملية التحفيز للمتعلم، فالتعزيز والدعم الأسري لا يرفع من دافعية الإنجاز فحسب، بل يتعدى ذلك إلى تنمية روح المبادرة والتنافس وتطوير الأداء لدى الأبناء ويمكنهم من الوصول إلى مستويات متقدمة في التكيف الدراسي، وهو كذلك عامل يؤثر كثيرا على مستوى الأداء الدراسي للتلميذ ويجعله أكثر دافعية وثقة في نفسه، فكلما كانت المدرسة ضمن اهتمام الوالدين أدى ذلك إلى اهتمام الأبناء بإنجازهم الأكاديمي، وبالتالي التكيف مع المحيط المدرسي بكل مكوناته وهذا ما يراه الباحث (Maqsout et Coleman) (1993) على أهمية التفاعل بين الوالدين والمراهقين في تنمية ارتفاع دافعتهم للإنجاز، كما أكدوا على أهمية معاشرة الوالدين للأبناء وزيادة دافعتهم للإنجاز مقارنة بمن يفتقدون الوالدين (علي، 2017، ص.2). كما أن حضوره المنتظم في المدرسة، وقدرته على التواصل الإيجابي مع المدرسين، وتحصيله الدراسي الجيد، وحبه للمدرسة، وطموحاته المستقبلية، وثقته بنفسه، والمشاركة في النشاطات المدرسية، وعدم وجود مشكلات أسرية مدرسية. كل ذلك يؤدي إلى تكيف مدرسي سليم له. أما الطلبة الذين لم يتمتعوا بقدر واف من المعاملة الحسنة من قبل الوالدين، والذين يتعرضون للنقد المستمر من مدرسيهم، ويتعرضون لإحباطات متكررة كل ذلك يؤدي إلى سوء التكيف المدرسي لديه (جلال سعد ، 1985 ، ص. 83).

إضافة إلى أن التوجه السائد في هذا العصر يدعو وعلى كل المستويات إلى ضرورة إعطاء المرأة حقوقها في كل مجالات الحياة وخاصة حقها في التعليم والوظيفة وهذا كله أعطى الإناث دفعة نفسية، وأملا بالحياة إلى نمو أفضل، فتخلصت المرأة من الأوهام والقلق، وكل مظاهر التوتر، مما سهل عملية التكيف بأنواعه المختلفة وخاصة التكيف الأكاديمي(بني خالد، 2010، ص.423)، كل ما سبق تناوله أكده الطاهر (1988) في تعريفه للتكيف الدراسي الذي قال بأنه: "نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية، وينظر إلى عملية التكيف الدراسي بأنها محصلة تفاعل لعدد من العوامل هي: القدرات العقلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام المدرسي، والحالة النفسية، والظروف الأسرية بشكل عام، ولعل أكثر

العوامل ارتباطا بالتكيف الدراسي هو القدرة التحصيلية لدى الطلبة (الرفوع، القرارة، 2004، ص. 123). وتتعارض هذه النتيجة مع دراسة كل من حسين (2003)، المحاميد وعريبات (2005)، بن خالد (2010)، يونس (2012)، حمادنة (2015)، سراية (2016) ودراسة شعثان وبن لكحل (2019)

2-10- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العاشرة :

نصت الفرضية العاشرة لهاته الدراسة على: " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (66) : يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات جودة الحياة

تبعاً لمتغير التخصص

القرار	مستوى الدلالة	قيمة "T"	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	التجانس (ليفين F)	التخصص
غيردال	0.158	-1.414	331	24.126	206.48	218	0.823	0.050	علمي
				25.154	210.48	115			أدبي

من خلال الجدول أعلاه رقم (66) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (ف) والذي بلغ (0,05) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، ونستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين. وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي

بلغت بالنسبة للعلميين (206.48) وبالنسبة للأدبيين (210.48) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (-1,41) هي قيمة سالبة وغير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وبالتالي تم قبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت مؤيدة للفرضية العاشرة للدراسة القائلة " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص ، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من الحاجان (2014)، وماضي (2016) ، وبن خليفة ولحشر (2017) .

ويمكن تفسير هذه النتيجة من زاويتين لأن جودة الحياة تتعلق بعوامل معقدة ومتداخلة منها الذاتية ومنها ما يتعلق بعوامل موضوعية. وفي هذا يقول الكرخي بأن جودة الحياة هي " شعور الفرد بالرضا والسعادة وبالقدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل (النمو الشخصي، والسعادة البدنية والمادية والاندماج الاجتماعي، الحقوق البشرية) .(مبارك ، دت ، ص. 720). فبالنسبة للعوامل الذاتية فهي مرتبطة بالفرد نفسه مثل الخصائص النفسية والجسمية والفيزيولوجية والعقلية والتي تتغير من مرحلة عمرية إلى أخرى والتي تمثل في دراستنا هذه خصائص مرحلة المراهقة، فهذه الخصائص لا تختلف لدى التلاميذ باختلاف التخصص، وهذا ما أكدته نتائج دراسة لويس (2002) ودراسة بايو مجارتين (2004) على أن مستوى جودة الحياة الذي يدركه الفرد إنما يرتبط بالنمو الانفعالي والتحكم في المشاعر السلبية للفرد (عبد الفتاح، حسين ، 2006، ص. 05).

أما بالنسبة للعوامل الموضوعية فتتمثل في الظروف المحيطة بالفرد منها شروط وظروف الحياة، السكن، الخدمات الصحية، التعليم بكل مكوناته، وغيرها من ظروف

خارجية، فتشابه مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للتلاميذ في كلا التخصصين (العلمي والأدبي)، وتطور الإمكانيات المادية والبشرية المتوفرة في الثانوية مقارنة بزمين مضى وخاصة العملية منها واعتماد الطريقة الحديثة في التدريس خاصة مع تجديد مناهج التدريس، والتي تلبي طموح المتعلمين وإشباع فضولهم نحو المعرفة بطرق التكنولوجيا المناسبة لمتطلبات العصر، وخاصة في ظلال تطورات الثقافية والتكنولوجية والاجتماعية الكبيرة الحاصلة في المجتمع، وشعور التلاميذ أن المرحلة الثانوية هي من تكسبه الخبرة العلمية اللازمة والكافية لخوض غمار العمل مستقبلاً، كل هذا يؤدي إلى تقارب مستوى الإحساس بجودة الحياة في كلا التخصصين. فهي تتضمن رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، والنزوع نحو نمط الحياة التي تتميز بالترف" (منسي وكاظم ، 2006 ، ص. 65).

وكذلك وشعورهم بفائدة تخصصهم وفخرهم به، وحصولهم على دعم أكاديمي من أساتذتهم وطاقم الإداري للمدرسة، والأسرة التي أصبحت تحترم اختيار أبنائها للتخصصات العلمية كانت أو أدبية، وتضائل النظرة السلبية سواء من طرف الأولياء، أو الأساتذة أو حتى التلاميذ أنفسهم للتخصص الأدبي، وامتلاك التلاميذ حرية اختيار التخصص الدراسي الذي يتناسب مع ميولهم وقدراتهم، فالهدف الوحيد لديهم هو تحقيق نتائج دراسية جيدة، فكلاهما يثابر ليشعر بكيانه الشخصي ويحتاج للتقدير والشعور بالنجاح والاستقلالية، مما أدى إلى الإحساس الإيجابي بحسن الحال والشعور بالسعادة وزيادة تقدير الذات لديهم وفي ذات السياق يعرف كارول رايف وآخرون ryff.c& جودة الحياة أيضا أنها " تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يتم رصدها بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وحياته بشكل عام، كذلك سعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة، وذات قيمة ومعنى بالنسبة واستمراره فيها، كما ترتبط بكل من الإحساس العام بالسعادة والاستمتاع بالحياة والسكينة والطمأنينة النفسية " (مشري، 2014، ص. 226)

كما يمكن عزو هذه النتيجة إلى الدعم الأسرى المقدم لهم من مساندة وجدانية واجتماعية، وفي هذا السياق يرى الباحثين "محمد محروس الشناوي" و "محمد السيد عبد الرحمان" (1994) أن المساندة تتمثل في الحصول على العون والمساعدة من قبل الأسرة والشعور بالأمان النفسي لوجود الفرد بينهم، وأنه محل ثقتهم واحترامهم، و إدراك الفرد لوجود أشخاص ذي أهمية في حياته تمكنه الاعتماد عليهم والثقة بهم واللجوء اليهم عند الحاجة، مما يجعل المساندة الأسرية وظيفة أساسية في تنمية الصحة النفسية وفي الوقاية من الانحرافات النفسية (يوسف، 2017، ص.21). ما يعني أن للتخصص وطبيعة الدراسة تأثير أقل مقارنة بالعوامل السابقة الذكر المؤثرة على الشعور بجودة الحياة. هذا ما أكدته دراسة يحي عمران شعبان شقورة (2012) التي أظهرت نتائج دراسته أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي. واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كل من سليمان (2010)، والعادلي والكردي (2014). وذلك في وجود فروق في مستوى جودة الحياة تبعاً لمتغير التخصص .

2-11- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الحادية عشر:

نصت الفرضية الحادية عشر لهاته الدراسة على: " توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص "، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (67) : يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التوافق النفسي تبعاً

لمتغير التخصص

القرار	مستوى الدلالة	"قيمة T"	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	التجانس (F-ليفين)	التخصص
غير دال	0.755	-0.312	331	20.981	109.40	218	0.579	0.309	علمي
				20.460	110.15	115			أدبي

من خلال الجدول أعلاه رقم (67) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (ف) والذي بلغ (0,30) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين. وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي بلغت بالنسبة للعلميين (109.40) وبالنسبة للأدبيين (110.15) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (-0,31) هي قيمة سالبة وغير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$) وبالتالي تم قبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه يمكن القول أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة للفرضية الحادية عشر للدراسة القائلة " توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تبعاً لمتغير التخصص"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من لبوازة (2011)، و دحماني (2017)

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن التلاميذ في مختلف التخصصات العلمية والأدبية ينتمون إلى نفس المرحلة العمرية وهي مرحلة المراهقة، أي أنهم يشتركون في نفس الخصائص النفسية والجسمية والفيزيولوجية .

كما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن التلاميذ في فترة المراهقة وفي كلا التخصصين، معرضين إلى نفس الظروف والمشكلات، وكل منهما يسعى إلى تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والأسري، على الرغم من وجود فروق فردية بين التلاميذ في التخصصات العلمية والأدبية، إلا أن كل منهما يسعى وفقا لقدراته وإمكاناته وطموحاته وميوله إلى التعامل مع مختلف المشكلات التي تواجهه على مختلف الأصعدة الاجتماعية والنفسية، وتسمح لهم بتحقيق أهدافه والنجاح في مساره الدراسي والتفوق فيه، وشعور التلميذ بامتلاكه لقدرات ومؤهلات يواجه بها متطلبات البيئة المدرسية ينعكس إيجابا على الاستقرار النفسي ويحقق له التوافق النفسي والاجتماعي.

وكذلك من العوامل الذاتية التي قد تساهم في تحقيق المستوى نفسه في التوافق النفسي في كلا التخصصين نجد مستوى النضج العقلي والنفسي والانفعالي والذي يتمتع به التلميذ في هذه المرحلة، يجعله يمتلك القدرة اللازمة لتوجيه كل طاقاته لمواجهة الضغوط وتحسين أوضاعهم اليومية والبحث عن الارتياح النفسي الذي يعد من المؤشرات والمظاهر الدالة على التوافق النفسي، وهذا ما أكدته (حشمت و باهي، 2006) حيث قال أن الراحة النفسية " يقصد بها أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية والتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهما نفسه ويقرها المجتمع " (حشمت ، باهي، 2006، ص. 62). كما ترجع هذه النتيجة إلى أن التلاميذ قد وجهوا إلى تخصصهم الدراسي بناءا على رغبتهم الشخصية، وامتلاك حرية اختيار التخصص الدراسي الذي يتناسب مع ميوله وقدراته، مما يؤدي بالتلاميذ إلى إشباع حاجاته الضرورية والتأقلم مع المحيط المدرسي بكل مكوناته في مختلف التخصصات، مما يزيد من ثقتهم بأنفسهم وبكفاءتهم الذاتية وتكوين مفهوم ايجابي عن ذاتهم، وينعكس هذا بالإيجاب على صحتهم النفسية وبالتالي توافقهم النفسي، وفي هذا

الصدد يقول " ماسلو Maslao " أن صاحب الشخصية السوية أو المتوافقة هو الشخص الذي يحقق ذاته، أي تحقيق القوى الكامنة لديه، والذي حظي بإشباعها لحاجاته الأساسية هو الذي يستطيع أن يحقق ذاته (عبد الغني ، 2001 ، ص. 118).

كما قد تعود هذه النتيجة إلى انتماء أفراد عينة الدراسة لنفس البيئة التربوية، واستفادتهم من كل الإمكانيات المادية والبشرية التي توفرها الثانوية، والتي يستفيد منها كل التلاميذ بمختلف تخصصاتهم على حد سواء، من أجل تلمس جود لهم، كما أن وجود هذا المراهق وسط الثانوية يعزز لديه الإحساس بالانتماء نتيجة تفاعله مع الجماعة التي ينتمي إليها من نفس تخصصه، من رفاق وأساتذة والسعي إلى بناء علاقات تتسم بالإيجابية تساعد المراهق على تجاوز مختلف المشكلات وهذا ما ينمي لديه الإحساس بتقدير الذات والإيجابية وبالتالي السعادة والتوافق النفسي . وهذا ما أكده " روجرز Rogers " حيث ارتبط مفهوم الذات لديه بمفهوم التوافق السليم، وبالتالي فإن أي خلل في مفهوم الذات يعد إشارة لسوء التوافق لدى الإنسان (زهران ، 1997 ، ص. 391). كما قد تعود هذه النتيجة لتقارب المستوى الفكري والثقافي والاقتصادي والاجتماعي لأسر التلاميذ، بمعنى أن طبيعة المجتمع الذي نحن نعيش فيه أصبح لا يفرق بين التخصصات العلمية والأدبية، فقد أصبح هدف الأسر في الوقت الحالي منصب على نجاح أبنائه في مجال الدراسة بغض النظر عن نوع التخصص الذين ينتمون إليه، وهذا الدعم الذي تقدمه الأسرة و المجتمع له الأثر البالغ على شخصية المراهق، مما يزيد ويساهم في تحقيق التوافق النفسي لديه.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة الأطرش (2005) ودراسة عليوة وبوسحابة (2017) التي دلت نتائجها عن وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير التخصص .

2-12- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية عشر:

نصت الفرضية الثانية عشر لهاته الدراسة على: " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (68) : يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في درجات التكيف الدراسي

تبعاً لمتغير التخصص

التخصص	التجانس (ليفين F)	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	"قيمة T"	مستوى الدلالة	القرار
التكيف العلمي	0.013	0.909	218	80.77	16.716	331	0.540	0.589	غير دال
التكيف الأدبي			115	79.71	17.468				

من خلال الجدول أعلاه رقم (68) وبالنظر إلى اختبار التجانس ليفين (F) والذي بلغ (0,01) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين.

بالنظر إلى المتوسطات الحسابية في التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والتي بلغت بالنسبة للعلميين (80.77) وبالنسبة للأدبيين (79.71) نلاحظ أن هناك فرقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (0,54) هي قيمة موجبة وغير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05) وبالتالي تم قبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق، ومنه يمكن القول أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت

مؤيدة للفرضية الثانية عشر للدراسة القائلة " لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة حسين (2003) ودراسة المحاميد وعريبات (2005) ودراسة شعثان وبن لكل (2019) .

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن هؤلاء التلاميذ وجه إلى مختلف التخصصات بناء على رغبتهم الشخصية، وامتلاك حرية اختيار التخصص الدراسي الذي يتناسب مع ميوله وقدراته فهو غير مقيد إضافة إلى وجود مستشار التوجيه في اغلب الثانويات يساعد التلاميذ على اختيار نوع التخصص المناسب مع قدراته وميوله. حيث أكدت بن عايشة (2015) على أن نشاط التلميذ يتأثر بميوله العاطفية نحو تعلم المواد الدراسية، فإذا توفرت ميول ايجابية وتحقق الإشباع حدث التكيف المدرسي، والعكس في حالة عدم كفاية الجوانب العاطفية والوجدانية في الجانب المدرسي (بن عايشة ، 2015 ، ص. 90). ومما لا شك فيه أن الفرد المتعلم، يمكن أن يتكيف مع البيئة التعليمية بما فيها من مناهج ومواد دراسية مختلفة، وأساتذة وزملاء إذا كانت هذه البيئة تتفق أساسا مع ميوله ورغباته واتجاهاته ويشعر بداخله بالرضا والارتياح، والتقبل والاستقرار من خلال الأخذ والعطاء بين أفرادها (عطية ، 2001، ص. 22)

كما تعزى هذه النتيجة إلى أن التلاميذ ينتمون إلى نفس المحيط والبيئة ونفس المرحلة التعليمية، حيث أن البيئة الثانوية تشكل متطلبات وتحديات أكاديمية (تربوية، وعلمية) لكل التلاميذ على حد سواء مهما كان نوع الاختصاص، وأنا جميع الخدمات الصحية والتربوية والاجتماعية والنفسية المقدمة للتلاميذ في الثانوية يستفيد منها جميع الطلبة بشكل متساوي بغض النظر إلى نوع التخصص.

كما قد يرجع ذلك إلى تشابه المرحلة العمرية التي ينتمون إليها وهي مرحلة المراهقة. والتي تعتبر مرحلة التغيرات النفسية والفسولوجية، والتي من بينها التغيرات المعرفية والتي تعبر عن مستوى متطور جدا من التفكير المنطقي والنضج لذا فالتلميذ يحتاج إلى إشباع حاجاته المعرفية، وتعمل الثانوية على توفيرها من خلال إكسابه أساليب تعلم جديدة تتوافق مع ميوله ورغباته وطموحاته، ومن شأنها أن تزيد من دافعيته نحو تحقيق النجاح الدراسي (بوزاهر، 2018، ص.139-140). كما أن في هذه المرحلة يميل المراهق إلى إقامة علاقات مع الآخرين وعادة ما تكون علاقات قوية. حيث أن التكيف الدراسي للتلاميذ لا يتأثر بعلاقتهم مع المعلم فحسب ولكن تساهم فيه عوامل أخرى من بين هذه العوامل تلك العلاقات بالزملاء داخل الفصل أو خارجه ذلك أن الفرد له غريزة فطرية للتجمع نابعة من الوسط العائلي الذي يعمل على تنميتها وإبرازها (مبارك وآخرون، 2018، ص.54).

كما قد تعود هذه النتيجة إلى أن كلا الجنسين ومن التخصصين (العلمي والأدبي) يخضعان إلى القيم والمعايير الاجتماعية أنفسهم، وإلى مواجهة ظروف الحياة والقدرة على التفاعل الإيجابي مع الآخرين والتكيف لها (البياتي، 2010، ص.72).

كما يمكن أن يُعزى هذا التشابه أيضا إلى المساندة والدعم المقدمين للتلميذ من الأسرة والمجتمع حيث أن اغلب الأولياء يبدون اهتماما واضحا بنجاح أبنائهم فيحدثونهم بضرورة الدراسة والنجاح في المدرسة وهذا كنوع من التساند العاطفي بين الأبناء والآباء، كما يعد مؤشر على تفهم الأبناء ورعايتهم والتفاعل الإيجابي بين الأفراد يساعدهم في وضع أسس متينة لحياتهم المدرسية. أما الطلبة الذين لم يتمتعوا بقدر واف من المعاملة الحسنة من قبل الوالدين، والذين يتعرضون للنقد المستمر من مدرسيهم، ويتعرضون لإحباطات متكررة كل ذلك يؤدي إلى سوء التكيف المدرسي لديه (سعد، 1985، ص.83). إذ يرى جيمس وشارلي أن مفهوم التكيف مبني على ارتباط الفرد والمجتمع في علاقة تأثيرية متبادلة (علاقة تفاعل)(حسين، 2003، ص.37). كما أن تغير ذهنيات المجتمع والأسرة بصفة

خاصة(الأولياء) أصبحوا لا يفرقون بين التخصصات العلمية والأدبية بقدر التركيز على النتائج وتحصل التلميذ على شهادة البكالوريا والولوج إلى عالم الجامعة، الذي يفتح له أفقاً نحو المهنة. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة ناصر (2005) ودراسة يونسى (2012) ودراسة بوزاهر (2018)

• الاستنتاج العام للدراسة :

تناولت هذه الدراسة متغيرات هامة في علم النفس لكل واحد منهم ثقله وزنه، والمتمثلة في جودة الحياة التي تعد مصطلحا هاما في التراث السيكلوجي عموما، وفي علم النفس الإيجابي على وجه الخصوص، وذلك باعتبارها واحدة من أهم القضايا في حياة الأفراد والمجتمعات، نظرا لكونها أساسية لتفادي الكثير من المشكلات التي يمكن أن تعترض الفرد والمجتمع معا. وتناولها لمتغير التوافق النفسي الذي يعتبر من أهم المفاهيم الأساسية في علم النفس عامة، والصحة النفسية بصورة خاصة، باعتباره عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية والاجتماعية في إطار متطلبات بيئته، وكذا متغير التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي باعتبار أنه يلعب دورا حاسما في حياة التلاميذ التعليمية داخل المدرسة. إلى جانب تركيزها على فئة جد مهمة من المجتمع وهم المراهقين وذلك لكون هذه الأخيرة مرحلة حساسة في حياة تلاميذ المرحلة الثانوية، والذين هم في مرحلة مهمة تعد مرحلة البداية للاعتماد على الذات بشكل أكبر وتحمل المسؤولية والتفكير في المستقبل من اجل تحقيق آماله وطموحاته، لذلك جاءت هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة وعلاقتها بكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، كما حاولت الكشف عن المستوى والفروق في كل من هذه المتغيرات لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لبعض متغيرات الدراسة (الجنس،التخصص)، وبالتناول النظري لمتغيرات الدراسة، وبعد الدراسة الميدانية باستخدام مقاييس خاصة بذاك وبعد المعالجة الإحصائية كانت النتائج كما يلي :

- ✓ مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- ✓ مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- ✓ مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرتفع .
- ✓ توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- ✓ توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي .
- ✓ توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة وكل من التوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- ✓ لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس .
- ✓ توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث .
- ✓ توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- ✓ لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
- ✓ لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص.
- ✓ لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي تعزى لمتغير التخصص .

وبالنظر إلى طبيعة البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية التي تتناول الإنسان بالدراسة، والتي أكدت على أنه مركب من عديد العوامل المتشابكة النفسية والعقلية والاجتماعية. وبالنظر إلى الفئة المستهدفة بالدراسة والتي تتسم بالحساسية والتعقيد، فيمكن القول أن نتائج هذه الدراسة يصعب تعميمها على كل الأفراد، لأنه لا يمكن استبعاد اثر

بعض العوامل الدخيلة والتي قد يكون لها الأثر الكبير على مصداقية النتائج المتوصل إليها، وبالتالي تبقى دراستنا ككل دراسة علمية تتسم بالنسبية والتقريب في النتائج .

• مقترحات الدراسة :

انطلاقاً من الدراسة الميدانية والنتائج المتوصل إليها، ومن خلال هذه الدراسة برزت بعض النقاط التي نود وضعها في شكل اقتراحات وهي :

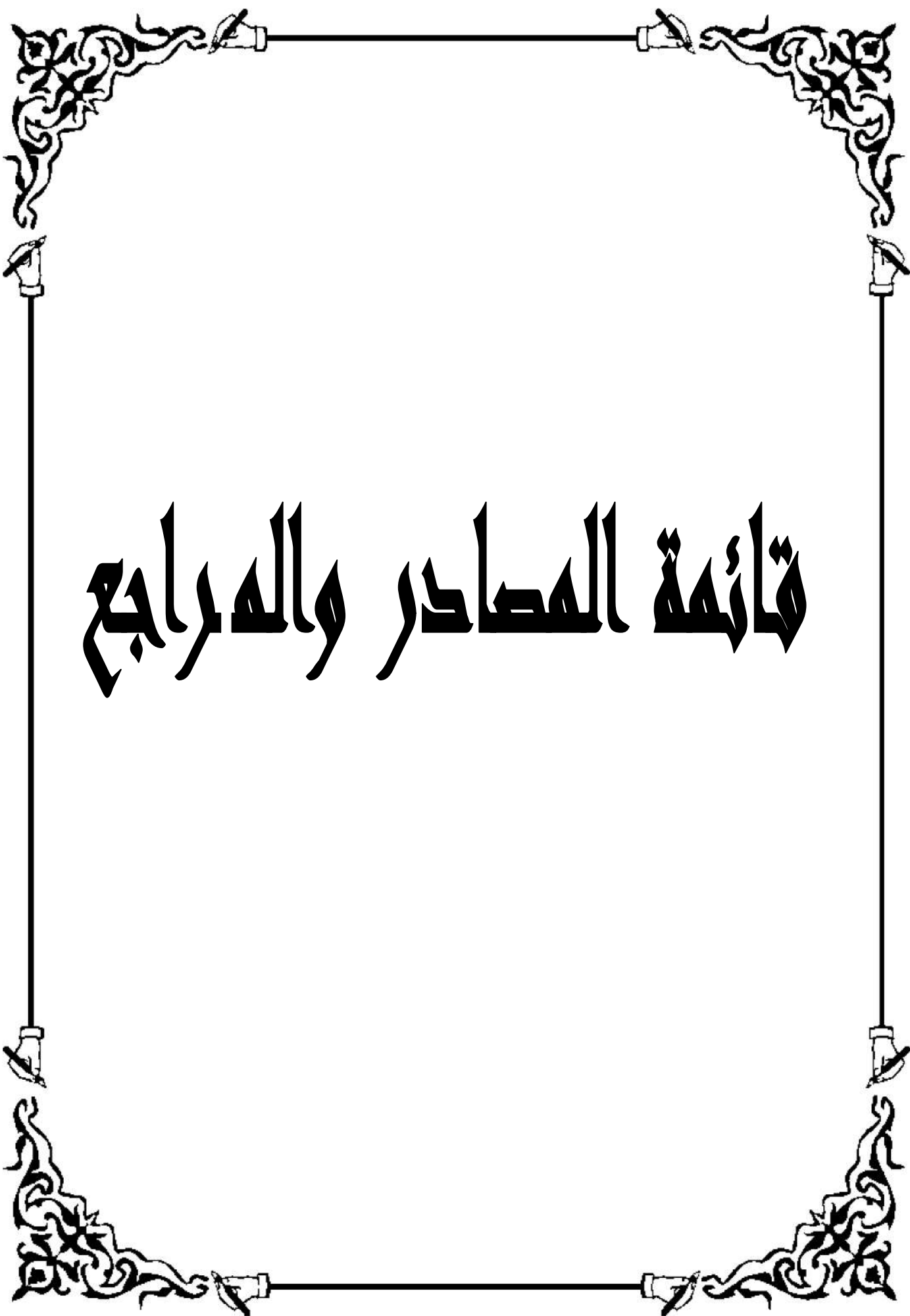
✓ بناء البرامج وإقامة الندوات والدورات التدريبية وورش العمل التي تعمل على تطوير الجوانب المختلفة والمشكلة لحياة المراهق.

✓ تنظيم ندوات ولقاءات مع الأسر للتعرف على الظروف الاجتماعية والنفسية التي يعيش فيها المراهق المتمدرس من أجل التعاون معهم على حل مشاكلهم وبالتالي توفير الظروف الملائمة والمشجعة والمدمعة لتحقيق والرفع من الإحساس بجودة الحياة وتحقيق التوافق النفسي والتكيف الدراسي لديهم .

✓ رفع مستوى الدعم والمساندة الاجتماعية المقدمة من طرف الأسرة والمدرسة ومختلف الأطراف الفاعلة في المجتمع والاهتمام بمساعدة المراهق المتمدرس على تجاوز مشكلاته النفسية والاجتماعية والأسرية وتربوية من أجل الوصول به إلى تحقيق التوافق النفسي والتكيف الدراسي.

✓ العمل على بناء برامج إرشادية للرفع من درجة جودة الحياة لدى المراهق المتمدرس
✓ الاهتمام أكثر بالإرشاد النفسي نظراً لحاجة المراهق المتمدرس الماسة إلى النصيح والإرشاد والتوجيه.

✓ بناء مقياس خاص بمتغير جودة الحياة لفئة المراهقين مستوحى من البيئة المحلية
✓ زيادة وتطوير البحث العلمي بالاهتمام والتركيز على المتغيرات الايجابية في حياة الأفراد
✓ إجراء المزيد من البحوث بنفس متغيرات الدراسة وربطها بمتغيرات أخرى في المجال النفسي والتربوي والاجتماعي، وعلى مراحل دراسية وفئات عمرية واجتماعية مختلفة وبالتحديد فئة ذوي صعوبات التعلم.



قائمة المصادر والمراجع

- قائمة المصادر والمراجع :

المصادر:

- القرآن الكريم
- السنة النبوية

المراجع :

- إبراهيم ، سهير إبراهيم محمد (2004) . المخاوف وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى أطفال المرحلة العمرية (من 12-16 سنة) ، أطروحة دكتوراه منشورة في الفلسفة ، تخصص دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، مصر .
- إبراهيم ، محمد عبد الله و صديق ، سيدة عبد الرحيم (2006). دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة ، جامعة السلطان قابوس ، مسقط 17-19 ديسمبر ، ص ص 277- 288 .
- إبراهيم، سليمان عبد الواحد يوسف (2014) . الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية"رؤية في إطار علم النفس الايجابي " ، ط1 ، الأردن: الوراق للنشر والتوزيع .
- ابن منظور (1998) . لسان العرب ، بدون طبعة ، المجلد رقم 01 : دار الطباعة والنشر
- أبو اسعد ، أحمد عبد الطيف (2015) . الصحة النفسية منظور جديد ، ط1 ، الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- أبو حلاوة ، محمد السعيد عبد الجواد (2010) . جودة الحياة المفهوم والأبعاد ، كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية، ورقة عمل ضمن إطار فعاليات المؤتمر السنوي لكلية التربية، جامعة كفر الشيخ.
- أبو عوض، سليم (2007). التوافق النفسي للمسنين ، ط1 ، الأردن : دار أسامة للطباعة
- أحمد ، صلاح حمدان الحاج وعبد الرحيم ، نجدة محمد (2017) . المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الأطفال الفلسطينيين في مناطق المواجهة ، مجلة العلوم التربوية ، المجلد 18 ، العدد 04 ، ديسمبر، ص ص 95-110 .

- أحمد، جمال شفيق (2016). دور الأخصائي النفسي في تحسين جودة الحياة لدى أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، لبنان: شركة أمل للطباعة والنشر بيروت.
- أحمد، سهير كامل (1998). سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، دط، مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.
- أحمد، محمد مصطفى (1996). التكيف والمشكلات المدرسية، دط، مصر: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية .
- إسماعيل ، نبيه إبراهيم (2001). عوامل الصحة النفسية السليمة ، ط1 ، مصر: أترك للنشر والتوزيع القاهرة .
- الأطرش، حسين محمد (2005). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراتة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب جامعة 7 أكتوبر، ليبيا
- أيوب ، محمد (1994). دور علم النفس في الحياة المدرسية ، ط1، لبنان : دار الفكر بيروت.
- بحرة ، كريمة (2014). جودة حياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير غير منشورة في تخصص التنمية البشرية وفعالية الأداءات ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة وهران ، الجزائر .
- بركات، محمد خليفة (1984). مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس، ط2، الكويت: دار القلم
- برو، محمد (2014). الموجه في منهجية العلوم الاجتماعية، د ط ، الجزائر: دار الأمل للطباعة والنشر والتوزيع.
- بطرس، بطرس حافظ (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل ، ط1، الأردن : دار المسيرة للنشر والتوزيع عمان .
- بلباكي، جمال(دت). العوامل المؤثرة على التكيف المدرسي للتلميذ بطيئ التعلم والعاديين ، المجلة الجزائرية للطفولة والتربية ، ص ص 131 - 146 .
- بلحاج، فروجة (2011). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس التربوي، جامعة تيزي وزو، الجزائر.
- بن خلفه، إسماعيل ولحشر، محمد (2017). مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في ضوء متغيري الجنس والشعبية الدراسية دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة الوادي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد 04 ، العدد 02 ، ص ص 315 - 334 .

- بن عايشة ، سمية (2015). أساليب التفكير وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا والعاديين في المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، في علم النفس المدرسي ،جامعة الحاج لخضر باتنة ، الجزائر.
- بني خالد ، محمد (2010).التكيف الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد 24، العدد 02، ص ص 413-432 .
- بهلول، سارة أشواق (2009). سلوكيات الخطر المتعلقة بالصحة (التدخين، الكحول، سلوك قيادة السيارات وقلة النشاط البدني) وعلاقتها بكل من جودة الحياة والمعتقدات الصحية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الصحة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة باتنة، الجزائر.
- بورزق، كمال وشالي، لخضر (د ت). جودة الحياة لدى المراهقين الأيتام، دراسة ميدانية بمدينة الاغواط، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية لجامعة الجلفة، العدد 04، ص ص 77-112
- بوزاهر، محمد لخضر (2018). أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه غير منشورة في تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي، جامعة محمد خيضر بسكرة الجزائر.
- بوشاشي، سامية (2013). السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس ، جامعة مولود معمري تيزي وزو ، الجزائر.
- بوعيشة، آمال (2014). جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بسكرة، الجزائر.
- البياتي،محاسن احمد حسن.(2010).اضطراب الدور وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة الصف الأول في كلية التربية جامعة الموصل ، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية ، المجلد 10 ، العدد 03، ص ص 52-74
- بية، عبدة عائشة (دت). جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الايجابي ، مجلة تاريخ العلوم ، العدد6، جامعة عنابة ، الجزائر.
- جبريل، موسى وحميدي، نزيه.(2008).التكيف والرعاية النفسية ، ط1: الشركة العربية المتحدة وجامعة القدس المفتوحة.

قائمة المصادر والمراجع

- جبل، محمد فوزي (2000). الصحة النفسية وسيكولوجيا الشخصية ، د ط ، مصر: المكتبة الجامعية الإسكندرية .
- جمال ، شفيق احمد (2016). دور الأخصائي النفسي في تحسين جودة الحياة لدى أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، بيروت : شركة أمل للطباعة والنشر .
- الجهني ، عبد الله محمد هلال (1402). سوء التكيف الدراسي والأسرة ، رسالة ماجستير في الإدارة والتخطيط التربوي ، جامعة أم القرى ، السعودية .
- الحاجان، بسماء وياسر، ادم (2014). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، المجد 36، العدد5، ص ص 345-361.
- حرزلي، حسين (2014).المكانة السوسيوومترية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة بسكرة ، الجزائر .
- حسيب، عبد المنعم عبد الله (2006). مقدمة في الصحة النفسية، ط1 ، مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر .
- الحسين ، أسماء عبد العزيز (2002).المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط1 ، السعودية : دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع .
- حسين، سهيلة حسين قلندر .(2003).القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، تخصص علم النفس التربوي ، جامعة الموصل ، العراق .
- حشمت ، حسين احمد وباهي ، مصطفى حسين (2006). التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ، ط1 ، مصر: الدار العالمية للنشر والتوزيع .
- الحلو،علي حسن (2016): قياس جودة الحياة لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة جامعة بغداد، العدد48 ، ص ص 316 - 345 .
- حمادنة ، شهاب محمد ذياب (2015). التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد 4 ، العدد 5 ، أيار، ص ص 112-123 .
- الداهري ، صالح حسن احمد (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات) ، ط1، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع عمان .

قائمة المصادر والمراجع

- الداهري، صالح حسن احمد (2005). مبادئ الصحة النفسية، ط1، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- الداهري، صالح حسن والكبيسي، وهيب مجيد (1999). علم النفس العام ، ط 1 الأردن : دار الكندري للنشر والتوزيع.
- دحماني، وفاء (2017). التوافق النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس المدرسي ، جامعة المسيلة ، الجزائر .
- دسوقي، كمال (1974). علم النفس ودراسة التوافق، دط، لبنان: دار النهضة العربية بيروت
- الديب، حامد (2000). فلسفة التكيف النفسي والاجتماعي في المدارس الرياضية، ط1 ، بيروت: دار الكتاب اللبناني.
- راجح ،احمد عزت (1968).أصول علم النفس ، ط7 ، مصر: دار الكتاب العربي للطباعة والنشر .
- رضوان، سامر جميل (2007).الصحة النفسية، ط2 ، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان .
- الرفاعي، نعيم (2002). الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف، ط4 ، سوريا: منشورات جامعة دمشق .
- الرفوع ، محمد احمد والقرارة ، احمد عودة (2004). التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفلية الجامعية النصفية بالأردن ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 20 ، العدد 02 ، ص ص 119- 146 .
- الرفوع، محمد احمد (2011). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 12، العدد 02، يونيو، ص ص 83- 115 .
- زرواتي ، رشيد (2012). تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ط4 ، الجزائر: زعباش للطباعة والنشر.
- زهران، حامد عبد السلام (2005).الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط4، مصر: عالم الكتب القاهرة.
- زهران، حامد عبد السلام .(1974).الصحة النفسية والعلاج النفسي، دط، مصر: عالم الكتب القاهرة.
- زيدان ، محمد مصطفى (1972).النمو النفسي للطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية ، ط1، مصر: منشورات الجامعة الليبية.

قائمة المصادر والمراجع

- سراية، الهادي (2016). التكيف الدراسي والثقافي في الوسط الجامعي، مجلة العلوم العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد 26 ، سبتمبر ، ص ص 21-28.
- السرطاوي، عبد العزيز والمهيري، عوشة (2014). جودة الحياة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة وغير ذوي الإعاقة في دولة الإمارات العربية المتحدة ، المجلة الدولية للأبحاث التربوية ، جامعة الإمارات العربية المتحدة ، العدد 36 ، ص ص 143- 181 .
- سري ، أجال محمد (2000). علم النفس العلاجي ، ط2 ، مصر: عالم الكتب القاهرة .
- سعد ، جلال (1985). الطفولة والمراهقة ، ط1، الأردن : دار الفكر العربي عمان
- السفاضة ، محمد واحمد ، عربيات (2005). مبادئ الصحة النفسية ، دط ، الأردن: يزيد للنشر.
- سفيان، نبيل(2004).المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي، ط 1 ، مصر: إيترك للنشر والتوزيع.
- سليمان، شاهر خالد (2008). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تابوك وتأثير بعض المتغيرات، مجلة رسالة الخليج العربي ،العدد117، ص ص 117-155.
- شاذلي،عبد الحميد محمد (2001).الواجبات المدرسية والتوافق النفسي ، دط، مصر: المكتبة الجامعية الإسكندرية .
- شاذلي،عبد الحميد محمد (2001).التوافق النفسي للمسنين، دط ، مصر:المكتبة الجامعية الإسكندرية.
- شاذلي،عبد الحميد محمد (2001).الصحة النفسية وسيكولوجية شخصية، ط2، مصر: المكتبة الجامعية.
- الشربيني ، لطفي (2001). موسوعة شرح المصطلحات النفسية (انجليزي، عربي) ، ط1 ، لبنان: دار النهضة العربية بيروت .
- شريت ،أشرف محمد عبد الغني (2001). المدخل إلى الصحة النفسية ، د ط ، مصر: المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية .
- شعثان ، لخضر و بن لكحل ، سمير (2019). التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 11 ، العدد02 ، ص ص 25-36.
- شقورة، يحي عمر شعبان (2012).المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس، جامعة الأزهر غزة ، فلسطين

قائمة المصادر والمراجع

- شقير، زينب محمود (2003). مقياس التوافق النفسي، ط1، مصر: توزيع مكتبة النهضة المصرية القاهرة .
- شيخي، مريم (2014) . طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات . رسالة ماجستير غير منشورة ، تخصص الانتقاء والتوجيه ، جامعة تلمسان ، الجزائر .
- الصباح، سهير وجنازرة ، هناء (2015). الأجهزة الذكية ودورها في تحسين جودة الحياة لدى المراهقين ، ورقة عمل مقدمة لمؤتمر بعنوان تأثير الأجهزة الذكية على نشأة الطفل ، 23 مارس .
- صديقي ، سلوى عثمان وآخرون (2002). مناهج الخدمة الاجتماعية في المجال المدرسي ورعاية الشباب ، مصر: المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية.
- صقر، محمد جمال (1965). اتجاهات في التربية والتعليم، دط، مصر: دار المعارف الحديث.
- صمادي، أحمد عبد الحميد والطعاني ، هديل صايل (2014). أنماط الإساءة الوالدية كما يدركها المراهقون ومستوى توافقهم النفسي في ضوء بعض المتغيرات ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 10 ، عدد 02 ، ص ص 205-218 .
- طه ، شحاتة محروس (دت). أبنائنا في مرحلة البلوغ والمراهقة ، ط11 ، مصر: إنتاج وحدة ثقافة الطفل بشركة سفير .
- طيبي، إبراهيم (2013). خطة التوجيه المدرسي المعتمدة في الجزائر ودورها في تحقيق الذات والتوافق الدراسي والكفائية التحصيلية (دراسة نفسية تربوية بمرحلة التعليم الثانوي) ،الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية بن عكنون .
- العادلي، خلف نجم والكردي ، كاظم (2014). إحساس الطلبة الجامعيين بجودة الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية الأساسية، المجلد 20، العدد 82، ص ص 673-690.
- عباس، فردوس خضير (2015). السلوك التوكيدي وعلاقته بالتكيف الاجتماعي المدرسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية ، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، العدد 23 ، تشرين الأول، ص ص 446 - 475 .
- عباس، محمد خليل ونوفل، محمد بكر (2007). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط1، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان .
- عبد الباقي، علا (دت). الصحة النفسية وتنمية الإنسان ، دط ، مصر: عالم الكتب .

قائمة المصادر والمراجع

- عبد الخالق ، أحمد محمد (2004). أصول الصحة النفسية ، ط 2، مصر: دار المعرفة الجامعية.
- عبد الخالق ، أحمد محمد (2011). نوعية الحياة لدى عينة من المراهقين الكويتيين، مجلة دراسات نفسية ، المجلد 21 ، العدد 03 ، يوليو، ص ص 367-384.
- عبد الرحمن، جمال الدين محمد مزكي (2011). التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي في أوساط طلاب جامعة المدينة العالمية ماليزيا، ص ص 01 - 31 .
- عبد العال، تحية محمد احمد و مظلوم، مصطفى علي رمضان (2013). الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الايجابية " دراسة في علم النفس الايجابي " ، مجلة كلية التربية ببنها ، العدد 93، الجزء 02 ، يناير ، ص ص 78- 165 .
- عبد العزيز ، سعيد وعطيوي ، جودت عزت (2004). التوجيه المدرسي مفاهيمه النظرية - أساليبه الفنية - تطبيقاته العلمية ، ط1، الأردن: مكتبة دار الثقافة عمان .
- عبد الغني، أشرف محمد(2001). المدخل إلى الصحة النفسية، د ط، مصر: المكتب الجامعي الحديث.
- عبد الفتاح، فوقية احمد السيد وحسين ، محمد حسين سعيد (2006). العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف ، بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الرابع لكلية التربية بني سويف " دور الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني في اكتشاف ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة " 3-4- مايو .
- عبد الكريم، مأمون (2015). علاقة التفاؤل والتشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب، رسالة ماجستير غير منشورة ، تخصص علم النفس العيادي ، جامعة البليدة 2 ، الجزائر.
- عبد اللطيف ، مدحت عبد الحميد (1999). الصحة النفسية والتفوق الدراسي ، د ط ، مصر: دار المعرفة الجامعية.
- عبد الله ، محمد قاسم (2004). مدخل إلى الصحة النفسية ، ط4، الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- عبد النبي، فادية رزق عبد الجليل (2013). الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بجودة الحياة للمراهقات المعاقات بصريا، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد14، الجزء 04، ص 474- 500
- عبيد ، ماجدة بهاء الدين السيد (2008). الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية ، ط1، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع عمان.

قائمة المصادر والمراجع

- عبيد ، ماجدة بهاء الدين السيد (2015). الاضطرابات السلوكية، ط1 ، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع عمان.
- عطية، نوال محمد (2001). علم النفس والتكيف النفسي والاجتماعي، ط1، مصر: دار القاهرة للكتاب.
- عكاشة ، محمود فتحي وسليم ، عبد العزيز إبراهيم (2010). العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقة اللغوية ، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر العلمي السابع لكلية التربية بجامعة كفر الشيخ ، بعنوان جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية ، 13-14- افريل.
- علي ، رانيا يوسف(2017). الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة الأسرية لدى عينة من التلاميذ المراهقين ، مجلة الإرشاد النفسي ، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس ، القاهرة ، العدد 51 ، ص ص 334 - 356 .
- عليان ، ربحي مصطفى وغنيم ، عثمان محمد (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، ط1 ، الأردن : دار صفاء للنشر والتوزيع .
- عليوة ، سميرة و بوسحابة ، محمد (2017). التوافق النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، مجلة العلوم الإسلامية والحضارة ، العدد 06 ، أكتوبر ، ص ص 335 - 369 .
- العمرية، صلاح الدين (2005). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، د ط، الأردن: المجتمع العربي للنشر.
- عوض، عباس محمود (1988). الموجز في الصحة النفسية ، د ط ، مصر: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
- العيسوي، عبد الرحمن(1995). علم النفس النمو، دط ، مصر: دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
- الفالوقي ، محمد والقذافي ، رمضان (1997). التعليم الثانوي في البلاد العربية ، ط1 ، مصر: الازارطة الإسكندرية
- فرحاتي ، العربي وآخرون (2011). الجودة التعليمية (بحث في المفاهيم والمعايير والتجارب) ، الجزائر : دار قانة للنشر والتوزيع .
- فهمي ، مصطفى (1978). التكيف النفسي ، دط ، مصر: دار مصر للطباعة والنشر القاهرة .
- فهمي ، مصطفى (1995). الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط3 ، مصر: مكتبة الخانجي بالقاهرة .

قائمة المصادر والمراجع

- القذافي، رمضان محمد (1998). الصحة النفسية والتوافق، ط3، مصر: المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية.
- قريشي ، عبد الكريم (1999). مشكلات التوافق لدى المراهق الجزائري في المدرسة الثانوية ، أطروحة دكتوراه ، معهد علم النفس والعلوم التربوية ، جامعة منتوري قسنطينة ، الجزائر .
- قريشي، عبد الكريم (2004).التوافق النفسي، مجلة العلوم الاجتماعية الإنسانية العدد 10، جامعة باتنة ، ص ص 181- 182
- القصاص ، خضر محمود والجمعية ، خالد بن ناصر(2013). العوامل المؤثرة في التكيف المدرسي للطلبة العاديين وذوي صعوبات التعلم وعلاقتها بمتغيري العمر والمستوى الدراسي ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (02)، العدد (09) ، أيلول ، ص ص 871-887 .
- كاظم ، علي مهدي و البهادلي ،عبد الحق (2006). جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين العمانيين والليبيين دراسة ثقافية مقارنة، كلية التربية ، جامعة السلطان قابوس، عمان، الأردن.
- الكحلوت ، أماني حمدي شحادة (2001). دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية غزة ، فلسطين .
- الكفاني ، علاء الدين (2012). الصحة النفسية والإرشاد النفسي ، ط1 ، الأردن : دار الفكر.
- لبوازدة ، عبد الحق (2011). تأثير الضغط النفسي على التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين ، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي ، جامعة الجزائر 02 ، الجزائر.
- لشهب ، أسماء (2017). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بسلوك المواطنة لدى الأبناء ، مجلة البحوث والدراسات ، العدد 24 ، السنة 14 ، ص ص 359 - 376 .
- لعباس، نصيرة (2012). الخجل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس المدرسي، جامعة تيزي وزو، الجزائر .
- ماضي ، عبد الباري مايح (2016). مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة ذي قار ، المجلد 11، العدد 01 ، آذار ، ص ص 95-107 .
- مأمون،عبد الكريم (2015). علاقة التفاؤل والتشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب ، رسالة ماجستير غير منشورة ،تخصص علم النفس العيادي ، جامعة البليدة 2 ، الجزائر .

- مبارك، بشرى عناد (د ت) . جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج، مجلة كلية الآداب ، العدد 99 ، ص ص 714 - 771 .
- مبارك، تهاني مفتاح سالم وآخرون(2018). دور التكيف المدرسي في تنمية التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الدراسات الإسلامية ماليزيا، المجلد 2، العدد 2، ص ص 47- 60.
- محمد، محمد جاسم (2004). مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها ، ط1 ، الأردن : دار الثقافة عمان .
- محمد ، محمد علي (1984). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، د ط ، مصر: دار النهضة العربية القاهرة.
- محمد الأمين ، عوض الجيد (2013). التوافق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة الأساسي دراسة ميدانية بمحلية شرق النيل - قطاع العيلفون ، رسالة ماجستير غير منشورة ، علم النفس التربوي ، جامعة النيلين ، مصر .
- مرسى ، سيد عبد الحميد (1979). التوجيه التربوي والمهني ، ط1 ، مصر: مكتبة الشافعي القاهرة.
- مرسى ، سيد عبد الحميد (1994). الإيمان والصحة النفسية، دط، مصر: مكتبة وهبة.
- مرسى، كمال إبراهيم (1991). العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس ، ط1 ، الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع .
- مسعودي، أمجد (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي-دراسة تحليلية ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد 20، جامعة وهران ، الجزائر.
- المشابقة ، 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 ، ص ص 33- 49 .
- مشري ، سلاف (2014) . جودة الحياة من منظور علم النفس الايجابي (دراسة تحليلية)، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، العدد 08 ، ص ص 215-237.
- مصطفى ، يامن سهيل (2010). العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم الإرشاد النفسي ، جامعة دمشق ، سوريا

قائمة المصادر والمراجع

- مطر، جيهان و الزغبى ، رفعة (2009) . العلاقة بين التكيف المدرسي والذكاء الانفعالي عند عينة من طلبة الصف السابق في المدارس الخاصة بمدينة عمان ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس ، الجزء 02 ، العدد 33 ، ص ص 533- 588 .
- المطيري ، معصومة سهيل (2005). الصحة النفسية مفهومها - اضطراباته ، ط1 ، الكويت : مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع .
- معمريّة ، بشير (2007). القياس النفسي وتصميم أدواته ، ط2 ، الجزائر: منشورات الحبر .
- معمريّة، بشير (2012). علم النفس الإيجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية، سيكولوجية الطبيب والحياة الطيبة ، ط1 ، الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع .
- مغلاوي ، أحمد (2010). العلاقة بين تقدير الذات والتكيف الدراسي عند طلبة المدرسة العليا للأساتذة ببوزريعة ، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر .
- المغيصيب، لطيفة عبد العزيز عبد القادر (1422). اثر التعبير الفني على التوافق النفسي لدى التلميذات القطريات في مرحلة المراهقة الوسطى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، تخصص تربية فنية ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، السعودية .
- منسي، عبد الحليم وكاظم، علي مهدي.(2006).مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة سلطنة عمان، جامعة السلطان قابوس، ندوة علم النفس وجودة الحياة، 17-19ديسمبر، ص ص 63-78.
- ناصر، أماني محمد (2006). التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة الفرنسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في هذه المادة ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية قسم التربية الخاصة ، جامعة دمشق ، سوريا.
- النجار، يحي و الطلاع، عبد الرؤوف (2015). التفكير الايجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظات غزة ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد 29، العدد 02، ص ص 209-246 .
- نعيمة ، رغداء علي (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين ، مجلة جامعة دمشق ، مجلد 28، العدد 01 ، ص ص 145-181.

- نيس، حكيمة (2011). الحاجات الإرشادية وعلاقتها بالتوافق النفسي والرضا عن الدراسة لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، في علم النفس التربوي ، جامعة الجزائر 02 ، الجزائر.
- هبال ، عبد العالي (2017). إدارة الجودة الشاملة في الجامعة الجزائرية، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، قسم العلوم السياسية ، جامعة الجزائر 3 .
- الهمص، صالح إسماعيل عبد الله (2010). قلق الولادة لدى الأمهات في محافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، قسم علم النفس كلية التربية غزة ، فلسطين.
- الهنداوي، محمد حامد (2011). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظات غزة ، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، فلسطين .
- وازي، طاوس (2006). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته باتجاهات المراهق نحو الدراسة ، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي ، جامعة الجزائر 02 ، الجزائر .
- وافي، ليلي أحمد مصطفى (2006). الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال الصم المكفوفين، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، الجامعة الإسلامية ، مصر.
- يحي ، أحلام (2015). دور الإرشاد النفسي الديني في تحقيق التوافق النفسي لدى المراهقات المتمدرسات ببعض ثانويات مدينتي المسيلة وبوسعادة ، رسالة ماجستير غير منشورة في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي ، قسم علم النفس ، جامعة المسيلة ، الجزائر.
- يونس، كريمة (2012). الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، في علم النفس المدرسي ، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.

▪ المراجع الاجنبية

- Sibylla,P(2009).la qualité de vie dans évaluation des stratégies thérapeutiques de prise en charge du VIH , journée de réflexion scientifique , actup-paris ,TRT-535, INSEE.
- Marie,helene , et al (2013). qulite de vie et bien – etre vont souvent de pair , insee premiere , n1428.
- Chantal schwanen (2008). portrait de l'adaptation scolaire et sociale des élèves fréquent les écoles secondaires québécoise en fonction de leur niveau d habiletés intellectuelles, mémoire de la maitrise en éducation ,université du Québec a Montréal , canada.
- Easthood , atwater(1990).psychology of adjustment personal growth world, (9the ed) ,new York , prentice hall.
- Goo ,d (1994). quality of life of for persons witr disabilities international perspective .
- Good,c,v,(1973). dictionary of education,3rd ed, new york, mc craw-hill.
- Hichs,P(1994). Industrial Engineering and Management ,a New Perspective (2nd ed) singapore , McGraw- hill ,Ind.
- lazarus , R, (1969).patterns of adjusnomt and human effectivemess MCG row , Hill Book Kcompamy.
- Norbert, sillamy (1990).dictionnaire de psychologie ,Larousse ,paris .
- Romane , m (1985). adaptation scolaire et climat affectif de l'enfant(étude comparative sur les élèves de l'école primaire fille et garçons en ville d'Oran Algérie),thèse soutenue devant l'université de lyon2 en vue de l'obtention du doctorat de 3 ème cycle, de sciences de l'éducatons, France.
- Tayer, ch and conbs, a (1970). self-camept and adjustnent in research in psychologu, ediked kintz and bruming , p (411-416)
- Wolme Benjamin, B (1973). dictionary of behavioural science , Mac- millan press Ltd ,u.s.a .
- Eric , PH ,(2013). agir pour améliorer la qualité de vie ainsi que la sante globale des étudiants de l'université Laval, une vision pour un avenir durable commission des affaires étudiantes de l'université Laval , conseil universitaire de Laval.

الملاحق

الملحق رقم (01) : القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة العلمية	التخصص	الجامعة	الامضاء
01	رمضانة لوطوط	أستاذ محاضر	علوم التربية	المسيلة	
02	محمد، سري	أستاذ لعلم في	علوم التربية	المسيلة	
03	حامد عواطف	أستاذ محاضر	علوم التربية	المسيلة	
04	سامية ابراهيم	أستاذ محاضر	علوم التربية	المسيلة	
05	شرقية حليمية	، ، ،	علوم التربية	المسيلة	
06	ليدية بوزلف	= 7 يا	علم النفس المعرفي	المسيلة	
07	نصيرة لحين	أستاذ محاضر	إدارة وصحة نفسية	الجزيرة	
08	عزور كسفي	، ،	علوم التربية	المسيلة	
09	معوّش عبد الحيد	أستاذ محاضر	علم النفس المدرسي علم النفس العصبي	المسيلة	
10	لدة ميمون	، ،	علوم التربية	المسيلة	
11	حميدة عزوق	أستاذ مساعد	علوم التربية	المسيلة	
12	بن عور، مع المصم	أستاذ محاضر	علم النفس الاجتماعي	المسيلة	
13	زلاحي ابراهيم	محاضر	النقد الأدبي	المسيلة	
14					
15					

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

المسيلة في : 2017/01/23
مدير التربية
إلى السادة :

مديرية التربية لولاية المسيلة
مصلحة التكوين و التفتيش

- مديري ثانويات بلدية المسيلة

رقم : 2017/006

الموضوع : ترخيص بإجراء (زيارة ميدانية)
بناء على مراسلة جامعة عمار ثليجي بالاغواط رقم 225 بتاريخ 2016/09/29، وبناء على طلب المعنية المقدم
بتاريخ 2016/09/29
يرخص للطالبة:

الرقم	اللقب والاسم سميرة خيذر	تاريخ ومكان الميلاد	رقم التسجيل
01			

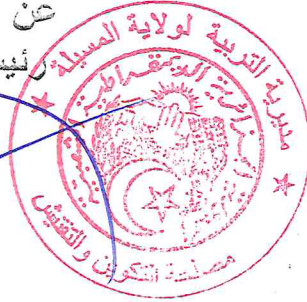
➤ بالدخول إلى ثانويات بلدية مسيلة.
من 2017/02/01 إلى غاية 2017/04/30
لإجراء (استبيان ميداني) حول موضوع جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي
لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي
مع احترامهم للشروط التالية :

- العمل وفق ما يسمح به القانون وعدم التطرق إلى ما يمس السر المهني .
- الالتزام التام من طرف المتربصين باحترام القانون داخل المؤسسة المستقبلية وتحملهم المسؤولية .
- استغلال المعلومات المتحصل عليها خلال التربص في خدمة الجانب العلمي للمحاور السالفة الذكر لا غير .
- وضع رزنامة عمل لفائدة المتربصين من طرف المسؤول الا ول للمؤسسة المستقبلية خلال الفترة المحددة .
- مراعاة السير العادي لأنشطة المؤسسة .

* المطلوب من مسؤول مؤسسة الاستقبال اتخاذ كل الترتيبات اللازمة لانجاز العملية في ظروف عادية طبقا للتوجيهات الأنفة الذكر.

عن مدير التربية وبتفويض منه
رئيس مصلحة التكوين و التفتيش

بن السراج بنقاسم



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي الأغواط

عنوان الدراسة : جودة الحياة و علاقتها بالتوافق النفسي و التكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة)

قائمة المؤسسات الخاصة بالبحث الميداني

ثانوية إبراهيم ابن الأغلب التميمي 	ثانوية بن محمد يحيى المقرري 	ثانوية عثمان بن عفان 
ثانوية عبد المجيد مزيان 	ثانوية صلاح الدين الأيوبي 	ثانوية عبد الله بن مسعود 
ثانوية جابر بن حيان 	ثانوية عبد المجيد علام 	ثانوية محمد الشريف مساعدي 
ثانوية المجاهد احمد الغازي 	ثانوية صقراوي نور الدين 	ثانوية سعودي عبد الحميد 

الباحثة : خيذر سميرة

جامعة عمار ثليجي الاغواط
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا
استمارة التحكيم

الدكتور(ة) الفاضل(ة).....المحترم(ة)

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تقوم الباحثة بإجراء دراسة لنيل درجة الدكتوراه (ل.م.د) في علم النفس تخصص الصحة النفسية والتي جاءت تحت عنوان "جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي " وقد استدعى ذلك تعديل مقياس جودة الحياة للطالب الجامعي ليتلاءم مع أفراد عينة الدراسة الحالية والمرحلة الثانوية، وكذلك بناء مقياس التكيف الدراسي الخاص بالمرحلة الثانوية والمتكون من أربعة مجالات (مجال علاقة التلميذ بالأساتذة، مجال علاقة التلميذ بالزملاء، مجال موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها، مجال موقف التلميذ من الدراسة). لذا أرجو التكرم بإبداء رأيكم السديد ومقترحاتكم والتعديلات التي ترونها مناسبة لتحقيق هدف الدراسة الحالية وذلك من خلال النقاط التالية :

1-مدى ملائمة هذه المقاييس للدراسة الحالية

2-مدى وضوح الفقرات من حيث الصياغة اللغوية

3-مدى انتماء الفقرات للأبعاد

4-مدى ملائمة بدائل الإجابة للفقرات

وقبل ذلك أرجو منك ملء هذه البيانات الخاصة بك :

الاسم و اللقب :

الرتبة :

الدرجة العلمية :

التخصص :

الجامعة :

- وإليك أستاذي الفاضل أستاذتي الفاضلة بعض المعلومات الخاصة بالبحث التي تساعدك في عملية التحكيم .

عنوان الدراسة: جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي . (دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة)

تحديد مصطلحات الدراسة:

1- جودة الحياة : تتمثل في شعور التلميذ بالمرحلة الثانوية بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ما يتوفر لديه من إمكانيات وما يتم تقديمه إليه من خدمات صحية واجتماعية وتعليمية ونفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه، ويشير في بحثنا إلى مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس جودة الحياة لمنسي وكاظم 2006 والمتكون من ستة أبعاد وهي: (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف (الجانب الوجداني) ، جودة الصحة النفسية ، جودة شغل الوقت وإدارته).

2- التوافق النفسي : التوافق النفسي هو قدرة التلميذ على إشباع حاجاته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته، حتى تحدث حالة من الاتزان بينه وبين البيئة المحيطة به، وكذا مدى تقبل التلميذ لنفسه ويشير في بحثنا إلى مجموع الدرجات التي تتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير 2003 والمتكون من أربعة أبعاد (التوافق الانفعالي، التوافق الصحي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي)

3- التكيف الدراسي : يشير في دراستنا إلى قدرة التلميذ على التكيف مع الوسط المدرسي وبمختلف مكوناته من أساتذة وزملائه وإدارة، كما يظهر من خلال النشاط واستيعاب المواد الدراسية والمواظبة على النظام، ويقاس بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس التكيف الدراسي من أعداد الطالبة الباحثة، والذي يتضمن أربعة أبعاد وهي: (علاقة التلميذ بالأساتذة، علاقة التلميذ بالزملاء، موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها، موقف التلميذ من الدراسة).

ملاحظة : العبارات المظللة هي المعنية بالتعديل.

مع خالص الشكر والتقدير
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

الملحق رقم (04) :

مقياس جودة الحياة في صورته الأولى

الرقم	العبارات	١	٢	٣	٤	٥
جودة الصحة العامة						
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط					
2	أشعر ببعض الآلام في جسمي					
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخيا					
4	تتكرر إصابتي بنزلة البرد					
5	لا أشعر بالغثيان					
6	أشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله					
7	أنام جيدا					
8	أعاني من ضعف في الرؤية					
9	نادرا ما أصاب بالأمراض					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبء كبير على أسرتي					
جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية						
11	أشعر بأنني قريبا جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي					
12	أشعر بالتباعد بيني وبين والدي					
13	أحصل على دعم عاطفي من أسرتي					
14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
15	أشعر بأن والدي راضيان عني					
16	لدي أصدقاء مخلصين					
17	علاقتي بزملائي رديئة للغاية					
18	لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيراني					

					أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي	19
					لا أجد من أثق به من أفراد أسرتي	20
جودة التعليم و الدراسة						
					اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه	21
					بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي	22
					أشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي	23
					لدي إحساس بأنني لم استقد شيء من تخصصي	24
					الأساتذة يرحبون بي ويجيبونني على تساؤلاتي	25
					الأنشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت	26
					أنا فخور باختياري للتخصص الذي يناسبني في الجامعة	27
					أشعر بأن دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية	28
					أشعر بأن الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية	29
					أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الأكاديمي	30
جودة العواطف (الجانب الوجداني)						
					أنا فخور بهدوء أعصابي	31
					أشعر بالحزن بدون سبب واضح	32
					أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب	33
					أشعر بأنني عصبي	34
					لا أخاف من المستقبل	35
					أقلق من الموت	36
					من الصعب استثارتي انفعاليا	37
					أقلق لتدهور حالتي	38
					أملك القدرة على اتخاذ أي قرار	39
					أشعر بالوحدة النفسية	40

جودة الصحة النفسية					
					41 أشعر بأنني متزن انفعاليا
					42 أنا عصبي جدا
					43 أستطيع ضبط انفعالاتي
					44 أشعر بالاكئاب
					45 أشعر بأنني محبوب من الجميع
					46 أنا لست شخصا سعيدا
					47 أشعر بالأمن
					48 روحي المعنوية منخفضة
					49 أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات
					50 أشعر بالقلق
جودة شغل الوقت و إدارته					
					51 استمتع بمزاولة الأنشطة الجامعية في أوقات فراغي
					52 ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في الاستذكار
					53 أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط
					54 أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة
					55 اهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية
					56 تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية
					57 لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضراتي
					58 ليس لدي وقت للترويح عن النفس
					59 أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد
					60 لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الواجبات الغذائية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي الاغواط

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

التخصص : الصحة النفسية

قسم : علم النفس وعلوم التربية

عزيزي التلميذ

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نضع بين يديك مجموعة من المقاييس التي تقيس جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي والمتكونين من عدد من العبارات ، والمطلوب منك أن تعبر عما تشعر به، وتبين رأيك نحو كل عبارة من العبارات، علما بأنه ليست هناك أجوبة صحيحة وأخرى خاطئة لهذه العبارات ولكن نرجو أن تعبر إجابتك عن حقيقة ما تشعر به .

نأمل أن تكون إجابتك إسهاما منك لدراسة هذا الموضوع ومشاركة فعالة لخدمة البحث العلمي.

الموضوع: جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي والتكيف الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة).

طريقة الإجابة :

بعد قراءة كل عبارة من عبارات استمارة الاستبيان والمقياس بعناية يمكنك التعبير عن اتجاهك ، وذلك بوضع علامة (X) في الخانة التي تراها مناسبة

ملاحظات هامة :

- ليس من الضروري كتابة اسمك .
- الرجاء الإجابة على كل عبارة من عبارات الاستبيان .
- لا تضع علامتين أمام عبارة واحدة
- لا تترك أي عبارة دون إجابة

مع خالص الشكر والتقدير
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الطالبة الباحثة : خيذر سميرة

الملحق رقم (05)

مقياس جودة الحياة في صورته النهائية

الرقم	العبارات	أبداً	قليل جداً	بعض الأحيان	كثيراً	كثيراً جداً
	جودة الصحة العامة					
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط					
2	أشعر ببعض الآلام في جسمي					
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخياً					
4	تتكرر إصابتي بالأنفلونزا					
5	لا أشعر بالدوار					
6	أشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله					
7	أنام جيداً					
8	أعاني من ضعف في الرؤية					
9	نادرًا ما أصاب بالأمراض					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئاً كبيراً على أسرتي					
	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية					
11	أشعر بأنني قريب جداً من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي					
12	أشعر بالتباعد بيني وبين والدي					
13	أحصل على دعم عاطفي من أسرتي					
14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
15	أشعر بأن والدي راضيان عني					
16	لدي أصدقاء مخلصون					
17	علاقاتي بزملائي رديئة للغاية					
18	لا أحصل على دعم من أصدقائي وجيراني					
19	أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي					
20	لا أجد من أثق به من أفراد أسرتي					

جودة التعليم والدراسة					
21	اخترت الشعبة الدراسية التي أحبها				
22	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي				
23	أشعر بأنني أحصل على دعم أكاديمي من أساتذتي				
24	لدي إحساس بأنني لم استفد شيئاً من تخصصي				
25	الأساتذة يرحبون بي ويجيبونني على تساؤلاتي				
26	الأنشطة الطلابية بالثانوية مضيعة للوقت				
27	أنا فخور باختياري للشعبة التي تناسبني في الثانوية				
28	أشعر بأن دراستي الثانوية لن تحقق طموحاتي المهنية				
29	أشعر بأن الدراسة بالثانوية مفيدة للغاية				
30	أجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من مستشار التوجيه				
جودة العواطف (الجانب الوجداني)					
31	أنا فخور بهدوء أعصابي				
32	أشعر بالحزن بدون سبب واضح				
33	أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب				
34	أشعر بأنني عصبي				
35	لا أخاف من المستقبل				
36	أقلق من الموت				
37	من الصعب استثارتي انفعاليا				
38	أقلق لتدهور حالتي				
39	أملك القدرة على اتخاذ أي قرار				
40	أشعر بالوحدة النفسية				
جودة الصحة النفسية					
41	أشعر بأنني متزن في انفعالاتي				
42	أنا عصبي جدا				
43	أستطيع ضبط انفعالاتي				
44	أشعر بالاكنتئاب				
45	أشعر بأنني محبوب من الجميع				

					أنا لست شخصا سعيدا	46
					أشعر بالأمن	47
					روحي المعنوية منخفضة	48
					أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات	49
					أشعر بالقلق	50
					جودة شغل الوقت وإدارته	
					استمتع بمزاولة الأنشطة المدرسية في أوقات فراغي	51
					ليس لدي وقت فراغ فكل وقتي ينقضي في المراجعة	52
					أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط	53
					أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة	54
					أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية	55
					تنظيم وقت الدراسة والمراجعة صعب للغاية	56
					لدي الوقت الكافي لمراجعة دروسي	57
					ليس لدي وقت للترويح عن النفس	58
					أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد	59
					لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الواجبات الغذائية	60

الملحق رقم (06)

مقياس التوافق النفسي لـ "زينب محمود شقير" (2003)

الرقم	العبارة	نعم	أحيانا	لا
التوافق الشخصي والانفعالي				
01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية ؟	نعم	أحيانا	لا
02	هل أنت متفائل بصفة عامة ؟	نعم	أحيانا	لا
03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين ؟	نعم	أحيانا	لا
04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلات بقوة وشجاعة ؟	نعم	أحيانا	لا
05	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة ؟	نعم	أحيانا	لا
06	هل تتطلع إلى مستقبل مشرق ؟	نعم	أحيانا	لا
07	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك ؟	نعم	أحيانا	لا
08	هل أنت سعيد وبشوش في حياتك ؟	نعم	أحيانا	لا
09	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا ؟	نعم	أحيانا	لا
10	هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس ؟	نعم	أحيانا	لا
11	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم ؟	نعم	أحيانا	لا
12	هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما ؟	نعم	أحيانا	لا
13	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة ؟	نعم	أحيانا	لا
14	هل تشعر بالأمن والطمأنينة وأنت في حالة طيبة ؟	نعم	أحيانا	لا
15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة ؟	نعم	أحيانا	لا
16	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما ؟	نعم	أحيانا	لا
17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر ؟	نعم	أحيانا	لا
18	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما ؟	نعم	أحيانا	لا
19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها ؟	نعم	أحيانا	لا
20	هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر ؟	نعم	أحيانا	لا

التوافق الصحي (الجسمي)

21	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت ؟	نعم	أحيانا	لا
22	هل لديك قدرات ومواهب متميزة ؟	نعم	أحيانا	لا
23	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر أنك قوي البنية ؟	نعم	أحيانا	لا
24	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة - حجم الجسم) ؟	نعم	أحيانا	لا
25	هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح ؟	نعم	أحيانا	لا
26	هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض ؟	نعم	أحيانا	لا
27	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة ؟	نعم	أحيانا	لا
28	هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك ؟	نعم	أحيانا	لا
29	هل تعاني من بعض العادات مثل : (قضم الأظافر - أو الغمز بالعين) ؟	نعم	أحيانا	لا
30	هل تشعر بصداع وألم في رأسك من وقت لآخر ؟	نعم	أحيانا	لا
31	هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة ؟	نعم	أحيانا	لا
32	هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهية) ؟	نعم	أحيانا	لا
33	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟	نعم	أحيانا	لا
34	هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر ؟	نعم	أحيانا	لا
35	هل تصيب عرقا (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل ؟	نعم	أحيانا	لا
36	هل تشعر أحيانا أنك قلق وأعصابك غير موزونة ؟	نعم	أحيانا	لا
37	هل يعوقك وجع ظهرك أو يدك عن مزاولة العمل ؟	نعم	أحيانا	لا
38	هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام ؟	نعم	أحيانا	لا
39	هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيرا ؟	نعم	أحيانا	لا
40	هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر ؟	نعم	أحيانا	لا
التوافق الأسري				
41	هل أنت متعاون مع أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
42	هل تسعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
43	هل أنت محبوب من أفراد أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا

44	هل تشعر بأن لك دورا فعال وهام في أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
45	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به ؟	نعم	أحيانا	لا
46	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
47	هل تأخذ حقلك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	نعم	أحيانا	لا
48	هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
49	هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها ؟	نعم	أحيانا	لا
50	هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصداقة ؟	نعم	أحيانا	لا
51	هل تشعر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة ؟	نعم	أحيانا	لا
52	هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية) ؟	نعم	أحيانا	لا
53	هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات أو مواهب ؟	نعم	أحيانا	لا
54	هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ؟	نعم	أحيانا	لا
55	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات الأصدقاء والجيران ؟	نعم	أحيانا	لا
56	هل تشعر أنك عبء ثقيل عليها ؟	نعم	أحيانا	لا
57	هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
58	هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
59	هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك ؟	نعم	أحيانا	لا
60	هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلا صغيرا ؟	نعم	أحيانا	لا
التوافق الاجتماعي				
61	هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والتروجية مع الآخرين ؟	نعم	أحيانا	لا
62	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم ؟	نعم	أحيانا	لا
63	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن ؟	نعم	أحيانا	لا
64	هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين ؟	نعم	أحيانا	لا
65	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا ؟	نعم	أحيانا	لا
66	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك ؟	نعم	أحيانا	لا
67	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد ؟	نعم	أحيانا	لا

68	هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك ؟	نعم	أحيانا	لا
69	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا ؟	نعم	أحيانا	لا
70	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم ؟	نعم	أحيانا	لا
71	هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية ؟	نعم	أحيانا	لا
72	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	نعم	أحيانا	لا
73	هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه ؟	نعم	أحيانا	لا
74	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران ؟	نعم	أحيانا	لا
75	هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه) ؟	نعم	أحيانا	لا
76	هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين ؟	نعم	أحيانا	لا
77	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟	نعم	أحيانا	لا
78	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم) ؟	نعم	أحيانا	لا
79	هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفا من أن يغضب منك ؟	نعم	أحيانا	لا
80	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة ؟	نعم	أحيانا	لا

الملحق رقم (07) :

مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته الأولى

بدائل الإجابة : (نعم ،أحيانا ، لا)

الرقم	العبارة	تقيس	تقيس نوعا ما	لا تقيس
علاقة التلميذ بالأساتذة				
01	اشعر أن الأساتذة يحترمون شعوري اقترح البديل :			
02	أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي عما يشغل بالي اقترح البديل :			
03	احترم و اقدر الأساتذة داخل الثانوية اقترح البديل :			
04	الأساتذة يتفهمون مشكلاتنا الدراسية اقترح البديل :			
05	يتعامل الأساتذة معي بتعال وتكبر داخل الثانوية اقترح البديل :			
06	يتعامل الأساتذة مع التلاميذ بعدل و إنصاف داخل الثانوية اقترح البديل :			
07	اشعر أن الأساتذة يثقون ويعولون علي اقترح البديل :			
08	ارجع إلى الأساتذة في المسائل التي أجدها غامضة اقترح البديل :			
09	يهتم الأساتذة اهتماما كبيرا لفهمي للدروس اقترح البديل :			
10	غالبا ما يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم اقترح البديل :			
11	يزعجني من يتحدث عن الأساتذة بسوء اقترح البديل :			

12	أُسعى لكسب ثقة الأساتذة اقترح البديل :		
13	اشعر بالخوف عندما يطلب مني احد الأساتذة الإجابة عن سؤال ما اقترح البديل :		
14	اشعر بمحبة وتقدير الأساتذة لي اقترح البديل :		
15	أرى أن الأساتذة يتابعون تقدم التلاميذ دراسيا باهتمام اقترح البديل :		
16	احترم الأساتذة احتراما كبيرا اقترح البديل :		
17	عندما يكلفني أساتذتي بعمل ما أسرع إلى انجازه عن طيب خاطر اقترح البديل :		
18	اشعر برغبة في محاكاة الأساتذة اقترح البديل :		
19	كثيرا ما يتضايق مني الأساتذة بدون سبب اقترح البديل :		
20	لا اشعر بوجود تجاوب بيني وبين أساتذتي اقترح البديل :		
علاقة التلميذ بالزملاء			
21	احترم واقدر زملائي بالثانوية اقترح البديل :		
22	أفضل الجلوس مع التلاميذ من نفس مستواي الدراسي اقترح البديل :		
23	يروق لي مشاركة زملائي في الأنشطة الترفيهية المنظمة في الثانوية اقترح البديل :		
24	أتجنب الحديث مع زملائي التلاميذ من الجنس الآخر اقترح البديل :		
25	اشعر بالضيق عندما التقى بزملاء جدد اقترح البديل :		

26	اشعر أن زملائي يحترمون إجاباتي عن الأسئلة أثناء الدرس اقترح البديل :		
27	أقدم كل مساعدة يحتاجها تلاميذ قسمي إذا كان بالإمكان ذلك اقترح البديل :		
28	أناقش الموضوعات و الدروس التي افهمها جيدا مع الزملاء اقترح البديل :		
29	اشترك مع زملائي في كثير من الاهتمامات اقترح البديل :		
30	كثيرا ما اخبر زملائي بما يشغل بالي اقترح البديل :		
31	من النادر أن أعيد لزملائي ما اعثر عليه من أشياء تعود لهم اقترح البديل :		
32	اشعر أن زملائي في الثانوية لا يحبونني اقترح البديل :		
33	من السهل على أن استمر في الحديث مع زملائي بصورة عامة اقترح البديل :		
34	اقضي وقتا ممتعا مع زملائي في الثانوية اقترح البديل :		
35	اشعر بان زملائي يقدروني اقترح البديل :		
36	أجد صعوبة في الانسجام مع زملائي أثناء القيام بعمل مشارك معهم اقترح البديل :		
37	أحب إثارة المشاكل بين الزملاء اقترح البديل :		
38	اشعر أن زملائي يهملون رأئي ولا يهتمون بها اقترح البديل :		
39	كثيرا ما اخرج شعور زملائي دون قصد مني اقترح البديل :		
40	أنضايق من مراقبة زملائي لي أثناء قيامي بعمل ما في الثانوية اقترح البديل :		

موقف التلميذ من الثانوية وعلاقته بإدارتها			
41	اواضب على المشاركة في الأنشطة التي تنظمها ثانويتي اقترح البديل :		
42	أفضل عدم لبس المنزر المدرسي داخل الثانوية اقترح البديل :		
43	أصرف بسلوك سيء اتجاه الموظفين داخل الثانوية اقترح البديل :		
44	أحافظ على الممتلكات المدرسية داخل الثانوية اقترح البديل :		
45	أجد صعوبة في الخضوع للنظام المدرسي بالثانوية اقترح البديل :		
46	يروق لي أن اكتب على جدران الثانوية ما يخطر على بالي اقترح البديل :		
47	اشعر أن الانسجام موجود بين الإدارة و التلاميذ اقترح البديل :		
48	ارتاح عندما تتعرض ممتلكات الثانوية للعبث و التخريب اقترح البديل :		
49	أجد أنني احتاج إلى من يقدم لي النصح والإرشاد داخل الثانوية اقترح البديل :		
50	استطيع أن أتكيف مع التغيرات الحاصلة بالثانوية اقترح البديل :		
51	يتلقى التلاميذ تشجيعا مستمرا من الإدارة في الثانوية اقترح البديل :		
52	اقدر شجاعة التلاميذ الذين يتحدون أخطاء الإدارة وتعليماتها اقترح البديل :		
53	اشعر أن الإدارة تتبع أسلوب قاسي لأجل حفظ النظام اقترح البديل :		
54	ارغب في إثارة الفوضى داخل الثانوية اقترح البديل :		
55	يسرني أن أسهم في نظافة الثانوية وتجميلها اقترح البديل :		

56	أراعي الوصول إلى الثانوية في الوقت المحدد اقترح البديل :		
57	اشعر بحب عميق لثانويتي اقترح البديل :		
58	اشعر بالسعادة عندما أرى الانضباط يسود الثانوية اقترح البديل :		
59	اشعر أن قضاء الوقت في الثانوية أكثر متعة من أي مكان آخر اقترح البديل :		
60	ارتاح عندما تتعرض ممتلكات الثانوية للعبث و التخريب اقترح البديل :		
موقف التلميذ من الدراسة			
61	أحب شعبي الدراسية التي وجهت لها في الثانوية اقترح البديل :		
62	استمع جيدا لشروح الأساتذة للدروس اقترح البديل :		
63	أجد أن البرامج الدراسية في الثانوية كثيفة اقترح البديل :		
64	أقوم بتحضير دروسي قبل كل حصة دراسية اقترح البديل :		
65	اشعر أنني لا أستطيع تحقيق طموحاتي الدراسية اقترح البديل :		
66	لدي رغبة حقيقية دائمة للدراسة اقترح البديل :		
67	الواجبات المدرسية المنزلية كثيرة بحيث لا أتمكن من انجازها اقترح البديل :		
68	طموحاتي الدراسية تتخطى الحصول على أعلى معدل فقط اقترح البديل :		
69	يشرد ذهني في القسم حتى يتعذر علي فهم الدرس اقترح البديل :		
70	اشعر بالتوتر عند نسيان ما راجعته للامتحانات المدرسية اقترح البديل :		

			71	افهم المواد الدراسية و استوعبها بدرجة جيدة اقترح البديل :
			72	تشعري المواد التي ندرسها بالملل اقترح البديل :
			73	أجد صعوبة في فهم المواد الدراسية اقترح البديل :
			74	اشعر أن المواد التي ندرسها مفيدة اقترح البديل :
			75	نتائج في الامتحانات المدرسية تمكنني من النجاح اقترح البديل :
			76	ارغب في التغيب عن الدراسة من اجل التحضير للامتحانات اقترح البديل :
			77	أبدا المراجعة و الاستعداد للامتحانات بأيام قليلة فقط اقترح البديل :
			78	اشعر أن أسئلة الامتحانات معقدة وصعبة الفهم اقترح البديل :
			79	اعتقد أن نتائج الامتحانات عادلة اقترح البديل :
			80	أقوم بالاستعداد جيدا للامتحانات المدرسية اقترح البديل :

الملحق رقم (08) :

مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته الثانية (بعد التحكيم)

الرقم	العبارة	نعم	أحيانا	لا
01	اشعر بان زملائي يحبونني ويقدرونني	نعم	أحيانا	لا
02	أحافظ على الممتلكات المدرسية داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
03	أتصرف بسلوك سيء اتجاه الموظفين داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
04	كثيرا ما اخبر زملائي بما يشغل بالي	نعم	أحيانا	لا
05	أجد أنني احتاج إلى من يقدم لي النصح والإرشاد داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
06	أقوم بالاستعداد جيدا للامتحانات المدرسية	نعم	أحيانا	لا
07	يروق لي أن اكتب على جدران الثانوية ما يخطر على بالي	نعم	أحيانا	لا
08	اشعر أن الأساتذة يثقون بإمكانياتي	نعم	أحيانا	لا
09	اشعر أن الانسجام موجود بين الإدارة و التلاميذ	نعم	أحيانا	لا
10	ارغب في إثارة المشاكل بين الزملاء	نعم	أحيانا	لا
11	احترم واقدر الأساتذة كثيرا	نعم	أحيانا	لا
12	أجد أن البرامج الدراسية في الثانوية كثيفة	نعم	أحيانا	لا
13	احترم واقدر زملائي بالثانوية	نعم	أحيانا	لا
14	أراعي الوصول إلى الثانوية في الوقت المحدد	نعم	أحيانا	لا
15	يتعامل الأساتذة معي بتعال وتكبر	نعم	أحيانا	لا
16	ارجع إلى الأساتذة في المسائل التي أجدها غامضة	نعم	أحيانا	لا
17	اشعر أن الأساتذة يحترمون شعوري	نعم	أحيانا	لا
18	أرى أن الأساتذة يتابعون تقدم التلاميذ دراسيا باهتمام	نعم	أحيانا	لا
19	اشعر بالخوف عندما يطلب مني احد الأساتذة الإجابة عن سؤال ما	نعم	أحيانا	لا

20	استطيع أن أتكيف مع التغيرات الحاصلة بالثانوية	نعم	أحيانا	لا
21	من النادر أن أعيد لزملائي ما اعثر عليه من أشياء تعود لهم	نعم	أحيانا	لا
22	استمتع جيدا لشروح الأساتذة للدروس	نعم	أحيانا	لا
23	أسعى لكسب ثقة الأساتذة	نعم	أحيانا	لا
24	اشترك مع زملائي في كثير من الاهتمامات	نعم	أحيانا	لا
25	اشعر أن أسئلة الامتحانات معقدة وصعبة الفهم	نعم	أحيانا	لا
26	اشعر بالتوتر عند نسيان ما راجعته للامتحانات المدرسية	نعم	أحيانا	لا
27	سهل على الاستمرار في الحديث مع زملائي بصورة عامة	نعم	أحيانا	لا
28	أفضل الجلوس مع التلاميذ من نفس مستواي الدراسي	نعم	أحيانا	لا
29	اشعر بالضيق عندما التقى بزملاء جدد	نعم	أحيانا	لا
30	اشعر أن زملائي يحترمون إجاباتي عن الأسئلة أثناء الدرس	نعم	أحيانا	لا
31	اشعر بحب عميق لثانويتي	نعم	أحيانا	لا
32	اعتقد أن نتائج الامتحانات عادلة	نعم	أحيانا	لا
33	أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي	نعم	أحيانا	لا
34	اشعر بالسعادة عندما تتعرض ممتلكات الثانوية للعبث والتخريب	نعم	أحيانا	لا
35	افهم المواد الدراسية و استوعبها بدرجة جيدة	نعم	أحيانا	لا
36	اقدر شجاعة التلاميذ الذين يتحدثون تعليمات الإدارة	نعم	أحيانا	لا
37	اشعر أن قضاء الوقت في الثانوية أكثر متعة من أي مكان آخر	نعم	أحيانا	لا
38	أجد صعوبة في الخضوع للنظام الداخلي للثانوية	نعم	أحيانا	لا
39	أقوم بتحضير دروسي قبل كل حصة دراسية	نعم	أحيانا	لا
40	أناقش الموضوعات و الدروس التي افهمها جيدا مع الزملاء	نعم	أحيانا	لا
41	اواضب على المشاركة في الأنشطة التي تنظمها ثانويتي	نعم	أحيانا	لا
42	تشعرني المواد التي ندرسها بالملل	نعم	أحيانا	لا

43	طموحاتي الدراسية تتخطى الحصول على أعلى معدل فقط	نعم	أحيانا	لا
44	عندما يكلفني أساتذتي بعمل ما أسرع إلى انجازه عن طيب خاطر	نعم	أحيانا	لا
45	يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم	نعم	أحيانا	لا
46	كثيرا ما اجرح شعور زملائي دون قصد مني	نعم	أحيانا	لا
47	الأساتذة يتفهمون مشكلاتنا الدراسية	نعم	أحيانا	لا
48	كثيرا ما يتضايق مني الأساتذة بدون سبب	نعم	أحيانا	لا
49	لا اشعر بوجود تجاوب بيني وبين أساتذتي	نعم	أحيانا	لا
50	لدي رغبة حقيقية دائمة للدراسة	نعم	أحيانا	لا
51	اشعر أنني لا استطيع تحقيق طموحاتي الدراسية	نعم	أحيانا	لا
52	اشعر بمحبة وتقدير الأساتذة لي	نعم	أحيانا	لا
53	نتائجي في الامتحانات المدرسية تمكنني من النجاح	نعم	أحيانا	لا
54	الواجبات المدرسية المنزلية كثيرة بحيث لا أتمكن من انجازها	نعم	أحيانا	لا
55	يتعامل الأساتذة مع التلاميذ بعدل وإنصاف داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
56	ارغب في التغيب عن الدراسة من اجل التحضير لامتحانات	نعم	أحيانا	لا
57	يتلقى التلاميذ تشجيعا مستمرا من الإدارة في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
58	أفضل عدم لبس المنزر داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
59	يروق لي مشاركة زملائي في الأنشطة الترفيهية المنظمة في الثانوي	نعم	أحيانا	لا
60	يزعجني من يتحدث عن الأساتذة بسوء	نعم	أحيانا	لا
61	يسرني أن أسهم في نظافة الثانوية وتجميلها	نعم	أحيانا	لا
62	اشعر أن زملائي يهملون رأئي ولا يهتمون بها	نعم	أحيانا	لا
63	اشعر برغبة في مشاغبة وإزعاج الأساتذة	نعم	أحيانا	لا
64	أقدم كل مساعدة يحتاجها تلاميذ قسمي إذا كان بالإمكان ذلك	نعم	أحيانا	لا
65	اقضي وقتا ممتعا مع زملائي في الثانوية	نعم	أحيانا	لا

66	اشعر أن المواد التي ندرسها مفيدة	نعم	أحيانا	لا
67	أرى أن الإدارة تتبع أسلوب قاسي لأجل حفظ النظام	نعم	أحيانا	لا
68	يشرد ذهني في القسم حتى يتعذر علي فهم الدرس	نعم	أحيانا	لا
69	يهتم الأساتذة بمدى فهمي للدروس	نعم	أحيانا	لا
70	أتجنب الحديث مع زملائي التلاميذ من الجنس الآخر	نعم	أحيانا	لا
71	أحب شعبي الدراسية التي وجهت لها في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
72	أجد صعوبة في الانسجام مع زملائي أثناء القيام بعمل مشترك معهم	نعم	أحيانا	لا
73	أتضايق من مراقبة زملائي لي أثناء قيامي بعمل ما في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
74	اشعر بالسعادة عندما أرى الانضباط يسود الثانوية	نعم	أحيانا	لا

الملحق رقم (09)

مقياس التكيف الدراسي للمرحلة الثانوية في صورته النهائية

البيانات الأولية :

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

الشعبة :

الرقم	العبارة	نعم	أحيانا	لا
01	أحافظ على الممتلكات المدرسية داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
02	أتصرف بسلوك سيء اتجاه الموظفين داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
03	كثيرا ما اخبر زملائي بما يشغل بالي	نعم	أحيانا	لا
04	أقوم بالاستعداد جيدا للامتحانات المدرسية	نعم	أحيانا	لا
05	يروق لي أن اكتب على جدران الثانوية ما يخطر على بالي	نعم	أحيانا	لا
06	اشعر أن الأساتذة يثقون بإمكانياتي	نعم	أحيانا	لا
07	اشعر أن الانسجام موجود بين الإدارة و التلاميذ	نعم	أحيانا	لا
08	ارغب في إثارة المشاكل بين الزملاء	نعم	أحيانا	لا
09	احترم واقدر الأساتذة كثيرا	نعم	أحيانا	لا
10	احترم واقدر زملائي بالثانوية	نعم	أحيانا	لا
11	أراعي الوصول إلى الثانوية في الوقت المحدد	نعم	أحيانا	لا
12	يتعامل الأساتذة معي بتعال وتكبر	نعم	أحيانا	لا
13	ارجع إلى الأساتذة في المسائل التي أجدها غامضة	نعم	أحيانا	لا
14	اشعر أن الأساتذة يحترمون شعوري	نعم	أحيانا	لا
15	أرى أن الأساتذة يتابعون تقدم التلاميذ دراسيا باهتمام	نعم	أحيانا	لا
16	اشعر بالخوف عندما يطلب مني احد الأساتذة الإجابة عن سؤال ما	نعم	أحيانا	لا
17	استطيع أن أتكيف مع التغيرات الحاصلة بالثانوية	نعم	أحيانا	لا
18	من النادر أن أعيد لزملائي ما اعثر عليه من أشياء تعود لهم	نعم	أحيانا	لا
19	استمع جيدا لشروح الأساتذة للدروس	نعم	أحيانا	لا

20	أُسعى لكسب ثقة الأساتذة	نعم	أحيانا	لا
21	اشترك مع زملائي في كثير من الاهتمامات	نعم	أحيانا	لا
22	اشعر أن أسئلة الامتحانات معقدة وصعبة الفهم	نعم	أحيانا	لا
23	أفضل الجلوس مع التلاميذ من نفس مستوي الدراسي	نعم	أحيانا	لا
24	اشعر بالضيق عندما التقى بزملاء جدد	نعم	أحيانا	لا
25	اشعر أن زملائي يحترمون إجاباتي عن الأسئلة أثناء الدرس	نعم	أحيانا	لا
26	اشعر بحب عميق لثانويتي	نعم	أحيانا	لا
27	اعتقد أن نتائج الامتحانات عادلة	نعم	أحيانا	لا
28	أجد صعوبة في التحدث مع أساتذتي	نعم	أحيانا	لا
29	اشعر بالسعادة عندما تتعرض ممتلكات الثانوية للعبث و التخريب	نعم	أحيانا	لا
30	افهم المواد الدراسية و استوعبها بدرجة جيدة	نعم	أحيانا	لا
31	اقدر شجاعة التلاميذ الذين يتحدون تعليمات الإدارة	نعم	أحيانا	لا
32	اشعر أن قضاء الوقت في الثانوية أكثر متعة من أي مكان آخر	نعم	أحيانا	لا
33	أجد صعوبة في الخضوع للنظام الداخلي للثانوية	نعم	أحيانا	لا
34	أقوم بتحضير دروسي قبل كل حصة دراسية	نعم	أحيانا	لا
35	أناقش الموضوعات و الدروس التي افهمها جيدا مع الزملاء	نعم	أحيانا	لا
36	اواضب على المشاركة في الأنشطة التي تنظمها ثانويتي	نعم	أحيانا	لا
37	تشعرني المواد التي ندرسها بالملل	نعم	أحيانا	لا
38	عندما يكلفني أساتذتي بعمل ما أسرع إلى انجازه عن طيب خاطر	نعم	أحيانا	لا
39	يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم	نعم	أحيانا	لا
40	كثيرا ما اخرج شعور زملائي دون قصد مني	نعم	أحيانا	لا
41	الأساتذة يتفهمون مشكلاتنا الدراسية	نعم	أحيانا	لا
42	كثيرا ما يتضايق مني الأساتذة بدون سبب	نعم	أحيانا	لا
43	لا اشعر بوجود تجاوب بيني وبين أساتذتي	نعم	أحيانا	لا
44	لدي رغبة حقيقية دائمة للدراسة	نعم	أحيانا	لا
45	اشعر أنني لا استطيع تحقيق طموحاتي الدراسية	نعم	أحيانا	لا

46	اشعر بمحبة وتقدير الأساتذة لي	نعم	أحيانا	لا
47	نتائج في الامتحانات المدرسية تمكنني من النجاح	نعم	أحيانا	لا
48	الواجبات المدرسية المنزلية كثيرة بحيث لا أتمكن من انجازها	نعم	أحيانا	لا
49	يتعامل الأساتذة مع التلاميذ بعدل و إنصاف داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
50	ارغب في التغيب عن الدراسة من اجل التحضير للامتحانات	نعم	أحيانا	لا
51	يتلقى التلاميذ تشجيعا مستمرا من الإدارة في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
52	أفضل عدم لبس المئزر داخل الثانوية	نعم	أحيانا	لا
53	يروق لي مشاركة زملائي في الأنشطة الترفيهية المنظمة في الثانوي	نعم	أحيانا	لا
54	يزعجني من يتحدث عن الأساتذة بسوء	نعم	أحيانا	لا
55	يسرني أن أسهم في نظافة الثانوية وتجميلها	نعم	أحيانا	لا
56	اشعر أن زملائي يهملون رأئي ولا يهتمون بها	نعم	أحيانا	لا
57	اشعر برغبة في مشاغبة وإزعاج الأساتذة	نعم	أحيانا	لا
58	أقدم كل مساعدة يحتاجها تلاميذ قسمي إذا كان بالإمكان ذلك	نعم	أحيانا	لا
59	اقضي وقتا ممتعا مع زملائي في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
60	اشعر أن المواد التي ندرسها مفيدة	نعم	أحيانا	لا
61	أرى أن الإدارة تتبع أسلوب قاسي لأجل حفظ النظام	نعم	أحيانا	لا
62	يشرد ذهني في القسم حتى يتعذر علي فهم الدرس	نعم	أحيانا	لا
63	يهتم الأساتذة بمدى فهمي للدروس	نعم	أحيانا	لا
64	أحب شعبي الدراسية التي وجهت لها في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
65	أتضايق من مراقبة زملائي لي أثناء قيامي بعمل ما في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
66	اشعر بالسعادة عندما أرى الانضباط يسود الثانوية	نعم	أحيانا	لا

انتهى المقياس وفي الأخير تأكد من الإجابة على كل الأسئلة وشكرا على تعاونكم

الملحق رقم (10) :

مقياس التكيف المدرسي لسهولة حسين قلندر حسين 2003 (المحك الخارجي)

الرقم	العبارة	نعم	أحياناً	لا
01	أشعر أن الأساتذة يحترمون شعوري	نعم	أحياناً	لا
02	أشعر أن نتائج امتحاناتي منسجمة في معظم المرات مع توقعاتي	نعم	أحياناً	لا
03	أرجع إلى الأساتذة في المسائل التي أجدها غامضة .	نعم	أحياناً	لا
04	أرى أن الإدارة تشرك الطلبة في مناقشة مشكلات الثانوية	نعم	أحياناً	لا
05	يهتم الأساتذة اهتماماً كبيراً بفهمي للدروس	نعم	أحياناً	لا
06	أكره الغياب عن الثانوية	نعم	أحياناً	لا
07	غالباً ما يدفعني غضب الأساتذة إلى عدم ذكر الحقائق أمامهم.	نعم	أحياناً	لا
08	يزعجني من يتحدث عن الأساتذة بسوء	نعم	أحياناً	لا
09	يسخر الأساتذة كثيراً من أخطائي	نعم	أحياناً	لا
10	ينتابني الملل في أثناء أداء المهام المدرسية	نعم	أحياناً	لا
11	أتوقع كسب ثقة الأساتذة	نعم	أحياناً	لا
12	أرى أن الإدارة تهتم بتنمية المعرفة لدى التلاميذ	نعم	أحياناً	لا
13	أشعر بثقة الأساتذة بي	نعم	أحياناً	لا
14	أشعر بأن أسئلة الامتحانات معقدة وصعبة الفهم	نعم	أحياناً	لا
15	أعتقد أن نتائج الامتحانات عادلة.	نعم	أحياناً	لا
16	أشعر أنه لي مكانة عالية عند أساتذة قسمنا	نعم	أحياناً	لا
17	اهتمامي بثانويتي كبير.	نعم	أحياناً	لا
18	أشعر برهبة حينما يطلب مني أحد الأساتذة الإجابة عن سؤال ما	نعم	أحياناً	لا
19	أشعر أن زملائي يحترمون إجاباتي أثناء الحصص الدراسية	نعم	أحياناً	لا
20	أشعر بمحبة الأساتذة لي.	نعم	أحياناً	لا
21	أشعر أن الانسجام موجود بين الإدارة والتلاميذ	نعم	أحياناً	لا
22	أشعر بانزعاج حينما يسخر بعض التلاميذ من إجابات زميل لهم.	نعم	أحياناً	لا
23	أرغب أن أترك قسمي وانتقل إلى قسم يضم تلاميذ متفوقين.	نعم	أحياناً	لا
24	أشعر أن الإدارة تتفهم مشكلات التلاميذ	نعم	أحياناً	لا

25	يصعب علي فهم موادنا الدراسية	نعم	أحيانا	لا
26	أرى أنّ زملائي يتمتعون بأخلاق عالية	نعم	أحيانا	لا
27	أرغب في الانقطاع عن الثانوية في الأيام السابقة لامتحانات بحجة التحضير	نعم	أحيانا	لا
28	أقدم كل مساعدة يحتاجها تلامیذة قسمی إذا كان بالإمكان ذلك.	نعم	أحيانا	لا
29	يزعجني لا مبالاة بعض زملائي بالحصص الدراسية	نعم	أحيانا	لا
30	أتعاون مع زملائي في حل مشاكلنا الشخصية	نعم	أحيانا	لا
31	أشعر بعدم رضى بعض التلاميذ مني أثناء الحصص الدراسية.	نعم	أحيانا	لا
32	آرائي واقتراحاتي تلقى التقدير من جانب تلاميذة قسمی	نعم	أحيانا	لا
33	يهمني أن أساهم في حل الخلافات بين تلاميذة قسمی	نعم	أحيانا	لا
34	أناقش الموضوعات والدروس التي أفهمها جيداً مع الزملاء	نعم	أحيانا	لا
35	أشعر بتقدير زملائي لي	نعم	أحيانا	لا
36	أشعر بالخجل عند مقابلة مدير المدرسة .	نعم	أحيانا	لا
37	أشعر بأنّ الأساتذة يشجعون التلاميذ على ممارسة النشاط المستقل.	نعم	أحيانا	لا
38	ألقي تشجيعاً مستمراً من الإدارة في الدراسة.	نعم	أحيانا	لا
39	أقدر شجاعة الطلبة الذين يتحدّون أخطاء الإدارة وتعليماتها.	نعم	أحيانا	لا
40	أشعر أنّ المواد التي ندرسها مفيدة	نعم	أحيانا	لا
41	أشترك مع زملائي في كثير من الاهتمامات	نعم	أحيانا	لا
42	أحترم أفكار تلاميذة قسمنّا	نعم	أحيانا	لا
43	أرى أنّ الإدارة تشجع التلاميذ على إبداء الرأي في أمور الثانوية	نعم	أحيانا	لا
44	تحدث خلافات ومشاجرات حول بعض الإجابات بيني وبين التلاميذ	نعم	أحيانا	لا
45	أشعر بأن الإدارة تفسح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم	نعم	أحيانا	لا
46	أرى أن الأساتذة يتابعون تقدم التلاميذ دراسياً باهتمام	نعم	أحيانا	لا
47	أحترم الأساتذة في ثانويتنا احتراماً كبيراً .	نعم	أحيانا	لا
48	أبدأ بالدراسة والاستعداد قبل الامتحان بأيام قليلة فقط .	نعم	أحيانا	لا
49	يزعجني تفوق أحد زملائي علي.	نعم	أحيانا	لا
50	يعجبني الأستاذ الذي يهتم بالنشاطات المدرسية.	نعم	أحيانا	لا
51	أستكر عملية الغش في الامتحان	نعم	أحيانا	لا

52	تشعرنى المناهج التي ندرسها بالملل.	نعم	أحيانا	لا
53	أفهم المواد الدراسية وأستوعبها بدرجة جيدة .	نعم	أحيانا	لا
54	أشعر أنّ الإدارة تتبع أسلوب التهديد من أجل حفظ النظام في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
55	أعتقد بأنّ المواد التي ندرسها مشوقة وممتعة	نعم	أحيانا	لا
56	أعتمد على نفسي في أداء واجباتي المدرسية .	نعم	أحيانا	لا
57	أكتب أحيانا على الطاولة .	نعم	أحيانا	لا
58	أرغب في إثارة الفوضى في الثانوية	نعم	أحيانا	لا
59	أرغب بأن يحصل زملائي على درجات مرتفعة.	نعم	أحيانا	لا
60	أفكر في ترك الثانوية .	نعم	أحيانا	لا
61	يسرنى أن أسهم في نظافة الثانوية وتجميلها	نعم	أحيانا	لا
62	أرى أنّ أنظمة ثانويتنا قاسية.	نعم	أحيانا	لا
63	أعتمد على جهودي من أجل النجاح.	نعم	أحيانا	لا
64	أرى أنّ التلاميذ الذين يخلون بقواعد النظام و نظافة الثانوية غير جديرين بالاحترام	نعم	أحيانا	لا
65	أراعي الوصول إلى الثانوية في الوقت المحدد.	نعم	أحيانا	لا
66	أشعر بحب عميق لثانويتي .	نعم	أحيانا	لا
67	أعتقد أنّ الاستمرار في الدراسة مدة طويلة مضيعة للوقت.	نعم	أحيانا	لا
68	أعنتني بتسجيل الملاحظات التي يشير إليها الاستاذ .	نعم	أحيانا	لا
69	أشعر أنّ أنظمة الثانوية تعيقني عن تحقيق رغبتى بالتفوق.	نعم	أحيانا	لا
70	أشعر بالسعادة عندما أرى الانضباط يسود الثانوية .	نعم	أحيانا	لا
71	أنسى أشياء من الضروري إحضارها القسم .	نعم	أحيانا	لا
72	أشعر أن الدراسة مضيعة للوقت.	نعم	أحيانا	لا
73	أرى أنّ الأساتذة يتصفون بالتواضع	نعم	أحيانا	لا
74	أهتم بواجباتي المدرسية.	نعم	أحيانا	لا
75	أجد أن قضاء الوقت في الثانوية أكثر متعة من أي مكان آخر .	نعم	أحيانا	لا

جمال