الفروق في نوعية الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها بين طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت

د. أحمد سعيدان العازمي
كلية التربية الأساسية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب
دولة الكويت

الملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الفروق في نوعية الحياة وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد بمنتصف العمر، وتفاعل عاملي المرحلة العمرية والجنس على تلك المتغيرات، ومدى إسهام تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين في التنبؤ بنوعية الحياة بالمجموعتين. تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٥٠٠) من الأفراد الكويتيين من الجنسين، ينقسمون إلى مجموعتين، مجموعة طلبة الجامعة في المدى العمري من (١٨ - ٢٦ عاماً) بمتوسط عمري (٢٠,٤٤) سنة، ومجموعة متوسطي العمر في المدى العمري من (٣٦ إلى ٥٠ سنة) وبلغ المتوسط العمري لهم (٣٩,١٤)، طبقت عليهم مقاييس نوعية الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية من ترجمة وإعداد أحمد عبد الخالق (٢٠٠٨)، ومقياس جامعة الكويت للتدين إعداد هيفاء الأنصاري، وأحمد عبد الخالق (٢٠١٠)، ومقياس تقدير الذات لروزنبيرج، وترجمة أحمد عبد الخالق (٢٠٠٣)، ومقياس التوجه نحو الحياة إعداد كارفر وشاير، وترجمة بدر الأنصاري (٢٠٠٢).

وقد بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في نوعية الحياة بين طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر خاصة بنوعية الحياة النفسية لصالح الأفراد في منتصف العمر. وتبين ارتفاع تقدير الذات والتدين لدى الأفراد في منتصف العمر مقارنة بطلبة الجامعة، بينما يرتفع التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة مقارنة بالأفراد في منتصف العمر، ووجود تباين دال لتفاعل عاملى المرحلة العمرية والجنس في كل من تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين. وتبين أن متغير تقدير الذات والتوجه نحو الحياة قد أسهما بصورة دالة إحصائياً في التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة، بينما كان تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين يسهمون بصورة دالة إحصائياً في التنبؤ بنوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر.

المصطلحات الأساسية: نوعية الحياة، تقدير الذات، التوجه نحو الحياة، التدين، العمر.

مقدمة

تشير النظريات النفسية والاجتماعية والبيولوجية إلى وجود مراحل عمرية مختلفة يمر بها الفرد، منذ الولادة وحتى الموت. ولكل مرحلة متطلبات نمائية على الفرد تلبيتها، لينتقل إلى المراحل الأخرى بصورة سليمة. كما تشير النظريات والدراسات إلى وجود تغيرات داخلية وخارجية تطرأ على الإنسان في كل مرحلة من مراحل عمره المختلفة، ذات طبيعة بيولوجية، نفسية، اجتماعية ومعرفية.

ويرى العلماء أن فترة الرشد الأولى تبدأ في العشرين من العمر وتمتد حتى الأربعين، في حين تبدأ مرحلة الرشد الوسطى في الأربعين أو قبل ذلك بقليل، أو الخامسة والأربعين وتمتد حتى الستين، حيث تبدأ مرحلة الشيخوخة (حلمي، ٢٠٠٨: ٨).

يتجه علم النفس والصحة النفسية منذ مطلع القرن الواحد والعشرين إلى تكوين تيار جديد عرف باسم علم النفس الإيجابي أصبح له مكان الصدارة، وتوجهت البحوث لدراسة موضوعة مثل: السعادة والأمل والتفاؤل ونوعية الحياة النفسية والثقة والتوافق وتغير التوجه من بحث مناطق القصور والاضطراب في التكوين النفسى إلى إبراز الجوانب الإيجابية في الشخصية والقدرة على العمل والإنتاج.

وأصبح متغير نوعية الحياة Quality of life - مُعبراً عن 'جودة الحياة' - من أكثر المتغيرات تناولاً في الفترة الأخيرة لما له من دور في تحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد. كما صار هدفاً للدراسة والبحث باعتبار ذلك هو الناتج أو السبيل نحو مستقبل أفضل للبقاء، كما وأن ذلك بطبيعته الفردية يُعد من أهم المؤشرات الدالة على تقدم المجتمع، حيث يُحقق رضا الفرد عن حياته ومن يعايشه، ويرفع من إحساسه بالسعادة والرغبة في الحياة؛ (Kidd, 2008).

كما يحظى مفهوم 'نوعية الحياة' باهتمام كبير في مجالات الطب، وعلم الاجتماع والاقتصاد والإدارة، وحديثاً في مجال علم النفس، كما تعددت

استخدامات مفهوم "الجودة" في المجالات الحياتية المختلفة: مثل جودة الحياة، وجودة الخامات، وجودة الزواج، وجودة الصحة، وجودة آخر العمر، وجودة المدرسة، حتى أصبحت الجودة هدفاً للدراسة والبحث؛ باعتبارها الناتج أو الهدف الأسمى لأي برنامج من برامج الخدمات التنموية المقدمة للفرد (هاشم، ٢٠٠١).

ولكل مرحلة خصائصها، فمرحلة الشباب الأولى ومرحلة منتصف العمر هما مرحلتان لكل مرحلة خصائصها ومتطلباتها المميزة لها في الإناث والذكور. ومن ثم انشغل الباحثون بدراسة مؤشرات نوعية الحياة في هاتين المرحلتين للتعرف على مدى تباين مستويات نوعية الحياة فيهما، والمتغيرات المرتبطة بها في كل مرحلة، ومدى تباين هذه المتغيرات. لذا سعت الدراسة الحالية إلى التعرف على نوعية الحياة بمرحلتى الشباب ومنتصف العمر، وأهم المتغيرات المنبئة بها لدى الأفراد بدولة الكويت.

مشكلة الدراسة

يهدف الاتجاه الإيجابي في علم النفس بالبحث في العوامل المرتبطة بسعادة الإنسان ونوعية حياته في مختلف مراحلها بدءاً من مرحلة الطفولة وحتى الشيخوخة، ولعل الأفراد في بداية مرحلة الشباب الأولى، وهي المرحلة التي تلى المراهقة، وترتبط عادة بوجود الأفراد في المرحلة الجامعية، مرحلة لها سماتها وحاجاتها فتتميز بالطموح والعمل على إثبات الذات والتطلع للمستقبل وتكوين العلاقات والتخصص المهني، وهي مرحلة متمايزة عن مرحلة منتصف العمر، وتعد وسطاً بين مرحلة الشباب ومرحلة الشيخوخة، وتمثل النضج والرشد وأقصى مستويات الإنجاز لدى الفرد.

إلا أن الدراسات التي تناولت بالبحث مدى تباين مستويات نوعية الحياة والمتغيرات المؤثرة عليها بين مرحلة الشباب ومرحلة منتصف العمر في المنطقة العربية، عموماً وفي الدول الخليجية على وجه الخصوص قليلة وشبه نادرة، وتناولت كل منها على حدة ولم تتناول المقارنة بينهما، وهو ما يُعد قضية الدراسة الحالية.

ويمكن التعبير عن مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

١ - هل توجد فروق في أبعاد تقدير نوعية الحياة بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت؟

٢ - هل توجد فروق في كل متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر؟

٣ - هل يوجد أثر لتفاعل المتغيرات الفارقة: كل من المجموعة (الشباب/ منتصف العمر) والجنس (ذكور/ وإناث) على تباين درجات كل من نوعية الحياة، وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين؟

٤ - هل تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى الشباب من طلبة الجامعة بعينة الدراسة بدولة الكويت ؟

٥ - هل تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت ؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الفروق في نوعية الحياة وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد بمنتصف العمر، والتعرف على تفاعل عاملى المرحلة العمرية والجنس على تلك المتغيرات، ومدى إسهام تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين في التنبؤ بنوعية الحياة بالمجموعتين.

أهمية الدراسة

- تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من تناولها لمرحلتين عمريتين هامتين في حياة الأفراد هما: مرحلة الشباب، ومنتصف العمر، وكذلك محاولة البحث في

العوامل المرتبطة بتقدير الافراد فيهما لنوعية الحياة، ولتغطي نقصا في الدراسات العربية والكويتية لدى هذه الفئة.

- ويزيد من أهميتها كونها أحد الدراسات في مجال علم النفس الإيجابي في ظل قلة الدراسات العربية بصورة عامة في ذلك المجال وحداثته.
- كذلك قد يسهم ما تخرج به الدراسة من نتائج من معرفة تقييم نوعية الحياة والعوامل النفسية المرتبطة بها بكل مرحلة عمرية، في عمل البرامج التربوية والإرشادية، لتحسين نوعية الحياة لدى هذه الفئة.

مصطلحات الدراسة

نوعية الحياة Quality of Life: عرفت نوعية الحياة من قبل منظمة الصحة العالمية بأنها "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في السياق أو المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها، وبعلاقته مع أهدافه وتوقعاته ومعاييره وشؤونه". يعكس هذا التعريف نظرة واسعة للعافية التي تشمل رضا الشخص عن حالاته الصحية والروحية والنفسية والبيئية والاجتماعية؛ (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٠٥: ٢٧).

وإجرائياً يعرفها الباحث: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس نوعية الحياة المستخدم في الدراسة.

- **تقدير الذات self esteem**: عرفه ريزونر بأنه هو: "الميل إلى النظر للذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة" (ريزونر، ٢٠٠٠: ٥٤).

وإجرائياً يعرفها الباحث: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

- **التوجه نحو الحياة Life orientation**: عرفه شاير وكارفر بأنه: النزعة أو الميل للتفاؤل أي التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة

أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة وهي سمة مرتبطة ارتباطا عالياً بالصحة النفسية الجيدة (Scheier & Carver, 1985: 219-247).

وإجرائياً يعرفه الباحث: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التوجه نحو الحياة المستخدم في الدراسة الحالية.

- **التدين Religiosity**: عرفت هيفاء الأنصاري التدين بأنه "الالتزام الفكري والوجداني والعملي بما ورد في النصوص الإسلامية من معارف وتشريعات وأخلاقيات نابعة من منهج الدين الإسلامي" (الأنصاري، ٢٠١٠: ١٥).

وإجرائياً يعرفه الباحث بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التدين المستخدم في الدراسة الحالية.

- **المرحلة العمرية**: ويندرج تحتها مرحلتان:

١ - مرحلة الشباب المبكر: يعرفها الباحث إجرائياً لأغراض الدراسة الحالية بأنها المدى العمرى بين (١٨ - ٢٦) سنة

٢ - مرحلة منتصف العمر: إجرائياً يعرفها الباحث بأنها المرحلة التي تمتد فيما بين سن (٣٦ - ٤٥) سنة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

نوعية الحياة Quality of life:

يرى أبو سريع أن مفهوم نوعية الحياة يعبر عن: "المشاعر الذاتية بالسعادة الشخصية والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص، مع التأكيد على مفهوم الذاتية باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي لدى سعادته ورضاه هو الأساس في الحكم على نوعية حياته" (أبو سريع، ٢٠٠٦: ٢٠٦).

بينما ترى زينب شقير أن نوعية الحياة هي "أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعا بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على حالة من القبول والرضا، وان يكون قوى الإرادة صامداً في أمام الضغوط التي تواجهه، وأن يكون ذا كفاءة

ذاتية واجتماعية عالية راضياً عن حياته الأسرية والمهنية والاجتماعية "(شقير، ٢٠٠٩: ٦).

وعلى الرغم من وفرة البحوث في نوعية الحياة، فلم يحدث اتفاق على تعريف هذا المفهوم، وذلك نظراً لكونه واسعاً، يمكن أن يستوعب معظم جوانب حياة الفرد (عبد الخالق، ٢٠١١: ٣٦٩)

وهناك اتجاهان رئيسيان في تقييم نوعية الحياة لدى الأفراد والمجتمعات يشمل رؤية نوعية الحياة من بعدين ومؤشرين هما:

- المؤشرات الموضوعية لنوعية الحياة: تشمل هذه المؤشرات كل الجوانب غير الذاتية، وغير الشخصية التي توجد خارج الذات بجوانبها الوجدانية والمعرفية وهي تظهر في: نظافة البيئة، سهولة المواصلات، توافر السلع، كفاية الدخل، توافر فرص التعليم والعمل، الخدمات الصحية المناسبة، حرية التعبير والاعتقاد، توافر أماكن الترفيه والاستجمام، العدالة الاجتماعية، تكافؤ الفرص (عبد الخالق، ٢٠١٠: ٢٣١).

- المؤشرات الذاتية لنوعية الحياة: وهي المؤشرات المرتبطة بالذات والشخصية والعوامل الوجدانية والمعرفية كما يقيمها الفرد وهى: السعادة والرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والوعى بمشاعر الآخرين، وضبط الانفعالات والضبط الداخلي للسلوك والمسئولية الشخصية ووالاجتماعية والولاء والانتماء للأسرة والوطن، والتوافق الشخصي والاجتماعي، والتفاؤل (عبد الخالق، ٢٠١٠: ٢٣١).

ويرى عبد الخالق أن هذين المؤشرين قد يختلفان، مثال لذلك: أن يحصل فرد على دخل ضخم من وجهة نظر من حوله، وبالمقارنة بمعدل الدخل القومي، لكن هذا الفرد لا يكون راضياً عن هذا الدخل (عبد الخالق، ٢٠١١: ٣٦٩).

المظاهر المرتبطة بنوعية الحياة: اقترح (عبد المعطي، ٢٠٠٥: ١٨) خمسة

مظاهر رئيسة، ويتضمن كل مظهر منها بعض المكونات الفرعية وذلك على النحو التالي:

- العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال: ويتضمن هذا المظهر العوامل المادية الموضوعية.
- إشباع الحاجات والرضا عن الحياة: ويتضمن إشباع وتحقيق الحاجات والرضا عن الحياة.
- إدراك الفرد للقوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة ويشمل معنى الحياة.
- الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة: ويتضمن الصحة والبناء البيولوجي، والسعادة.
- جودة الحياة الوجودية: وهي الوحدة الموضوعية والذاتية لجوانب الحياة، والأكثر عمقا داخل النفس

مجالات نوعية الحياة: طبقاً لمنظمة الصحة العالمية فإن نوعية حياة الأفراد تقاس في أربعة مجالات رئيسية هي (المشعان والحويلة، ٢٠١٢: ٢٢- ٢٣):

- المجال الجسمي: ونوعية الحياة في ذلك المجال توضح كيفية التعامل مع الألم وعدم الراحة والنوم والتخلص من التعب والطاقة الحركية العامة.
- المجال النفسي: ويتضمن المشاعر الإيجابية والسلوكيات الإيجابية، وتركيز الانتباه والرغبة في التعلم والتفكير والتذكر، وتقدير الذات، واهتمام الإنسان بمظهره وصورة الجسم، ومواجهة المشاعر السلبية.
- المجال الاجتماعي: ويتضمن هذا المجال العلاقات الشخصية والاجتماعية والدعم الاجتماعي والزواج الناجح والتوافق الزواجي، والحاجة للانتماء والقبول الاجتماعي والتفاعل والولاء الاجتماعي.

- المجال البيئى: ويتضمن ممارسة الحرية بالمعنى الإيجابى والشعور بالأمن والأمان في الجوانب البيئية، وبيئة المنزل ومصدر الدخل، والابتعاد عن مصادر التلوث والضوضاء.

تقدير الذات:

تعددت التعريفات واختلفت حسب ما جاء به الباحثون والمنظرون في اختلاف وجهات نظرهم، فقد عرف إبراهيم تقدير الذات بأنه: "التقييم الوجداني للشخص لكل ما يملكه من خصائص عقلية ومادية وقدرة على الأداء، ويعتبر حكماً شخصياً للفرد على قيمته الذاتية في أثناء تفاعله مع الآخرين. ويعبر عنه من خلال اتجاهات الفرد نحو مشاعره ومعتقداته وتصرفاته كما يدركها الآن في اللحظة الراهنة " (ابراهيم، ١٩٩٤: ٣٨).

ويرتبط مفهوم تقدير الذات بدرجة كبيرة بمفهوم الذات الذي ينمو لدى الفرد من خلال تفاعلاته الاجتماعية مع الآخرين، وبعد أن يكتسب الفرد مفهومه عن ذاته يبدأ في تقدير ذاته بالدرجة التي يرى بها تلك الذات (الشمري، ٢٠٠٧: ٧٣).

ويرى شافيلسون Shavelson أن مفهوم الذات يعرف بشكل عام بوصفه "إدراكات الفرد عن نفسه، وهذه الإدراكات تتشكل من خلال خبرة الفرد وتفسيراته للبيئة التي يعيش فيها والتقييمات من جانب الآخرين المهمين في حياته له، ومواصفاته attributions وسلوكه"، كما يوضح شافيلسون وآخرون أن التفرقة بين وصف الذات self - description وتقييم الذات self - evaluation لم تتضح بعد، لا من الوجهة النظرية ولا من الوجهة العملية. وبناء على ذلك، فإن مفهوم الذات وتقدير الذات تم استخدامها بالتبادل وبنفس المعنى في الأدب النفسي، ويدلل شافيلسون وآخرون على قولهم هذا بأن مقياس تقدير الذات لـ (كوبر سميث) يستخدم بكثرة لقياس مفهوم الذات العام (غريب، ١٩٩٣: ١١).

وبناء على ذلك يمثل مفهوم تقدير الذات البعد التقييمي في شبكة معقدة من البيانات المعرفية كالاتجاهات والاعتقادات المتعلقة بالذات، وتشكل في

مجملها مفهوم الذات، وهذا يعني أن تقدير الذات - خلافاً للمكونات الوصفية لمفهوم الذات - يتميز بأنه ينطوي على الاعتقادات التقييمية.

وفيما يتعلق بالعوامل المؤثرة في تقدير الذات من حيث كونه مرتفعاً أو منخفضاً يوجد عاملان وفقاً لما ورد في (القطان والقطان، ١٩٧٩: ٧٨) هما:

أولاً - عوامل ذاتية داخلية: يقصد بالعوامل الذاتية هي تلك التي تتصل بذات الفرد، من طرائق تفكيره واتجاهاته الذاتية وطبيعة إدراكه لذاته وللعوامل من حوله. فمن الأمور التي ثبت صحتها أن درجه تقدير الذات لدى الطفل تتحدد بقدر خلوه من القلق، أو عدم الاستقرار النفسي؛ بمعنى إذا كان الفرد متمتعا بصحة نفسية جيدة ساعد ذلك على نموه نمواً طبيعياً ويكون تقديره لذاته مرتفعاً؛ أما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة وبالتالي ينخفض تقديره لذاته.

ثانياً - عوامل بيئية خارجية: تتصل هذه العوامل بالظروف الخارجية المحيطة بالفرد من أسرة ومدرسة ومحيط اجتماعي وأساليب تتعلق بالتنشئة الاجتماعية والظروف التي تربى ونشأ فيها الفرد وكذلك نوع التربية.

ويفسر أبشتاين Epstion ماهية مفهوم الذات بقوله " إن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتماداً على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة، ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز" (Bernard & Cronan, 1999).

وبزيادة تقدم الفرد، فإن نظرته تزداد تعقيداً، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية، بمعنى أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات، أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة، فاعتقاده بأنه إنسان ذا قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات وأنه من السهل أن يحبني الآخرون مثلاً، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً

لملاحظات عن ذاته أنه كموضوع مجرد،وفقاً لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى ومدى الاستحسان والاستهجان الذي لقيه الفرد أو يلقاه من قبل ذوي أهمية في حياته (سلامة، ١٩٩١: ٦٧٩-٧٠٢).

التوجه نحو الحياة:

يعرف التوجه نحو الحياة بأنه التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة، وهي سمة مرتبطة ارتباطاً عالياً بالصحة النفسية الجيدة (الأنصاري، ٢٠٠٢)، ويعرف اصطلاحاً: بأنه: نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك (عبد الخالق، ١٩٩٦).

ويرى سليجمان أن النكسات والأحداث المزعجة التي تواجه المتفائلين هي نفسها التي تواجه المتشائمين، لكن المتفائلين يقاومونها بشكل أفضل، فهم ينهضون من جديد حتى عندما تكون حياتهم قاسية وصعبة، فالمتفائل شخص مرن وحيوي، وهو أكثر إنجازاً خلال العمل، ويتمتع بمستوى صحي أفضل، وربما حياة أطول (Seligman, 1995).

كما وجدت دراسات أجريت في جامعة هارفارد على مدى خمسة وثلاثين عاماً حول نمو البالغين أن الرجال الذين سجلوا معدلات عالية من التفاؤل كانوا أكثر صحة فيما بعد في حياتهم، مقارنة بمن جاءت معدلاتهم منخفضة،ويمكن الاستنتاج من ذلك أن التوجه الحياتي هو مفهوم أشمل من التفاؤل والرضا الحياتي، ولكنه يتشابه مع هذا التفاؤل والرضا الحياتي في التركيز على الجانب الإيجابي (روبينشتاين، ٢٠٠٤).

التدين:

عرف الذهبي التدين (١٩٧٥) وأورده القدرة (٢٠٠٧) بأنه "هو التمسك بعقيدة معينة، يلتزم بها الإنسان في سلوكه فلا يؤمن إلا بها، ولا يخضع إلا لها

ولا يأخذ إلا بتعاليمها، ولا يحيد عن سنتها وهديها". وعرف قاموس هيرتج الأمريكي التدين (Religiosity) بأنه حالة كون الفرد مرتبطا بدين. ووضع "روريف وجيسر" تعريفاً للتدين على أنه: "صفة للشخصية تعود إلى توجهات معرفية عن الحقيقة الواقعة وراء نطاق الخبرة والمعرفة، وعن علاقة الفرد بهذه الحقيقة والتوجهات موجهة ضمناً لكي تؤثر على الحياة الدنيوية اليومية للفرد، وذلك بمشاركته في تطبيق الشعائر الدينية". (القدرة، ٢٠٠٧)

ويذكر موسى (١٩٩٦) بأنه الصوت الداخلي الذي يحكم سلوك الأفراد ويتسم بخاصية النفاذ إلى داخل النفس، كما أنه قوة روحية لازمة لصحة الإنسان. وهو إتباع الفرد لكل تعاليم النهج الإسلامي الحنيف وذلك من خلال علاقته بربه ومعاملته مع الآخرين.

وفي تعريف آخر له: "بأنه ما يقوم به الفرد من سلوك واتجاهات ومعتقدات دينية تجاه خالقه وأفراد مجتمعه ونحو نفسه وذلك بالتمثل بالأخلاق الفاضلة التي يدعو لها الدين" (موسى، ١٩٩٦).

ويرى "أولبورت" أن تدين الفرد يختلف بناء على وجه الدين لديه، " فالمتدينون داخليا تتشكل شخصياتهم وفقا لمبادئ دينهم، وهم يهتمون بتقويم ذاتهم الموضوعية، والعمل على إثرائها من خلال التعلم من الخبرات السابقة، وتطويع حاجاتهم بما يتناسب مع التزامهم الديني. كما يعد للدين الدور الأساسي في تكامل شخصياتهم، من حيث العمل على تناغم الآراء، والحاجات، والمشاعر، والقيم الاجتماعية العليا، ودمجها في تكوين الضمير، مما ينعكس على سلوكهم، فيعدون مصدراً للسماحة وتقبل الآخرين، والتعامل معهم بالحب، والتواضع والتعاطف دون استثناء". وأما "المتدينون خارجياً فهم أفراد يستخدمون الدين كاستخدامهم لأي أداة أخرى لتحقيق أهدافهم واحتياجاتهم، إذ إن الدين بالنسبة لهم لا يعد قيمة في حد ذاته، وإنما وسيلة لمجاراة بقية الأفراد، سواء أكان ذلك في العائلة أم المجتمع، أو وسيلة للإحساس بالحماية والراحة، وتحقيق حاجات الفرد، وهنا يشير "ألبورت" إلى مفهوم التعصب Prejudice، ويقول: إن

التعصب يضمن للفرد الحصول على المزايا سابقة الذكر، بالإضافة إلى الحصول على المكانة الاجتماعية والدعم الاجتماعي بكل سهولة إلا أنه يعتمد على إقصاء الآخرين واحتقارهم، ولا يمكننا مقارنة نتائجه بالفضائل والقيم التي يمثلها التدين الداخلي"، وذكر يعقوب المليجي أن الدين هو أقوى المؤثرات في تكوين الفرد والمجتمع؛ وذلك لأنه يتغلغل في أعماق النفس الإنسانية ويتحكم في المشاعر والعواطف والوجدان، ويؤثر تأثيرا عميقا في تكوين الخلق، وفي دوافع السلوك، ومن ثم في تكوين العرف والعادات والتقاليد. وذكر عدد كبير من المفكرين الغربيين في العصر الحديث أن مشاكل الإنسان في هذا العصر ترجع بشكل كبير إلى إهمال الإنسان الدين والقيم الروحية (الأنصاري، ٢٠١٠).

الدراسات السابقة

تناولت العديد من الدراسات النفسية العوامل المرتبطة بالتقدير الذاتي للأفراد لنوعية الحياة والمتغيرات المرتبطة والمنبئة بها في كل من مرحلتى الشباب ومنتصف العمر، ومن هذه الدراسات:

دراسة ميرسير وآخرين (Mercier, Pladeau & Tempier, 1998) التي بحثت تأثير العمر والجنس على نوعية الحياة الذاتية للأشخاص المصابين بمرض عقلي حاد ومستمر. تم تقييم جودة الحياة الذاتية في عينة من ٩٥ الرجال، و٧٠ من النساء، طبق عليهم مقياس مجالات الرضا عن الحياة (SLDS) وخمسة أسئلة مفتوحة. وأظهرت التحليلات الإحصائية عدم وجود فروق بين الرجال والنساء في نوعية الحياة، بينما تبين وجود فروق في نوعية الحياة تبعا للعمر، حيث كان الأفراد الأكبر سناً أكثر رضا عن حياتهم. مقارنة بالأصغر سناً.

وهدفت دراسة (Choi-Kwon & Kim, 2005) إلى الكشف عن مدى شيوع الأرق لدى النساء في مرحلة منتصف العمر، وذلك لعينة من (٢٤٩٧) امرأة كورية في مرحلة منتصف العمر، طبق عليهن قائمة بالأعراض التي قد تعاني

منها المرأة في مرحلة منتصف العمر، ومقياس القلق، ومقياس اضطرابات النوم، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين مرحلة منتصف العمر والقلق، حيث اتضح أن (١٤,٣٪) من النساء الكوريات في مرحلة منتصف العمر يعانين من صعوبة المحافظة على النوم، و(٩,٧٪) يعانين من صعوبة بدء النوم، و(٧,٩٪) يعانين من الاستيقاظ مبكراً جداً.

وقام كل من (حسن والمحرزي، ٢٠٠٦) بدراسة علاقة كل من نوعية الحياة واستراتيجيات التوافق مع الضغوط لدى طلبة الجامعة، لدى عينة من (١٨٣) طالبًا وطالبة من طلبة جامعة السلطان قابوس موزعون على التخصصات العلمية والأدبية والسكن الداخلي والخارجي والنوع (ذكور/ إناث)، ولقد تم استخدام أداتين هما مقياس نوعية الحياة وقد اشتمل على الأبعاد التالية: (الطاقة، أدوار العائلة، اللغة والتحدث، الحركة، الحالة المزاجية، الشخصية، الأدوار الاجتماعية، التفكير، العمل والإنتاجية)، ومقياس مصادر الضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة بين نوعية الحياة والضغوط النفسية؛ فكلما زادت الضغوط النفسية على الفرد قل إحساسه بنوعية الحياة، ووجود علاقة موجبة دالة بين نوعية الحياة ومعدل استخدام استراتيجيات مقاومة الضغوط؛ فكلما زاد معدل الفرد من استخدام استراتيجيات مقاومة الضغوط زاد إحساسه بنوعية الحياة.

وهدفت دراسة ساندس وآخرون (Sands et al., 2006) إلى التعرف على الفروق في نوعية الحياة (تقدير الذات، والصحة العامة) بين ثلاث مجموعات من المصابين باضطرابات عصبية: (مجموعة الأطفال، ومجموعة المراهقين، ومجموعة البالغين). وتضمنت عينة الدراسة ٧١ طفلاً، و٧٤ مراهقاً، و٣٦ بالغاً من المصابين باضطرابات في الجهاز العصبي، إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة الثلاث في تقدير الذات والصحة العامة لصالح مجموعة الأطفال، وأنه لا توجد فروقاً بين مجموعتي المراهقين والبالغين.

وبحث بيتر (Peter, 2007) العلاقات القائمة بين نوعية الحياة، وبين

العناية بالذات والشعور بالوهن والضغوط النفسية المدركة، وذلك لدى عينة من طلاب الدكتوراه بكلية التربية بجامعة كولومبيا من تخصصات أكاديمية مختلفة، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجات، نوعية الحياة والشعور بالوهن والضغط النفسي، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإحساس بنوعية الحياة تعود إلى عامل الجنس، وعامل العمر الزمني.

وهدفت دراسة (عجاجه، ٢٠٠٧) إلى التعرف على العوامل المسهمة في نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط،، لدى عينة من طلاب وطالبات كلية التربية/ جامعة الزقازيق بلغ قوامها (٦٦٣) طالباً وطالبةً من تخصصات علمية وأدبية مختلفة، وتم استخدام مقياس الذكاء الوجداني، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، ومقياس نوعية الحياة، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقات ارتباطية بين أبعاد الذكاء الوجداني ونوعية الحياة بأبعادها المختلفة، كذلك وجدت علاقة ارتباطية بين أساليب المواجهة المختلفة ونوعية الحياة بأبعادها المختلفة، وتوصلت الدراسة إلى أن أساليب المواجهة تتوسط مسار العلاقات القائمة بين الذكاء الوجداني ونوعية الحياة، وأشارت النتائج إلى أن أساليب المواجهة تعد منبئات جيدة بنوعية الحياة، كما أشارت النتائج لوجود فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث في الأبعاد المختلفة لنوعية الحياة.

وهدفت دراسة (عبد الخالق، ٢٠٠٨) **إلى** إعداد الصيغة العربية لمقياس نوعية الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية (٢٦ سؤالاً)، واستخدم معد المقياس ثلاث عينات من الكويتيين في إعداد المقياس: الأولى قوامها ٢٤٠ فردا لحساب ثبات إعادة التطبيق من طلبة الجامعة والثانوية، والثانية قوامها ٢٣٥ من طلبة الجامعة الكويتيين لحساب صدق المحك، والثالثة قوامها ٤٠٠ طالب وطالب من الجامعة والمدارس الثانوية لحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ. وأشارت النتائج إلى أن الصيغة العربية للمقياس تتسم بثبات إعادة تطبيق مرتفع (من ٠,٧٧ إلى ٠,٨٨)، وبلغت معاملات الارتباط بين

المقياس والتقدير الذاتى للسعادة والرضا عن الحياة بين (٠,٥٥ إلى ٠,٦٣) وهي معاملات تشير إلى الصدق المرتبط بالمحك، وحصل الذكور على متوسط أعلى جوهريا من الإناث على المقياس.

وهدفت دراسة (عبد الخالق، ٢٠١٠) إلى تحديد متوسطات نوعية الحياة وبحث الفروق بين الجنسين على عينة مكونة من ١٧٨٨ من طلاب جامعة الكويت الذكور والإناث تراوحت أعمارهم بين ١٨ - ٢٩ سنة، أجابوا عن الصيغة العربية لمقياس نوعية الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في المجالات الجسمية، والنفسية، والبيئية، والدرجة الكلية لنوعية الحياة، حيث ارتفع الذكور على هذه الأبعاد مقارنة بالإناث. وفسرت النتائج في ضوء ارتفاع متوسط الإناث في كل من القلق والاكتئاب والأعراض والشكاوى الجسدية.

وهدفت دراسة (عبد الخالق، ٢٠١١أ) إلى تحديد نوعية الحياة لدى عينة من الموظفين الكويتيين من الجنسين وفحص الفروق بينهما، على عينة من ٢٠٦٥ مواطناً كويتياً من الجنسين يعملون في وظائف مختلفة بمتوسط عمرى ٣٧,٣ للرجال و٣٥,٤ للإناث، أجابوا على الصيغة العربية المختصرة لمقياس نوعية الحياة الصادر عن منظمة الصحة العالمية، وأشارت النتائج إلى ارتفاع متوسط الرجال في المجالين: النفسي والاجتماعي بصورة دالة عن الإناث، في حين ارتفع متوسط النساء في نوعية الحياة العامة والبيئية.

وهدفت دراسة (عبد الخالق، ٢٠١١ب) إلى تحديد المؤشرات الذاتية لنوعية الحياة لدى عينة من طلبة المدارس الثانوية الكويتيين، وبحث الفروق بين الجنسين، لدى عينة من ٢٠٩٢ طالبا وطالبة بالمرحلة الثانوية تتراوح أعمارهم بين ١٥ إلى ١٩ عاما أجابوا على الصيغة العربية لمقياس نوعية الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية. وأشارت النتائج إلى تمتع القياس المستخدم بالصدق العاملى، وحصل المقياس على معاملات ثبات بطريقة ألفا كرونباخ جيدة، وحصل الذكور على متوسطات أعلي بصورة دالة إحصائياً من الإناث في الصحة العامة والمجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية والدرجة الكلية.

وقام كل من (المشعان والحويلة، ٢٠١٢) بدراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث، والأصحاء والمرضى في جوانب نوعية الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠٥) من طلبة الجامعة الذكور والإناث، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث حيث يرتفع متوسط الذكور في مجالات نوعية الحياة، وارتفاع متوسط الأصحاء بصورة دالة عن متوسط المرضى في مجالات نوعية الحياة ماعدا مجالى الجانب النفسى والاجتماعي.

وفي دراسة واتسون ودورثي (Watson & Dorothy, 2016) التي هدفت إلى التعرف على مدى تباين مؤشرات نوعية الحياة بتباين العمر لدى الأيرلنديين، على عينة من الايرلنديين، طبق عليهم ١١ مؤشر لنوعية الحياة تشمل مؤشرات موضوعية مثل الدخل والصحة، ومؤشرات ذاتية تشمل التقييم الذاتى لنوعية الحياة والرضا عنها. وبينت النتائج أن الأفراد الأقل من ٣٠ عاما كانوا الأعلى في تقدير المشكلات الحياتية وانخفاض نوعية الحياة مقارنة بالأعمار الأعلى.

وهدفت دراسة (Ra, 2015) إلى معرفة دور كل من العمل والعمر في تقديرات نوعية الحياة لدى عينة من الكوريين، واستخدمت الدراسة مجموعة البيانات من مسح "وكالة العمالة الكورية"، الذي تم على عينة من ٥,٠٩٢، واستخدمت النمذجة متعددة المستويات لدراسة العلاقة بين العمالة والعمر ونوعية الحياة. وأشارت النتائج أن كل من وضع العمالة والعمر تنبئ بدرجة كبيرة بتقديرات نوعية الحياة لدى الكوريين.

ومن عرض الدراسات السابقة يتبين اهتمام الباحثين الكويتيين بدراسة نوعية الحياة لدى فئات مختلفة مثل طلبة المرحلة الثانوية، والجامعية، والموظفين، وكذلك الأصحاء والمرضى، ومع ذلك لم تتناول بحوثهم مقارنة نوعية الحياة والعوامل المرتبطة بها عبر العمر.

في حين أشارت نتائج بعض الدراسات الأجنبية إلى اختلاف نوعية الحياة باختلاف العمر (Ra, 2015; Watson & Dorothy, 2016) وهو يبرر دراسة الباحث الحالية.

فروض الدراسة

١ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير نوعية الحياة وأبعادها بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد في منتصف بدولة الكويت.

٢ - وجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل متوسطات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر.

٣ - يوجد أثر لتفاعل كل من المجموعة (الشباب/ منتصف العمر) والجنس (ذكور/ وإناث) على تباين درجات كل من نوعية الحياة، وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة، والتدين.

٤ - تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى الشباب من طلبة الجامعة بعينة الدراسة بدولة الكويت.

٥ - تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت.

الإجراءات المنهجية للدراسة

المنهج :

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتم بتطبيق أدوات الدراسة الموضوعية على عينة ممثلة لمجتمع الدراسة، واستخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء التراث النفسي.

مجتمع وعينة الدراسة:

يتشكل مجتمع الدراسة الحالية من الأفراد الكويتيين في مرحلة الجامعة التي تمتد في السن بين ١٨ إلى ٢٦ عاماً، وفي مرحلة منتصف العمر التي تمتد بين ٣٥ - ٥٠ عاماً.

وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (٥٠٠) من الأفراد الكويتيين من الجنسين، استخدمت الطريقة العشوائية الطبقية في الحصول عليها، وتكونت العينة من مجموعتين: مجموعة طلبة الجامعة في المدى العمري من ١٨ -٢٦ عاماً بمتوسط عمرى (٢٠,٤٤) سنة، ومجموعة متوسطي العمر في المدى العمرى من ٣٦ إلى ٥٠ عاماً، وبلغ المتوسط العمري لهم (٣٩,١٤) سنة، ويعرض الجدول رقم (١) وصفاً لعينة الدراسة بالمجموعتين حسب النوع والسن.

جدول رقم (١)

توزيع عينة الدراسة حسب المجموعة والجنس والسن

المجموعة	الفئة	الأعداد		العمر	
		ن	٪	المتوسط	الانحراف المعياري
طلبة الجامعة	ذكور	١٤٠	٥٦,٠٪	٢٠,١٢	١,٤٥٦
	االناث	١١٠	٤٤,٠٪	٢٠,٨٥	١,٩٢٦
	المجموع	٢٥٠		٢٠,٤٤	١,٧١٣
منتصف العمر	ذكور	١٤٧	٥٨,٨٪	٣٩,٩٤	٤,١٩٣
	االناث	١٠٣	٤١,٢٪	٣٨,٠٠	٢,٨٠٤
	المجموع	٢٥٠		٣٩,١٤	٣,٨٠٠

الأدوات:

أولاً - مقياس نوعية الحياة: استخدم الباحث مقياس نوعية الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية (٢٦ سؤالاً) ومن ترجمة وإعداد أحمد عبد الخالق (٢٠٠٨)، وتم إعداد المقياس في صورته المعربة على ثلاث عينات من المتطوعين الكويتيين: الأولى قوامها ٢٤٠ فرداً لحساب ثبات إعادة التطبيق من طلبة الجامعة والثانوية، والثانية قوامها ٢٣٥ من طلبة الجامعة الكويتيين لحساب صدق المحك وقد اتسمت الصيغة العربية، والثالثة قوامها ٤٠٠ طالب وطالبة من الجامعة والمدارس الثانوية لحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ. وقد أشارت النتائج إلى أن الصيغة العربية للمقياس تتسم بثبات

إعادة تطبيق مرتفع (٠,٧٧ إلى ٠,٨٨) وبلغت معاملات الارتباط للمقياس بالتقدير الذاتى للسعادة والرضا عن الحياة بين (٠,٥٥ إلى ٠,٦٣) وهي معاملات مرتفعة تشير إلى الصدق المرتبط بالمحك. كما أعيد حساب صدق وثباته بالبيئة الكويتية بدراسات (عبد الخالق، ٢٠١٠، ٢٠١١ ا، ب) وأشارت النتائج إلى استخراج عامل عام واحد قوى مرتفع التشبعات لأبعاد نوعية الحياة لدى الجنسين إشارة إلى الصدق العاملي.

ويتكون المقياس من ٦ مجالات فرعية اضافة إلى الدرجة الكلية لنوعية الحياة:

- المجال الاول نوعية الحياة العامة (١) بند،
- المجال الثاني الرضا عن الصحة (١) بند
- المجال الثالث: المجال الجسمي (٧) بنود
- المجال الرابع: المجال النفسي (٦) بنود
- المجال الخامس: المجال الاجتماعي (٣) بنود
- المجال السادس: مجال البيئة (٨) بنود

وبالرغم من تمتع المقياس بمؤشرات ثبات وصدق مرتفعة على عينات محلية تماثل عينة الدراسة وحداثة المقياس، فقد قام الباحث الحالى بإعادة حساب ثبات المقياس على عينة استطلاعية قوامها (١٠٠) باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للثبات، وتبين أن معامل ألفا كرونباخ لثبات مقياس نوعية الحياة (٠,٨٦٦) وهي قيمة دالة ومرتفعة، وتراوحت للأبعاد الفرعية بين (٠,٦٥٠ - ٠,٨٢٤) وهي معاملات ثبات مرتفعة.

تصحيح المقياس: تتم الإجابة على القائمة على مدرج خماسى للتقدير يأخذ القيم من (١- ٥) لكل عبارة، وتتراوح الدرجات عليه بين (٢٦ إلى ١٣٠) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع نوعية الحياة أو مجالها الفرعى لدى المستجيب.

ثانياً - مقياس جامعة الكويت للتدين: قامت كل من هيفاء الأنصاري، وأحمد عبدالخالق (٢٠١٠) بتأليف المقياس بعد البحث بالنظريات والمقاييس التي تقيس التدين الإسلامي، ويحتوي المقياس على (٣٤ بنداً) ويجاب عن بنود القائمة باختيار أحد البدائل الخمسة وهي كالتالي: (لا=صفر، قليلا=١، متوسطا =٢، كثيرا=٣، كثيرا جدا=٤) وتدل الدرجات العليا في القائمة على ارتفاع التدين. وبلغ معامل ثبات القائمة (٠,٩٢) لمعامل ألفا و(٠,٨٨) بإعادة الاختبار، وتدل هذه المعاملات على اتساق داخلي واستقرار عبر الزمن مرتفعين، وبلغت قيمة الصدق المرتبط بالمحك للدرجة الكلية للقائمة (٠,٩٢)، مما يؤكد الثقة بالمقياس.

وقام الباحث بإعادة حساب ثبات المقياس على عينة قدرها ١٠٠ فرد من الراشدين باستخدام كل معامل ثبات ألفا كرونباخ وبلغ (٠,٩٢٤)، والتجزئة النصفية بمعامل سبيرمان - بروان وبلغ (٠,٩٣٢)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ودالة على الثبات.

تصحيح المقياس:تتم الإجابة على المقياس على مدرج خماسى للتقدير يأخذ القيم من (٠- ٤) لكل عبارة، وتتراوح الدرجات عليه بين (صفر إلى ١٣٦) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع تدين المستجيب والتزامه الدينى.

ثالثاً - مقياس تقدير الذات؛ إعداد روزنبيرج، ترجمة أحمد عبد الخالق (٢٠٠٣): وهو من أكثر مقاييس تقدير الذات استخداما من قبل الباحثين ويتكون من عشرة أسئلة وفق طريقة ليكرت ويتكون من خمس عبارات سلبية وخمس عبارات إيجابية، وقام المترجم بتعريب المقياس وجعلها جميعها عبارات إيجابية، وقد أخضع المقياس لعدة دورات من الترجمات والمراجعات من قبل متخصصين في علم النفس واللغة ممن يتقنون العربية والإنجليزية. واستخدم هذا المقياس في بعض البحوث العربية.

وقام معرّب المقياس بالتأكد من صدق وثبات مقياس تقدير الذات باستخدام صدق المحك والصدق العاملي والثبات بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة

الاختبار وقام بتقنينه من خلال تطبيقه على عينة قوامها ٢٦٤٣ بدول الكويت ومصر وعُمان. وحصل على نتائج جيدة للصدق والثبات بكل من العينة الكويتية والمصرية والعُمانية. وقد سبق استخدام المقياس في العديد من البحوث بدولة الكويت.

وقام الباحث بإعادة حساب ثبات المقياس على عينة قدرها ١٠٠ فرد من الراشدين باستخدام كل معامل ثبات الفا كرونباخ وبلغ (٠,٩١٣)، والتجزئة النصفية بمعامل سبيرمان - بروان وبلغ (٠,٩١٧) وهي معاملات ثبات مرتفعة ودالة على الثبات.

تصحيح المقياس: تتم الإجابة على المقياس على مدرج خماسى للتقدير يأخذ القيم من (١- ٥) لكل عبارة، وتتراوح الدرجات عليه بين (١٠ إلى ٥٠)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع تقدير الذات لدى المستجيب

رابعاً - مقياس التوجه نحو الحياة؛ إعداد كارفر وشاير، وترجمة بدر الأنصاري (٢٠٠٢): ويتكون المقياس في صورته المعربة من ١٠ فقرات تقيس النزعة للتفاؤل بالحياة، وقام معد المقياس بتطبيقه على ثلاث عينات مستقلة من طلاب جامعة الكويت من الجنسين: الأولى قوامها (١٩٥) والثانية قوامها (٢١١) والثالثة قوامها (١٦٥)، وقام بحساب معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية، وكانت جميع معاملات الارتباط بين البند والدرجة الكلية على المقياس دالة وتزيد عن ٠,٣، وبالتالي تعد مؤشراً لصدق الاتساق الداخلي لمقياس التوجه نحو الحياة لدى عينات الدراسة.

كما تم حساب الصدق التقاربي والاختلافي وتبين أن مقياس التوجه نحو الحياة الذي يقيس التفاؤل بأنه يرتبط بارتباطات جوهرية موجبة مع كل من التفاؤل والتفاؤل غير الواقعي على حين يرتبط أعلى ارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم والقلق واليأس والوسواس القهري والاكتئاب والخزي والذنب. كما تشير معاملات الثبات بطريقتي معامل ألفا وبطريقة القسمة النصفية إلى ثبات مقبول للمقياس بوجه عام لدى ثلاث عينات، لأنها تزيد عن

٠,٧٠، وقد قام الباحث الحالي بإعادة حساب ثبات المقياس على عينة قدرها ١٠٠ فرد من الراشدين، باستخدام كل معامل ثبات الفا كرونباخ وبلغ (٠,٦٠١)، والتجزئة النصفية بمعامل سبيرمان - بروان وبلغ (٠,٧٣٢) وهي معاملات ثبات مقبولة ودالة على الثبات.

تصحيح المقياس: تتم الإجابة على المقياس على مدرج خماسي للتقدير يأخذ القيم من (١- ٥) لكل عبارة، وتتراوح الدرجات عليه بين (١٠ إلى ٥٠)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع التوجه الإيجابى والتفاؤل بالحياة لدى المستجيب.

متغيرات الدراسة ومستوياتها

المتغير المستقل:

- العمر وله مستويات فئة الشباب، وفئة متوسطى العمر
- الجنس وله مستويان: الذكور، والإناث

المتغيرات التابعة:

نوعية الحياة ولها أربع مستويات: الجمسمي، والنفسي، والاجتماعي، والبيئي.

تقدير الذات وله مستوى واحد هو درجة تقدير الذات الكلي.

التوجه نحو الحياة: وله مستوى واحد هو درجة التوجه نحو الحياة.

التدين: وله مستوى واحد هو التدين.

إجراءات الدراسة

- الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة في موضوع الدراسة.
- اختيار المقاييس المستخدمة.

- التحقق من ملاءمة المقاييس السيكولوجية للتطبيق على العينة بتطبيقها على عينة استطلاعية، واستخراج مؤشرات الثبات والصدق للمقاييس التي تحتاج لذلك.
- تطبيق المقاييس على العينة الأساسية، بعد أخذ الموافقات اللازمة لذلك.
- إدخال البيانات للبرنامج الإحصائي وتحليلها واستخراج النتائج.
- مناقشة النتائج وكتابة التوصيات والمقترحات الملائمة لها.

عرض نتائج الدراسة

الفرض الأول: ينص الفرض على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير نوعية الحياة وأبعادها بين الشباب من طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت.

استخدم الباحث اختبارات للفروق بين المجموعات المستقلة independent samples t-test للتحقق من صحة الفرض، ويعرض الجدول رقم (٢) لنتائج الاختبار التائي.

جدول رقم (٢)

نتائج اختبار ت للفروق بين المجموعتين على نوعية الحياة

أبعاد نوعية الحياة	طلبة الجامعة (ن = ٢٥٠)		منتصفي العمر (ن = ٢٥٠)		ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الدرجة الكلية لنوعية الحياة	٩٤,٥٧	١١,٤٦٥	٩٦,٦٩	١١,٣٥٤	-٢,٠٧٣❖	,٠٣٩
الجسمي	٢٥,١٩	٤,٠٤٢	٢٤,٩٢	٣,٤١٢	,٧٨٩	,٤٢٧
النفسي	٢١,٤٦	٣,٥١٥	٢٢,٥٤	٣,٥٩٢	-٣,٣٧٣❖❖	,٠٠١
الاجتماعي	١١,٢٦	٢,٣٧٦	١١,٦٠	١,٩٥٣	١,٧٦٨	,٠٧٨
البيئي	٢٨,٩٠	٤,١٥١	٢٩,٢١	٤,٥١٣	-,٧٩٤-	,٤٣٠

❖ دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ❖❖ دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

تبين نتائج الجدول رقم (٢) إلى:

- وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في الدرجة الكلية لنوعية الحياة، وفي بعد نوعية الحياة النفسية، حيث كانت قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل، وتبين المتوسطات الحسابية أن الفروق لصالح مجموعة الأفراد في منتصف العمر.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في أبعاد نوعية الحياة الجسمية، والاجتماعية والبيئية، حيث كانت قيم ت لهم غير ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من ٠,٠٥.

وتدل النتائج السابقة على وجود تباين دال في مستوى نوعية الحياة بين طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر بنوعية الحياة النفسية لصالح الأفراد في منتصف العمر.

الفرض الثاني: ينص الفرض على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل متوسطات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة بين طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر.

يعرض الجدول رقم (٣) لنتائج الاختبار التائى للفروق بين المجموعتين في التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة.

جدول رقم (٣)

اختبار ت للفروق بين المجموعتين على متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة

	طلبة الجامعة (ن = ٢٥٠)		منتصفي العمر (ن = ٢٥٠)		ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
تقدير الذات	٤١,٨١	٦,٠٨٣	٤٢,٨٩	٥,٤٦٣	٢,٠٩٦❖	٠,٠٣٧
التوجه نحو الحياة	٣٥,٨٨	٥,٨١٨	٣٢,٦٣	٤,١٠٦	٧,٢٢١❖❖	٠,٠٠١
التدين	١٤٤,٨٣	١٧,٩٣٤	١٥٤,٩٠	١٥,٠١٦	٦,٨٠٣❖❖	,٠٠١

❖ دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ❖❖ دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

تشير نتائج الجدول رقم (٣) إلى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في متوسطات تقدير الذات حيث كانت قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل، وتبين قيم المتوسطات أن الفروق لصالح الأفراد في منتصف العمر.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في متوسط مقياس التدين حيث كانت قيمة ت لهم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل، وتبين قيم المتوسطات أن الفروق لصالح الأفراد في منتصف العمر.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في متوسطات التوجه نحو الحياة حيث كانت قيم ت لهم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل، وتبين قيم المتوسطات أن الفروق لصالح طلبة الجامعة.

وتبين نتائج الفرض الثاني ارتفاع تقدير الذات والتدين لدى الأفراد في منتصف العمر مقارنة بطلبة الجامعة، بينما يرتفع التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة مقارنة بالأفراد في منتصف العمر.

الفرض الثالث: ينص على "يوجد أثر لتفاعل كل من الفئة العمرية (الشباب، منتصف العمر) والجنس (ذكور وإناث) على تباين درجات كل من نوعية الحياة، وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة، والتدين".

استخدم الباحث تحليل التباين المتعدد Multivariate Anova للتعرف على أثر كل من الفئة العمرية والجنس على متغيرات نوعية الحياة وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين.

جدول رقم (٤)

تحليل التباين المتعدد لأثر عاملي الجنس والفئة العمرية على متغيرات الدراسة

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط الدرجات	ف	الدلالة
النموذج المصحح	جودة الحياة الكلية	١٠٥٥,٧٧٣	٣	٣٥١,٩٢٤	٢,٧١٣**	,٠٤٤
	تقدير الذات	٣٢٢,٣٠٢	٣	١٠٧,٤٣٤	٣,٢٣**	,٠٢٢
	التوجه نحو الحياة	٢٠٥٩,٥٣٨	٣	٦٨٦,٥١٣	٢٨,٦٤**	,٠٠١
	التدين	١٦١٥٤,٠١٤	٣	٥٣٨٤,٦٧١	٢٠,١٢**	,٠٠١
الفئة العمرية	نوعية الحياة الكلية	٤٢١,٠٨٠	١	٤٢١,٠٨٠	٤,٢٤*	,٠٤١
	تقدير الذات	٩٩,٩٦١	١	٩٩,٩٦١	٤,١١*	,٠٤٣
	التوجه نحو الحياة	١٦٠٢,٤١٤	١	١٦٠٢,٤١٤	٦٦,٨٥**	,٠٠١
	التدين	١٠٥٩٥,٣٤٠	١	١٠٥٩٥,٣٤٠	٣٩,٥٩**	,٠٠١
الجنس	نوعية الحياة الكلية	٥٩,٥٠٥	١	٥٩,٥٠٥	,٤٥٩	,٤٩٩
	تقدير الذات	١٧,٢٧٣	١	١٧,٢٧٣	,٥٢٠	,٤٧١
	التوجه نحو الحياة	٤٩,٧٣٢	١	٤٩,٧٣٢	٢,٠٧٥	,١٥٠
	التدين	١١١,٥٦٧	١	١١١,٥٦٧	,٤١٧	,٥١٩
الفئة العمرية X الجنس	نوعية الحياة الكلية	٤٣٣,٨٢٦	١	٤٣٣,٨٢٦	٣,٢٤٥**	,٠٦٨
	تقدير الذات	١٥٩,٠٢٣	١	١٥٩,٠٢٣	٤,٧٨٩**	,٠٢٩
	التوجه نحو الحياة	٦٩٠,٩٥٩	١	٦٩٠,٩٥٩	٢٨,٨٢**	,٠٠١
	التدين	٣٣٧١,٢٨٢	١	٣٣٧١,٢٨٢	١٢,٥٩**	,٠٠١

* دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ** دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

تدل نتائج الجدول رقم (٤) إلى ما يلي:

- وجود تباين ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل للفئة العمرية (الشباب، ومنتصف العمر) في كل نوعية الحياة، وتقدير الذات والتدين لصالح منتصف العمر، وفي التوجه للحياة لصالح طلبة الجامعة.
- عدم وجود تباين ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل يعود لأثر الجنس (ذكور، وإناث) في كل نوعية الحياة، وتقدير الذات والتدين والتوجه.

- عدم وجود تباين ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل يعود لتفاعل عاملى المجموعة والجنس في نوعية الحياة.
- وجود تباين ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) أو أقل يعود لتفاعل عاملى المجموعة والجنس في كل من تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين، ويعرض الجدول رقم (٥) المتوسطات الحسابية للذكور والإناث بالمجموعتين.

جدول رقم (٥)

المتوسطات الحسابية تبعا للمجموعة والجنس

المتغيرات	الطلبة		منتصفى العمر	
	ذكور	إناث	ذكور	إناث
تقدير الذات	٤١,٤٧	٤٢,٢٤	٤٣,٥٢	٤٢,٠٠
التوجه نحو الحياة	٣٥,١١	٣٦,٨٥	٣٣,٨٧	٣٠,٨٥
التدين	١٤٢,١٠	١٤٨,٣١	١٥٦,٦٧	١٥٢,٣٧

تدل نتائج الجدول رقم (٥) على ارتفاع تقدير الذات لدى الذكور بمنتصف العمر مقارنة بالذكور في عينة الطلبة، كما يتبين ارتفاع التوجه للحياة للإناث الطلبة مقارنة بالإناث بمنتصف العمر، كما يتبين ارتفاع التدين للذكور بمنتصف العمر مقارنة بالذكور بعينة الطلبة.

الفرض الرابع: ينص الفرض على "تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة من عينة الدراسة بدولة الكويت".

استخدم تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة دلالة المعادلة التنبؤية لمتغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بالتقدير الذاتى لنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة.

جدول رقم (٦)

تحليل الانحدار لمتغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه للحياة في التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة

المتغيرات المنبئة	ر	ر٢	ف	B	الخطأ المعيارى	بيتا	ت	الدلالة
قيمة الثابت	,٥٨١	,٣٣٧	٤١,٧٧١	٥٢,١٠	٥,١٩٢		١٠,٠٣❖❖	,٠٠١
تقدير الذات				,٩٣٦	,١٤٩	,٤٩٧	٦,٣٠٢❖❖	,٠٠١
التوجه نحو الحياة				,٤٣٨	,١٢٩	,٢٢٢	٣,٣٨❖❖	,٠٠١
التدين				-,٠٨٦-	,٠٤٤	-,١٣٤-	-١,٩٤	,٠٥٢

❖ دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ❖❖ دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

تشير نتائج الجدول رقم (٦) إلى دلالة المعادلة التنبؤية في التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة، وبلغ معامل الارتباط (٠,٥٨١) وهي قيمة دالة، وبلغت قيمة ف (٤١,٧٧) وهي ذات دلالة إحصائية وهي قيمة تشير إلى دلالة إحصائية للتباين، وبلغت قيمة ($ر^{٢}$) (٠,٣٣) بما يشير إلى أن المتغيرات النفسية بالمعادلة يعزى إليها (٣٣٪) من تباين درجات طلبة الجامعة في نوعية الحياة.

وتبين نتائج تحليل الانحدار أن كل من متغير تقدير الذات والتوجه نحو الحياة قد أسهما بصورة دالة إحصائياً في التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة، بينما لم يكن لمتغير التدين إسهام دال في التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة.

الفرض الخامس: ينص الفرض على "تسهم متغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بصورة دالة بدرجات نوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر بدولة الكويت".

استخدم تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة دلالة المعادلة التنبؤية لمتغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه نحو الحياة في التنبؤ بالتقدير الذاتى لنوعية الحياة لدى الأفراد بمنتصف العمر.

جدول رقم (٧)

تحليل الانحدار لمتغيرات التدين وتقدير الذات والتوجه للحياة في التنبؤ بنوعية الحياة الأفراد بمنتصف العمر

المتغيرات المنبئة	ر	ر٢	ف	B	الخطأ المعيارى	بيتا	ت	الدلالة
قيمة الثابت	,٥٣٨	,٢٨٩	٣٣,٣٤	٢٩,٦٦٤	٦,٩٩٢		٤,٢٤❖❖	,٠٠١
تقدير الذات				,٥٠٤	,١٣٦	,٢٤٢	٣,٧٠❖❖	,٠٠١
التوجه نحو الحياة				,٥٨١	,١٧٩	,٢١٠	٣,٢٥❖❖	,٠٠١
التدين				,١٧١	,٠٤٦	,٢٢٦	٣,٧٣❖❖	,٠٠١

❖ دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ❖❖ دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

تشير نتائج الجدول رقم (٧) إلى دلالة المعادلة التنبؤية في التنبؤ بنوعية الحياة لدى الأفراد بمنتصف العمر، وبلغ معامل الارتباط (٠,٥٣٨) وهي قيمة دالة، وبلغت قيمة ف (٣٣,٣٤) وهي ذات دلالة إحصائية وهي قيمة تشير إلى دلالة إحصائية للتباين، وبلغ قيمة ($ر^{٢}$) (٠,٢٨٩) بما يشير إلى أن المتغيرات النفسية بالمعادلة يعزى إليها (٢٨,٩٪) تباين درجات الأفراد بمنتصف العمر في نوعية الحياة.

وتبين نتائج تحليل الانحدار متغيرات تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين يسهمون بصورة دالة إحصائيا في التنبؤ بنوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر.

مناقشة النتائج

أشارت نتائج الفرض الأول على وجود تباين دال في مستوى نوعية الحياة بين طلبة الجامعة والأفراد في منتصف العمر خاصة بنوعية الحياة النفسية لصالح الأفراد في منتصف العمر، وهو ما يبين أن الأفراد في منتصف العمر بداية من عمر ٣٦ عاماً يرتفع تقديرهم الذاتى الكلى لنوعية حياتهم حيث يرون أنهم يعيشون حياة ذات نوعية وجودة حياة تفوق تقديرات الشباب في مقتبل

العمر لنوعية حياتهم العامة والنفسية، كما تبين أن نوعية الحياة النفسية، وهي المتصلة بالاستقرار الانفعالي والشعور بالراحة النفسية والسعادة والرضا يرتفع لديهم مقارنة بالطلبة في مرحلة الشباب الأولى، تبين كذلك ارتفاع كل من تقدير الذات والتدين لدى الأفراد في منتصف العمر مقارنة بالشباب، ولعل ذلك هو ما يفسر ارتفاع نوعية الحياة بمنتصف العمر، خاصة بالمجتمع الكويتى، فوصول الفرد لهذا العمر عادة يرتبط بكونه قد أشبع العديد من حاجاته الأساسية والثانوية، فغالبية من بهذا العمر متزوجين ولديهم أبناء، وغالبيتهم مستقرون في أعمال سواء خاصة أو حكومية، خاصة وأن الدولة توفر العديد من فرص العمل وتدعم العمل في القطاع الخاص، وغالبيتهم يسير في تحقيق أهدافه وقد استقرت رؤيته للحياة، وساعده اشباع حاجاته على ارتفاع تقديره لذاته وهو ما انعكس في تقييمه لنوعية حياته، كما يأتى دور الدور سواء من حيث المعتقدات أو السلوكيات والعبادات، فللدين دور حيوى في اضفاء معنى وجودى وروحى وتوازن لدى الفرد، لذا كان ارتفاع التدين لدى الأفراد في منتصف العمر مرتبط بإرتفاع نوعية الحياة لديهم.

وقد بينت النتائج بالفرض الثانى ارتفاع التوجه نحو الحياة لدى الأفراد في مرحلة الشباب مقارنة بمنتصف العمر، ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء أن مرحلة الشباب خاصة لدى طلبة الجامعة هي مرحلة بناء الأهداف ووضع الخطط للحياة، ومرحلة الطموح والاستبشار بالمستقبل، فالأفراد في هذا العمر في انتظار إنهاء دراستهم للدخول في عالم الحياة والعمل والارتباط وتحقيق الذات وطاقتهم الأساسية في ذلك هي التوجه الإيجابي والاستبشار خاصة في ظل ادراكهم لتوفر سبل ومقومات الحياة والعمل والارتباط ولتوفر وسائل الرفاهية والراحة في ظل الوفرة الاقتصادية للدولة، وهذا ما جعل توجههم واستبشارهم بالمستقبل هو الأساسي لديهم، عكس الأفراد في منتصف العمر الذين يرتبطون بالحاضر وبتحقيق الذات الذي يعايشونه وربما تطلعهم للمستقبل ليس بنفس درجة الشباب.

وتكاد تجمع العديد من الدراسات السابقة على نفس النتائج التي توصل إليها الباحث من كون الأفراد في منتصف العمر أعلى في تقدير نوعية الحياة مقارنة بالشباب في مقتبل العمر، كما في دراسات (Mercier, Pladeau & Tempier, 1998) التي أظهرت التحليلات الإحصائية عدم وجود فروق بين الرجال والنساء في نوعية الحياة، وتبين وجود فروق في نوعية الحياة تبعا للعمر، حيث كان الأفراد الأكبر سنا أكثر رضا عن حياتهم مقارنة بالأصغر سنا، ودراسة (Watson, 2016) التي بينت أن الأفراد الاقل من ٣٠ عاما كانوا الأعلى في تقدير المشكلات الحياتية وانخفاض نوعية الحياة مقارنة بالأعمار الأعلى، ودراسة (Ra & Kim, 2015) التي بينت أن كل من وضع الوظيفة والعمر تنبئ بدرجة كبيرة بتقديرات نوعية الحياة لدى الكوريين

وأشارت نتائج الفرض الثالث لوجود أثر لتفاعل عامل الجنس مع العمر في كل من تقدير الذات والتوجه نحو الحياة والتدين، وتبين أن الذكور بمنتصف العمر يرتفع تقديرهم لذاتهم وتدينهم مقارنة بالذكور في مرحلة الشباب، وأن التوجه للحياة يرتفع لدى الإناث الشابات مقارنة بالإناث في مرحلة منتصف العمر، وتبين تلك النتائج أثر تفاعل عاملى الجنس مع المرحلة العمرية، حيث يصير الرجال الكويتيون في منتصف العمر أكثر تقديرا لذاتهم وأكثر التزاما دينيا مقارنة بالذكور من الشباب، ويمكن أن يرتبط ذلك بحالة الاستقرار الذاتى وإشباع الحاجات الأساسية والتوازن الحياتى لدى الرجال بمنتصف العمر، وانخفاض مستويات الاندفاعية والميل للتجريب بمرحلة الشباب، ويرتبط بالصورة الاجتماعية للفرد في مرحلة منتصف العمر الذي يعد الالتزام الدينى السلوكى أحد ملامحها في البيئات العربية الملتزمة، في حين ينخفض مستوى التوجه الحياتى لدى النساء في مرحلة منتصف العمر مقارنة بالإناث في مرحلة الشباب، ربما لتكوين المرأة الانفعالي الذي قد يرتبط بارتفاع سقف التوقعات والتطلعات في المستقبل وربما ارتفاع تقدير إمكانية تحققها، وهو قد يتناقض مع الواقع ويعاود الانخفاض قليلاً في مرحلة منتصف العمر، وبينت نتائج تحليل الانحدار إسهام متغيرات تقدير الذات، والاتجاه نحو الحياة في التنبؤ بصورة

دالة إحصائية بدرجة نوعية الحياة، في كل من مجموعتى الشباب ومنتصف العمر، وبذلك تبين دور المتغيرات النفسية في التقييم الإيجابي لنوعية الحياة بمرحلتى الشباب ومنتصف العمر، وأكدت الدراسة أن إدراك الفرد دور ادراك الفرد لذاته وتقييمه لها وارتباط هذا التقييم بتقييم حياته بصورة عامة، حيث إن مفهوم الذات يعرف بشكل عام بوصفه "إدراكات الفرد عن نفسه، وهذه الإدراكات تتشكل من خلال خبرة الفرد وتفسيراته للبيئة التي يعيش فيها والتقييمات من جانب الآخرين المهمين في حياته له،، وبزيادة تقدم الفرد في العمر، فإن نظرته لذاته تزداد تعقيداً، حيث إن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، بينما تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة، فاعتقاده بأنه إنسان ذو قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات. وخلال مرحلة منتصف العمر يكون قد اتيح للفرد العديد من الفرص والمجالات والخبرات التي تسمح له باختبار قدراته والتعرف على ذاته، في مجالات العمل والأسرة والعلاقات، ولا شك أن نجاح الفرد في إثبات ذاته وزيادة تقديره لها يجعله ينظر للحياة بنظرة من الرضا والارتياح وهو ما يعبر عنه في تقييمه الإيجابى لحياته.

كما تلعب توقعات الفرد لمستقبله دورا هاما في تقييمه لحاضره، فكلما كان تقييمه للمستقبل متفائلا وإيجابيا نظر للحاضر بصورة أكثر إيجابية. ولذا فإن متغير التوجه نحو الحياة الذي يُعرّف بأنه التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة، وهي سمة مرتبطة ارتباطاً عالياً برؤيته للحاضر المُعاش. وأشارت النتائج أن متغير الدين يسهم بالتنبؤ بنوعية الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر، وهو ما يشير إلى أن متغير التدين يرتفع إسهامه في رؤية الفرد لذاته ولرؤيته لحياته ارتباطا بزيادة العمر، حيث يدرك الفرد في هذا العمر أن الالتزام الدينى وحسن علاقة الفرد بربه وتقدير الذات وحسن علاقة الشخص بذاته وتقديره لها، والتوقع الإيجابى للمستقبل من شأنه أن يحسن من إدراك الفرد لوضعه في الحياة في

السياق أو المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها، وبعلاقته مع أهدافه وتوقعاته ومعاييره وشؤونه. يعكس هذا التعريف نظرة واسعة للعافية التي تشمل رضا الشخص عن حالاته الصحية والروحية والنفسية والبيئية والاجتماعية، والمشاعر الذاتية بالسعادة الشخصية والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص، ومن حسن تقييمه لجودة الحياة، والمؤشرات الذاتية لها، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع النتائج التي توصل إليها (حسن والمحرزي، ٢٠٠٦)، التي بينت أنه كلما زاد معدل الفرد من استخدام استراتيجيات مقاومة الضغوط زاد إحساسه بجودة الحياة.

الاستنتاجات العامة للدراسة

يلعب العمر دوراً مؤثراً في تقدير نوعية الحياة لدى الأفراد، حيث تبين ارتفاع تقدير نوعية الحياة بمنتصف العمر مقارنة بطلبة الجامعة، كما يلعب العمر دوراً مؤثراً في تباين بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بتقدير نوعية الحياة لدى الأفراد حيث يرتفع التدين وتقدير الذات لدى الأفراد بمنتصف العمر، في حين يرتفع التوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة مقارنة بالأفراد بمنتصف العمر بدولة الكويت، كما تبين ارتفاع دور التدين في تقدير نوعية الحياة لدى الأفراد بمنتصف العمر عن طلبة الجامعة. وباستقراء نتائج الدراسة، يقترح الباحث عمل برامج إرشادية لكل الأفراد في مرحلتى الشباب ومنتصف العمر لتعزيز تقديرهم لذاتهم وتحسين توجههم للحياة بما يرفع من نوعية حياتهم، كما يمكن عمل برامج لتحسين الالتزام الدينى لدى الشباب، ورفع التوجه الإيجابي للسيدات في منتصف العمر، في حين يقترح الباحث إجراء بحوث عن أثر برنامج لتحسين تقدير الذات والتوجه نحو الحياة على تحسين جودة الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر، وأثر الالتزام الدينى في تحسين نوعية الحياة لدى الشباب من طلبة الجامعة، والفروق في نوعية الحياة بين المسنين المتقاعدين والعاملين.

Differences in The Quality of Life and Some Associated Variables Among University Students and Individuals in Middle Age in Kuwait

Dr. Ahmed S. Al-Azmi
College of Basic Education - PAAET
State of Kuwait

Abstract

The current study aims to identify the differences in quality of life, self-esteem, life orientation and religiosity among young university students and middle-aged individuals, the interaction of age and sex on these variables, and the contribution of self-esteem, life orientation and religiosity to predicting the quality of life in both groups. The study sample consisted of (500) Kuwaiti individuals of both sexes, divided into two groups: the group of university students average age of (20.44) years, and the average age of middle-aged individuals (39.14) years. Four tests were applied, vis. Life Quality Scale, Kuwait University Scale of Religiosity, Rosenberg's Self Assessment Scale, Life Orientation Scale.

Results showed statistically significant differences in perceiving the quality of life between university students and middle-aged individuals, especially the psychological quality of life in favor of middle-aged individuals. Moreover, self-esteem and religiosity of middle-aged individuals prove to be higher than that of university students. Life orientation among university students is higher than that of middle-aged individuals, and there is no significant variance on quality of life, self-esteem, religiosity and life orientation but there is a significant variance for interaction between age and sex in both self-esteem and life orientation and religiosity. Results, also, indicated that the level of self-esteem and life orientation highly contributed to predicting the quality of life among the university students, while self-esteem and life orientation and religiosity contributed significantly to predicting the quality of life of middle-aged individuals.

Keywords: Qualtiy of life, Self-esteem, System, Life orientation, Religiosity, Middle age.

المراجع

١ - إبراهيم، عبد الله عبد الحميد محمد (١٩٩٤). العدوانية وعلاقتها موضع الضبط وتقدير الذات. **مجلة علم النفس**، العدد ٣٠، السنة ٨.

٢ - أبو سريع، أسامة سعد وشوقي، مرفت وأنور، عبير ومرسي، صفاء (٢٠٠٦). أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى. بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.

٣ - الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٢). **المرجع في مقاييس الشخصية**. الكويت: دار الكتاب الحديث.

٤ - الأنصاري، هيفاء (٢٠١٠). التدين وعلاقته بفاعلية الذات والقلق في ثلاث عينات كويتية. رسالة ماجستير. جامعة الكويت.

٥ - حسن، عبد الحميد سعيد والمحرزي، راشد بن سيف ومحمود محمد إبراهيم (٢٠٠٦). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقوماتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. **بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة**. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.

٦ - حلمي، ماجدة (٢٠٠٨). **مشاكل الصحة بعد الخمسين - شباب دائم وعظام بدون هشاشة**، ط ١، القاهرة: مكتبة الشروق الدولية.

٧ - روبينستاين، لوري إيه (٢٠٠٤). **دليل إدارة الضغوط**. ط ١، السعودية: مكتبة جرير.

٨ - ريزونر، روبرت (٢٠٠٠). **بناء تقدير الذات**، ترجمة مدارس الظهران الأهلية. السعودية: دار الكتاب التربوي.

٩ - سلامة، ممدوحة (١٩٩١). المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور

بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة. **مجلة دراسات نفسية**، القاهرة. (٣)١، ٤٧٥ - ٤٩٦.

١٠- شقير، زينب محمود (٢٠٠٩). **مقياس معايير تشخيص جودة الحياة**. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.

١١- الشمري، عويده (٢٠٠٧). توكيد الذات وعلاقته بالتوافق الزواجي وتقدير الذات لدى عينة من النساء المتزوجات. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.

١٢- عبد الخالق، أحمد (١٩٩٦). **قياس الشخصية**. الكويت: لجنة التأليف والتعريب والنشر.

١٣- عبد الخالق، أحمد (٢٠٠٨). الصيغة العربية لمقياس نوعية الحياة الصادر عن منظمة الصحة العالمية، نتائج أولية. **مجلة دراسات نفسية**. رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، ١٨(٢) أبريل، ٢٤٧- ٢٥٧.

١٤- عبد الخالق، أحمد (٢٠١٠). المؤشرات الذاتية لنوعية الحياة لدى عينة من طلاب جامعة الكويت. **مجلة دراسات نفسية**. رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة. ٢٠(٢)، ٢٢٧- ٢٤٦.

١٥- عبد الخالق، أحمد (٢٠١١ أ). نوعية الحياة لدى عينة من المراهقين الكويتيين. **مجلة دراسات نفسية**. رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، ٢١(٣)، ٣٦٧- ٣٨٤.

١٦- عبد الخالق، أحمد (٢٠١١ ب). معدلات نوعية الحياة لدى عينة من الموظفين الكويتيين. **مجلة دراسات نفسية**. رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، ١٠(١)، ١- ١٧.

١٧- عبد المعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٥). الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر، **المؤتمر العلمي الثالث لكلية التربية جامعة الزقازيق "الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة"**. الزقازيق ١٥-١٦ مارس، ١٣-٢٣.

١٨- عجاجة، صفاء أحمد (٢٠٠٧). النموذج السببى للعلاقة بين الذكاء الوجدانى وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية - جامعة الزقازيق.

١٩- غريب، غريب (١٩٩٣). الاكتئاب في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: الجنس والسن ومستوى التعليم والحالة الزواجية. **مجلة الصحة النفسية**، "الجمعية المصرية للصحة النفسية"، العدد ٣٤.

٢٠- القدرة، موسى صبحي (٢٠٠٧). الذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بالتدين وبعض المتغيرات. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

٢١- القطان، فهمى والقطان، محمد (١٩٧٩). **علم النفس الاجتماعي دراسات نفسية وتطبيقات علمية**. القاهرة، مكتبة الخانجى.

٢٢- المشعان، عويد والحويلة، أمثال (٢٠١٢). الفرق في نوعية الحياة لدى طلبة جامعة الكويت وفق الجنس والحالة. **المجلة التربوية**، مجلس النشر العلمى، جامعة الكويت.

٢٣- منظمة الصحة العالمية - المكتب الإقليمي لشرق المتوسط (٢٠٠٥). **تعزيز الصحة النفسية: المفاهيم، البيانات المستجدة، الممارسة: التقرير المختصر**، القاهرة، توشكي للطباعة .

٢٤- موسى، رشاد (١٩٩٦). **علم النفس الديني**. القاهرة: مؤسسة مختار للنشر والتوزيع.

٢٥- هاشم، سامي (٢٠٠١). جودة الحياة لدى المعوقين جسمياً والمسنين وطلاب الجامعة، **مجلة الإرشاد النفسي**، جامعة عين شمس، ع (١٣).

26 - Bernard, M. & Cronan, F. (1999). The Child and Adolescent Scale of Irrationality: Validation Data and Mental Health Correlates. **Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly**, 13(2), 121-132.

27 - Choi-Kwon, S., Kwon, S.U. & Kim, J.S. (2005). Compliance with risk

factor modification: early-onset versus late-onset stroke patients. **Eur Neurol.** 54: 204-211.

28 - Kidd, S.A. (2008). Effect of a vocationally-focused brief cognitive behavioural intervention on employment-related outcomes for individuals with mood and anxiety disorders. **Cogn Behav Ther**; 38(4), 51-248.

29 - Mercier, C., Pladeau, N. & Tempier, R. (1998). Age, gender and quality of life. **Community Ment Health J.** Oct; 34(5), 488-500.

30 - Peter, B. (2008). The Relationships among Physiological And Perceived Stress, Quality Of Life, Self-Care, And Impairment In Doctoral Students, Ph.D, The State University of New York at Buffalo.

31 - Ra, Young-An & Kim, Won Ho (2015). Impact of employment and age on quality of life of individuals with disabilities: A multilevel analysis. **Rehabilitation Counseling Bulletin**, 59(2)112,-120.

32 - Sands, S.; Giarraffa, P.; Jacobson, C. and Axelrod, F. (2006). Familial dysautonomia's impact on quality of life in childhood, adolescence, and adulthood. **Journal of Acta Pediatrica**, 95, 458- 462.

33 - Scheier, M.F. & Carver, C.S. (1985). Optimism, Coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. **Health Psychology**, 4, 219 - 248.

34 - Seligman, M. E. P. (1995). The effectiveness of psychotherapy: The Consumer Reports study. **American Psychologist**, 50, 965-984.

35 - Watson, Dorothy (2016). Quality of life problems differ by age group and social class. The Economic and Social Research Institute, Department of Social Protection. Irland.