

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية



كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصّص: علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذة:

أ.د. جمعة أولاد حيمودة

المشرف المساعد:

د. لخضر شيبوط

إعداد الطالبين:

خديجة بلخير

ليلي دين

لجنة التقييم:

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة	المؤسسة	الصفة
01	عبد الحميد جديد	أستاذ محاضر "ب"	جامعة غرداية	رئيسا
02	جمعة أولاد حيمودة	أستاذ	جامعة غرداية	مشرفا ومقرر
03	لخضر شيبوط	دكتوراه	جامعة غرداية	مشرفا مساعدا
04	كلثوم كبير	أستاذ مساعد "أ"	جامعة غرداية	مناقشا

السنة الجامعية: 2022/2021

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية



كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصّص: علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذة:

أ.د. جمعة أولاد حيمودة

المشرف المساعد:

د. لخضر شيبوط

إعداد الطالبين:

خديجة بلخير

ليلي دين

لجنة التقييم:

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة	المؤسسة	الصفة
01	عبد الحميد جديد	أستاذ محاضر "ب"	جامعة غرداية	رئيسا
02	جمعة أولاد حيمودة	أستاذ	جامعة غرداية	مشرفا ومقرر
03	لخضر شيبوط	دكتوراه	جامعة غرداية	مشرفا مساعدا
04	كلثوم كبير	أستاذ مساعد "أ"	جامعة غرداية	مناقشا

السنة الجامعية: 2022/2021

آية

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم

بسم الله الرحمن الرحيم

والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين

سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة وأزكى التسليم

يقول الله تعالى: ﴿يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات﴾

[سورة المجادلة، الآية 11]

صدق الله العظيم

إهداء

لكل بداية نهاية، وهاهي نهاية الطور الثاني من المشوار الدراسي الجامعي تكلم بفضل الله ونعمته علينا بهذا العمل المتواضع الذي أسأله سبحانه وتعالى أن يبارك لنا فيه، وأن ينفعنا وغيرنا به، والذي نهديه إلى:

* روح أجدادي وأقاربي الطاهرة رحمة الله عليهم؛

* إلى روح أمي الطاهرة رحمة الله عليها؛

* الوالدين الكريمين حفظهما الله وأطال في عمرهما؛

* إلى من شجعنا بنصائحه وإرشاداته؛

* إلى كل من علمني حرفاً؛

* زميلاتي وزملائي في الدفعة؛

* زميلاتي في الإقامة الجامعية كل باسمها الخاص؛

* إلى كل من يعرفني من قريب أو بعيد دون إستثناء ولم يسعني المقام لذكرهم جميعاً؛

* إلى كل طالب للعلم ومحب لنيله بإخلاص وأمانة.

توقيع: (خديجة، ليلي)

شكر وعرهان

الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه، والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين، معلم البشرية

سيدنا مُحَمَّد وعلى آله وصحبه الطيبين الطاهرين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين

أما بعد:

امثالاً لقول الله عز وجل ﴿وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ﴾، لا يسعني في هذا المقام إلا أن أتقدم

بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى:

*أستاذتي المتواضعة، وطيبة القلب الأستاذة الدكتورة/ جمعة أولاد حيمودة، لموافقتها على

تأطيرنا وعلى ما أبدته لنا من إشراف كريم، ونصح وتوجيه مفيد.

*أستاذي المتواضع، الأستاذ المساعد الدكتور/ شيبوط لخصر، لموافقتها على مساعدة تأطيرنا

وعلى ما أبداه لنا من إشراف كريم، ونصح وتوجيه مفيد.

*جميع أساتذة كلية العلوم الاجتماعية دون إستثناء، أخص منهم بالذكر من أشرفوا على

تكويننا وتوجيهنا طيلة هذا المشوار كل بإسمه الخاص.

*كل من علمنا حرفاً، كل من ربانا على حب العلم، وحثنا على طلبه.

*طاقم مؤسسة بكرأوي مُحَمَّد بن مُحَمَّد بولاية المنيرة لمساهماتهم في إنجاز هذا العمل.

*تلاميذ مؤسسة بكرأوي مُحَمَّد بن مُحَمَّد السنة الثالثة ثانوي بمختلف التخصصات الذين شاركوا

في إتمام هذا العمل.

*إلى كل هؤلاء أقول:

أقدر لكم جهودكم ووقتكم، فأنتم أهل للشكر، والحق أن كلمات الشكر والتقدير تعجز عن

أن توفيكم حقكم، وخير ما أقوله لكم هو سؤال الله عز وجل أن يبارك فيكم ويجازيكم عني

خير الجزاء في الدنيا والآخرة.

توقيع/ (ليلي، خديجة)

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا بولاية المنية، ومدى وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية في هذا المستوى باختلاف متغير التخصص (علمي؛ أدبي) ومتغير الجنس (ذكر؛ أنثى). ومن أجل تحقيق ذلك تم تطبيقها على عينة بالطريقة الحصر الشامل قدرت بـ(160) تلميذ تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد، وجمع البيانات اللازمة للدراسة تم الاستعانة بمقياس للأمن النفسي (2012) "أحمد عبد الله الشريفين، منار سعيد بني مصطفى" وجود الحياة من اعداد منظمة الصحة العالمية (1996) وقامت بتعريبه وتطويره أحمد (2008).

حيث توصلنا للنتائج التالية:

- مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية مرتفع، ومستوى جودة الحياة لدى هذه العينة متوسط.
- يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية باختلاف الجنس، ولا يختلف باختلاف التخصص.
- لا يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية باختلاف الجنس، ويختلف حسب التخصص.
- لا توجد علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية.

الكلمات المفتاحية: الامن النفسي- جودة الحياة - التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.

Summary

This study aimed to reveal psychological security and its relationship to the quality of life of students in the W. El-MENEA, and the extent to which there are any statistically significant differences at this level according to the variable of specialization (scientific; literary) and the variable of sex (male; female). In order to achieve this, it was applied to a sample by the comprehensive inventory method estimated at (160) students of the third year of secondary school students at Bakrawi Mohammed ben Mohammed High School.

In order to collect the necessary data for the study, a measure of psychological security (2012) was used, “Ahmed Abdullah Al Sharifain, Manar Saeed Bani Mustafa” and quality of life prepared by the World Health Organization (1996) and it was Arabized and developed by Ahmed (2008).

Where we reached the following results:

- The level of psychological security among students of the third year of secondary school at Bakrawi Muhammad bin Muhammad Al-Manea is high, and the level of quality of life for this sample is medium.

The level of psychological security among students of the third year of secondary school at Bakrawi Muhammad bin Muhammad Al-Manea' High School varies according to gender, and does not differ according to specialization.

- The level of quality of life for students of the third year of secondary school at Bakrawi Muhammad bin Muhammad Al-Manea'a does not differ according to gender, and it varies according to specialization.

- There is no relationship between psychological security and quality of life among students of the third year of secondary school at Bakrawi Muhammad bin Muhammad Al-Manea'a High School.

Keywords: psychological security - quality of life - students coming to the baccalaureate degree.

الصفحة	الموضوع
أ	آية
ب	إهداء
ج	شكر وعرهان
هـ	ملخص الدراسة بالعربية
و	ملخص الدراسة بالأجنبية
خ	فهرس المحتويات
م	قائمة الجداول
ن	قائمة الأشكال
س	فهرس الملاحق
01	مقدمة
القسم الأول: الجانب النظري للدراسة	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
04	1. إشكالية الدراسة
06	2. تساؤلات الدراسة
07	3. فرضيات الدراسة
07	4. أهداف الدراسة
08	5. أهمية الدراسة
08	6. المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة
09	7. الدراسات السابقة والتعليق عليها

الفصل الثاني: الأمن النفسي	
17	تمهيد
17	1. تعريف الأمن النفسي
21	2. بعض المفاهيم المرتبطة بالأمن النفسي
25	3. أقسام الأمن النفسي
26	4. أبعاد الأمن النفسي
27	5. خصائص الأمن النفسي
28	6. أهمية الأمن النفسي
29	7. العوامل المؤثرة في الأمن النفسي
30	8. أساليب تحقيق الأمن النفسي
32	9. النظريات المفسرة للأمن النفسي
51	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: جودة الحياة	
53	تمهيد
53	1. تعريف جودة الحياة
56	2. بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة
57	3. أبعاد جودة الحياة
59	4. مؤشرات جودة الحياة
61	5. مكونات جودة الحياة

62	6. مقومات جودة الحياة
62	7. مجالات جودة الحياة
63	8. مظاهر جودة الحياة
64	9. النماذج النظرية لجودة الحياة
67	10. قياس جودة الحياة
68	11. أساليب تحقيق جودة الحياة
73	خلاصة الفصل
القسم الثاني: الجانب الميداني للدراسة	
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
75	تمهيد
75	1. منهج الدراسة
76	2. حدود الدراسة
76	3. أدوات الدراسة
82	4. الدراسة الاستطلاعية
82	- أهداف الدراسة الاستطلاعية
83	- مكان وزمان تطبيق الدراسة الاستطلاعية
83	- عينة الدراسة الاستطلاعية وخصائصها
83	- أدوات البحث في الدراسة الاستطلاعية

90	5. الدّراسة الأساسيّة
90	- مجتمع الدّراسة
90	- مكان وزمان تطبيق الدّراسة الأساسيّة
90	- عيّنة الدّراسة الأساسيّة وخصائصها
92	6. الأساليب الإحصائيّة
الفصل الخامس: عرض وتفسير نتائج الدّراسة	
94	تمهيد
94	1. عرض وتفسير نتائج الفرضيّة الأولى
97	2. عرض وتفسير نتائج الفرضيّة الثّانية
99	3. عرض وتفسير نتائج الفرضيّة الثّالثة
101	4. عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
103	5. عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
105	6. عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة
108	7. عرض وتفسير نتائج الفرضية السابعة
110	الاستنتاج العام
113	توصيات ومقترحات الدراسة
115	قائمة المصادر والمراجع
125	قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
81	تحديد قيم تصليح مقياس جودة الحياة	01
84	معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس	02
86	قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لمقياس الأمن النفسي	03
87	معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس	04
89	قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لمقياس جودة الحياة	05
91	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس	06
91	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص	07
94	المحك المعتمد في الدراسة	08
97	المحك المعتمد في الدراسة	09
99	اختبار "ت" تاست لإيجاد الفروق بين المتوسطات	10
101	اختبار تحليل التباين لدلالة الفروق بين الأمن النفسي حسب التخصص	11
103	اختبار "ت" تاست لإيجاد الفروق بين المتوسطات	12
105	اختبار تحليل التباين لدلالة الفروق بين مستوى جودة الحياة حسب التخصص	13
106	اختبار (LSD) لمعرفة أقل فرق معنوي بين أصناف التخصص	14
108	العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة	15

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
45	السلم التسلسلي للحاجات حسب ماسلو والمسمى "هرم ماسلو"	01
60	مؤشرات جودة الحياة حسب نوردنفالت Nordeufelt	02
66	تصور أبو سريع وآخرون لمحددات جودة الحياة	03

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
01	مقياس الأمن النفسي
02	مقياس جودة الحياة

المقدمة

يعتبر الأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية للفرد والتي يجب اشباعها منذ الطفولة، وإلا فإن الفرد سينشأ فاقداً للأمن النفسي وبالتالي سيصبح عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية وذلك فقد أعده "ماسلو" محور الأساسي من محاور الصحة النفسية.

وفي قوله تعالى: {والذين ءامنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون}. (الأنعام: 82) يتضمن الأمن النفسي وجود التوازن بين الفرد وذاته من ناحية، وبين المحيطين به من ناحية أخرى، فإذا توافرت هذه العلاقات المتوازنة في سلوك الفرد فإنه يميل إلى الاستقرار وبالتالي سيصبح أكثر قابلية للعمل والانتاج بعيداً عن القلق والاضطراب. (عدس، 1996: 40)

وأوضح (شاكر مبدر، عفراء ابراهيم (2009)) أن الاحساس بالأمن النفسي ينطوي على مشاعر متعددة تستند إلى مداورات متشابهة كغياب القلق والخوف المرضي وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل أو الخارج مع الاحساس بالطمأنينة والاستقرار الانفعالي ودرجات معقولة من القبول والتقبل في العلاقة مع مكونات البيئة النفسية والبشرية، وكلها مؤشرات تدل وفق أدبيات علم النفس على مفهوم الأمن النفسي، وهو شرط أساسي لتكامل الشخصية واتزانها وتناسقها في أداء وظائفها. (مبدر، عفراء، 2009: 03) كما أن الفرد يسعى للحصول على السعادة من خلال اشباع جميع حاجاته، دون التعرض لعقبات تحول بينه وبين الحصول عليها لذلك فإن فهم السلوك الانساني يتطلب الاهتمام بالفرد والبيئة معاً. (نعيسة، 2012: 145) ولتحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد أصبح الأمن النفسي متغير يرتبط بجودة الحياة والذي أصبح أكثر تناولاً في الفترة الأخيرة لتحقيق الأمن.

وفي قوله تعالى: {من عمل صالحاً من ذكر وأنتى وهو مؤمن فلنجينه حياة طيبة} (النحل: 97)

وقد نشأ الاهتمام بدراسة نوعية الحياة والذي جاء استجابة لتأكد العلماء أهمية تبني نظرة ايجابية للحياة بدلاً من التركيز المفرط على الجوانب السلبية منها، ومع الاهتمام المترابط بالجوانب الايجابية في الشخصية ظهر متغير جودة الحياة، واتسع ليشمل الصحة الجسمية والنفسية، والرضا عن الحياة والتعليم والدراسة، والحياة الأسرية والاجتماعية. (منسي، كاظم، 2006: 78)

وتعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة بأنها " ادراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه".

إذاً لكل من مفهومي الأمن النفسي وجودة الحياة تأثير واسع على حياة الفرد، لذلك تحاول هذه الدراسة التعرف إلى طبيعة العلاقة المحتملة بين هذين المتغيرين، حيث سنتناول في هذه الدراسة للأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى فئة التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا إذ تعد هذه المرحلة حساسة من المراحل الدراسية في حياة التلميذ لأنها تتطلب منه الكثير من الواجبات الدراسية لتحديد الخطوط العريضة لمستقبله. (نعم، 2016:03)

وفي ضوء ما سبق ذكره يمكن القول أن هذه الدراسة قد جاءت لتحديد العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكراوي محمد بن محمد بولاية المنية، وما مستوى تأثيرها بعوامل أخرى هي (الجنس، التخصص الدراسي) أم لا؟.

ولتحقيق هذا الهدف تم تقسيم هذه الدراسة إلى جانبين، الأول نظري وتضمن ثلاثة فصول، حيث تمثل الفصل الأول في فصل (الإطار العام للدراسة) أين تم فيه التطرق إلى عرض إشكالية الدراسة، تساؤلاتها وفرضياتها، أهميتها وأهدافها، وكذا تحديد لمفاهيم الدراسة وأهم الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع البحث.

تلاه الفصل الثاني الذي خصص للحديث عن متغير الدراسة الأول ألا وهو (الأمن النفسي). أما الفصل الثالث الذي خصص للحديث عن متغير الدراسة الثاني ألا وهو (جودة الحياة).

هذا باختصار عن ما تضمنه الجانب النظري في حين أن الجانب الثاني لهذه الدراسة تعلق بالجانب التطبيقي الذي قسم إلى 03 فصول، تم تخصيص الفصل الأول فيه إلى الحديث عن مختلف الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية (المنهج، المجتمع، العينة، الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأصلية، أدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي تم إتباعها فيها). أما الفصل الثاني فتم فيه عرض مختلف النتائج التي تم التوصل إليها بعد عملية التحليل باستخدام برنامج (SPSS). أما الفصل الثالث تم التطرق فيه لتفسير ومناقشة ما تم عرضه من نتائج في ضوء ما قيل في الجانب النظري وما توصلت إليه الدراسات السابقة في هذا الموضوع، لنختتم هذه الدراسة باستنتاج عام.

القسم الأول: الجانب النظري للدراسة

الفصل الأول: تقديم الدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- تساؤلات الدراسة

3- فرضيات الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- أهمية الدراسة

6- تحديد مفاهيم الدراسة

7- الدراسات السابقة والتعقيب عليها

يعد الأمن النفسي أحد المفاهيم المهمة بعلم النفس وأحد الجوانب المميزة للشخصية السوية، حيث يعيش الفرد حياة هادئة يسودها الاستقرار وبغياحه لا يتوفر العيش الكريم، وقد تبين في الحديث الذي رواه "ابن ماجه" لترابط الحاجات البيولوجية للفرد والحاجة للأمن في قول الرسول ﷺ: {من أصبح منكم معافى في جسده، آمناً في سربه، عنده قوتٌ يومه، كأنما حيزت له الدنيا}.

(سنن ابن ماجه، الحديث، 4139)

فالأمن النفسي من أهم جوانب الشخصية والتي يبدأ تكوينها عند الفرد من بداية نشأته الأولى، خلال خبرات الطفولة التي يمر بها، وهذا المتغير الهام يكون مهدداً في أي مرحلة من مراحل العمر إذا ما تعرض الفرد إلى ضغوط نفسية أو اجتماعية أو فكرية لم يتحملها مما يؤدي إلى الاضطراب النفسي. (شقيير، 2005: 77)

وقد أشار "ماسلو" إلى أن الأمن النفسي يمثل الجانب النفسي في الشخصية في سوائها وفي مرضها، ويرى أن الاطمئنان النفسي والانتماء والحب وعوامل هامة تقابلها حاجات أساسية عند الفرد، وعدم اشباع هذه الحاجات أو احباطها يؤدي غلى أعراض مرضية(الصريرة، 2009: 106)، وقد أشار "كفافي" أن الشخص السوي ينتابه القلق عندما يعرض له ما يثير القلق ويخاف إذا تهدد أمنه ويخبر الصراع إذا واجه بعض مواقف الاختيار الحاسم، أو بعض المواقف التي تتعارض فيها المشاعر، ولكنه في كل الحالات يعمل على ازالة مصادر التهديد وحل المشكلة، ويحسم الأمر باتخاذ القرار المناسب في حدود امكانياته. (كفافي، 2005: 24)

ويعتبر الامن النفسي مطلب ضروري، ففي ظل الأمن والطمأنينة يؤدي كل فرد واجبه على احسن وجه، ومما لا شك فيه أن الأمن يرتبط ارتباطاً وثيقاً وجوهرياً بالتربية والتعليم إذ بقدر ما تنغرس القيم الأخلاقية النبيلة في نفوس أفراد المجتمع بقدر ما يسود ذلك المجتمع الأمن والاطمئنان والاستقرار.

(العنزي، 2003: 20)

كما أن الأمن النفسي يجعل الفرد يشعر بالارتياح وينعكس ذلك على تقبله لذاته، كما أنه يتصف بالتفاؤل وتوقع الخير والتوجه الاجتماعي، بل أيضاً يشعر بالسعادة والرضا وجودة الحياة.

(ازهار، أحمد، 2008: 06)

حيث عرف (منسي، محمود، وكاظم، علي، 2006) جودة الحياة بأنها مفهوم يشير إلى شعور الفرد بالرضا والسعادة، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

(منسي، وكاظم، 2006: 65)

ولقد تبين أن مواجهة التحديات التي يعرفها العصر وتحقيق مستويات عالية من الجودة الإنتاجية، كمًا وكيفًا تقتضي جودة الأداء الإنساني.

شهدت السنوات الأخيرة اهتمامًا متزايدًا في مجال علم النفس بدراسة مفهوم جودة الحياة والمتغيرات المرتبطة به مثل الرضا عن الحياة، والسعادة، ومعنى الحياة، وفاعلية الذات، وإشباع الحاجات وذلك في إطار علم النفس الإيجابي، الذي يبحث في الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والمجتمع ليصل بهما إلى الرفاهية، بعد أن تجاهل علماء النفس لفترات طويلة الجوانب الإيجابية لدى الإنسان وكان كل اهتمامهم بالجوانب السلبية، كما تعددت استخدامات مفهوم الجودة في كافة المجالات منها جودة الحياة والتعليم والإنتاج والمستقبل وغيرها من المجالات، وأصبحت الجودة هدفًا آلي برنامج من برامج الخدمات المقدمة للفرد. (عبد الله، 2008: 137)

وفي هذا السياق أشار (سالم، 2006: 135) أن جودة الحياة لها مفهوم متعدد وجوانب وأبعاد من زوايا مختلفة حيث أنه مفهوم نسبي لدى الشخص ذاته وفقاً للمرحلة العمرية والدراسية والظروف والمرافق التي يعيشها، ولكن عندما ينظر إلى رابط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والبدنية والعقلية، ويتم تلبية اشباع هذه الحاجات عندما تمثلها واشباع مقومات جودة حياة الفرد.

وقد تطرقت العديد من الدراسات المعاصرة إلى متغير جودة الحياة باعتباره عاملاً مهماً في تحديد العديد من المتغيرات الأخرى المرتبطة به كدراسة الباحثة (رندا حسيني عبد الرزاق متولي، 2018) التي هدفت إلى معرفة مستوى الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة من ناحية بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، التخصص، العمر، المرحلة الدراسية، مكان الإقامة).

وكذا دراسة (مُحَمَّد عبد الله علي آل علي الغامدي، 2015) بعنوان الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بمدينة الدمام، والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الأمن

النفسي لدى عينة من كلية التربية بمدينة الدمام، والتعرف على طبيعة العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى الطلبة ومدى وجود فروق في الأمن النفسي تبعاً لمتغير (الجنس).

ومما سبق وبعد الاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة لموضوع الدراسة يتضح لنا الجانب الأول من مشكلة البحث المتمثلة في الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي أي المقبلين على شهادة البكالوريا إذ تعد هذه المرحلة العمرية من المراحل الدراسية الهامة جداً في حياة الطالب، وأنها تتطلب منه تحمل الكثير من الواجبات الدراسية لكونها مرحلة دراسية مصيرية يترتب على نجاحه في تخطيطها تحديد الخطوط العريضة لمستقبله.

ونظراً لأهمية هذه المرحلة بالنسبة لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي نسعى للإجابة على تساؤلات الدراسة.

1- تساؤلات الدراسة

في إطار ما سبق ذكره، يمكن بلورة مشكلة الدراسة الأساسية في التساؤلات التالية:

1. ما مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة؟
2. ما مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة؟
3. هل هناك علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة؟
4. هل يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة باختلاف الجنس؟
5. هل يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة باختلاف التخصص؟
6. هل يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة باختلاف الجنس؟
7. هل يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنبوعة باختلاف التخصص؟

2- فرضيات الدراسة

1. مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة مرتفع.
2. مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة مرتفع.
3. توجد علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة.
4. يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة باختلاف الجنس.
5. يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة باختلاف التخصص.
6. يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة باختلاف الجنس.
7. يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَد بن مُجَد المنبوعة باختلاف التخصص.

3- أهداف الدراسة

- إن الهدف الرئيسي لهذه الدراسة هو التعرف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. كما وسعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الجزئية التالية:
- الكشف عن مدى وجود اختلاف في مستوى الشعور بالأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الجنس (ذكور - إناث).
 - الكشف عن مدى وجود اختلاف في مستوى الشعور بالأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف التخصص.

تتجلى أهمية هذه الدراسة في:

1. إثراء المكتبة الجامعية بولاية غرداية من خلال المساهمة في تقديم إضافة علمية جديدة للطلبة الدراسين لتخصص علم النفس، حول أحد أهم مقومات الصحة النفسية للفرد ألا وهو الأمن النفسي وجودة الحياة.

2. معالجة هذا الموضوع من زاوية جديدة غير تلك التي تم معالجته بها من قبل، ورغم أن أغلبية الدراسات السابقة ركزت على تناول موضوع الأمن النفسي وجودة الحياة في مجال التربية والتعليم بصورة خاصة لدى فئة الطلبة، إلا أن ما تم ملاحظته أثناء مطالعة مختلف هذه الدراسات هو ندرة وجود الدراسات التي اهتمت بفئة التلاميذ المقبلين على شهادة التعليم الثانوي والتي تعد على الأصابع.

5- تحديد مفاهيم الدراسة

1. الأمن النفسي: يقصد به في هذه الدراسة "شعور تلميذ السنة الثالثة ثانوي بالتححرر من مشاعر الخوف والاستياء والقلق، وبندرة الخطر والتهديد في البيئة التي يعيش فيها، وبأنه محبوب ومنتقب من الآخرين".

يتم قياسه في هذه الدراسة من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها تلميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجّد بن مُجّد المنيع في مقياس الأمن النفسي لصاحبه (لمنارسعيد وأحمد عبد الله الشريفين 2012) والذي تم الاستعانة به في هذه الدراسة.

2. جودة الحياة: يقصد بها في هذه الدراسة " تصور تلميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجّد بن مُجّد المنيع لوضعه المعيشي في سياق نظم الثقافة والقيم السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه وعلاقته بادراك أهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه".

يتم قياسه في هذه الدراسة من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها تلميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجّد بن مُجّد المنيع في مقياس جودة الحياة (منظمة الصحة العالمية 2001/1996، تعريب بشرى أحمد 2008) والذي تم الاستعانة به في هذه الدراسة.

وهو الدرجة التي يحصل عليها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرأوي محمد بن محمد المنيرة على مقياس جودة الحياة لصاحبه (مقياس جودة الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية (1996) وهو من تعريب أحمد (2008)

6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

تعد الدراسات السابقة من العناصر الأساسية والمهمة عند القيام بإنجاز أي دراسة علمية جديدة حيث يجمع الباحث مختلف الدراسات التي لها علاقة مباشرة بموضوع دراسته، وذلك ليستفيد منها من خلال تعرفه على أدبيات البحث والإرث النظري للمتغيرات المتناولة، والمنهج المستخدم والعينة والنتائج المتوصل إليها في الدراسات التي سبقته.

ولإظهار أهمية شعور هؤلاء التلاميذ بالأمن النفسي وجودة الحياة داخل المؤسسة التعليمية والمجتمع التي تعرف عدة ضغوط من شأنها التأثير سلباً على الجانب النفسي لهم (توتر، قلق، اكتئاب)، ما يقلل من كفاءتهم وتحصيلهم الدراسي، وقد يتطور الأمر فيدفعهم إلى التفكير في ترك المقاعد الدراسية أيضاً.

1/ دراسات تناولت الأمن النفسي وبعض المتغيرات النفسية

1- دراسة أقرع (2005): المعنونة ب "الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية". والتي هدفت إلى معرفة الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، والتحقق من دور متغيرات الدراسة. ولتحقيقها تم اختيار طلبة الجامعة كمجتمع للدراسة، وتم اختيار عينة الدراسة بنسبة (10%) منه، تكونت من (1002) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة.

ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث مقياس ماسلو للشعور بالأمن النفسي بعد التأكد من صدقه وثباته، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- حصل الشعور بالأمن النفسي على تقدير منخفض حيث كانت النسبة المئوية (49.9%).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية تعزى لمتغير الجنس، الكلية، المكان، السكن، المعدل التراكمي (التقدير)، المستوى التعليمي، والتفاعل بين متغير الجنس مع بقية المتغيرات.

2- دراسة سالم المفرجي وعبد الله الشهري (2008): المعنونة ب"الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة". والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، والفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية وكذا في الأمن النفسي وهذا تبعا للمتغيرات التالية: (الجنس، العمر، التخصص السنة الدراسية ومستوى دخل الأسرة)، وتكونت العينة من (445) طالب وطالبة من طلاب مرحلة البكالوريوس والدبلوم العالي في التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة. كما تم تطبيق الأدوات التالية: مقياس الصلابة من اعداد يونكن وبتز (1996) ترجمة "لولوه حمادة" وعبد اللطيف (2002) ومقياس الطمأنينة النفسية من اعداد "ابراهيم ماسلو" (1952) ترجمة وتعديل "الدليم وآخرون" (1993) ومن أهم النتائج ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي بين عينة الدراسة تبعًا لاختلاف العمر وأن الفروق لصالح ذوي الأعمار (20) سنة مقابل الأعمار الأكبر من (23) سنة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة في الأمن النفسي تبعًا لاختلاف التخصصات (علمي، أدبي). (رحال، 2016: 25-26)

3- دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011): المعنونة ب"مستوى الأمن النفسي لدى الطالبة الجامعية في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى العلمي". والتي هدفت لمعرفة مستوى الأمن النفسي لدى الطالبة الجامعية في ضوء المتغيرات التالية: (الحالة الاجتماعية، التخصص، المستوى التعليمي). وطبقت على عينة مكونة من (200) طالبة من طالبات جامعة أم القرى. وطبق فيها مقياس الأمن النفسي ل شقير (2005)، وتم التوصل إلى ما يلي:

- وجود مستوى مرتفع من الأمن النفسي لدى الطالبات.
- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الطالبات في الأمن النفسي استنادًا إلى (التخصص، المستوى العلمي) في أبعاد: (تكوين الفرد، رؤيته للمستقبل، الحياة العامة والعملية، العلاقات الاجتماعية والتفاعل). (رحال، 2016: 22)

2/ دراسات تناولت جودة الحياة وبعض المتغيرات النفسية

1. دراسة أحمد عبد العزيز (2009) : هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة ودرجة قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، والكشف عن الفروق بين أفراد عينة الدراسة في كل من جودة الحياة وقلق المستقبل لمتغيرات الدراسة، حيث كانت العينة تشمل (500) طالب وطالبة من جامعتين حكوميتين وأهليتين واعتمدت الدراسة على استخدام مقياس جودة الحياة ومقياس قلق المستقبل من اعداد الباحث نفسه، حيث أظهرت النتائج إلى:
 - وجود علاقة إرتباطية سالبة بين جودة الحياة وقلق المستقبل وفقاً لمتغير التخصص.
 - توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة.
 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين التخصص (الإنساني، العلمي) ونوع الجامعة (حكومية، أهلية) والجنس (ذكور، إناث). (حسيني، 2018: 10)
2. دراسة كاظم، البهادلي (2008): هدفت الدراسة لمعرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان والجمهورية الليبية، حسب متغير البلد (ليبيا، عمان)، والجنس (ذكر، أنثى) والتخصص الدراسي، حيث شملت العينة (400) طالب وطالبة بواقع (182) طالب لبي و(218) طالب عماني، حيث طبق مقياس جودة الحياة (لمنسي وكاظم، 2006)، فكانت النتائج كالتالي:
 - أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين هما جودة الصحة النفسية، ومنخفضاً في بعدين جودة الجانب العاطفي.
 - وجود تأثير دال إحصائياً في متغير البلد ونوع الجنس. (الكيسي ، 2016: 12)
3. دراسة حبي، عبد المالك (2015): هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية ورقلة، حسب متغير الجنس (ذكر، أنثى) والمستوى الدراسي (الأولى ثانوي، الثالثة ثانوي)، حيث شملت العينة (250) تلميذ وتلميذة من ثانوية مُجد العيد ال خليفة، ومتقن شعباني عباس، حيث طبق مقياس جودة الحياة (لمنسي وكاظم، 2006) ومقياس الذكاء الانفعالي (سامية خليل خليل، 2008) ، فكانت النتائج كالتالي:
 - وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة، وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الذكاء الانفعالي لصالح الاناث وانعدامه في مستوى جودة الحياة.

وجود فروق دالة احصائيا في مستوى جودة الحياة حسب متغير المستوى الدراسي وانعدامه في مقياس الذكاء الانفعالي. (حي، 2015: 03)

3/ التعقيب على الدراسات السابقة

أولا- من حيث الموضوع

تعددت الموضوعات التي تناولت متغير الأمن النفسي مع العديد من المتغيرات النفسية الأخرى، فمنها منها دراسة أقرع (2005) التي تناولت تأثير الشعور بالأمن النفسي ببعض المتغيرات، أما دراسة المبرجي والشهري (2008) فتناولت العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي.

بينما دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011) فتناولت مستوى الأمن النفسي في ضوء المتغيرات التالية:

(الحالة الاجتماعية، التخصص المستوى التعليمي)، ودراسة أحمد عبد العزيز (2009) تناولت التعرف على مستوى جودة الحياة ودرجة قلق المستقبل لطلاب جامعتين حكومية وأهلية، أما بالنسبة لدراسة كاظم والبهادلي (2008) تناولت مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان وطلبة الجامعة في الجمهورية الليبية، أما دراسة حيي عبد المالك (2015) فتناولت الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

ثانيا- من حيث الهدف

يلاحظ أن هناك تباين في أهداف الدراسات السابقة، حيث هدفت دراسة أقرع (2005) إلى معرفة مستوى الشعور بالأمن النفسي، وتأثيره ببعض المتغيرات (الجنس، الكلية، المكان، السكن، المعدل التراكمي (التقدير)، المستوى التعليمي).

في حين هدفت دراسة المبرجي والشهري (2008) إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، والفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية وكذا في الأمن النفسي وهذا تبعا للمتغيرات التالية: (الجنس، العمر، التخصص، السنة الدراسية، ومستوى دخل الأسرة).

أما دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011) فهدفت لمعرفة مستوى الأمن النفسي لدى الطالبة الجامعية في ضوء المتغيرات التالية: (الحالة الاجتماعية، التخصص، والمستوى التعليمي)، أما عن دراسة أحمد عبد العزيز (2009) هدفت لمعرفة علاقة جودة الحياة بقلق المستقبل وفقاً للمتغيرات ونوع الجامعة، وهدفت دراسة كاظم والبهادلي (2008) لمعرفة مستوى جودة الحياة لدى الطلبة كل من سلطنة عمان والجمهورية الليبية حسب متغير البلد (ليبيا، عمان) ومتغير الجنس (ذكر، أنثى) وحسب التخصص الدراسي وهل تتأثر بهذه المتغيرات، وهدفت دراسة حيي عبد المالك (2015) للكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية حسب متغير الجنس والمستوى الدراسي.

ثالثاً- من حيث العينة

شملت عينات الدراسات السابقة فئة الأفراد من مستويات تعليمية واجتماعية مختلفة فهناك سابقة ركزت على فئة الطلبة الجامعيين بمختلف التخصصات والمستويات ومكان إجراء الدراسة، ومن كلا الجنسين مثل دراسة أقرع (2005)؛ دراسة المفرجي والشهري (2008)، ودراسة أحمد عبد العزيز (2009)، ودراسة كاظم والبهادلي (2008)، اما دراسة حيي عبد المالك (2015) فركزت على فئة التعليم الثانوي.

رابعاً- من حيث الأداة

تم استخدام العديد من الأدوات الخاصة بقياس الأمن النفسي مثل: مقياس الأمن النفسي ل "ماسلو" في دراسة أقرع (2005) ودراسة المفرجي والشهري (2008) ومقياس الأمن النفسي ل "شقيير" (2005) في دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011) ودراسة أحمد عبد العزيز (2009) من اعداد الباحث نفسه وبالنسبة لدراسة كاظم والبهادلي (2008) ودراسة حيي عبد المالك (2015) استخدمنا مقياس جودة الحياة (لمنسي وكاظم، 2006).

خامساً- من حيث النتائج

اختلفت النتائج التي تم التوصل إليها من دراسة إلى أخرى، ولكن أهم النتائج التي تهمنا في دراستنا يمكن تلخيصها فيما يلي:

الفصل الأول

تقديم الدراسة

- وجود مستوى منخفض من الأمن النفسي لدى أفراد العينة: في دراسة أقرع (2005).
- وجود مستوى مرتفع من الشعور بالأمن النفسي لدى أفراد العينة: في دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011).
- عدم وجود فروق في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص: في دراسة أقرع (2005)، دراسة المفرجي والشهري (2008)، دراسة هدى الشميري وآسيا بركات (2011).
- وجود فروق في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى أفراد العينة باختلاف السن: في دراسة المفرجي والشهري (2008).
- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين جودة الحياة وقلق المستقبل وفقاً لمتغير التخصص وبين أفراد العينة: دراسة أحمد عبد العزيز (2009).
- لا توجد فروق دالة احصائياً بين التخصص (الانساني والعلمي) ونوع الجامعة (حكومية واهلية) والجنس (ذكور واناث): أحمد عبد العزيز (2009).
- ارتفاع مستوى جودة الحياة في بعد جودة الصحة النفسية ومنخفض في بعد جودة الجانب العاطفي: دراسة كاظم والبهادي (2008).
- وجود تأثير في متغير البلد ونوع الجنس: دراسة كاظم والبهادي (2008).
- لا توجد فروق دالة احصائياً في مستوى جودة الحياة بين التلاميذ الذكور والاناث: دراسة حبي عبد المالك (2015).
- توجد فروق دالة احصائياً في مستوى جودة الحياة بين تلاميذ السنة الأولى، والسنة الثالثة من المرحلة الثانوية، لصالح تلاميذ السنة الأولى: دراسة حبي عبد المالك (2015).

سادسا- أوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية

- من حيث الموضوع: تشابهت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في تناول متغير الأمن النفسي وجودة الحياة.

- من حيث الهدف: تشابهت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في معرفة مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى أفراد العينة، ومدى وجود فروق في هذا المستوى باختلاف التخصص، وكذا باختلاف الجنس.

سابعاً- أوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية

- من حيث الأداة: اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في اعتمادها على مقياس للأمن النفسي "لمنار سعيد وأحمد عبدالله الشريفين 2012" ومقياس جودة الحياة "لمنظمة الصحة العالمية (2001/1996) تعريب بشرى أحمد (2008)".

- من حيث العينة: اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في اختيار فئة الطلبة الجامعيين والافراد الراشدين والتلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.

الفصل الثاني: الأمن النفسي

- تمهيد

1- ماهية الأمن النفسي

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالأمن النفسي

3- أقسام الأمن النفسي

4- أبعاد الأمن النفسي

5- خصائص الأمن النفسي

6- أهمية الأمن النفسي

7- العوامل المؤثرة في الأمن النفسي

8- أساليب تحقيق الأمن النفسي

9- النظريات المفسرة للأمن النفسي

- خلاصة الفصل الثاني

أشار القحطاني (2015) إلى أن العديد من علماء النفس إهتموا بدراسة الحاجات الإنسانية ومن بينها الحاجة إلى الأمن. ويأتي في مقدمتهم ماسلو (Maslow) الذي قسم الحاجات الإنسانية إلى خمسة مستويات مرتبة في شكل هرمي قاعدته الأساسية الحاجات الفسيولوجية تليها مباشرة الحاجة إلى الأمن بحيث يعتبر حسب الخضري (2003) من المفاهيم المركبة في علم النفس، أين يتداخل في مؤشرات مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة الإنفعالية كما يتبادل في الواقع مع مفاهيم أخرى مثل القلق لدرجة يصعب معها توضيح حدوده.

سيتم من خلال هذا الفصل التطرق لأهم ما يتعلق بهذا الموضوع، بداية بالتعرف على ماهية كل من الأمن والأمن النفسي أيضا لغة وإصطلاحا، بعض المفاهيم المرتبطة بالأمن النفسي، أقسامه فأبعاده الأربعة عشر (الأساسية والثانوية) التي أشار إليها (ماسلو) باعتباره أول من تحدث عنه خصائصه أهميته، أهدافه، العوامل المؤثرة فيه، أساليب تحقيقه، وأهم النظريات النفسية المفسرة له.

1- ماهية الأمن النفسي

قبل التطرق إلى مفهوم (الأمن النفسي)، لابد من فهم المقصود بكلمة (أمن) لغة وإصطلاحا.

1/1- مفهوم الأمن

1/1/1- الأمن لغة: وردت كلمة (أمن) بعدة معاني في بعض المعاجم والقواميس العربية منها:

- المعجم الوسيط

(أَمِنَ) - أَمْنًا، وَأَمَانًا، وَأَمَانَةً، وَأَمْنًا، وَإِمْنًا، وَأَمَنَةً: اطمأنَّ ولمَّ يَحْفَ، فهو آمِنٌ، وَأَمِينٌ، وَأَمِينٌ. يقال: لك الأمان: أي قد آمنتك. و- البلد: اطمأنَّ فيه أهله. و- الشرَّ، ومنه: سَلِمَ. و- فلاناً على كذا: وثقَّ به واطمأنَّ إليه، أو جعله آميناً عليه. (مجمع اللغة العربية، 2004: 28)

(الأمن) يعني الأمان والأمانة. وَقَدْ أَمِنْتُ فَأَنَا أَمِنٌ، وَأَمِنْتُ غَيْرِي مِنَ الْأَمْنِ وَالْأَمَانِ. وَالْأَمْنُ ضِدُّ الْخَوْفِ. وَالْأَمَانَةُ ضِدُّ الْخِيَانَةِ. وَالْإِيمَانُ ضِدُّ الْكُفْرِ. وَالْإِيمَانُ بِمَعْنَى التَّصَدِيقِ وَضِدُّهُ التَّكْذِيبُ. يُقَالُ آمَنَ بِهِ قَوْمٌ وَكَذَّبَ بِهِ قَوْمٌ (ابن منظور، 2003، <http://library.islamweb.net>).

- مختار الصحاح

(أمن) الأمان والأمانة بمعنى وقد أمن من باب فهم وسلم وأمانا وأمنة بفتححتين فهو آمن وأمنه غيره من الأمن والامان والإيمان التصديق والله تعالى المؤمن لأنه آمن عباده من أن يظلمهم وأصل آمن آمن آمن بـمـزتين... والأمن ضد الخوف... والأمنة أيضا الذي يثق بكل أحد. (الرازي، 1329: 514)

- القاموس المحيط للفيروز آبادي

(الأمن) ضِدُّ الْخَوْفِ، أَمِنَ كَفَرِحَ، وَرَجُلٌ أَمِنَةٌ يَأْمَنُهُ كُلُّ أَحَدٍ فِي كُلِّ شَيْءٍ، وَالْأَمَانَةُ وَالْأَمْنَةُ ضِدُّ الْخِيَانَةِ وَقَدْ أَمِنَ كَكْرَمٍ فَهُوَ أَمِينٌ وَأَمَانٌ كَرَمَانٌ مَأْمُونٌ بِهِ ثِقَّةٌ، وَأَمِنَ بِهِ إِيمَانًا صَدَقَةً، وَالْإِيمَانُ الثِّقَّةُ، وَإِظْهَارُ الْخُضُوعِ وَقَبُولُ الشَّرِيعَةِ، وَالْأَمِينُ الْقَوِيُّ وَالْمُؤَمَّنُ وَالْمُؤَمَّنُ ضِدُّ وَصِفَةُ اللَّهِ تَعَالَى. (الشيرازي، 1301: 194)

يلاحظ مما سبق بأن كلمة (أمن) وردت بعدة معاني منها: الفرح، القوة، إظهار الخضوع، الكرم، عدم الظلم الفهم، صفة أو إسم من أسماء الله تعالى. غير أن هناك عددا من المعاني التي تكرر ذكرها وهي: الإطمئنان السلامة، الثقة، ضد الخوف، ضد الخيانة، ضد الكفر، التصديق، الإيمان.

2/1/1- الأمن إصطلاحا

إن من أهم التعريفات التي تناولت مفهوم كلمة (أمن) لدى بعض الباحثين في علم النفس نجد:

- تعريف كارتر (Carter, 2001): "حالة مجتمع تسوده الطمأنينة وترتفع عليه رايات التوافق والتوازن الأمني مجتمع يسوده الأمن المستتب". (الشحري، 2013: 13)

الفصل الثاني الامن النفسي

- تعريف أحمد الزكي (2003): "الأمان والعهد والحماية والضمان وسكون القلب والإطمئنان والبعد عن الخوف والقدرة على مواجهة المفاجآت المتوقعة وغير المتوقعة دون أن يترتب على ذلك اختلال أو اضطراب في الأوضاع السائدة، بما يعنيه ذلك من شعور بالخطر وعدم الإستقرار". (عبد المجيد، 2004: 247)

- تعريف الزهراني (2004): "الإحساس بالطمأنينة والشعور بالسلم والأمان وهو مقياس تقدم الأمم والشعوب، وبدون الأمن لا تستقيم الحياة ولا تفر العيون ولا تهدأ القلوب". (القحمان، 2015: 46)

2/1- مفهوم الأمن النفسي

فيما يلي سيتم التطرق إلى كل من مفهوم الأمن النفسي في (معجم علم النفس والتحليل النفسي) وكذا لدى عدد من الباحثين في المجال:

- معجم علم النفس والتحليل النفسي

"حالة نفسية داخلية يشعر الفرد من خلالها بالإطمئنان والهدوء، كما تتمثل خارجيا في تحقيق معظم مطالبه وإشباع معظم حاجاته، وشيوع روح الرضا عن النفس، وتقبل الفرد لنفسه، وشعوره بالإنجاز ومشاركته الحقيقية في أنشطة تحقق لديه هذا الإحساس وتدعمه".

(مناع، 2013: 24)

- تعريف ماسلو (Maslow, 1952): "الشعور بالأمان والحماية والاستقرار وتجنب الألم والتحرر من الخوف والقلق، وهو يتضمن أبعاد أولية هي المحبة والانتماء والسلامة". (عبد الهادي، 2013: 305)

- تعريف ماسلو (Maslow, 1971): "شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين وله مكانة بينهم يدرك بأنه بيئته صديقة له، يشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق". (غربي، 2015: 160)

- تعريف عبد السلام (1976): "شعور الفرد بتقبل الآخرين له وحبهم إياه وأنهم يعاملونه بدفء ومودة وشعور بالانتماء إلى الجماعة وأنه له دور فيها، وإحساسه بالسلامة وندرة شعوره بالخطر والتهديد أو القلق". (العزي، 2015: 446)

الفصل الثاني الأمن النفسي

- تعريف التنجي (1997): "حاجة من حاجات الفرد، إشباعها يجعله يشعر بالارتياح والاطمئنان، وذلك من خلال شعوره بالانتماء وتقبل الآخرين له والتحرر من الخوف والألم". (جير، 2015: 1278)

- تعريف حسن ودائني (2006): "حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضمونا وغير معرض للخطر، والأمن النفسي مركب من إطمئنان الذات والثقة بها، مع الانتماء إلى جماعة آمنة".

(حسن، 2006: 145)

يلاحظ من إستعراض التعريفات السابقة وجود عدد من العناصر التي تكرر ذكرها من طرف الباحثين والتي يمكن إعتبارها كمؤشرات دالة على شعور الفرد بالأمن النفسي وهي كما يلي:

- 1- إشباع الحاجات؛
- 2- الشعور بتقبل الآخرين له؛
- 3- الشعور بحب الآخرين له؛
- 4- الشعور بتقدير الآخرين له؛
- 5- الشعور بالانتماء إلى الجماعة؛
- 6- الشعور بأن له دور في الجماعة؛
- 7- ندرة الشعور بالخطر والتهديد في البيئة؛
- 8- ندرة الشعور بالقلق؛
- 9- الشعور بالتحرر من الخوف؛
- 10- الشعور بالتحرر من الألم؛
- 11- الشعور بالإستقرار؛
- 12- الشعور بالإطمئنان.

أما فيما يتعلق بهذه الدراسة فإن المقصود بالأمن النفسي هو: "شعور التلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكراوي محمد بن محمد بولاية المنية بالتححر من الآلام النفسية الناتجة عن أهم الضغوط التي قد يعيشونها، واستشعارهم للحب وتقبل المحيطين بهم".

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالأمن النفسي

1/2- الأمن النفسي والقلق

أشار (Dalton, 1961) إلى أن القلق الذي يسبب للفرد اضطرابات نفسية متعددة يعد مصدرًا هامًا من مصادر عدم الشعور بالأمن النفسي، يتوقف على مدى استجابة الفرد للخطر الذي يهدده فالاستجابة للخطر بطريقة من الطرق (كالهروب الدفاعي، الهجوم الإيجابي) قد لا يسبب القلق النفسي للفرد، لكن إذا عجز الفرد عن الاستجابة للخطر بسلوك غير منظم فإنه قد يصاب بالقلق النفسي الذي قد يستفحل ليصل إلى درجة كبيرة لا يستطيع الفرد أن يقاومه، وصبح ملازمًا له في حياته. (دواني، وعيد، 1983: 48)

وبين الطبيب النفسي نورمان كاميرون وهبرت أن تعلم الأطفال للقلق يتم من خلال قيام آباءهم بالتعامل معهم بطريقة توحى بأن هؤلاء أهل للثقة، ويمكن الاعتماد عليهم، لذلك فإنهم يتعرضون لصعوبات الراشدين قبل النضج اللازم، كما أن الافتقار للخبرة الكافية وعدم بلوغهم مستوى النضج اللازم لتلك الأعباء يؤدي إلى عدم شعورهم بالأمن النفسي. (الآغا، 1988: 12)

2/2- الأمن النفسي والتوتر

تري جودة (1998) أن التوتر هو: "ظاهرة نفسية ناجمة عن المواقف الضاغطة المؤثرة والتي تهدد حاجات الفرد ووجوده، تتطلب منه نوعًا من إعادة التوافق عبر تغيرات جسمية ونفسية وسلوكية" (جودة، 1998: ص18). في حين يرى سوييف (1968) بأن التوتر هو: "الأساس الدينامي الذي يكمن وراء الشعور بتهديد الطمأنينة أو بتهديد أي ائزان قائم بالنسبة للشخص ككل أو لجانب من جوانبه وما يترتب على ذلك من تحفز للقضاء على هذا التهديد". وهذا يعني وجود علاقة وثيقة بين الأمن النفسي والتوتر، فهذا الأخير الذي يصيب الفرد ينشأ عن ضغوط نفسية مهددة لحاجات الأفراد ومن

ضمنها الحاجة إلى الأمن كما يتضح أن أساس شعور الفرد بعدم الأمن والطمأنينة ينشأ من خلال اختلال التوازن في الجهاز النفسي لديه. (سويف، 1968: ص26)

3/2- الأمن النفسي والتوافق

التوافق النفسي هو: "عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد وبيئته"، وأبعاد التوافق هي:

1/3/2- التوافق الشخصي: يتضمن السعادة مع النفس، والرضا عن الذات، وإشباع الدوافع الداخلية الأولية والفطرية، والثانوية والمكتسبة. وهو يعبر عن سلم داخلي حيث لا صراع داخلي ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحل المتابعة.

2/3/2- التوافق الاجتماعي: يتضمن السعادة مع الآخرين، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، ومسايرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزوجية مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

3/3/2- التوافق المهني: يتضمن الاختيار المناسب للمهنة، والاستقرار علماً وتدريباً لها والدخول فيها والإنجاز، والكفاءة، والإنتاج، والشعور بالرضا والنجاح. (زهران، 1977: 31)

يؤكد جبر (1996) من خلال تعريفه للأمن النفسي على أنه يتضمن مكونان محورهما هو:

أولاً- التوافق مع الذات: المتمثل بقدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه، وتحمل الأزمات والحرمان.

ثانياً- التوافق الاجتماعي: المتمثل في قدرة المرء على التلاؤم مع البيئة الخارجية، والتوفيق بين المطالب الغريزية والعالم الخارجي والأنا الأعلى. وهو يرى أن التوافق بأنواعه الشخصي والاجتماعي والمهني يعد محور شعور الفرد بالأمن النفسي. (جبر، 1996: 82)

4/2- الأمن النفسي والتوازن الانفعالي

يشير مرسي (1995) إلى وجود علاقة وطيدة بين الأمن النفسي والاتزان الانفعالي، فهو يرى أن الاتزان الانفعالي عبارة عن: "الاطمئنان والاستقرار للفرد من خلال تنمية الشخصية السوية".

(مرسي، 1995: ص15)

ويرى مطوع (1997) بأن التوازن النفسي هو: "الطريقة التي تساعد الفرد على خفض التوتر وإشباع الدافع والعودة إلى الحالة التي تتوازن فيها مشاعره مع المنبهات الخارجية التي يدركها ويكون تفكيره وشعوره وسلوكه غير منسقاً في انسجام مع مفهومه لذاته، دافعيته لإنجاز بعض المهمات الأخرى، باتجاهه نحو المواقف الصعبة التي يقدم عليها". (مطوع، 1997: 243)

5/2- الأمن النفسي والثقة بالنفس

ترتبط الثقة بالنفس ارتباطاً وثيقاً بالشعور بالأمن والطمأنينة النفسية فهي ترتبط بإحساس الفرد بالسعادة، والسعادة هي حالة نفسية من الارتياح تركز بصفة أساسية على الإحساس بالطمأنينة النفسية والثقة بالنفس. وليس من الممكن أن يحس شخص بالطمأنينة إلا إذا توفرت لديه الثقة بالنفس، وأكثر من هذا فإن الثقة بالنفس هي الدرع الواقعي للطمأنينة، فمن يفتقر إلى الثقة بالنفس يكون عرضة في أية لحظة للاضطراب والشعور بأن كل شيء يتربص به ويتآمر عليه ويتوعده بكل ما يؤدي إلى تمزيق أوصاله كل ممزق. (أسعد، د.س: 48)

ويرى زهران (1985) أن الأمن يتضمن الثقة بالنفس والهدوء، فالطمأنينة النفسية نتيجة للشعور بعدم الخوف من أي خطر أو ضرر. (زهران، 1985: 295)

6/2- الأمن النفسي ومفهوم الذات

يشير الزعبي (1992) إلى أن درجة الشعور بالأمن والطمأنينة النفسية تزداد عند الأفراد كلما كانت المفاهيم عن الذات أكثر إيجابية، بينما تزداد مشاعر الخطر والتهديد والقلق عند الأفراد الذين يعانون من مفاهيم سلبية عن ذواتهم (الزعبي، 1992: ص71).

الفصل الثاني الامن النفسي

كما أوضحت الدراسة التي قام بها حسين (1987) في الرياض أن هناك فرقاً في درجة الأمن النفسي بين مجموعات مفهوم الذات، وأن ذوي الدرجات المرتفعة في مفهوم الذات والتي تعبر عن مفهوم ذات إيجابي كانوا أكثر شعوراً بالأمن النفسي من ذوي الدرجات المتوسطة والمنخفضة.

في ضوء ما سبق يتضح مدى العلاقة بين مفهوم كل من (القلق، التوافق، التوازن الانفعالي، الثقة بالنفس، مفهوم الذات) مع مفهوم الأمن النفسي، ومدى التفاعل بينها، فالأمن النفسي يشير إلى التحرر من مشاعر القلق النفسي، إلى التوافق مع الذات وتقبلها، التوافق مع الآخرين، الاتزان الانفعالي وتكوين مفهوم إيجابي عن الذات، جميع تلك المفاهيم تشير إلى الصحة النفسية التي يعبر عنها الشعور بالأمن النفسي.

7/2- الأمن النفسي والصحة النفسية

يرى خليل (2002) أن بناء الصحة النفسية يرتكز على دعامتين أساسيتين هما: الاطمئنان النفسي والمحبة من المهد إلى اللحد. وأنها يسيران مسيرتهما في النفس البشرية بين شاطئين، شاطئ الاطمئنان في الطفولة وشاطئ الاطمئنان في الشيخوخة وهذه المرحلة تستغرق العمر كله.

(خليل، 2002: 10)

ويؤكد مرسي (1978) وكذا كل من مُجّد ومرسي (1986) على أن إشباع الحاجة إلى الأمن ضروري للنمو النفسي السوي، والتمتع بالصحة النفسية في جميع مراحل الحياة. حيث تبين من عدة دراسات بأن الأشخاص الأمنين متفائلون سعداء، متوافقون مع مجتمعاتهم، مبدعون في أعمالهم ناجحون في حياتهم، في حين كان الأشخاص الغير أمنين قلقين، متشائمين، معرضين للانحرافات النفسية، والأمراض السيكوسوماتية. هذا ويشير ملحم (2001) إلى أن الشخص السوي يتصف بتقديره لذاته، وتقديره الواقعي لنواحي قوته وضعفه، وإدراكه لقيمتها. (ملحم، 2001: 31)

كما يؤكد كفاقي (1987) على أن الشعور بالأمن النفسي من سمات الفرد السوي، وهذا لا يعني أن الشخص السوي لا ينتابه القلق ولا يشعر بالخوف ولا يخبر الصراع، بل إنه يقلق عندما يتعرض لما يثير القلق ويخاف إذا ما تهدد أمنه، ويخبر الصراع إذا واجه بعض مواقف الاختيار الحاسمة، أو بعض المواقف التي تتعارض في المشاعر، لكنه في كل الحالات السابقة يسلك السلوك الذي يعمل مباشرة على حل المشكلة، وإزالة مسببات التهديد والصراع، ويحسم الأمر باتخاذ القرار المناسب في حدود

الفصل الثاني الامن النفسي

إمكاناته فالشعور بالأمن النفسي والطمأنينة هو القاعدة الأساسية في حياة السوي الانفعالية، بالمقابل فإن الخوف والقلق والصراع هي المشاعر التي تشكل أرضية الحياة الانفعالية لغير السوي خاصة العصابي الذي يكون دائم القلق وتتحكم فيه المخاوف وتستبد به المشاعر الدونية والنقص.

(كفاني، 1987: 29)

كما يشير جبل (2000) إلى أن الصحة النفسية الجيدة تؤدي إلى شعور الفرد بالأمن والطمأنينة، نظرًا لما يتمتع به من استقرار في حياته بعيدًا عن القلق والتوتر والمخاوف، كما أن لديه القدرة على التعامل مع دوافعه في إشباعها. (جبل، 2000: 49)

يتضح مما سبق أن الشعور بالأمن النفسي من أهم الدعائم التي تركز عليها الصحة النفسية كما أنه من السمات المميزة للسلوك السوي الذي لا ينفى الشعور بالقلق والخوف والصراع بصورة متوقعة من أجل إزالة مصادره ومسبباته، ومن تم العودة إلى حالة الاتزان النفسي. وهذا يعني أن الأمن النفسي لا يكون ثابتاً مطلقاً وإنما يميل إلى الثبات النسبي حسب الظروف المحيطة.

3- أقسام الأمن النفسي

يعتبر الأمن النفسي من المفاهيم المعقدة، نظرًا لتأثره بالعوامل التكنولوجية، الاجتماعية والاقتصادية المتلاحقة في حياة الانسان خاصة في وقتنا هذا، لذلك فدرجة شعور المرء بالأمن النفسي ترتبط بحالته الصحية، علاقاته الاجتماعية، مدى اشباعه لدوافعه الأولية والثانوية. ولذا فإن الشعور بالأمن النفسي يتكون من قسمين هما: (الشعور بالأمن الداخلي) الذي يتوفر فيه الانسجام، التوافق الشخصي والانفعالي. و(الأمن الخارجي) الذي يتوفر فيه الانسجام والتوافق الاجتماعي. وهذا يعني أن الشعور بالأمن النفسي هو سبب في إحساس الفرد بالثقة في ذاته والمحيطين به. لذلك فإن فقدان الشعور بالأمن النفسي قد يؤدي إلى الشعور بالخوف والتهديد، والذي قد يكون له تأثير سلبي على شخصية الفرد في كل جوانبها الذهنية، العاطفية، والسلوكية. كما قد يولد الخوف حالات القلق بكل مظاهرها الجسدية والنفسية، وهذا ما قد يشعره بعدم الاطمئنان والشعور بالنقص.

(أبو زيتون، ومقدادي، 2012: 252)

يرى ماسلو (Maslow) الأمن النفسي بأنه شعور مركب (سلمان، 2013: 1164). بحيث يتضمن حسبه ثلاثة أبعاد أولية هي: (الحب، الانتماء، والأمن)، وهي حاجات مهمة يعد إشباعها مطلباً أساسياً لأمن الفرد. في حين أن عدم الشعور بالأمن يتضمن الأبعاد التالية: (الذنب، العزلة والتهديد) والتي تعد مصدراً لقلقه. (صالح، 2014: 326)

لقد قام ماسلو بتحديد أربعة عشر بعداً اعتبرها مؤشرات دالة على إحساس الفرد بالأمن النفسي. منها ما هو أساسي، ومنها ما هو ثانوي. فبالنسبة للأبعاد الأساسية فأشار إلى كل من:

1- الشعور بالتقبل والحب وعلاقات المودة والتعاون مع الآخرين.

2- الشعور بالانتماء إلى الجماعة والمكانة فيها.

3- الشعور بالسلامة وغياب مهددات الأمن. (صالح، 2014: 323)

أما عن الأبعاد الثانوية، فاقصرها في أحد عشر بعداً وهي كالتالي:

1- إدراك العالم والحياة بدفء ومسرة والعيش بإخوة وصدقا.

2- إدراك البشر بوصفهم ودودين وخيرين.

3- الإتيان نحو توقع الخير والإحساس بالتفاؤل بشكل عام. (مرقس، 2009: 468)

4- شعور الفرد بإزاء الآخرين بثقة عالية.

5- شعور الفرد بالسعادة والرضا.

6- تقبل الذات والتسامح معها. (الماشي، 2012: 08)

7- الانطلاق إلى خارج الذات والقدرة على التفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية بعيداً عن التمرکز حول الذات.

8- مشاعر الهدوء والاسترخاء والاتزان الانفعالي.

9- الرغبة بامتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلا من الرغبة في السيطرة على الآخرين.

10- الخلو النسبي من الاضطرابات العصبية والقدرة النظامية في مواجهة الواقع.

11- الاهتمامات الاجتماعية و بروز روح التعاون واللفظ والاهتمام بالآخرين.

(مرقس، 2009: 468)

5- خصائص الأمن النفسي

أشار زهران (1989) إلى أن هناك خصائص للأمن النفسي أظهرتها نتائج عينة من البحوث والدراسات، وهي على النحو التالي:

1- يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وأساليبها من (تسامح، عقاب، تسلط ديموقراطية، تقبل، رفض، حب، كراهية)، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي، الخبرات، المواقف الاجتماعية وبيئة آمنة غير مهددة؛

2- يؤثر الأمن النفسي إيجابياً على التحصيل الدراسي وفي الإنجاز بصفة عامة؛

3- المتعلمون والمثقفون أكثر أمناً من الجهلة والأمينين؛

4- الذين يعملون بالسياسة يشعرون بالأمن النفسي أكثر من الذين لا يعملون بها؛

5- شعور الوالدين بالأمن النفسي مرتبط بوجود الأولاد؛

6- الآمنون نفسياً أعلى في الابتكار من غير الآمنين؛

7- عدم الأمن يرتبط موجباً بالتشبث بالرأي والجمود الفكري دون مناقشة أو تفكير؛

8- عدم الشعور بالأمن مرتبط بالتوتر، وبالتالي التعرض للإصابة بالأمراض وخاصة أمراض

القلب. (زهران، 1989: 300)

6- أهمية الأمن النفسي

تختلف الحاجة إلى الأمن وخدماته من شخص إلى آخر، وكذا بالنسبة للفرد والمجتمع والدولة فبالنسبة للفرد، فإن خدمات الأمن هي الضمان لحريته. وبالنسبة للمجتمع، فهي تحافظ على سلامته من العوامل التي تهدد مقوماته النظامية. وبالنسبة للدولة، فإن الأمن يحافظ على كيانها واستقرار الحال في ربوعها". (زهران، 2002: 42)

بينما يرى دايفس Davis (1998) أن الأمن النفسي مسؤولية جماعية ومجتمعية تتحقق من خلال ما يلي:

- إزالة عوامل الخوف من الاجرام والانحراف والشعور بعدم الأمن، ويحقق الرغبة الأكيدة في التعاون من أجل تحقيق الوقاية والتخلص من مثل هذه الأحاسيس من خلال تطبيق مضامين الأمن الشامل.
 - توعية وتثقيف الجمهور، وضمان اطلاعه على الوضعية الأمنية من واقع الاحصائيات والجهود المبذولة وما تم تحقيقه من نتائج إيجابية، وما تم توفيره من إمكانيات المشاركة للدعم والمؤازرة.
 - خلق رادع ذاتي، من خلال تنشئة المواطن وتوعيته على الالتزام بأحكام التشريعات النافذة، وتوفير عوامل التحصين الذاتي بجهد متكامل من الأسرة والمدرسة والمسجد والهيئات المجتمعية وغيرها.
- هذا ويرى الشريف (2003) بأن أهمية الأمن النفسي للفرد تبرز في الجوانب التالية:

- 1- الثبات: فمن كان مضطرباً خائفاً فإن الثبات يكون بعيداً عنه، والعامل لا يستطيع العمل من غير ثبات واستقرار، والا كان انتاجه وعمله ضعيفاً.
- 2- البعد عن الإحباط واليأس: هو مرض مدمر للنفس الإنسانية، يتخبط صاحبه باليأس ويدمر الصور الإيجابية ويسيطر عليه الاكتئاب، فالإنسان الإيجابي لا يستلم لليأس والاشارات السلبية، يقوي نفسه ويشد من عزيمتها بالصبر ليفوز بالنجاح.
- 3- اكتمال الشخصية الإسلامية: بحيث أن ذلك يجعل صاحبها واسع الصدر مطمئناً ولا يقلق عظيم الأمل، كثير التفاؤل، جميل التوكل، حسن العبادة، دائم العمل في خدمة دينه وأمته، راض سعيد يتحلى بالأخلاق الحميدة... إلخ. (الشريف، 2003: 11)

7- العوامل المؤثرة في الأمن النفسي

هناك عدة عوامل تؤثر في الأمن النفسي وتعمل على نموه، ولقد اختلف الباحثون حولها، فمنهم من اعتبرها عاملاً ومنهم من اعتبرها نتيجة، وهي كالتالي:

1/7- الوراثة والبيئة

يرى كاتل (1966) أن القلق هو أحد محكات الأمن النفسي، وترجع (35%) منه إلى الوراثة وأن للبيئة الأثر الأكبر. كما أشارت دراسات أخرى إلى أن لظروف البيئة السيئة الدور الرئيسي في تنمية سمة القلق العالي، حيث لا يمكن الحديث عن دور الوراثة في اطار الاضطرابات الانفعالية دون استخدام كلمات أو مفاهيم تشير إلى عدم توفر الثقة الكاملة في النتائج التي تجرى في هذا السياق مثل: (من المحتمل، من المرجح، من المعتقد، تخمين) وكلمات مألوفة في أدبيات الوراثة، بحيث أن مقدار الوثوقية في وراثة المظاهر الانفعالية مازال في ضوء التجريب. (سعد، 1994: 333)

2/7- التنشئة الاجتماعية

تلعب خبرات الطفولة كما يرى بعض علماء النفس دوراً في نمو الشعور بالأمن. فمن ذلك يرى فريق منهم أن القلق ومشاعر الخوف تنشأ عن الخبرات والمواقف الخطيرة التي تهدد الفرد في مراحل نموه وما يتعرض له الطفل من احباطات تتصل بإشباع حاجاته الأولية. بينما يركز فريق آخر على دور أساليب معاملة الأطفال في الشعور بالأمن، ويشير إلى أن التسلط، السيطرة، عدم احترام حاجات الطفل الفردية، وحرمانه من الحنان، أو الحماية الزائدة تعتبر كلها من أهم مصادر عدم الشعور بالطمأنينة. ومن البحوث التي أكدت على أثر خبرات الطفولة على تنمية مشاعر الطمأنينة ما قام به ميوسن Mussen (1977) حيث اتضح أن الذين لم يحصلوا على عطف أسري كاف كانوا أقل أمناً، أقل ثقة بالنفس، أكثر قلقاً، وأقل توافقاً من أولئك الذين حصلوا على عطف أسري.

(حسين، 1987: 103)

لقد وجد حسين (1987) بعد تناوله لعدة دراسات وتحليلات لعوامل الأمن النفسي أن التنشئة الاجتماعية والعلاقات الأسرية القائمة على الاحترام المتبادل، أساليب التعامل القائمة على تفهم

الفصل الثاني الأمن النفسي

الطفل وتقبله، وأنه مرغوب فيه، وأساليب الرعاية المتزنة دون اهمال أو رفض تعد شروطاً أساسية للطمأنينة الانفعالية عند الأطفال.

ولما كانت الأسرة هي المجال الاجتماعي الذي تشبع فيه الحاجة إلى الأمن وتمارس تأثيراتها في الطفل لمدة طويلة فإن الخبرات الطفلية تعمل على تشكيل الأمن النفسي لدى الفرد وأن تكرار الخبرات الصادمة والمواقف المحبطة، الحرمان من الرعاية الأسرية، أساليب التعامل القائمة على الإهمال أو النبذ أو الرفض أو التسلط تعد مصادر أساسية للقلق ومن ثم الشعور بعدم الأمن، وهذا يؤدي بدوره إلى اشكال مختلفة من الاضطرابات النفسية.

وأضاف بأن درجة الأمن التي تتحقق للطفل في أسرته وبيئته الاجتماعية لها أثر كبير في قدراته على التوافق النفسي والاجتماعي فيما بعد. وأن الاستجابات الدالة على فقدان الشعور بالأمن نجدها واضحة عند العصبيين والجانحين، سيئ التوافق، في حين تظهر الاستجابات التي تدل على الأمن عند الأسوياء. وأن الفرد الذي يشعر بالأمن في بيئة أسرية مشبعة يميل إلى تعميم هذا الشعور، فيرى البيئة الاجتماعية مشبعة لحاجاته، ويرى في الناس الخير والحب، ويتعاون معهم، ويحظى بتقديرهم فيقبله الآخرون، وينعكس ذلك على تقبله لذاته لأن هناك علاقة إيجابية بين تقبل الذات وتقبل الآخرين.

يؤكد السلام (1989) على دور التنشئة الاجتماعية في تفسيره للأمن النفسي والإحساس بالطمأنينة الانفعالية وتمتع الفرد بها، حيث يرى أن الفرد يكون آمناً نفسياً نتيجة لما خبره في بيئته ومختلف المواقف ما جعله يشعر بالأمن النفسي حيال هذه البيئة، أما كون الفرد غير آمن نفسياً فهو راجع أيضاً إلى ما خبره من البيئة التي يعيش فيها والتي أصبح يراها على أنها بيئة مهددة ومخيفة ولا تثير لديه إلا مشاعر عدم الأمن والقلق. (السلام، 1989: 122)

8- أساليب تحقيق الأمن النفسي

يشير زهران (1989) إلى أن الفرد يلجأ إلى ما يسمى بـ "عمليات الأمن النفسي" وهي أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي للخفض أو التخلص من التوتر وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمن النفسي (زهران، 1989: 300)، ولتحقيقه يتعين على الفرد ما يلي:

الفصل الثاني الامن النفسي

- اشباع الحاجات الأولية للفرد: تعد أساساً مهماً في تحقيق الأمن والطمأنينة النفسية، وهذا ما أكدت عليه النظريات النفسية والتصوير الإسلامي، بحيث وضعتها في المرتبة الأولى من حاجات الانسان التي لا حياة بدونها. (الصنيع، 1995: 78)

- الثقة بالنفس: تعد من أهم ما يدعم شعور الفرد بالأمن والعكس صحيح، فأحد أسباب فقدان الشعور بالأمن والاضطرابات الشخصية هو فقدان الثقة بالنفس. (راجع، 1977: 113)

- تقدير الذات وتطويرها: هو أسلوب يقوم على أن يقدر الفرد قدراته ويعتمد عليها عند الأزمات، ثم يقوم بتطوير الذات وهذا عن طريق العمل على اكسابها مهارات وخبرات جديدة تعينه على مواجهة الصعوبات التي تتجدد في الحياة. (الصنيع، 1995: 79)

- العمل على كسب رضا الناس وحبهم ومساندتهم الاجتماعية والعاطفية: بحيث يجد من يرجع إليه عند الحاجة، كما أن للمجتمع دوراً في تقديم الخدمات التي تضمن للفرد الأمن عن طريق المساواة في معاملة جميع الأفراد مهما كانت مراكزهم الاجتماعية، فالعدل أساس الأمن. (راجع، 1977: 113.)

- الاعتراف بالنقص وعدم الكمال: حيث أن وعي الفرد بعدم بلوغه الكمال يفهمه طبيعة قدراته وضعفها وبالتالي فإنه يقوم باستغلال تلك القدرات الاستغلال المناسب دون القيام بإهدارها من غير فائدة حتى لا يخسرهما عندما يكون في أمس الحاجة إليها، ومن هنا فإنه يسعى إلى سد ما لديه من نقائص عن طريق التعاون مع الآخرين، وهذا يشعره بالأمن لأن ذلك يجعله يؤمن بأنه لا يستطيع مواجهة الأخطار وحده دون مساعدة الآخرين والتعاون معهم. (الصنيع، 1995: 79)

- معرفة حقيقة الواقع: وهذا يقع على عاتق المجتمع وله دور كبير في توفيره، خاصة في الحياة المعاصرة التي أصبح فيها الفرد يعتمد على وسائل الاعلام في معرفة الحقائق المختلفة. وتظهر أهمية هذا الأسلوب في حالة الحروب، كما أن الأفراد الذين يعرفون حقيقة ما يجري حولهم يجعلهم أكثر صلابة في مواجهة أزمات الحروب على عكس الأفراد المزلزلون الذين لا يعرفون ما يحدث حولهم.

(الصنيع، 1995: 80)

9 - النظريات المفسرة للأمن النفسي

رغم إتفاق منظري علم النفس على أهمية الحاجة إلى الأمن كشرط ضروري لتكامل الشخصية وإتزانها في أداء وظائفها، إلا أنهم تباينوا في تفسيرهم لهذه الحاجة نظرا لتباين فلسفة كل منهم في تفسيره للسلوك الإنساني (ربيع وهادي، 2008: 236)، وفيما يلي عرض لأهم هذه النظريات:

1/9- المدرسة التحليلية

تتمثل في الاتجاهات النظرية لكل من: سيجموند فرويد (Sigmund. F)، ألفرد أدلر (Adler. A) هاري ستاك سوليفان (Sulivan. H. S)، ايرك فروم (From. A)، كارن هورني (Horny. K).

1/1/9- فرويد سيغموند (Sigmund . F)

قام فرويد (Freud) بتفسير مفهوم الأمن النفسي عبر افتراضات نظرية، وآراء مثيرة للجدل حيث يرى أن الإنسان كائن بيولوجي غرائزي مدفوع لتحقيق اللذة وتجنب الألم والقلق باستخدام الطاقة النفسية الحيوية، كما أنه يربط بين الأمن النفسي والأمن البدني وتحقيق الحاجات المرتبطة به.

(حبيب، 2013 : 458)

كما قام بوضع القواعد الأساسية للتحليل النفسي بمنظور جديد في علم النفس حيث تحدث عن وجود ما أسماه ب: (الجهاز النفسي)، كما تحدث عن وجود ثلاثة أجهزة نفسية هي: الشعور وما قبل الشعور والاشعور، وهذه الأجهزة الثلاثة تسيرها ثلاثة وظائف هي: الأنا، الأنا الأعلى والهو.

(رينونة، 2015: 21-22)

ويربط (فرويد) بين الأمن النفسي والأمن البدني وتحقيق الحاجات المرتبطة بهما. فهو يرى أن الإنسان يعمل على تحقيق حاجاته للوصول إلى الإستقرار وتحقيق الذات. ولكنه إذا فشل في ذلك فإن مصادر الخطر الداخلي فيه تقوده إلى سوء تكيفه وعدم استقراره مع محيطه. وأن الميل العدواني الشهوانية التي تولد معه تعتبر أحد أسباب عدم أمنه. (عبد، 2009: 05)

لكن السؤال المطروح هو من المسؤول عن تحقيق الأمن النفسي من بين الأبنية الثلاثة (الأنا، الأنا الأعلى والهو)؟

الفصل الثاني الأمن النفسي

حسب (فرويد) فإن هذه الأبنية الثلاثة تعمل كوحدة وكتركيب متجانس في الفرد السليم نفسياً، وفي حالة الصراع بينها يصبح الفرد متوتراً فاقداً للأمان. (حافظ وراضي، 2010: 304)

ويتحقق الشعور بالأمن النفسي من خلال قدرة (الأنا) على التوفيق بين مكونات الشخصية المختلفة أو في الوصول إلى حل للصراع الذي ينشأ بين هذه المكونات بعضها مع البعض الآخر، وفي الصراع الذي ينشأ بينها وبين الواقع. (نعيسة، 2012: 134)

وعليه فإن التوافق والإطمئنان لدى الفرد بحسب (فرويد) يعتمد على (الأنا) (ego)، فهي التي تجعل الفرد مطمئناً ومتوافقاً، ف(الأنا) القوية هي التي تؤثر على (الهو) (Id) و(الأنا الأعلى) (Super ego) وتحدث توازناً بينهما وبين الواقع، أما (الأنا) الضعيفة فتضعف أمام (الهو)، فتسيطر على الشخصية فتكون شخصية شهوانية تحاول إشباع غرائزها من دون مراعاة الواقع والمثل ما يؤدي بصاحبها إلى الانحراف ومن ثم إلى المرض. وإما أن تسيطر (الأنا) وتجعل الشخصية متشددة بالمثل إلى درجة عدم المرونة وتؤدي إلى المرض النفسي وسوء التوافق، ومن ثم عدم الشعور بالأمن النفسي.

(صالح، 2014: 325)

وفقاً لمفهوم (فرويد) فإن الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات أساسية هي: الهو (Id)، الأنا (Ego) والأنا العليا (Super Ego)، وتتنافس هذه العناصر من أجل الطاقة النفسية المتاحة، وأن الشعور بالأمن النفسي يتحقق من خلال قدرة (الأنا العليا) على التوفيق بين هذه المكونات مما يجعل الفرد يشعر بالأمن والراحة والابتعاد عن الصراع. (حسين وهادي، 2013: 518)

كما افترض بأن الإنسان تحركه الرغبة في اللذة وتجنب الألم أي الشعور بالأمن، وقد يحصل ذلك من خلال اللجوء إلى الحيل الدفاعية والإفراط في استخدام هذه الحيل والذي هو دليل على الضعف النسبي للأنا، الأمر الذي سيؤثر سلباً على تفاعل الفرد مع الحياة وقد يؤدي به إلى الشعور بعدم الأمن. (ربيع وهادي، 2008: 237)

يشير (آدلر) إلى أن شعور الفرد بعدم الأمن يعود إلى شعوره بالدونية والتحقير الذي ينشأ منذ ولادته بسبب مشاعر القصور العضوي أو المعنوي، مما يدفعه إلى تعويض هذا القصور إيجابياً ببذل المزيد من أجل الوصول إلى أعلى طموح، أو سلبياً بإتخاذ أنماط سلوكية تأخذ أشكالاً من العنف والتطرف الذي لا يقبله المجتمع مما يزيد حدة القلق لديه، حيث تعرف هذه الظاهرة بالتعويض النفسي الزائد.

لقد تناول (آدلر) الأمن النفسي في بعده الاجتماعي، حيث يرى أن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه يسعى باستمرار لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، من خلال تنمية إهتماماته وتطوير أسلوب حياة خاص به يمكنه من التفاعل مع الآخرين، والانتماء والحب وتجاوز مشاعر الوحدة والوحشة والإغتراب. (جودت، د.س: 200)

الشخصية السوية وفقاً له هي التي تعمل على إدامة علاقاتها بالآخرين من خلال العمل الاجتماعي النافع، وهي التي تحركها توقعاتها وتحكمها، وهي التي تتمكن من التحرر من التهديدات ومخاطرها بحيث يمكنه التطلع للمستقبل في حين أن الشخصية العصابية هي التي تلجأ إلى التخلص من الشعور بالنقص عن طريق محاولات تعويضية مرضية بالسيطرة على الآخرين بغية تحقيق الأمن.

(ربيع وهادي، 2008: 237)

كما أشار إلى مدى تأثير نوع التربية التي يتلقاها الفرد على شعوره بالأمن، وأن تحقيق الأمن النفسي يتوقف على قدرة الشخص على التكيف مع الذات ومع البيئة المحيطة. وهذا يدل على أن الأمن النفسي يختلف من شخص إلى آخر، ويتأثر بصورة كبيرة بالبيئة المحيطة وما تحويه من ظروف إجتماعية ثقافية، اقتصادية، سياسية، وعلى نوعية التربية الأسرية والمدرسية.

(الحضري، 2003: 32-33)

كما أكد على وجود ثلاثة عوامل تخلق حياة غير متوافقة وهي:

1- نواحي القصور العقلية والجسدية.

2- الطفولة المدللة بشكل زائد عن الحد.

3- النبذ والإهمال في الطفولة. (مهنا، 2010: 370)

غير أنه أعطى الأهمية الكبرى للشعور بالنقص في حدوث سوء التوافق، وأن الكفاح من أجل التفوق هو أساس توافق الفرد. ويكون هذا الكفاح من خلال إتجاهين هما:

- الإتجاه الأول: يكون من خلال الرغبة في السيطرة على الآخرين، وهو يعتبر إتجاها خاطئا يمارسه الأشخاص غير المتوافقين.

- الإتجاه الثاني: يكون من خلال المشاعر الإجتماعية والتعاونية المتجهة نحو الكمال بطريقة تحقق سعادة الآخرين، وهو اتجاه سوي يمارسه الأشخاص المتوافقون. (مهنا، 2010: 369)

3/1/9- هاري ستاك سوليفان (Sullivan.H.S)

يعتبر (سوليفان) أول من صاغ نظرية في نمو الشخصية من بين الذين جاءوا بعد (فرويد). ويسمي (سوليفان) نظريته بنظرية "العلاقات الإنسانية المتبادلة". بحيث يرى أن الإنسان نتاج لعملية تفاعل مع الغير وأن الشخصية الإنسانية تنبع من القوى الشخصية، والإجتماعية التي تؤثر فيها منذ لحظة الميلاد. (الخضري، 2003: 30)

وصف (سوليفان) عدم الشعور بالأمن والإستقرار بأنه: "خبرة توتر مردها لأخطار حقيقية أو موهومة تهدد إحساس الفرد بالأمن". (ربيع وهادي، 2008: 237)

يتضح مما سبق أن (سوليفان) إعتبر تحقيق الأمن النفسي هو أحد هدفين يسعى الإنسان إلى تحقيقها في حياته، ويتم ذلك عن طريق ما يسمى بالعمليات الثقافية، وأن الأمن يتهدد نتيجة لتعرض الفرد إلى أخطار خفيفة أو وهمية، وأن القلق الناشئ عن التهديد هو أحد محركات تحقيق الأمن النفسي من أجل تخفيض الحصر الفعلي أو المحتمل إلى أدنى حد ممكن. (الخضري، 2003: 31)

كما أشار إلى أن الأمن النفسي حالة تنتج عن القبول الاجتماعي، وأن حالة عدم الأمان تنتج عن القلق الناشئ من الخوف من عدم القبول (الخطاب، 2001: 175)، وإعتبر أن فقدان الأمن النفسي

الفصل الثاني الامن النفسي

في حياة الأفراد يجعل علاقاتهم الإجتماعية سلبية (حافظ وراضي، 2010: 302). وأن مشاعر عدم الأمن والقلق تشوه إدراك الفرد للواقع كما تؤثر على نمو شخصيته. (ربيع وهادي، 2008: 237)

4/1/9- إريك فروم (Fromm. E)

يرى فروم (Fromm) بأن التغيير يجلب الإحساس بعدم الأمن النفسي، وأنه أمر لا بد منه من خلال مراحل النمو المختلفة وتحقيق الاستقلالية التي تكون على حساب الشعور بالأمن، وكذا من خلال توجه المجتمع نحو مزيد من الحركة والتعقيد الذي يؤدي إلى فقدان العلاقات الآمنة مع الجماعات الأولية مما يورث الشعور بالوحدة والعزلة لدى الفرد. (مهنا، 2010: 371)

يذهب (فروم) في تفسيره للأمن النفسي إلى الجانب الإجتماعي حيث يرى أن الإنسان كائن إجتماعي يحتاج في حياته إلى الآخرين، بحيث أنه لا يمكنه العيش في معزل عنهم، ويؤكد على حاجة الفرد للانتماء والتي تبدأ منذ الطفولة (حافظ وراضي، 2010: 305). ويرى أن هذا يتحقق من خلال التوحد مع الوالدين والاعتماد عليهم، أما حالة الانفصال عنهم فإنها تمثل تهديداً لكيانه وهدماً لشعوره بالأمن وبعثاً على الخطر والشعور بالعجز والقلق. إضافة إلى أن الشعور بالأمن يعد من متطلبات الصحة النفسية، وأن الاعتماد على الوسائل الدفاعية الهروبية (كالانصياع) يعد من مؤشرات فقدان الأمن ويفترض فروم خمسة حاجات تعبر عن الارتداد بين حاجة الأمن والحرية وهي: الحاجة إلى الانتماء الحاجة إلى التجاوز، الحاجة إلى الجذور، الحاجة إلى الهوية والحاجة إلى الإطار المرجعي. (مناع، 2013: 39)

بالتالي فالإنسان عند (فروم) حتى يحقق أمنه النفسي يكون بين خيارين إما أن يربط نفسه بالآخرين بروح من الحب والعمل المشترك، وإما أن يجد أمنه النفسي من خلال الخضوع للسلطة والامتثال للمجتمع. (مهنا، 2010: 371)

5/1/9- كارن هورني (Horney.K)

تعتبر هورني (Horney) من أنصار التحليل النفسي الإجتماعي، وترى بأن شعور الفرد بالأمن النفسي يعود في جذوره إلى الأسباب الإجتماعية (حبيب، 2013: 458). حيث يتوقف هذا الشعور على علاقة الطفل بوالديه منذ اللحظات الأولى في حياته، فإما أن يقوم الوالدان بإبداء عطف حقيقي

الفصل الثاني الأمن النفسي

ودفع نحوه وبذلك يشبعان حاجته إلى الأمن، وإما أن يبديا عداواً لدرجة الكراهية وعدم مبالاة نحوه فيحبطان حاجته للأمن. (جودت، د.س: 200)

إن انعدام الشعور بالأمان هو ما أطلقت عليه مفهوم (القلق الأساسي)، وتعرفه بأنه: "استجابة انفعالية موجهة إلى المكونات الشخصية". حيث تؤكد على وجود مجموعة من العوامل المعاكسة في البيئة يمكن أن تؤدي بالفرد إلى الشعور بعدم الأمان وهي: الشعور بالعجز، الشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة وهذه العناصر تنشأ من عدة عوامل أهمها: انعدام الدفء العاطفي للأسرة، وشعور الفرد بعدم التقبل والنبذ من قبل الوالدين. (الخطاب، 2001: 174)

أعطت (هورني) مفهوم الأمن أهمية كبرى إذ ترى أنه بمثابة العامل الحاسم في تحديد الشخصية السوية، حيث أن فقدانه لدى الفرد يؤدي إلى ظهور العصاب. (حافظ وراضي، 2010: 305)

وترى (هورني) أن السلوك العصابي لدى الفرد ينشأ بسبب اختلال الشعور بالأمن لديه، لذلك يلجأ إليه من أجل استعادة أمنه المفقود. (جودت، د.س: 200)

وترى أيضاً أن العوامل المسببة للعصاب ينبغي البحث عنها وراء الثقافة والظروف التي تسبب الانعزال والخوف والشعور بالضعف وفقدان الأمن، وأن الشعور بالأمن النفسي من الحاجات الضرورية في تكوين الشخصية والتي تتشكل من خلالها الاتجاهات التي يتخذها الشخص في علاقاته مع الآخرين. (حسين وهادي، 2013: 518)

لقد أكدت (هورني) على أن السياق الاجتماعي للنمو والخبرات المتراكمة للفرد تنتج أنماطاً مختلفة للشخصية، فالعزلة والانطواء والضعف النفسي ناتج عن عدم الشعور بالأمن. ويعد الشعور بالأمن النفسي من الحاجات الضرورية في تكوين الشخصية والذي يتم من خلال الاتجاهات التي يتخذها الفرد في علاقاته بالآخرين، وأن هناك ثلاث اتجاهات يتحرك من خلالها الفرد في علاقاته مع الآخرين وهي:

- التحرك نحو الناس: وهي ناتجة عن شعور الفرد بالأمن النفسي.
- التحرك بعيداً عن الناس: وتعني الشعور بفقدان الأمن النفسي.

- التحرك ضد الناس: والتي تشمل العدوان على الآخرين لتحقيق الأمن النفسي.

(حسين وهادي، 2013: 516)

حسبما أشار إليه (زايد) فإنه ووفقاً لهذه الإتجاهات الثلاث فسرت (هورني) سلوك تكنيز الممتلكات بأنه أسلوب للحصول على الأمن والتحرر من الخوف، وقد يصبح أسير الكثير من القلق خوفاً من فقدان تلك الممتلكات بوصفها الضمان الوحيد ضد تهديد القلق.

بحسب (هورني) فإن البيئة الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً في القلق الذي يؤدي إلى سوء التوافق، فهي ترى أن المبدأ الأساسي الذي يحكم سلوك الإنسان ليس غريزة الجنس أو العدوان كما يعتقد (فرويد) بل هو حاجة الإنسان إلى الأمن والإطمئنان، وأن كفاح الإنسان في الحياة هو من أجل الأمن والاستقرار. (صالح، 2014: 325)

بالتالي فهي تؤكد على أهمية البيئة الاجتماعية في نجاح التوافق أو عدمه، وهذا من خلال العلاقات الإنسانية مع الآخرين، ومن خلال علاقة الشخص بذاته أيضاً. حيث أن الشخص المتوافق هو من يعرف ذاته ويحسن إرادته ويقر بمسؤولياته نحو تصرفاته ونحو الآخرين، ويكون بعيداً عن القلق الأساسي الذي هو سبب سوء التوافق. وبذلك فهي ترى أن عملية التنشئة الاجتماعية الثقافية هي سبب إما للتوافق الذي يقود إلى السواء في سلوك الفرد وإما إلى اللاتوافق الذي يقود إلى السلوك العصبي. (مهنا، 2010: 370)

6/1/9- إريك إريكسون (Ericsson.E)

قام إريك إريكسون (Erikson. E) بتوسيع نظريات فرويد (Freud) النمائية (التي توقفت عند مرحلة الرشد المبكر)، حيث أكد على العوامل النفسية والاجتماعية، واهتم بسنوات الرشد، والنقطة المركزية في نظريته هي البحث عن الذات وتحقيق الهوية. وتعتبر نظريته تطويرية حيث تشير إلى أن نمو الشخصية يكون على مراحل تستمر مدى الحياة. وكل مرحلة تثير صراعاً معيناً يتطلب الحسم، وهذه الصراعات تخلقها البيئة التي تثقل كاهل الفرد بمتطلبات جديدة، حيث أطلق (إريكسون) اسم (الأزمات) على هذه التحديات البيئية. وقسم حياة الإنسان إلى ثمانية مراحل من التطور النفسي الاجتماعي وأسماها ب (الأعمار الثمانية للإنسان)، وهي: (المرحلة الفمية الحسية، المرحلة الشرجية العضلية، المرحلة القضيبية الحركية، مرحلة الكمون، المراهقة، الرشد المبكر، الرشد، تمام النضج). حيث

الفصل الثاني الامن النفسي

أن المراحل الأربعة منها هي نفسها عند (فرويد)، في حين أن المراحل الأربعة الأخرى هي من إضافته والتي تجاهلها (فرويد) وتناول فيها (إريكسون) حياة الفرد من المراهقة إلى الشيخوخة.

أشار (إريكسون) إلى أن كل مرحلة من هذه المراحل وما يصاحبها من تحدي، من شأنها أن تحدث تغييرا في شخصية الفرد، حيث يقوم بالاختيار بين أسلوبين للتصرف وهما : إما (الأسلوب التكيفي) وإما (الأسلوب غير التكيفي). وفي حال مواجهة الفرد لأي أزمة بصورة مرضية، فإن الفرد سيكون لديه القدرة الكافية لمواجهتها مع المراحل التالية من مراحل العمر. (شاذلي، 2001: 36-37)

تجدر الإشارة إلى أن الأزمة لا تعني مشكلة مستحيلة الحل، بل هي تعبير عن وجود مطالب ملحة بحاجة إلى مواجهة الإشباع. وعند ظهور هذه الأزمة خلال مراحل دورة حياة الإنسان الثمانية السابقة فإن (الأنا) تسعى جاهدة لحلها، وإلى كسب فعاليات نفس إجتماعية جديدة تزيدها قوة وتجعلها قادرة على مواجهة مصاعب الحياة والأزمات النفسية الإجتماعية. (جودت، د.س: 200)

يرى (إريكسون) أيضا أن شعور الفرد بالأمن النفسي يؤدي إلى زيادة توجهه نحو المجتمع واتصاله بالآخرين. هذا ويعتبر الأمن النفسي عنصرا مهما في التكيف الفعال، من خلال دوره الفاعل في هذه العملية، كما وأنه يعتبر أحد مظاهر الشخصية السوية. (حسين وهادي، 2013: 516)

يتفق (إريكسون) مع (ماسلو) في أن الأمن النفسي والحب والثقة في الآخرين يقابلها حاجات أساسية يؤدي إشباعها خاصة في السنوات المبكرة من الطفولة إلى سيادة الإحساس بالطمأنينة النفسية في المراحل العمرية اللاحقة. (جودت، د.س: 200)

حسب (إريكسون) فإن الأمن النفسي ينشأ من خلال إشباع حاجات الطفل الأساسية من طعام وحب ورعاية وغيرها من أشكال الرعاية الوالدية التي تخلق إحساسا بالأمن لديه والثقة بالذات، وهذا ما يصنع قاعدة لنجاحاته وإنجازاته، وكذا قدرته على مواجهة الضغوط ومختلف الإحباطات. هذا ويرى (إريكسون) أن الإنسان يمر خلال دورة حياته بثمان مراحل كل منها يتمركز حول اهتمامات انفعالية متميزة، بحيث تتبلور هذه الاهتمامات على شكل أزمة ثنائية التركيب يمكن أن تحل إما بشكل إيجابي وصحي وإما العكس بشكل سلبي وغير صحي. وكل مرحلة من هذه المراحل تبني على حل الصراعات النفسية والإجتماعية السابقة وتكاملها. (جاسم و خليل، 2009: 08)

يفسر السلوكيون السلوك على أساس الإشراف الكلاسيكي أو الإشراف الإجرائي للتعلم الاجتماعي وفي الإشراف الكلاسيكي كلما كان مثير معين يولد استجابة إنفعالية فهذا يؤدي إلى تجنب الأفراد لمواجهة مثل هذه المثيرات. ويركزون في وصف الشخصية على الحتمية البيئية الميكانيكية، ويقللون من تأثير العوامل التكوينية والبيولوجية، حيث نجد أن السلوكية تعتبر الإنسان جهازاً آلياً يقوم باستجابة محددة عند استثارة أي جزء منه، وأنه باستطاعته التنبؤ بالسلوك وتفسيره إذا ما تعرفنا على مكوناته والمنبهات التي يتعرض إليها طبقاً لما أكده التطور السلوكي التقليدي، وترى أن الأمن النفسي ينشأ بفعل مثيرات خارجية.

إن نظرة المدرسة السلوكية إلى الإنسان هي نظرة آلية، حيث جعلت سلوكه مدفوعاً بما تعلمه، أو ما سبق أن تكوّن لديه من عادات وخبرات، وما ينتج عن سلوكه من ثواب وعقاب. فالسلوكيون يعدون الفرد كائنًا متيقظًا... فهو يستقبل المنبهات، ويتعامل معها بهدف الحصول على المتعة والفائدة وتجنب الألم (الشعور بالأمن والطمأنينة)، ومن الضروري معرفة أن بعض مؤيدي هذا الاتجاه يتبنى افتراض الإقتران أو الارتباط الفوري، بإعتباره شرط الحصول على الإستجابة كما في نظرية (جثري) والبعض الآخر يؤكد على التعزيز أو الثواب الذي يصاحب الإستجابة، إذ يعتقدون أن إستمرارية أي إستجابة يجب أن يقترن بمعزز. (مناع، 2013: 40-41)

إن من بين أهم رواد هذه المدرسة، والذين تطرقوا لتفسير الأمن النفسي نجد كلا من:

إيفان بافلوف (Pavlov. I)، جون.ب. واتسون (Watson.J.B)، ب.ف. سكينر (Skinner.B.F)، جون دولارد ونيل ميللر (Dollard.M & Miller. N)، إيزنك (Eysenck).

1/2/9- إيفان بافلوف (Pavlov.I)

وفقاً ل (بافلوف) فإن عدم الشعور بالأمن النفسي هو حصيلة أنواع خاطئة من الروابط بين المنبهات والاستجابات أو أنواع خاطئة من التعزيزات (مناع، 2013: 41)، وطبقاً لمبدأ الإقتران الشرطي فإن الفرد يمكنه أن يتعلم الخبرات السارة وكذلك المؤلمة، وهذا ما يصدق على الشعور بالأمن النفسي

الفصل الثاني الامن النفسي

بحيث أنه حصيلة روابط صحيحة بين المنبهات والإستجابات، في حين أن عدم الشعور بالأمن النفسي يعتبر كنتيجة لأنواع خاطئة من الروابط بين المنبهات والإستجابات.

(حافظ وراضي، 2010: 305)

2/2/9- جون.ب. واطسون (Jon.B.Watson)

يؤكد (واطسون) على أن القلق والخوف (اللدان يعدان من مهددات الأمن النفسي) يرتبطان بالمعززات التي واجهها الفرد خلال تاريخه التعليمي. (مناع، 2013: 41)

3/2/9- ب. ف. سكينر (B.F.Skinner)

يرى سكينر (Skinner) أن كل الاستجابات التي توصف بأنها شاذة ترجع إلى خطأ في التعلم الشرطي للفرد، إذ يسبب هذا الخطأ ضعفا في نمو وتطور الاستجابة السليمة ومنها حالة انعدام الأمن النفسي ويعد التعزيز الوسيلة التي يتم من خلالها إكساب الفرد للعادات الإيجابية والسلبية ومن ثم تكوين بيئة شخصية (مهنا، 2010: 371). ويعتقد أن التعزيزات التي يواجهها الفرد في البيئة بشكل عشوائي والتي لا يمكن التنبؤ بها تؤدي إلى العصاب، ويفترض أن الفرد يركز على النتائج التي تعقب الاستجابة ويفترض أن إعتقاد الأفراد بأداء إستجابة معينة يسهم في جلب التعزيز، رغم أن العلاقة قد تكون متوهمة إلا أن المصادفة أو الإتفاق للتعزيز الذي يلي الإستجابة أدى إلى تعزيز جزئي وجعل من السلوك مقوما للإنطفاء كربط الفشل بالإمتحان، ويقترن هذا السلوك بمشاعر الخوف والقلق وعدم الأمان من أشياء محددة فيعتقد الفرد أن أشياء تجلب له النجاح أو الفشل، وهذا ما يتعارض مع مؤشرات الصحة النفسية في قدرة الفرد على الإنتاج المعقول وفق حدود إمكاناته، وإستعداداته وإحتمال الإحباط والتحرر من الكسل والشعور بالطمأنينة. (مناع، 2013: 41)

4/2/9- دولارد ونيل ميللر (John Dollard & Neal Miller)

يعتبر دولارد وميللر (Dollard a Miller) بأن السلوك متعلم ولكنه أكثر تعقيدا فهو ناتج عن تفاعل بين الرغبة والتدليل والاستجابة والتعزيز (مهنا، 2010: 371). وأشارا إلى أن عدم الشعور بالأمن النفسي هو إستجابة لا توافقية متعلمة لصراعات تنمو في مراحل مبكرة، وتعلم لمواقف مشابهاة

مستقبلا. كما يؤكدان على التاريخ التعزيزي للفرد، وعلى إدراكه لمثيرات معينة تعد معجلة في شعوره بعدم الأمن. (مناع، 2013: 41)

كما أن عدم شعور الفرد بالأمن النفسي يرتبط بمشكلات إنفعالية كالقلق وعدم الثقة بالنفس، وسيطرة المخاوف عليهم بدرجات مختلفة، كما وأن هذه المشكلات تبني على مواقف وخبرات سابقة (عبد، 2009: 06). وهما يؤكدان على أن دوافع الأمن تعتبر من الدوافع الإجتماعية والتي تتكون خلال عملية إشباع حاجات الطفولة وبالتحديد أثناء إشباع الحاجة الفطرية كعملية الرضاعة مثلا التي ترتبط بإشباع دافع الجوع، حيث تنشأ أثناءها المحبة ودوافع الأمن التي من شأنها أن تبقى مع الطفل طوال حياته. وفي حالة عدم إشباع دافع الجوع لديه فإنه سيسهر بالتوتر والاضطراب وعدم الشعور بالأمن. (حافظ وراضي، 2010: 305)

5/2/9- هانز آيزنك (Hans.Eysenck)

أكد على أهمية العوامل الوراثية، التي تحدد ردود أفعال الفرد إزاء مثيرات مسببة لعدم الأمن، لذلك يعتقد أن بعض الأفراد يميلون إلى أن يكونوا أكثر شعورا بعدم الأمن من غيرهم. (مناع، 2013: 41)

بناء عليه فإن وجهة نظر السلوكيين تتمحور في أن الشعور بالأمن يتجسد من خلال العمليات المتتالية من التكيف الخاطيء في السلوك، والتي تبدأ من عمر مبكر.

كما يجدون في التعلم المنطلق الأساسي لتفسير السلوك بمعنى آخر يعتقد السلوكيون أن الشعور بالأمن النفسي يتم من خلال إكتساب الفرد عادات مناسبة تساعد على التعامل مع الآخرين ومواجهة المواقف والتوافق مع البيئة. (مناع، 2013: 41)

6/2/9- ألبرت باندورا (Albert Bandura)

ظهرت هذه النظرية على يد عالم النفس الأمريكي ألبرت باندورا (Albert) صاحب نظرية التعلم الإجتماعي، حيث أكد على التفاعل الحتمي المتبادل والمستمر للسلوك، المعرفة، والتأثيرات البيئية. (حبيب، 2013: 459)

الفصل الثاني الامن النفسي

فالسلك الإنساني ومحدداته الشخصية والبيئية تكون نظاما متشابكا من التأثيرات المتبادلة والمتفاعلة بحيث لا يمكن إعطاء أي منها مكانة متميزة. والسلك لا يتأثر بالمحددات الخارجية أي أن الأفراد قادرون على التفكير والإبتكار وتوظيف عملياتهم المعرفية لمعالجة الأحداث والوقائع البيئية.

(العزي، 2015: 450)

إن تصور نظرية التعلم الإجتماعي لمفهوم الأمن النفسي يقوم على أنه سلوك متعلم قائم على التعلم بالملاحظة، وأن الفرد يشعر بالتهديد والعجز وعدم الأمن، وهذا في حال وجود أشخاص يشعرون بعدم الأمن النفسي كوالدين على سبيل المثال، فالأبناء سوف يتعلمون من آبائهم عدم الأمن النفسي والإستقرار كنتيجة لرؤيتهم إياهم غير مستقرين. (حبيب، 2013: 459)

3/9- المدرسة الإنسانية

1/3/9- ماسلو (Maslow)

تعد هذه النظرية من النظريات الرائدة التي فسرت الأمن النفسي (حسين وهادي، 2013: 518) حيث ظهر هذا الإتجاه في الستينات كرد فعل على السلوكية التي إعتبرت السلوك مدفوعا بعوامل التعزيز والحرمان والحوافز والمكافآت، والتحليل النفسي الذي إعتبر أصول السلوك البيولوجية تتمثل في غرائز الموت والحياة. ومن أهم روادها (ماسلو) مؤسس علم النفس الإنساني و(كارل روجرز) (جوردن آلبرت)، (جولد شتاين)، (سارتر)، (ماي). وترتكز هذه النظرية على تأثر سلوك الإنسان وفقا لمفهوم الحاجات، أي أن وراء كل سلوك حاجات معينة (مناع، 2013: 43)، حيث رتبها (ماسلو) عام (1943) وفقا لتسلسل هرمي في نظريته عن الدافعية والتي جاءت لفهم الشخصية وذكر (ماسلو) بأن هذه الحاجات هي غريزية يرثها الطفل عند الولادة، غير أن السلوك المستخدم لإشباعها هو سلوك متعلم وليس فطري يكتسبه الفرد من خلال التطبيع الإجتماعي. (يعقوب، 2008: 77)

أما بحسب ما أشار إليه (زايد) فإنه قد تحدّث أكثر من غيره من الباحثين عن الحاجة إلى الأمن النفسي، ووضع إختبارا للأمن وعدم الأمن النفسي، وكان هذا الإختبار حصيلة للبحث العيادي والنظري حول المفهوم النفسي للأمن.

الفصل الثاني الامن النفسي

لقد أشار (ماسلو) إلى أن الإنسان يولد وهو محفز لتحقيق إحتياجات أساسية (جودت، د.س: 200) وأن هذه الحاجات الإنسانية لا تتساوى في أهميتها، ومن ثم لا تتساوى في قوتها الدافعية وفي إلحاحها طلبا للإشباع، وقام بترتيب الحاجات الإنسانية في شكل هرمي، أنظر الشكل رقم (01)، بحيث إحتلت قمة الهرم الحاجات الأقل أهمية وقوة، والعكس صحيح وصولا إلى قاعدة الهرم التي إحتلتها الحاجات البيولوجية والفيسيولوجية لأنها ضرورية لإستمرار حياة الإنسان لتليها حاجات الأمن (جاسم و خليل، 2009: 06-07)، والتي يعتبرها أكثر حاجات الأمن أهمية وقوة لضرورتها للنمو النفسي، والتي تنشأ من رغبة الفرد في حفظ علاقات متزنة ومرضية مع من لهم أهمية عاطفية في حياته.

(ربيع وهادي، 2008: 237)

قدم (ماسلو) الحاجة إلى الأمن عندما وضع نظاما هرميا للحاجات، يقوم على أساس أن الحاجات تنتظم في تدرج من الأولوية والقوة. فبمجرد إشباع الحاجات في مستوى ما فإن الحاجات الموجودة في المستوى التالي تظهر مباشرة ويكون لها الأولوية في الإشباع. وتحتل الحاجة إلى الأمن المرتبة الثانية من حيث الأهمية، فالحاجات الأولى التي يجب إشباعها هي الحاجات الفيسيولوجية التي تمثل قاعدة الهرم وتتبعها الحاجة للأمن، ثم الحاجة للإنتماء والحب، فالحاجة لتقدير الذات، والحاجة لتحقيق الذات. (مظلوم، 2014: 258-259)

الشكل رقم (01): السلم التسلسلي للحاجات حسب ماسلو والمسمى (هرم ماسلو)



المصدر: (<http://papidoc.chic-cm.fr/573MaslowBesoins.html>)

ترجمة: (الطالبان)

إن هذا الهرم حسب ما يرى (ماسلو) ليس ثابت لجميع الأفراد، فهناك بعض الأفراد من يؤجلون إشباع الحاجات العضوية في سبيل مساعدة الأصدقاء أو إستكشاف شيء جديد.

(الخضري، 2003: 34)

كما يرى بأن الحاجة إلى الأمن هي من أهم الحاجات التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها بعد أن يشبع حاجاته البيولوجية، فإذا لم تتحقق الحاجة إلى الأمن أصبح العالم في نظره مليئاً بالخوف والتهديد ولن يتمكن حينها من تحقيق إنجاز ذو مستوى أكثر إرتفاع (حاجات المعرفة، الحاجات الجمالية، حاجات تحقيق الذات). (عبد، 2009: 08)

الفصل الثاني الأمن النفسي

حدد (ماسلو) حاجة الأمن بأنها تتمثل في: "الشعور بالأمن والحماية والقانون والنظام والإستقرار وتجنب الألم، والتحرر من الخوف والقلق والإعتماد على الأشخاص القادرين على تحقيق المتطلبات الحيوية". (حسين وهادي، 2013: 518)

كما أكد على أن عدم الشعور بالأمن النفسي لديه عدد من الأعراض تعتبر أعراضاً أولية له وهي:

- الشعور بأنه غير محبوب ومحتقر وغير مقبول من الآخرين.

- الشعور بالخطر والقلق.

- الشعور بالعزلة.

هذا وأشار إلى أن إجتماع هذه الأعراض معا تعتبر كأسباب لفقدان الشعور بالأمن النفسي لدى الفرد بحيث ينتج عنها أحد عشر بعدا ثانويا يمكن إعتبارها كنتائج مترتبة على الأبعاد الرئيسية (ربيع وهادي، 2008: 238)، كشعوره بالشقاء أو التعاسة والتشاؤم العام وتوقع الشر، والشعور المستمر بالتوتر والصراع وإدراك الحياة على أنها كئيبة، وإدراك الآخرين على أنهم أشرار وعدوانين أيضا، ما يؤدي به إلى عدم الثقة فيهم والشعور بالحسد والكراهة والغيرة منهم، والتمركز حول الذات (جاسم و خليل، 2009: 07) فالشخص غير الأمن حسب (ماسلو) هو من يعاني من مشاعر العزلة والوحدة والنبذ الإجتماعي وبالتالي إدراكه للعالم على أنه مصدر تهديد وخطر، وأن الفرد الذي لم يخبر في طفولته مشاعر الأمن والطمأنينة النفسية الملائمة، فإنه سيصبح في المراحل العمرية اللاحقة غير مطمئن حتى ولو توفرت له سبل الحياة والأمان. (جودت، د.س: 200)

إن إنعدام الشعور بالأمن النفسي كما أكد عليه (ماسلو) يكون كنتيجة لعدم إشباع حاجات الفرد وأن هذا الإشباع يكون في البيئة. وبذلك فالبيئة التي تشبع حاجات الفرد الأساسية فإنها ستكون مصدر إسناد له فيشعر بالأمن النفسي، والعكس صحيح حيث تكون مصدر تهديد لأمنه هذا ويربط (ماسلو) بين إحباط الحاجة إلى الأمن النفسي وإضطراب الصحة النفسية عند الفرد.

(مهنا، 2010: 372)

فالإنسان يحقق إشباع حاجاته للأمان والإستقرار عن طريق تواجده في مجتمع آمن يحكمه النظام أو من خلال ممارسته لعمل مستقر، أو من خلال القيم الروحية والدينية التي يؤمن بها هذا ووصف

الشخص الآمن نفسياً بأنه الشخص الذي يشعر أن حاجاته مشبعة، وأن الموضوعات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر، وأنه يكون في حالة من التوازن والتوافق النفسي أيضاً.

(مرقس، 2009: 467)

إن الإحساس بالمحبة والقبول وإنتفاء مصادر التهديد والثقة بالنفس وبالآخرين وما يتبعها من إنطلاقة آمنة نحو الإنجاز، وتحصيل التوافق الإجتماعي، والتحرر من مشاعر الشدة والتوتر وما تستنفذه من طاقة، كلها عوامل تسهم حسب (ماسلو) في تكوين المناخ النفسي الآمن، وفي الوقت نفسه تعد كنتيجة له. (مهنا، 2010: 373)

2/3/9- كارل روجرز (Carl Rogers)

يؤكد (روجرز) في نظريته أن الأمن النفسي هو حاجة الفرد إلى الشعور بأنه محبوب ومقبول إجتماعياً، وتكمن جذور هذه الحاجة في أعماق حياتنا الطفولية. فالطفل الآمن هو الذي يحصل على الحب والرعاية والدفء العاطفي، وهو الذي يشعر بحماية من يحيطون به، فيرى بيئته الأسرية آمنة ويميل إلى تعميم هذا الشعور ليرى البيئة الإجتماعية بيئة مشبعة لحاجاته، ويرى في الناس الخير والحب فيتعاون معهم، ويحظى بتقديرهم، وينعكس ذلك على تقبله لذاته، لأن هناك علاقة إيجابية بين تقبل الذات وتقبل الآخرين.

أما الطفل غير الآمن فهو الذي يشعر بالإهمال الإنفعالي، ويشعر دائماً بالنقص العاطفي، أي لا يشعر بحماية من حوله، هذا الطفل أثناء نموه يميل لأن يرى بيئته مليئة بالمخاطر والمخاوف فتتولد لديه بالتدرج الأنانية والخوف من المستقبل، ويفقد بذلك الشعور بالأمن النفسي، ويرى الناس أشرارا وأنه لا يوجد في هذا العالم من يستحق الثقة. (نعيسة، 2012: 133-134)

إرتبط مفهوم التوافق عند (روجرز) بمفهوم الذات، فالتوافق السليم لديه هو التطابق بين الذات وخبرات الكائن الحقيقية، والذي يقود إلى ترميز دقيق وتقبل خبراته كلها دون تهديد أو قلق. في حين يرى أن سوء التوافق النفسي عند الفرد يحدث عندما يمنع هذا الأخير بلوغ عدد من خبراته الحسية مرتبة الوعي، وهذا ما يؤدي بدوره إلى عدم تحول هذه المثيرات إلى صور رمزية وإلى عدم انتظامها في جشطالت بناء الذات، وهذا ما يسبب له توترًا نفسيًا. (مهنا، 2010: 373)

هناك من يرى أن الإتجاه المعرفي لا يمثل مدرسة في علم النفس لتفسير الشخصية والسلوك الإنساني ويركز أصحاب هذه الرؤية على إعتبار التحليلية والسلوكية مدارس أساسية، في حين يرون الإنسانية قوة ثالثة بصفتها أحدث من المدرستين السابقتين، ولذلك فهي تعرف فعلا بالقوة الثالثة في علم النفس، ويرجع ذلك إلى نظرتهم للمعرفية كإتجاه يناقش جانبا من جوانب النمو والشخصية الإنسانية يتمثل في النمو المعرفي والعمليات العقلية، وإذا كان تأثير الإتجاه المعرفي مقصورا على ذلك فإن هذه الرؤية تصبح حقيقة، إلا أن الواقع في السنوات الأخيرة مخالف لذلك. فيلاحظ أن علم النفس المعرفي قد أثر في نظريات من مختلف الإتجاهات، فمثلا نجد تأثير هذا الإتجاه في نظرية سوليفان التحليلية ...، كما أن هناك نظريات معرفية قامت على أساس ما قدمه بياجيه في النمو المعرفي لتفسير جوانب من النمو الإجتماعي والأخلاقي ومنها نظرية ديمون (Damon)...، وهناك نظريات قامت على أساس الجمع بين الإتجاه المعرفي وإتجاهات أخرى (ليس مجرد تأثر) ومنها نظرية لافنجر (Loevinger)... ونظريات قامت على أساس معرفي بشكل أساسي لتفسير الشخصية والنمو الإنساني ككل ومنها على سبيل المثال نظرية كيجن (Kagen) في الشخصية (Evolving Self) ولكل ما سبق فإن الإتجاه المعرفي يعتبر واحدا من الإتجاهات الفاعلة بقوة في علم النفس المعاصر.

إن من أهم الإتجاهات المعرفية المعاصرة بحسب ما أشار إليه (الغامدي) يوجد إتجاه بياجيه (Piaget) في النمو المعرفي، إتجاه فيقاتسكي (Vygotsky)، نظريات المعالجة المعلوماتية (Information Processing Theory). ويعتقد أصحاب هذا الإتجاه بوجود تفاعل بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية حيث ركزوا على العمليات الإدراكية والأنشطة العقلية والذاكرة بدلا من التركيز على السلوك الظاهر كما هو الحال عند السلوكيين، وهم يرون أن الفرد الذي ينعدم لديه الشعور بالأمن يحاول أن يحمل الآخرين مسؤولية ذلك، مع إنكاره للواقع ومحاولة السيطرة عليه من خلال وضع نظام ومعنى له بأسلوبه الخاص. (ربيع وهادي، 2008: 237)

كما يؤكدون على أهمية التقييمات المعرفية في الشعور وعدم الشعور بالأمن، مقللين من دور المحددات الولادية، معتبرين التهديدات والضغوط التي يواجهها الفرد من المتغيرات المعجلة بعدم الشعور بالأمن، وتحدد تقييمات الفرد للتهديد على أساس الخبرات السابقة. (مناع، 2013: 42)

الفصل الثاني الامن النفسي

يربط المعرفيون شعور الفرد بالأمن النفسي بالتفكير العقلاني، بحيث يعتمد كل منهما على الآخر فالشخص السوي يعيش حياة نفسية طيبة بفضل طريقة تفكيره العقلانية، ومن هؤلاء أليز (Allis) وبولي (Bowlby)، وميلر (Miller) بحيث يذكرون أن الفرد يدرك كل موقف يقابله أو يتعرض له في حياته يمكن تفسيره على أنه معلومة جديدة وغريبة عن مخططه الإدراكي فلا يعرف كيف يتعامل معها، فتشكل له تهديداً ينجم عنه اضطراب في السلوك وهو ما يطلق عليه النماذج التصورية العقلية أو المعرفية، وهذه النماذج تشكل صيغة يستقبل بها المعلومات الواردة إليه من البيئة المحيطة عبر أعضاء الحس، كما تحدد تصوراتها عن نفسه وعن العالم والآخرين. (حبيب، 2013: 459)

1/4/9 - جان بياجيه (Piaget . J)

أما (بياجيه) فينظر للإنسان على أنه جزء لا يتجزأ من البيئة معتمداً في ذلك على المخططات وهي البنى العقلية المتكونة وراثياً، أو قوانين محددة تنظم معالجة المعلومات والسلوك. هذه المخططات تتكيف وتتغير وفقاً للإرتقاء العقلي وتعمل بوصفها إطارات وإدراكات توجيهية لتجارب الإتصال مع البيئة ويكون الإضطراب وعدم الشعور بالأمان نتيجة لخبرات الطفولة والبيئة التي يطور خلالها الفرد مخططات تكون فيها الذات والعالم والمستقبل في رؤية سلبية، وقد لا يتضح ذلك إلا بمواجهة الضغوط التي تنشط المخطط السلبي، جاعلة من المنظومة المعرفية السلبية أكثر سيطرة وذلك مدعاة لعدم الشعور بالأمن والطمأنينة. (مناع، 2013: 43)

2/4/9 - جون بولي (Bowlby . J)

لاحظ (بولي) أن وعي الطفل المتزايد خلال العامين الثاني والثالث بإقتراب إبتعاده عن الأم يثير لديه سلوكيات التعلق مثل البكاء أو الإحتجاج أو محاولة التعلق بها أو إتباعها. وهذه القدرة المتزايدة على تحمل الإنفصال المؤقت عنها هي بالفعل قدرة على الشعور بالأمن، وهذا على خلاف نظرية التحليل النفسي التي تشير إلى أن التعلق بمن يقدمون الرعاية ينشأ من دوافع أولية هي الطعام والشراب.... حيث أوضحت هذه النظرية أن سلوك التعلق لا ينشأ من إشباع دافع أولي إنما ينشأ من حاجة إلى الراحة في الإتصال. وهذا النوع من التعلق يكون بمثابة عامل للتنبؤ بنمو الشعور بالأمن حيث نجد الطفل يتفاعل بإيجابية مع من يرعاه حتى في البيئة غير المألوفة فإن الطفل يبدي مشاعر الإحساس بالأمن، وينمو ويتطور هذا الشعور بالأمن مع مراحل النمو. وهذا الشعور بالأمن يتم

الفصل الثاني الأمن النفسي

إدخاله كجزء من كيان الطفل ويصبح أكثر أمنا عند إنتقاله إلى العالم الخارجي مكونا علاقات مع الآخرين، مستكشفا ومتعلما من كل ما تقدمه له الحياة. وتوضح نظرية (بولبي) تأثير التفككات المبكرة للروابط في علاقات (الوالدين- الطفل) على نمو الوجدان وتنظيمه، فالطفل يقترب من والديه طالبا المساعدة والدعم الإنفعالي عندما يشعر بالخطر، وفي ضوء إستجابة الوالدين يتشكل نمط التعلق لدى الطفل ويمثل نمط التعلق قاعدة آمنة لدى الطفل للتعامل مع البيئة والآخرين، وبالتالي فإن قضايا التعلق في مرحلة الطفولة تستمر خلال مراحل النمو وتشكل أساسا للتوافق الشخصي والإجتماعي. (مظلوم، 2014: 11-12)

يفسر (بولبي) الشعور بالأمن النفسي معرفيا باعتباره أن كل موقف يقابله الفرد في حياته يمكن تفسيره من خلال النماذج التصورية أو المعرفية، وهي تشكل صيغة (Schema) يتم من خلالها إستقبال المعلومات الواردة إليه من المحيط، وتحدد تصوراته عن نفسه وعن الآخرين. فإذا ما كانت هذه النماذج إيجابية فهي تجعل نظرة الفرد لذاته ولمن حوله ولمستقبله إيجابية، وفي هذا السياق يشير إلى أن الطفل الذي يدرك حب والديه له، وتقديرهما له، واستجابتهما له بيولوجيا ونفسيا، فإنه سيكون نموذج تصوري إيجابي عن نفسه بأنه محبوب وذو قيمة ومحل ثقة ويستحق الرعاية، كما أن تصوره عن الآخرين سيكون إيجابيا بحيث أنه سيشعر بحبهم واحترامهم، وتقديرهم له، وثقتهم به، وسندهم له وقت حاجته إليهم، ما يشعره بالأمل والتفاؤل. في حين أن إدراك الطفل لعدم حب والديه له وعدم إحترامهما له، سيؤدي إلى تكوين نماذج معرفية سلبية عن ذاته ومستقبله وعن الآخرين أيضا.

(جاسم و خليل، 2009: 07-08)

5/9- إتجاهات أخرى

1/5/9- جوردن ألبورت (Gordon Allport)

يرى (ألبورت) أن ما يضيفي الشعور بالأمن على الفرد هو قدرته على مواجهة مشاكله بطرق فعالة دون الإصابة بالإحباط، وعدم الوقوع بكل سهولة فريسة للفوضى، وعدم ثبوت همته أو إختلال توازنه والقدرة على الإستفادة من خبراته الماضية، وتقبل الذات، والثقة بالنفس، وإمكانية تأجيل إشباع حاجاته وتحمل إحباطات حياته اليومية دون لوم الآخرين على أخطائهم أو ممارسة سلوك غير مرغوب فيه. (الخصري، 2003: 33)

خلال هذا الفصل تم التعرف على ماهية الأمن النفسي لغة واصطلاحاً، كما تم التعرف على علاقته ببعض المفاهيم منها (القلق، التوتر، التوازن الانفعالي، ..إلخ)، كما تناولنا فيه الحديث عن أهميته بالنسبة للفرد وللمجتمع، بإعتباره من أهم مقومات الحياة التي يتطلع إليها كل إنسان في كل زمان ومكان من مهده إلى لحده، وبالتالي فمن الضروري توفير السبل المساعدة على تحقيقه لدى الفرد كما تم التطرق إلى أهم النظريات النفسية التي تضمنته.

الفصل الثالث: جودة الحياة

. تمهيد

- 1- تعريف جودة الحياة
- 2- بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة
- 3- أبعاد جودة الحياة
- 4- مؤشرات جودة الحياة
- 5- مكونات جودة الحياة
- 6- مقومات جودة الحياة
- 7- مجالات جودة الحياة
- 8- مظاهر جودة الحياة
- 9- النظريات المفسرة لجودة الحياة
- 10- قياس جودة الحياة
- 11- أساليب تحقيق جودة الحياة

_ خلاصة الفصل

لا ريب في أن الكائن البشري لا تنحصر مقومات حياته في تأمين الحاجات الأساسية والضرورية لبقائه بل تتعدى ذلك إلى ما يشمل كل ما يحسن جودة الحياة للفرد، تتجلى بالأساس في قياس وفهم وبناء مكان القوة لدى الإنسانية وصولاً إلى توجيه الأفراد والجماعات والمجتمعات نحو السبيل الأفضل نحو الحياة المتوازنة والجيدة بالتركيز على التمكّن الشخصي وحسن الحال الذاتي في الحياة، وتختلف وجهات النظر حول مفهوم جودة الحياة وفقاً لذات الشخص، أي ما يدركه الشخص وفقاً للمتغيرات البيئية التي تحيط بنا والإمكانيات المادية والمعنوية ولذلك يمكن أن نعتبره مفهوم نسبي يختلف من إنسان إلى آخر وأصبح موضوع جودة الحياة في السنوات الأخيرة موضع اهتمام العديد من البحوث والدراسات وسوف نتطرق في هذا المحور إلى وجهات نظر مختلفة حول جودة الحياة.

(شيخي، 2004: 71)

1_ تعريف جودة الحياة

يعد مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المختلف على تعريفها بسبب اختلاف زاوية رؤية كل باحث إلى هذا المفهوم الواسع ولكن هناك تعريفات حاول الباحثون أن يعطوا من خلالها صورة أكثر شمولية لهذا المفهوم، وفيما يلي نورد بعض التعريفات لجودة الحياة. (الغامدي، 2016: 204)

1/ التعريف اللغوي

ذكر (الرازي، 1986) بأن معنى كلمة جود: أي جاد الشيء يجود _ جودة أي صار جيداً. وأجاد الشيء فجاد وجودة أيضاً تجويداً، وشاعر مجواد بالكسر أي يجيد كثير. (الرازي، 1986: 49) وعرف (ابن المنظور، 1999) جاد جودة وأجاد، أي أتى بالجيد من القول أو الفعل، والجيد نقيض الرديء. (ابن منظور، 1999: 135)

عرفها (الشرييني، 2003) على أنها هي التعبير عن الحالة الإيجابية من الصحة البدنية والنفسية والاجتماعية والاستمتاع بالحياة. (الشرييني، 2003: 66)

كذلك ذكر (حسن والمحرزي، 2006) أن موسوعة علم النفس تعرف جودة الحياة على أنها: مفهوم ذو أبعاد عديدة لخصت على أنها سبعة محاور تمثل في مجموعها جودة الحياة، وذلك لأغراض تيسير البحث والقياس وهي كالتالي: التوازن الانفعالي، حيث يمثل ضبط الانفعالات الايجابية والانفعالات السلبية، كالحزن والكآبة والقلق والضغط النفسية، والحالة الصحية للجسم والاستقرار المهني حيث يمثل الرضا عن العمل أو الدراسة بعداً هاماً في جودة الحياة، الاستقرار الأسري وتواصل العلاقات داخل البناء العائلي، استمرارية وتواصل العلاقات الاجتماعية خارج نطاق العائلة، الاستقرار الاقتصادي وهو ما يرتبط بدخل الفرد الذي يعينه على مواجهة الحياة، التواءم الجنسي ويرتبط ذلك بما يتعلق بصورة الجسم وحالة الرضا عن المظهر والشكل العام.

(حسن والمحرزي، 2006: 289_303)

3/ التعريف السيكولوجي

عرف بعض الباحثين جودة الحياة بناء على تقييمهم للأوضاع السائدة في البلدان وأغفلوا جانب إدراك الفرد لتلك الأوضاع وكيفية انعكاسها على مشاعره الداخلية، أي أنهم ركزوا على الجوانب الموضوعية للحياة ويتضمن البعد الموضوعي لجودة الحياة مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل: أوضاع العمل ، مستوى الدخل، المكانة الاجتماعية الاقتصادية، وحجم المساندة المتاح من شبكة العلاقات الاجتماعية، وسلك الباحثون في تعريفاتهم لجودة الحياة ثلاث اتجاهات وهي كالتالي: (الغامدي، 2016: 205)

أ- تعريفات ركزت على الجانب الموضوعي

حيث عرفها (صلاح، 2009) بأنها تطلع الفرد للرفاهية الاقتصادية، والدعم الاجتماعي وفرص الحياة الكريمة، والقدرة على استثمار المهارات والكسب المادي والحصول على الرعاية الصحية وغير ذلك من المتطلبات الأساسية الضرورية (صلاح، 2009: 135)

ب- تعريفات اعتمدت على بعد واحد من أبعاد جودة الحياة:

فهناك باحثين اعتمدوا في تعريفهم الحياة على بعد واحد من أبعاد جودة وأصحاب هذا الاتجاه اعتمدوا على الذاتية في الحكم على جودة الحياة هو إدراك الفرد لوضعه الحالي بصورة ذاتية.

حيث عرفنا هويدة وفوزية (2010) جودة الحياة بأنها تقييمات الفرد لجوانب حياته المختلفة، والتي تتضمن إدراكه لصحته العامة، ورضاه عن حياته وعن علاقاته الأسرية والاجتماعية، ونجاحه الأكاديمي، وشعوره بالسعادة أثناء ممارساته الدينية، واستمتاعه بشغل أوقات فراغه من خلال المنظومة الثقافية والقيمية التي يعيش فيها بما يتسق مع أهدافه للوصول إلى الكفاءة المطلوبة من حياته.

(محمود ، فوزية، 2010: 66)

ج- تعريفات اعتمدت على النظرة الموضوعية والذاتية للحياة:

وهو اتجاه أكثر شمولية من النظر إلى مفهوم جودة الحياة.

حيث عرف (منسي، محمود، وكاظم، علي، 2006) جودة الحياة بأنها مفهوم يشير إلى شعور الفرد بالرضا والسعادة، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

(منسي، وكاظم، 2006: 65)

تعريف منظمة الصحة العالمية (1995) جودة 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 استقلالته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية للظروف الحياتية. (مسعودي، 2015: 205)

أما فيما يتعلق بهذه الدراسة فإن المقصود بجودة الحياة هي: "تصور تلميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرأوي محمد بن محمد بولاية المنيعه لوضعه المعيشي في سياق نظم الثقافة والقيم السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه وعلاقته بإدراك أهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه".

2_ بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة:

1/ الحب وجودة الحياة:

قد يكون في وسعنا أن نقول أنه كلما بقي على ظهر البسيطة أناس يحبون وينجبون فستظل الحياة جديرة بأن تعاشر وسيظل الوجود نعمة تستحق التقدير على أي مستوى من الانسانية، فإننا لن نستطيع أن نعد (خبرة الحب) مجرد تجربة هامشية بل لابد لنا من الاعتراف بأنها تجربة مركزية أو محورية لأن الانسان لا تتاح له فرصة الحياة سوى مرة واحدة في هذه الحياة، لا يمكن أن يحيا وحيداً لكن لا يلبث أن يمضي وحيداً (كما جاء وحيداً) بل لابد من أن يجد نفسه مضطراً لتوسيع دائرة وجوده بالعمل على المشاركة في حياة الآخرين، لذا فإن الحب خبرة أصيلة تدخل في تكوين نسيج الوجود البشري بل انه القيمة الكبرى في الوجود الإنساني، وأن الدافع الأساسي لديمومة حياة الانسان هو رغبته في تحقيق الهدف الذي يصبو إليه أي تحقيق معنى لحياته والشعور بوجودها الذي يعد أعرق شيء يدفع الفرد نحو الحب ويمكن القول أيضا أنه أهم ظاهرة إنسانية يتم اكتشافها بواسطة الإنسان نفسه ويقول فرانكل: (الإنسان يستطيع أن يعطي معنى الحياة بالتمسك بما أسميه القيم المبدعة وإنجاز المطالب، ويعني أن تجربنا إنسانا واحداً مفرداً هو نخبه، والحب هو أقوى وأعلى هدف للكائنات البشرية وأن خلاص الانسان يكون عن طريق الحب وفي أن يحب). (الغزوي، 2010: 29_30)

2/ التفاؤل وجودة الحياة:

أشارت منظمة الصحة النفسية إلى أن التفاؤل هو عملية نفسية إرادية تولد أفكاراً ومشاعرًا للرضا والتحمل والثقة العالية بالنفس، وبالوقت نفسه تبعد عن الفرد حالات اليأس والعجز، فالشخص المتفائل يفسر مشاكله وأزماته تفسيراً يسراً بعث في النفس نوع من السكينة والطمأنينة والأمن، وهذا بدوره ينشط عند الفرد أجهزة المناعة النفسية والجسمية، وبذلك يعد التفاؤل هو الطريق الأمثل للسعادة الصحية النفسية والجسمية، كما أن نظرة الشباب إلى المستقبل لها تأثير واضح على مستوى طموحهم، فالفرد الذي له طموح عال نحو المستقبل يجد ذاته يعد دافعاً مؤثراً يدفع الفرد إلى العمل الجاد والمثابرة والأقدام على الحياة بشكل يجعله متفائلاً فيها، أما الفرد الذي ينظر للحياة نظرة بؤس ويأس فتكون نظرته تشاؤمية، وهذا ما يجعله متعاساً هارباً من الحياة. (رمضان، 2012: 36)

3/ الحرية وجودة الحياة:

الحرية خاصية مهمة للوجود الإنساني، والإنسان هو جوهر الذي يقرر ويختار بفضل الحرية التي تعني مواجهة الغرائز أو النزعة الموروثة، أي أنه يستطيع أن يتعامل بشكل إرادي وحر مع الظروف البيولوجية والاجتماعية، التي منها العلاقة بالآخرين أن الحرية وسيلة من وسائل وصول الفرد إلى جودة الحياة من خلال حريته في الاختيار وتقرير مصيره واختيار الأهداف التي تناسب امكاناته وميوله واهتماماته. (الجميل، 2008: 31)

3_ أبعاد جودة الحياة:

هناك عدة تقسيمات لتلك الأبعاد تناولتها نظريات أو منظمات أو باحثين وقد يكون من أشهر تلك التقسيمات للأبعاد ما يلي:

1. تقسيم نظرية (Ryff، 1989) التي تدور حول مفهوم السعادة النفسية إذ أن شعور الفرد بجودة الحياة ينعكس في درجة احساسه بالسعادة التي حددها بستة أبعاد يضم كل بعد ستة صفات تمثل هذه الصفات نقاط التقاء لتحديد معنى السعادة النفسية الذي يتمثل في وظيفة الفرد الإيجابية في تحسين مراحل حياته، وهذه الأبعاد هي:

البعد الأول: الاستقلالية وصفاته تتمثل بقدرة الشخص على ما يلي:

1. أن يقرر مصيره بنفسه.
2. أن يكون مستقلاً بذاته.
3. أن يكون قادر على مقاومة الضغوط الاجتماعية.
4. أن يتصرف بطرائق مناسبة.
5. أن يكون منظم في سلوكه.
6. أن يقيم ذاته بما يتناسب وقدراته الشخصية.

البعد الثاني: التمكّن البيئي ومن صفاته ما يلي:

1. الكفاءة الذاتية للفرد.
2. قدرة الفرد على التحكم وإدارة نشاطاته وبيئته.

3. قدرته على الإفادة من الفرص المتاحة لديه.
4. قدرته على اتخاذ الخيارات الملائمة لحاجاته النفسية والاجتماعية.
5. قدرته على اختبار قيمته الشخصية.
6. قدرته على التصرف بما يتناسب ومعايير مجتمعه.

البعد الثالث: النمو الشخصي ومن صفاته ما يلي:

1. شعور الفرد بالنمو والارتقاء المستمر.
2. إدراكه لتطور وتوسع ذاته.
3. انفتاحه للتجارب الجديدة.
4. إحساسه الواقعي بالحياة.
5. شعوره بتحسن ذاته وتطور سلوكه يومًا بعد آخر.
6. سلوكه يتغير بطرائق تزيد من معرفته وفاعليته الذاتية.

البعد الرابع: العلاقات الإيجابية مع الآخرين ومن صفاته ما يلي:

1. رضا الفرد عن علاقته الاجتماعية.
2. ثقته بالآخرين من حوله.
3. قناعته برفاهية الآخرين.
4. قدرته على التعاطف والتودد للآخرين.
5. اهتمامه بالتبادل الاجتماعي.
6. اظهاره للسلوك التواصلي مع الآخرين.

البعد الخامس: تقبل الذات ومن صفاته ما يلي:

1. اظهار الفرد توجهاً ايجابياً نحو ذاته.
2. قبوله بالسلمات أو الخصائص المكونة لذاته (السلبية والايجابية).
3. الشعور الإيجابي لحياته الماضية.
4. تفكيره الإيجابي لذاته المستقبلية.
5. يشعر بخصائص ذاته المميزة.
6. يظهر النقد الإيجابي لذاته.

البعد السادس: الهدف من الحياة ومن صفاته ما يلي:

1. أن يمتلك المعتقدات التي تعطي معنى للحياة الماضية والحاضرة.
2. أن يضع أهدافاً تجعل حياته ذات معنى في تحقيقها.
3. أن يسعى لتحقيق غاياته في الحياة.
4. أن تكون له القدرة على توجيه أهداف حياته.
5. أن يكون قادرًا على الإدراك الواضح لأهداف حياته.
6. أن يدرك أن صحته النفسية تكمن في احساسه بمعنى الحياة. (الغامدي، 2016: 207_208)

4_ مؤشرات جودة الحياة:

تتحكم في تحديد مؤشرات جودة الحياة عدة عوامل وهي تختلف من فرد لآخر وذلك حسب ما يراه من معايير لتقييم حياته.

وقد ظهر هذا الاختلاف جلياً في تباين التعريف الاصطلاحي للمفهوم من طرف الباحثين:

وتتمثل مؤشرات جودة الحياة حسب بعض الباحثين في:

1. القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
2. القدرة على التحكم.
3. الصحة الجسمانية والعقلية.
4. الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
5. المعتقدات الدينية _ القيم الثقافية والحضارية.
6. الأوضاع المالية والاقتصادية والتي عليها يحدد كل شخص ما هو الشيء الأهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة.

من جهته فقد حدد فلوفيلد (Falowfield ، 1990) مؤشرات لجودة الحياة فيما يلي:

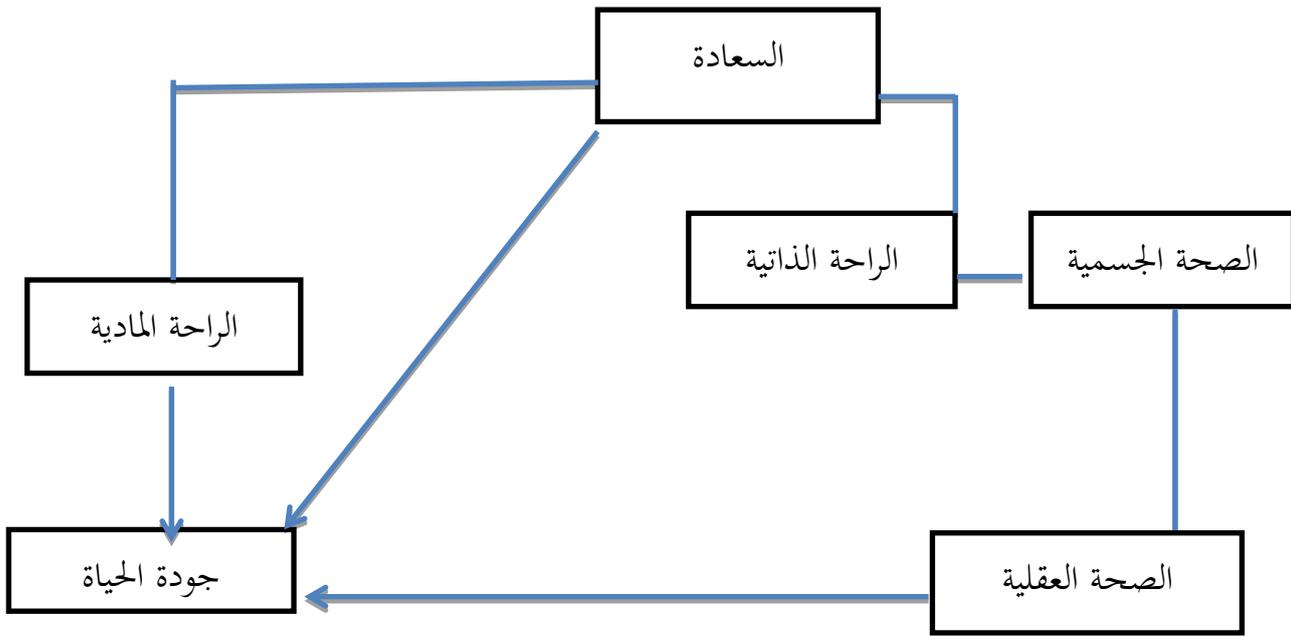
1. المؤشرات النفسية: وتبدي في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

2. المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلاً عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

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

4. المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، والتعايش مع الآلام، والنوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية.

كما وقد اقترح نوردنفالت (1994Nordenfelt) مخططاً يبين فيه وجهة نظره التي تتمثل في كون مفهوم جودة الحياة يكون بإدماج مختلف المؤشرات كالسعادة التي هي ذات أصل فلسفي، والراحة المادية والوجود الذاتي ذوي الأصل الاجتماعي والنفسي، والصحة الجسمية ذات الأصل الطبي بالإضافة إلى الصحة العقلية ويمكن إظهار ذلك من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (02) يبين مؤشرات جودة الحياة حسب نوردنفالت Nordenfelt

(حرطاني، 2014: 26_27)

1/ الرضا عن الحياة

الرضا عن الحياة هي سيرورات معرفية تشمل المقارنة بين حياة الفرد ومعايير المرجعية (القيم والأفكار).

حسب بافو وآخرون (1991) الرضا عن الحياة هو التقويم العام الذي يحمله الفاعل عن حياته.

ويرى ديننار (1994) Diener أن الرضا عن الحياة تعبر عن حكم واعي وشامل عن حياة الفرد، وقد تكون مجزأة في مجالات محددة (الجانب الوظيفي، العائلة، الهوايات، الصحة، الميزانية، الذات، الجماعة، الانتماء).

ويرى كوريغان (2001) Corrigan أن الرضا عن الحياة يتم تعريفها على أنها تقدير ذاتي لدى الشخص اتجاه حياته الحالية مقارنة بمستوى آماله وتطلعاته.

2/ السعادة

السعادة هي مصطلح فلسفي والتي تشير إلى حالة تعبر عن وجدان ايجابي وانفعالات ايجابية تطفو على الوجدان السلبي. ليتم تقييم اسم السعادة إلى الراحة النفسية الذاتية. فجودة الحياة الايجابية تعني غياب الوجدان السلبي وحضور الوجدان الايجابي والذي يتمثل في الرضا العام والشامل.

وبالنسبة لإيزنك (1990) Eysenk ، وبس (2000) Buss أن السعادة هي استعداد شخصي مستقر نفسياً والتي تصاحبها حالات انفعالية جيدة (فرح، لذة) وبعض المشاعر السلبية التي نادراً ما تتكرر مثل: الوجدان السلبي (الغيرة، القلق، الاكتئاب، الانزعاج).

3/ الراحة النفسية الذاتية

يتم تحديدها حسب غولو (2000) Rolland من خلال ثلاث شروط أساسية وهي:

- ذاتية بمعنى تقدير ذاتي الذي لا علاقة له مع شروط الحياة الموضوعية.
- ترتبط بالتقويم الايجابي الشامل للحياة أي الرضا عن الحياة.

- لا تتحدد بغياب الانفعالات السلبية كالقلق والاكتئاب، بمعنى ترتبط بالحضور الوجدان الايجابي. (فواظمية، 2018: 88_89)

6_ مقومات جودة الحياة

تعتبر جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من اعتبارات تقييم حياته، وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات الحياة وهي:

1. القدرة على التحكم.
2. الصحة الجسمانية والعقلية.
3. الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
4. القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
5. الأوضاع المالية والاقتصادية.
6. المعتقدات الدينية والقيم الثقافية. (خلاف، بوزيدي، 2018: 199_200)

7_ مجالات جودة الحياة

جودة الحياة هي جملة معقدة من مجموعة من المجالات المادية والنفسية والاجتماعية.

1/ المجال النفسي لجودة الحياة

بالنسبة لديوار Déware (1989) المكون النفسي لجودة الحياة يشمل الانفعالات والحالات الوجدانية الايجابية وبالنسبة للآخرين فهي مرادف لغياب الوجدان السلبي، مما يعني أنها مرادف للصحة النفسية أو للراحة النفسية الذاتية le bien – être subjectif والتي تعتبر مفاهيم أكثر شمولية من ناحية شمولها على سيرورات معرفية أي الرضا عن الحياة.

2/ المجال الفيزيائي لجودة الحياة

لقد قام الكتاب في هذا المجال بتصنيف مختلف جوانب الصحة البدنية والقدرات الوظيفية. حيث تتمثل الصحة البدنية في الطاقة، الحيوية، التعب، النوم، الراحة، الألم، ومؤشرات البيولوجية، وتتمثل القدرات الوظيفية في: المكانة الوظيفية، النشاط الفاعل، النشاطات اليومية.

3/ المجال الاجتماعي لجودة الحياة

تشكل العلاقات والنشاطات الاجتماعية للأفراد المجال الثالث الأكثر أهمية في جودة الحياة، ويتمثل المجال الاجتماعي لجودة الحياة في الحياة الاجتماعية وهي على عكس الانعزال أو العزلة الاجتماعية في مجالات متعددة كالعائلة، الصداقة، والمهنة، أو شبكة من العلاقات التي تحقق الاندماج الاجتماعي والوجداني ومن ناحية الكيفية فهي السند الاجتماعي داخل الوسط الاجتماعي.

أما فلاناكو (Flanagau 1982) فيعتبر أن التقييم الفردي لنشاطاته الاجتماعية تتمثل في: تقدير الذات، تحقيق الذات، النجاح والفشل وهو مؤشر على صحة الجانب الاجتماعي.

(فوطمية، 2018: 87_88)

8_ مظاهر جودة الحياة

يقترح عبد المعطي (2005) بأن لجودة الحياة خمس مظاهر وهي:

1. العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال.
 2. إشباع الحاجات والرضا عن الحياة.
 3. ادراك الفرد للقوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة.
 4. الصحة الجيدة والإحساس بالسعادة.
 5. جودة الحياة الوجودية: وهي الوحدة الموضوعية والذاتية لجوانب الحياة.
- ويذكر شالوك (Schalock 2002) أن هناك ثمانية مجالات لجودة الحياة وهي:

1. السعادة الانفعالية: الرضا، انخفاض الضغوط.
2. العلاقات بين الشخصية.
3. السعادة المادية.
4. النمو الشخصي: التعليم، الكفاءة، الأداء.
5. السعادة البدنية: الصحة.
6. تقرير المصير.
7. الاندماج الاجتماعي.

8. الحقوق البشرية. (الواوي، 2012: 39_40)

9_ النماذج النظرية لجودة الحياة:

1/ نموذج بيولز Bubolz:

يرى المنتمون لهذه النظرية أن جودة الحياة مفهوم واسع لوصف الراحة النفسية أو عدم الراحة النفسية عند الأشخاص ومحيطهم، ومن منظور الفرد فجودة الحياة تتجسد في درجة تلبية الحاجيات الفيزيائية، البيولوجية، النفسية والاقتصادية والاجتماعية، وهي حاجيات يتم اشباعها من خلال الموارد الموجودة في المحيط، فهي الدرجة التي بها المحيط له القدرة على تلبية الموارد الأساسية لتلبية حاجيات الفرد. وبهذا يتم قياس جودة الحياة بطريقة معيارية حسب السياق الاجتماعي الذي يوجد فيه الفرد.

2/ نموذج بيجيلو Bigelow:

يرتكز هذه النموذج في تفسير جودة الحياة على موقفين نظريين وهما نظرية جودة الحياة ونظرية الأدوار، فجودة حياة الفرد تركز على الشعور العام بالراحة (اشباع حاجاته) والكفاءة (تنشيط مهاراته) وهي الحاجات التي تحدث عنها ماسلو Maslou (1943) والتي تتمثل في الحاجات الفيزيولوجية والحاجة إلى الانتماء والتقدير وتقدير الذات، والمحيط يقدم إمكانيات مادية (مسكن) واجتماعية (الصدقة، الزوج، العمل) وهي امكانيات ترتبط بانتظارات وشروط الكفاءة. لا بد للفرد أن يستجيب لمتطلبات المجتمع على مهاراته المعرفية، الوجدانية، السلوكية والإدارية وعندما يعرف الفرد رضا واشباع يتوافق مع حاجاته ويتوصل إلى كفاءة ومهارة لإشباع هذه الأدوار يتكيف مع محيطه ويشعر بجودة حياة جيدة.

3/ نموذج غيش Reich وزوترا Zautra:

يرتكز هذا النموذج على قناعة أن جودة الحياة ترتبط بجملة الأحداث التي يعيشها الفرد، بمعنى أنه نموذج يرتكز على التأثير الوجداني والمعرفي لتجارب الفرد على جودة الحياة، ومن مبادئ هذه النظرية هو الضبط المعرفي Le contrôle- cognitif الذي يظهر في التزام الفرد لإتباع سلوك معين فالأفراد يتصرفون لإنجاز معين لأنهم يريدون ذلك فهذه الحرية هي حرية الاختيار لها تأثير كبير على طريقتهم في تفسير مسار حياتهم.

الوجدان الايجابي L' affect – positif يرتبط بمجموعة من الأحداث التي يسير عليها الفرد. فالمجهودات التي يبذلها الفرد مع متطلبات الحياة اليومية لها نتائج وتأثير على جودة الحياة، ومن الناحية الإجرائية دور الأحداث في جودة الحياة تظهر في شكل عملية أو سيرورة تقييمية تحمل ثلا مكونات وهي:

- الضغوطات التي يفرضها المحيط.
- الضغوطات المفروضة من الفرد (رغبات).
- استجابات الفرد اتجاه هذه الأحداث.
- مستوى الرضا وعدم الرضا التي يشعر بها الفرد من مسار هذه الأحداث. (عملية تقييم الأحداث).

4/ نموذج أندرو Andreus وأبيي Abbey :

تضع هذه النظرية العلاقة بين الراحة النفسية المدركة من طرف الفرد وجملة المؤشرات الاجتماعية. يفسر هذا النموذج أن هناك التفاعلات بين الأفراد والمحيط الاجتماعي والتي تؤثر على جملة من العوامل النفسية والاجتماعية والتي تؤثر بدورها على الحالات الداخلية، الاكتئاب، القلق التي تؤثر كذلك بدورها على الشعور بالراحة النفسية، فالعناصر الأساسية لهذا النموذج تتشعب فيما بينها تظهر في تحكم الآخرين في حياة الفرد وتحكم الفرد في ذاته والسند الاجتماعي والكفاءة.

ومن خلال تركيزنا على الاكتئاب Dépression والحصر Anxiété حدد أصحاب هذه النظرية فرضية أن القلق، الادراك والتحكم والسند الاجتماعي والكفاءة تؤثر على الاكتئاب Dépression والحصر Anxiété وهما وضعيتان تؤثران على جودة الحياة بمعنى أن الحصر والاكتئاب مرتبطين بإدراكات سلبية لجودة الحياة.

التحكم الداخلي، الكفاءة، المساندة مرتبطة بإدراكات ايجابية لجودة الحياة فالعلاقة بين الوجدان الايجابي والتحكم الداخلي والمساندة الاجتماعية والكفاءات هي علاقات أكثر قوة من نفس المفاهيم والوجدان السلبي.

5/ نموذج أبو سريع وآخرون (2006):

وضع هؤلاء نموذج نظري عربي لتقدير وتفسير جودة الحياة يعتمد على تصنيف المتغيرات المؤثرة في جودة الحياة وهي موزعة على بعدين متعامدين، كما هو موضح في الشكل



الشكل (03) : تصور أبو سريع وآخرون لمحددات جودة الحياة

يمكن تفسير المخطط بالاتي:

- أن البعد الأفقي يشمل توزيع محددات جودة الحياة، كونها من داخل الشخص أو خارجه، وتسمى « بعد المحددات الشخصية الداخلية في مقابل بعد المحددات الخارجية».
- أن البعد الرأسي يمثل توزيع تلك المحددات على وفق قياسها وتحقيقها وهي تتوزع بين الأسس الذاتية (المنظور الشخصي للفرد) والأسس الموضوعية التي تشمل الاختبارات والمقاييس التي تتيح للفرد موازنة نفسه بغيره أو بمتوسط جماعته المعيارية وعلى وفق هذا التصور، فإن مصطلح جودة الحياة يمثل ظاهرة متعددة الجوانب (صحية، واجتماعية، واقتصادية، ونفسية)، تتأثر بالنظام السائد في المجتمع فمثلاً على النظام السياسي، والتقاليد الاجتماعية، ومفهوم الرفاهية، ومعتقدات الأفراد

المختلفة ، كما تتمثل جودة الحياة في اشباع الحاجات الإنسانية سواء كانت هذه الحاجات مادية أو غير مادية، كما أن جودة الحياة تعتمد على بعض المؤشرات غير المادية مثل:

1. الرضا والقناعة.
2. التوافق النفسي، والاجتماعي، والصحي والأسري.
3. درجة الولاء والانتماء للأسرة والوطن.
4. مفهوم الذات والوعي بها.
5. درجة المرونة الفكرية وتقبل الآخر. (فواظمية، 2018: 89_93)

10. قياس جودة الحياة

يواجه الباحثون في مجالي علم النفس والقياس النفسي صعوبات في تحديد مفهوم اجرائي لجودة الحياة وقياسه بطريقة موضوعية، ويتوقف القياس الجيد لجودة الحياة على الوصف الدقيق للحياة الجيدة، والتعرف على مستويات الجودة. ويشير كند (Kind، 1994) أن هناك مشكلات عديدة لقياس جودة الحياة، ومن أهم هذه المشكلات هي صعوبة تحديد مفهوم جودة الحياة، أو عدم وجود معايير واضحة ومحددة لقياس هذا المفهوم، ويؤكد كاتشنج (Katsching، 1997) على أن المقاييس المتاحة لجودة الحياة تعتمد في تقويمها على محكي التقدير الذاتي والتقدير الموضوعي لهذه الجودة.

ويرى كلا من (كرينلي وكرينبرك، 1997، Greenley & Greenberg) أن غالبية الجهود التي بذلت لقياس جودة الحياة، تتضمن اعتبار المفهوم متعدد الأبعاد، ويتضمن إدراك الفرد للرضا عن الحياة ولذلك فهو يقاس من وجهة نظر الفرد، ويطلق عليه جودة الحياة الذاتية (SQOL)، بينما خصائص الموقف الذي يعيش فيه الفرد، يمكن قياسها بصورة موضوعية، ويطلق عليها جودة الحياة الموضوعية (OQOL)، إلا أن العديد من الدراسات تركز على أهمية الجوانب الذاتية في قياس جودة الحياة، وبعض الدراسات تحمل تمامًا الجوانب الموضوعية، كما أكد بعض الباحثين أنه عند قياس جودة الحياة، فإنه من المهم تقييم العلاقة ما بين الثقافة والعوامل الديمغرافية وبين جودة الحياة لأن الإدراك والتقييم لجودة الحياة ذا ارتباط وثيق مع الحدود الثقافية والديمغرافية والتي تختلف من مجتمع لآخر. (الكيسي، 2016: 437_438)

11_ أساليب تحقيق جودة الحياة

ترى (مجدي، 2009) أنه كي يستطيع الإنسان الشعور بجودة الحياة والوصول إليها، لابد أن تتضافر وتتوافر مجموعة من العوامل، تتمثل بالتالي:

1/ تحقيق الفرد لذاته وتقديرها

يعرف كلا من عبد الحميد، وكفافي (1995): مفهوم الذات على أنه فكرة الفرد وتقييمه لنفسه، بما تشمل عليه من قدرات وأهداف واستحقاق شخصي.

وتذكر (فرغلي، 1994): أن مفهوم الذات لدى الفرد يتكون من مجموعة من العوامل من أهمها: تحديد الدور، والمركز، والمعايير والاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي، واللغة، والعلاقات الاجتماعية.

ويرى الباحث أنه يجب على الفرد أن يدرك بأنه يمتلك الطاقات والقدرات، وعليه أن يقدر ذاته ويحترمها، وأن لا يقلل من قيمة نفسه ويستسلم لها، وعليه أن يعمل جاهداً على تحقيقها، على الرغم من وجود العقبات التي تعترضه في الحياة، فتحقيق الذات يعتبر بمثابة قمة الشعور والإحساس بالرضا عن الذات، ومن ثم شعوره بجودة الحياة.

2/ إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة:

ويذكر (غندور) 1999 أن البعض قد يرى أن لب موضوع جودة الحياة يكمن في دراسة 'ماسلو' عن الحاجات الإنسانية، والنظرية الاقتصادية للمتطلبات الإنسانية، ومن المعلوم لدى أهل التخصص في علم النفس أن تصنيف 'ماسلو' للحاجات الإنسانية يشتمل على خمسة مستويات متدرجة.

حسب أولوياتها وهي كالتالي:

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

وترى الطالبة بأن إشباع الحاجات الأساسية هي حاجات ضرورية لكل فرد من أفراد المجتمع بشكل عام وللمعاقين بشكل خاص، قد تتفاوت من فرد إلى آخر من حيث درجة تحقيقها وإشباعها، ولكنها حاجة يسعى الكل إلى تحقيقها، على الرغم من وجود بعض الظروف المحيطة بالفرد والتي تحول بين الفرد وبين تحقيق البعض من هذه الحاجات الضرورية للفرد، وقد يكون الفرد ليس له دخل فيها، إلا أن تحقيقها لا يتم إلا من خلال عملية متكاملة بين أفراد المجتمع والوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد.

3/ الوقوف على معنى إيجابياً للحياة:

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

- عمل شيء جديد أو القيام بعمل ما.
 - تجربة خبرات وقيم سامية مثل: الخير والحق والجمال.
 - الالتقاء بإنسان آخر في أوج تفرد الإنسان.
- ولقد حدّد فرانكل ثلاثة مصادر يستطيع الإنسان من خلالها تحقيق معنى حياته وهي كالتالي:
- وتشمل كل ما يستطيع الفرد انجازه، فقد يكون ذلك:

➤ القيم الإبداعية: Créative Values

وتشمل كل ما يستطيع الفرد انجازه، فقد يكون ذلك الانجاز عملاً فنياً أو اكتشافاً علمياً.

وتتضمن كل ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان.

➤ القيم الخبراتية: Expériential Values

وتتضمن كل ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان من خبرات حسية ومعنوية، وخاص ما يمكن أن يجل عليه من خلال الاستمتاع بالجمال، أو محاولات البح عن الحقيقة، أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب أو الصداقة، وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء.

➤ القيم الاتجاهية: Attitudinal Values

وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء معاناته التي لا يمكن أن يتجنبها كالمقدر أو المريض أو الموت.

فمعنى الحياة يمكن تحقيقه من خلال الاتجاه الذي يتخذه الإنسان حيال مواقف الألم والمعاناة التي لا يمكنه تجنبها في رحلته مع الحياة.

ويضيف كلا من سليمان، وفوزي، (1999) أن المسعى الرئيسي للإنسان هو تحقيق معنى لحياته، فالإنسان لا يسعى فقط ليشبع غرائزه، أو لتهيئة أفضل الظروف الاجتماعية ليعيشها، لأن هذا وحده لا يسعده ولا يرضيه، ولكنه يسعى ويهتم بأن يكون هناك معنى ومغزى لحياته، وهدفا وقيمة يتوجه إليها، ومن خلال هذا المعنى وتلك القيمة يجد الحياة بكل ما تحمله من كبد ومعاناة تستحق أن تعاش.

4/ توافر الصلابة النفسية:

ويعرفها حمزة (2002) «بأنها مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية، وهي خصال تضم الالتزام والتحدي والتحكم، والتي يراها الفرد على أنها خصال مهمة له تمكنه من مجابهة المواقف الصعبة والتصدي لها، وكذلك المواقف المثيرة للمشقة النفسية، والتي تمكنه من التعايش معها بنجاح».

ويرى الباحث بأن للصلابة النفسية دوراً مهماً في حياة الشخص المعاق، والتي تزرع في داخله روح التحدي والصمود، وتقوية عزمته، كما أنها تعمل على إمداد الفرد بامتلاكه المقدرة على تحمل الواقع المؤلم الذي يعيشه.

تشير شقير (2005) إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق والذي يشكل خطورة في خطورة الفرد، والذي يمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضاً يعيشها الفرد، والذي يجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر، ومن ثم شعوره بعدم الاستقرار، وقد تسبب له هذه الحالة شيئاً من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير، كالاكتئاب والاضطرابات النفسية العصبية الخطير. وتشير أيضاً إلى أن قلق المستقبل قد ينشأ على أفكار خاطئة وغير عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله، وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ؛ مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية، ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي، وقد يتسبب هذا القلق في حالة من عدم الثقة بالنفس، وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، وكذلك الخوف والذعر الشديد من المتغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل، مصحوباً بالتوقعات السلبية لما يحمله هذا المستقبل، ومن ثم الثورة النفسية التي تأخذ أشكالاً مختلفة كالخوف من المجهول المستقبل.

ويشير (حبيب، 2006) إلى وجود خطوات هامة يستطيع الفرد استخدامها من أجل الوصول إلى جودة الحياة وتمثل في التالي:

- بناء الوعي بضرورة الحاجة إلى التحسين والتطوير.
 - تحديد أهداف التحسين المستمر للأداء، وبناء تنظيم لتحقيق تلك الأهداف.
 - تنفيذ جوانب الجودة الحياتية.
- ويلخص حبيب، (2006) القول بأنه ينبغي أن يتبنى الفرد منظور التحسين المستمر لجوانب شخصيته، وأبعادها النفسية والعقلية والاجتماعية والثقافية والرياضية والدينية والجسمية كأسلوب حياة، مع تلبية احتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن، واستمراره في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلم التعاوني، بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية. (شخي، 2013: 98_102)

- خلاصة الفصل الثالث

خلال هذا الفصل تم التعرف على ماهية جودة الحياة من حيث التعريف اللغوي والقاموسي والسيكولوجي، كما تم التعرف على علاقته ببعض المفاهيم منها (الحب، التفاؤل، الحرية)، كما تناولنا فيه الحديث عن مكوناته ومؤشراته، باعتباره من أهم مقومات الحياة، كما تم التطرق إلى أهم النماذج النظرية التي تضمنته، وكيف يتم قياسها وأساليب تحقيقها.

القسم الثاني: الجانب الميداني للدراسة

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة

2. حدود الدراسة

3. أدوات الدراسة

4. الدراسة الاستطلاعية

أهداف الدراسة الاستطلاعية

مكان وزمان تطبيق الدراسة الاستطلاعية

عينة الدراسة الاستطلاعية وخصائصها

أدوات البحث في الدراسة الاستطلاعية

5. الدراسة الأساسية

مجتمع الدراسة

مكان وزمان تطبيق الدراسة الأساسية

عينة الدراسة الأساسية وخصائصها

6. الأساليب الإحصائية

7. إجراءات تطبيق الدراسة

خلاصة الفصل

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

تعتبر الدراسة الميدانية أهم جانب في البحوث والدراسات، ففيها يقوم الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على عينة بحثه للتحقق من فرضياته، ومنه جاء هذا الفصل ليتضمن عرضاً للإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي أتبعها الباحث في هذه الدراسة، حيث يحتوي الفصل على منهج الدراسة المتبع ومجتمع الدراسة الذي سُحبت منه العينة وأدوات الدراسة التي قمنا من خلالها بجمع المعلومات.

كما سنعرض في هذا الفصل حدود الدراسة وكلاً من الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية، ثم نقوم بوصف العينة المختارة في كل دراسة وكيفية اختيارها، إضافة إلى الحديث عن الأدوات المستخدمة في الدراسة وخصائصها السيكمترية، وفي الأخير نشير إلى أهم الأساليب الإحصائية المستعملة في هذه الدراسة.

1. منهج الدراسة

تندرج الدراسة الحالية ضمن البحوث والدراسات الوصفية التي تحاول وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها، حيث إنّ هذا الموضوع يحاول التعرف على الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا بولاية المنية لذلك اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي.

يعرّف المنهج الوصفي على أنه: "طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة، وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها"، ويعرّف كذلك على أنه: "وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية، فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة وحجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى". (دويدري، 2000: 183)

ويقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو عدة فترات، من أجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والمضمون، والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره. (عليان وغنيم، 2000: 43)

1.2. الحدود البشرية: أجريت الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ذكورا وإناثا المتدرسين في ثانوية بكاراوي محمد بن محمد ولاية المنية.

2.2. الحدود الزمنية: أجريت الدراسة خلال الفصل الثاني من الموسم الدراسي 2021/2022، ابتداء من (2022/02/09) إلى غاية (2022/03/12).

3.2. الحدود المكانية: أجريت الدراسة في ثانوية بكاراوي محمد بن محمد بولاية المنية.

3. أدوات الدراسة

لقياس متغيرات الدراسة المتمثلة في الامن النفسي وجودة الحياة تم الاعتماد على الأداتين التاليتين:

1.3. مقياس الامن النفسي (2012) "أحمد عبد الله الشريفين، منار سعيد بني مصطفى"

وصف المقياس: بهدف الكشف عن مستوى الأمن النفسي، تم بناء مقياس استنادا إلى عدد من المقاييس ذات العلاقة، ومن أبرزها: مقياس ماسلو (1973) Maslow للأمن النفسي، والمقاييس الواردة في دراسة دواني وديراني (1983)، المقاييس الواردة في دراسة اللبون (2010)، ودراسة الشرعة (2000)، ودراسة شنج ووينج (Wang & Zhang 2011)، ودراسة جروت (1999) Grout، ودراسة نصيف (2001). حيث تم اقتباس (28) فقرة بما يخدم مجالات المقياس والمحددة بالاستناد للأدب النظري وبعض الدراسات السابقة آنفة الذكر، وقد ترجمت جميع الفقرات المتبسة من المقاييس الأجنبية آنفة الذكر إلى اللغة العربية، وعرضها على (4) من المختصين في اللغة الإنجليزية، والتربية، وعلم النفس؛ وذلك للتحقق من دقة الترجمة، وقد تم الأخذ بالملاحظات التي أشار إليها المختصون، فقد بلغ عدد فقرات المقياس في صورته الأولية (36) فقرة موزعة على المجالات الآتية: الشعور بالأمن، والشعور بالانتماء، والشعور بالحب.

دلالات صدق المقياس وثباته الصدق الظاهري: للتأكد من ملاءمة المقياس، وصحة ترجمة بعض فقراته، ومناسبتها لتحقيق هدف الدراسة، تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، وذلك من خلال عرضه بصورته الأولية على لجنة من المحكمين مكونة من ثمانية متخصصين في مجالات القياس

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

والإحصاء التربوي، وعلم النفس الإرشادي، وعلم النفس التربوي، والتربية الخاصة، حيث أبدوا رأيهم في سلامة الصياغة اللغوية، ووضوح الترجمة وفقرات المقياس، ومدى ملاءمتها للمجال الذي تنتمي إليه، وإضافة أية ملاحظة من شأنها تعديل المقياس بشكل أفضل. وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، وكان أبرزها حذف 8 فقرات؛ لتداخلها مع فقرات أخرى في المقياس، وتعديل بعض الفقرات، لتصبح أكثر وضوحاً من حيث صياغتها وتعريفها من الإنجليزية إلى العربية. تكون المقياس في صورته النهائية من (28) فقرة موزعة على المجالات الآتية:

- المجال الأول: الشعور بالأمن، وتقيسه الفقرات من (1-11).
- المجال الثاني: الشعور بالانتماء وتقيسه الفقرات من (12-21).
- المجال الثالث: الشعور بالحب وتقيسه الفقرات من (22-28).

مؤشرات صدق البناء :

يهدف التحقق من صدق البناء تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (40) طالبا وطالبة من خارج عينة الدراسة، وحسبت معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المجال، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرة والدرجات على المقياس ككل.

خلص إلى أن قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجالات التي تنتمي إليها تراوحت بين (0.658.-0.373) كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية على المقياس ككل بين (0.630.-0.346).

وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه، وبالمقياس ككل عن (30) وبناءً على هذا المعيار، وفي ضوء هذه القيم فقد قبلت فقرات المقياس جميعها، وبالتالي تكون مقياس الأمن النفسي بصورته النهائية من (28) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات. كما حسبت قيم معاملات الارتباط البينية لمجالات مقياس الأمن النفسي، وقيم معاملات ارتباط المجالات بالمقياس ككل.

قيم معاملات الارتباط بين مجالات مقياس الأمن النفسي كانت مرتفعة، وتراوحت بين (0.655.-0.602) كما أن قيم معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس ككل كانت مرتفعة أيضاً، وتراوحت بين (0.870.-0.832). ويعد ذلك مؤشراً على صدق البناء للمقياس.

قدرت معاملات الثبات للمقياس بطريقتين:

أولاً: باستخدام معامل ثبات الاستقرار، فبهدف التحقق من ثبات المقياس المستخدم ودقة فقراته تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (40) طالباً وطالبة، مع مراعاة ألا يكون أفراد العينة الاستطلاعية ضمن أفراد عينة الدراسة الرئيسة، ثم أعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحسب معامل ثبات الإعادة (Retest Test) معامل ثبات الاستقرار، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الإعادة للمقياس ككل (0.95) وللمجالات الفرعية (0.93) (0.93) (0.91) على التوالي.

ثانياً: تقدير قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Alpha Cronbach) على أفراد العينة الاستطلاعية أنفسهم، حيث بلغت قيمة معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الوحدة النفسية (0.92) وهي قيمة عالية، وأما معاملات الثبات لمجالات المقياس فقد بلغت (0.91) (0.89) (0.90) على التوالي، ولكنها عالية أيضاً، وهي مؤشرات تدل على تمتع المقياس بدلالات اتساق داخلي (كمؤشر على الثبات) عالية.

تصحيح المقياس:

اشتمل المقياس على (28) فقرة، يجب عليها بتدرج خماسي يشتمل على البدائل التالية: (تنطبق بدرجة كبيرة جداً، وتعطى عند تصحيح المقياس (5) درجات، وتنطبق بدرجة كبيرة وتعطى (4) درجات، وتنطبق بدرجة متوسطة وتعطى (3) درجات، وتنطبق بدرجة قليلة وتعطى درجتين، ولا تنطبق وتعطى درجة واحدة).

وهذه الدرجات تنطبق على الفقرات الموجبة وهي الفقرات من (3. 11. 10. 7. 6. 5. 4. 28. 26. 24. 22. 21. 20. 16. 15. 14. 13. 12) في حين يعكس التدرج في الفقرات من (18. 17. 9. 8. 2. 1. 19. 23. 25. 27) وبذلك تتراوح درجات المقياس ككل بين (28-140) بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على زيادة الأمن النفسي لدى الطلبة.

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

وقد صنفت استجابات أفراد العينة إلى خمس فئات على النحو الآتي:

- فئة مستوى الأمن النفسي المنخفضة جداً، وتمثل في الحاصلين على درجة (1.49) فأقل.
- فئة مستوى الأمن النفسي المنخفضة، وتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (1,5_2,49) درجة.
- فئة مستوى الأمن النفسي المتوسطة، وتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (2,5_3,49) درجة.
- فئة مستوى الأمن النفسي المرتفعة، وتمثل في الحاصلين على درجة تتراوح بين (3,5_4,49) درجة.
- فئة مستوى الأمن النفسي المرتفعة جداً، وتمثل في الحاصلين على درجة (4.5) فأكثر.

3-2- أداة جودة الحياة :

جودة الحياة " الصورة المختصرة" الذي أعدته منظمة الصحة العالمية (1996) وقامت بتعريبه وتطويره أحمد (2008)، وقد أعد هذا المقياس ليقدم صورة مختصرة عن مستوى الجودة السائد في حياة الفرد.

ويتكون المقياس من (26) بند، منهما: بندين (02) لجودة الحياة العامة وللصحة العامة.

خطوات إعداد المقياس:

تم إعداد النسخة العربية من مقياس جودة الحياة باتباع الخطوات التالية:

أولاً: ترجمة المقياس

قامت أحمد (2008) بتعريب المقياس وترجمته إلى اللغة العربية وذلك بمساعدة اثنين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في اللغة الإنجليزية، وتم تعريب جميع عبارات المقياس، وبعد الانتهاء من ذلك قامت الباحثة بعرضه على أربعة من أساتذة علم النفس لتحكيم الصورة التي أعدت للغة العربية من حيث الصياغة اللغوية وبدائل الإجابة ومدى انتماء العبارة للبعد.

تكونت الصورة النهائية للمقياس من (26 عبارة)، منها (عبارتين) عن جودة الحياة العامة والصحة العامة، و (24 بند) موزعة على أربعة أبعاد فرعية للمقياس، كما يلي:

1. الصحة الجسمية Physical Health

يتكون من (07 أجزاء) (الأنشطة الحياتية اليومية، الاعتماد على العقاقير والمساعدة الطبية، القوة والاجتهاد، قابلية الحركة والتنقل، الألم والعناء، النوم والراحة، والقدرة على العمل) وبذلك يتكون هذا البعد من (07 بنود) لقياس جودة الصحة الجسمية وهي البنود التي أرقامها (3، 4، 10، 15، 16، 17، 18).

2. الصحة النفسية: Psychological Health

تتكون من 06 مجالات هي: (صورة الجسم والمظهر العام، المشاعر السلبية، المشاعر الايجابية، تقدير الذات، معتقدات الفرد الدينية والروحية، التفكير، التعليم، التذكر، التذكير) وبذلك يتكون هذا البعد من (06 بنود) وهي أرقامها (5، 6، 7، 11، 19، 26).

3. العلاقات الاجتماعية: Social Relationship

ويتضمن هذا البعد ثلاثة مجالات هي (العلاقات الشخصية، المساندة الاجتماعية، والنشاط الجنسي) وبذلك يتكون هذا البعد من (03 بنود) وهي التي أرقامها (20، 21، 22).

4. البيئة: Environment

ويتكون من (08 مجالات) هي (الموارد المادية، الحرية، الأمن والأمان المادي، الرعاية الصحية والاجتماعية: التوافر والجودة، البيئة الأسرية، الفرص المتاحة لاكتساب المعارف وتعلم المهارات، الاشتراك في وإتاحة الفرصة للإبداع/ النشاطات الترفيهية، البيئة الطبيعية (التلوث، الضوضاء، المرور، المناخ) ووسائل النقل. وبذلك يتكون هذا البعد من (08 بنود) وهي التي أرقامها (08، 09، 12، 13، 14، 23، 24، 25).

يتم الإجابة عن بنود المقياس وفقًا لمقياس متدرج تتراوح الدرجات عليه ما بين خمس درجات إلى درجة واحدة حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع في جودة الحياة.

ويتم حساب درجة كل بعد من الأبعاد الأربعة، بمتوسط مجموع درجات الفرد على البنود المكونة لكل بعد، ثم بعد ذلك تجمع متوسط درجات الفرد على الأبعاد الأربعة للحصول على الدرجة الكلية.

وقد استند الباحث في هذه الدراسة في تفسيره لنتائج الأداة لأسلوب ليكرت الذي يحدد درجة المبحوث على المقياس في ضوء درجة موافقته أو عدم موافقته على بنود المقياس، وتحدد الدرجة بإعطاء أوزان مختلفة للاستجابة، بحيث يستجيب المبحوث على ميزان أو متصل رتي متدرج يشتمل على خمس نقاط.

و لتحديد طول خلايا المقياس الخماسي (الحدود الدنيا والعليا)، تم حساب المدى (5-1=4)، ثم تقسيمه من (5) للحصول على طول الخلية الصحيح (5/4=0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي:

جدول (01) تحديد قيم تصحيح مقياس جودة الحياة (منخفض جدًا ... كبيرة جدًا)

الرقم	المستوى	الدرجة
01	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين 01-1.80	منخفض جدًا
02	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 1.80 - 2.60	منخفض
03	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 2.60 - 3.40	متوسط
04	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من 3.40 - 4.20	كبيرة

كبيرة جدًا	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين أكثر من	05
	5- 4.20	

رابعًا: تقنين المقياس

قامت أحمد (2008) بتقنين الصورة المختصرة لمقياس جودة الحياة على عينة من الراشدين (ن=11830) من (23 دولة)، من بين أفراد المجتمع العام وكذلك من بين نزلاء المستشفيات ودور الرعاية الصحية، وقد وجدت معاملات ارتباط مرتفعة دالة إحصائيًا (من 0.89 فأكثر) بين أبعاد الصورة المختصرة لمقياس جودة الحياة وأبعاد الصورة الكلية لنفس المقياس.

كذلك تم التحقق من القدرة التمييزية لعبارات المقياس، وتمتعه بالصدق التمييزي وصدق المحتوى وبالانساق الداخلي وبثبات إعادة الاختبار.

هذا فضلًا على أنه تم إعداد صور متعددة لهذا المقياس في العديد من بلدان العالم، وللتحقق من ثباته وصدقه فقد تم إعداده للبيئة الكورية والمليزية والتاوانية واليرانية والهندية والبرازيلية والاطالية والنروجية والأمريكية، كما استخدم في عدد هائل من الدراسات والبحوث على مستوى العالم.

وقد تم التحقق من كفاءة هذا المقياس من حيث ثباته وصدقه فيما يقيسه أو فيما وضع لقياسه من قبل أحمد (2008) على عينة مكونة من (50 فرد) من الذكور والإناث، من غير عينة الدراسة الرئيسية ممن تراوحت أعمارهم بين (20- 40 عام).

كما وقد تحققت أحمد (2008) من ثبت المقياس بطريقة إعادة الاختبار في صورته النهائية بعد (03 أسابيع) على عينة التقنين (ن= 50)، وكان معامل الارتباط بين التطبيقين (0.89) بمستوى دلالة (0.01)، وكذلك باستخدام طريقة " ألفا كرونباخ " على نفس عينة التقنين.

4_ الدراسة الاستطلاعية:

1.4. أهداف الدراسة الاستطلاعية: تهدف دراستنا الاستطلاعية إلى:

- التعرف على أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، والتأكد من توفر الخصائص المناسبة فيها واستعدادها للمشاركة.

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

- معرفة الزمن المناسب والوقت المستغرق لتطبيق المقياس.
 - التّحقّق من صلاحية أداة التي يمكن استخدامها في الدّراسة الأساسيّة، من حيث مدى وضوح عباراتها وسلامة تعليماتها.
 - دراسة الخصائص السّيكومترية للأداة من حيث صدقها وثباتها، والتّأكد من صلاحيتها للتّطبيق في الدّراسة الأساسيّة.
 - التّعرّف على الصّعوبات والعوائق التي تحول دون التّطبيق السّهّل والمناسب للمقياسين قصد تجاوزها في التّطبيق الأساسي.
 - التّعرّف على الإمكانيات المتوفّرة لتطبيق الدّراسة الأساسيّة.
- ### 2.4. مكان وزمان تطبيق الدّراسة الاستطلاعية:

تمّ إجراء الدّراسة الاستطلاعية على تلاميذ السّنة الثالثة ثانوي بثانوية بكراوي محمّد بن محمّد. بولاية المنية. خلال الفصل الثّاني من الموسم الدّراسي 2022/2021 ابتداء من (2022/01/09) إلى غاية (2022/02/11).

3.4. عينة الدّراسة الاستطلاعية وخصائصها:

عينة الدّراسة هي عبارة عن: "مجموعة جزئية من مجتمع الدّراسة يتم اختيارها بطريقة معيّنة وإجراء الدّراسة عليها، ومن ثمّ استخدام تلك النّاتج وتعميمها على كامل مجتمع الدّراسة الأصلي".

(عبيدات وآخرون، 1999: 84)

وعينة الدّراسة الاستطلاعية في دراستنا تكوّنت من (50) تلميذ وتلميذة من تلاميذ السّنة الثالثة ثانوي بثانوية بكراوي محمّد بن محمّد. بولاية المنية. تمّ اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية.

4.4. أداة البحث في الدّراسة الاستطلاعية:

يعرّف "صالح بن محمّد عساف" أداة الدّراسة بأنّها: "مصطلح منهجي تعني الوسيلة التي يجمع بها الباحث المعلومات اللاّزمة للإجابة على أسئلة الدّراسة واختبار فروضها". (غربي، 2014: 156)

وقد تمّ الاعتماد في هذه الدّراسة على مقياسي الامن النفسي وجودة الحياة اللذان ذكرا سابقا.

1.4.4. الخصائص السيكومترية لمقياس الامن النفسي :

صدق الاتساق الداخلي:

لمعرفة هذا النوع من الصدق تم تطبيق الاستبيان على أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية ومن خلال النتائج المتحصل عليها من إجابات أفراد العينة تم حساب معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس.

الجدول رقم:(02) معامل ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس

الرقم	الفقرات	معامل الارتباط	قيمة المعنوية
1	أشعر بالتهديد عندما أتعرض للإنتقاد.	0.0	0.80
2	أتجنب التعرض للمواقف المزعجة.	0.32	*0.02
3	أنا راض (ي ة) عن نفسي.	0.44	**0.00
4	لدي إيمان كاف بقدراتي.	0.26	0.05
5	أقبل ما لدي من قدرات عقلية.	0.35	*0.01
6	أعتبر نفسي شخصاً سعيداً في الحياة.	0.45	*0.00
7	أشعر أنني أتمتع بصحة جيدة.	0.50	**0.00
8	أكره العيش في هذا العالم.	0.11	0.44
9	يجرح شعوري بسهولة.	0.04	0.74
10	أتصرف بثقة تامة في المناسبات الاجتماعية.	0.53	**0.00
11	أعتقد أن طفولتي كانت سعيدة.	0.44	**0.00
12	أستطيع الانسجام مع الآخرين.	0.69	**0.00
13	يمكنني الوثوق بالآخرين.	0.14	0.31

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

14	أحب للآخرين ما أحب لنفسي.	0.39	**0.00
15	أكره أن أكون وحدي.	0.25	0.07
16	أشعر بالاطمئنان بوجود الآخرين.	0.37	**0.02
17	أشعر بأن الآخرين لا يقدرّون عمالي.	0.20	0.16
18	أشعر بأنني عديم (ة) الفائدة في هذه الحياة.	-0.04	0.74
19	أنزعج عندما أرى الآخرين مسرورين.	0.06	0.65
20	لدي عدد كبير من الأصدقاء.	0.24	0.08
21	أتفاعل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية.	0.48	*0.00
22	يظهر الآخرون احترامهم لي.	0.53	**0.01
23	أشعر بأنني عبء ثقيل على الآخرين.	0.16	0.26
24	أشعر بالمودّة والمحبة نحو الآخرين.	0.56	**0.00
25	أشعر أن الحياة مجرد هم وتعب.	0.13	0.33
26	يعاملني الآخرون بكل عدل واحترام.	0.55	**0.00
27	أعتقد أنني متقلب (ة) المزاج.	0.30	**0.00
28	أشعر بالمتعة رغم وجود مشكلات في حياتي.	0.37	**0.06

يشير الجدول السابق إلى صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس الأمن النفسي، هذا النوع من الصدق يهتم بتحليل الداخلي للاختبار نفسه فيجمع معلومات عن محتوى الاختبار والعمليات المستخدمة في الاستجابة لمفرداته والارتباطات بين مفردات الاختبار، حيث قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط لكل فقرة مع المحور الخاص بها فأظهر الجدول رقم (02) معاملات ارتباطه مقبولة حيث تراوحت الفقرات المقبولة ما بين 0.30 إلى 0.69 وكلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 كما وهناك من هي دالة عند 0.01

- ثبات مقياس الأمن النفسي :

يشير الثبات إلى "مدى اتساق نتائج الاستبيان، فإذا حصلنا على درجات متشابهة عند تطبيق نفس الاختبار على نفس المجموعة مرتين مختلفتين، فإننا نستدل على ثباتها، قام الطالب بحساب ثبات الاستبيان في هذه الدراسة بطريقة استخراج معامل ألفا كرونباخ مع حذف العبارات الغير ثابتة.

الجدول رقم (03) يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لمقياس الأمن النفسي

المقياس	الدرجة الكلية للمقياس
معامل (الفا كرونباخ)	0.75
عدد العبارات	16

المصدر: من إعداد الطالبة بالاعتماد على مخرجات spss

الجدول رقم (03) يمثل معامل الثبات ألفا كرونباخ لمحاور مقياس الأمن النفسي حيث قمنا بتطبيق المقياس على عينة تجريبية متكونة من 50 فرد ثم حساب معامل ألفا كرونباخ ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمقياس الثبات، حيث بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس 0.75. وهو معامل جيد ومنه نقول أن الاستبيان ثابت وصالح للتطبيق على العينة حيث يشير عوض (1998) أنه كلما وصل معامل الثبات بين +0.70 و +0.90 دل ذلك على ثبات مرتفع، وإذا قل عن 0.70 يعتبر منخفضاً وهذا يعني عدم توافر الثبات (عوض، 1998: ص55)

2.4.4. الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة :

- صدق الاتساق الداخلي:

لمعرفة هذا النوع من الصدق تم تطبيق الاستبيان على أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية ومن خلال النتائج المتحصل عليها من إجابات أفراد العينة تم حساب معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس .

الرقم	الفقرات	معامل الارتباط	قيمة المعنوية
1	ما هو تقديرك (ي) لمستوى معيشتك (جوة حياتك)؟	0.67	**0.00
2	ما مدى رضاك (ي) عن وضعك الصحي بشكل عام؟	0.30	*0.02
3	إلى أي حد تشعر(ي) بأن الوجد (الألم) يمنعك (ي) من القيام بالأعمال التي تريدها؟	- 0.33	0.00
4	ما مقدار العلاج الطبي(الرعاية الطبية) التي تحتاجها لتتمكن من القيام بأعمالك اليومية؟	0.31	*0.00
5	ما مدى استمتاعك(ي) بالحياة؟	0.49	**0.00
6	ما مدى شعورك(ي) بأن حياتك ذات معنى وقيمة؟	0.62	**0.00
7	كم أنت قادرة(ة) على التركيز؟	- 0.15	0.00
8	ما مدى شعورك(ي) بالأمان في حياتك اليومية؟	0.53	**0.00
9	إلى أي حد تعتبر(ي) البيئة المحيطة بك(ي) صحية ومناسبة لك؟	0.24	0.00
10	هل لديك(ي) طاقة كافية لمزاولة الحياة اليومية؟	0.60	**0.00
11	هل أنت قادرة(ة) على تقبل مظهرك الجسدي الخارجي؟	- 0.08	0.00

**0.00	0.55	هل لديك(ي) من المال ما يكفي لتلبية احتياجاتك؟	12
**0.00	0.69	هل تتوفر لك(ي) المعلومات التي تحتاجها في حياتك اليومية؟	13
**0.00	0.36	إلى أي مدى لديك(ي) الفرصة للأنشطة الترفيهية؟	14
*0.02	0.31	كم أنت قادرة(ة) على التنقل والتجوال؟	15
0.28	0.15	ما مدى رضاك(ة) عن نومك؟	16
0.08	0.24	ما مدى رضاك(ي) عن قدرتك على القيام بنشاطاتك وواجباتك اليومية؟	17
*0.01	0.35	ما مدى رضاك(ي) عن قدرتك على العمل؟	18
0.71	0.05	ما مدى رضاك(ي) عن نفسك؟	19
0.07	0.25	ما مدى رضاك(ي) عن علاقاتك الشخصية؟	20
*0.03	0.29	ما مدى رضاك(ي) عن حياتك الجنسية؟	21
0.30	0.14	ما مدى رضاك(ي) عن الدعم أو المساعدة من الأصدقاء؟	22
**0.00	0.40	ما مدى رضاك(ي) عن سكنك أو المكان الذي تعيش فيه؟	23
*0.00	0.30	ما مدى رضاك(ي) عن الخدمات الصحية المتوفرة لك بعد العملية؟	24
**0.00	0.41	ما مدى رضاك(ي) عن وسائل مواصلاتك؟	25

0.75	- 0.04	كم من المرات كانت عندك(ي) مشاعر سلبية مثل: الحزن، اليأس، خيبة الأمل، القلق، الاكتئاب؟	26
------	-----------	---	----

يشير الجدول السابق إلى صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس جودة الحياة، هذا النوع من الصدق يهتم بالتحليل الداخلي للاختبار نفسه فيجمع معلومات عن محتوى الاختبار والعمليات المستخدمة في الاستجابة لمفرداته والارتباطات بين مفردات الاختبار، حيث قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط لكل فقرة مع المحور الخاص بها فأظهر الجدول رقم(04) معاملات ارتباطه مقبولة حيث تراوحت الفقرات المقبولة ما بين 0.29 الى 0.69 وكلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05

- ثبات مقياس:

يشير الثبات إلى "مدى اتساق نتائج الاستبيان، فإذا حصلنا على درجات متشابهة عند تطبيق نفس الاختبار على نفس المجموعة مرتين مختلفتين، فإننا نستدل على ثباتها، قامت الطالبة بحساب ثبات الاستبيان في هذه الدراسة بطريقة استخراج معامل ألفا كرونباخ مع حذف العبارات الغير ثابتة.

الجدول رقم (05) يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لمقياس جودة الحياة

المقياس	الدرجة الكلية للمقياس
معامل α (الفا كرونباخ)	0.76
عدد العبارات	16

المصدر: من إعداد الطالبة بالاعتماد على مخرجات spss

الجدول رقم (05) يمثل معامل الثبات ألفا كرونباخ لمحاور مقياس جودة الحياة حيث قمنا بتطبيق المقياس على عينة تجريبية متكونة من 50 فرد ثم حساب معامل ألفا كرونباخ ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لقياس الثبات، حيث بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس 0.76. وهو معامل جيد ومنه نقول أن الاستبيان ثابت وصالح للتطبيق على العينة حيث يشير عوض

الفصل الرابع _____ إجراءات الدراسة الميدانية (1998) أنه كلما وصل معامل الثبات بين +0.70 و +0.90 دل ذلك على ثبات مرتفع، وإذا قل عن 0.70 يعتبر منخفضاً وهذا يعني عدم توافر الثبات (عوض، 1998: 55)

4. الدراسة الأساسية

1. مجتمع الدراسة: يتألف مجتمع الدراسة من التلاميذ المسجلين في السنة الثالثة ثانوي المتدربين في ثانوية بكاروي محمد بن محمد. بولاية المنيعه.

2. مكان وزمان تطبيق الدراسة الأساسية: تم إجراء الدراسة الأساسية على تلاميذ السنة الثالثة بثانوية ثانوية بكاروي محمد بن محمد التابعة لمديرية التربية لولاية المنيعه، خلال الفصل الثاني من الموسم الدراسي 2022/2021، ابتداء من (2022/02/12) إلى غاية (2022/03/12).

3. عينة الدراسة الأساسية وخصائصها

حجم العينة: بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (160) تلميذا وتلميذة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من الموسم الدراسي 2022/2021، الذين تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل من ثانوية بكاروي محمد بن محمد. بولاية المنيعه.

خصائص العينة: توضح الجداول التالية توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس نلخص:

الجدول رقم (06) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس

المجموع	ثانوية بكاروي محمد بن محمد. بولاية المنيعه.		اسم الثانوية
160	79	الذكور	عدد التلاميذ
	81	الإناث	
	160	المجموع	
	49	الذكور	
	51	الإناث	

الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية

النسبة المئوية	المجموع	100	100%
----------------	---------	-----	------

من خلال الجدول (06) نلاحظ أنّ عدد التلاميذ قدر ب 160 أي بنسبة 100% بحيث ان عدد الذكور هو 79 تلميذ بنسبة 49% و عدد الاناث 81 أي بنسبة 51%.

الجدول رقم (07) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص

النسبة المئوية	عدد التلاميذ	الشعب
43%	68	الشعب العلمية
57%	92	الشعب الأدبية
100%	160	المجموع

من خلال الجدول (07) نلاحظ أنّ عدد التلاميذ في الشعب الأدبية هو (92) تلميذا وتلميذة بنسبة (57%) وهي نسبة أكبر من عدد تلاميذ الشعب العلمية.

الفصل الرابع _____ إجراءات الدّراسة الميدانيّة الأساليب الإحصائيّة

بعد تجميع الاستبيانات، تم إدخال بياناتها في برنامج الرزم الاحصائية للعلوم الإجتماعية (spss) وتم تحليل النتائج عن طريق الاختبارات الاحصائية المناسبة، وهذا بهدف التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة من جهة، ومن جهة أخرى بهدف إختبار الفرضيات المصاغة.

على هذا الأساس تمثلت أدوات المعالجة الإحصائية التي تم الإستعانة بها فيما يلي:

- النسب المئوية.
- التكرارات.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار "ت" للفروق بين مجموعتين مستقلتين.
- معامل الثبات "ألفا كرو نباخ".
- اختبار تحليل التباين الأحادي.
- معامل الارتباط "بيرسون".

الفصل الخامس: عرض وتفسير نتائج الدراسة

1. عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى
2. عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية
3. عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
4. عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
5. عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
6. عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة
7. عرض وتفسير نتائج الفرضية السابعة

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

بعد تطبيق أدوات الدراسة وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً، والتي تعتبر عملية مهمة جداً في أيّ دراسة علمية، إذ من خلالها يتم الوصول إلى نتائج الدراسة، وفي هذا الفصل سنعرض النتائج الخاصة بكلّ فرضية وتفسيرها، وفي الأخير نختم الدراسة باستنتاج عام.

يتضمن هذا الفصل عرض وتفسير نتائج الدراسة الميدانية كما أفرزتها المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصّل عليها بعد تطبيق الأدوات على عينة الدراسة الأساسية، ولاختبار فرضيات الدراسة تمّ استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة والمتمثلة في معامل بيرسون واختبار "ت" ومعامل الارتباط ثنائي الاتجاه لمعرفة مدى صدق التوقعات المعبر عنها من خلال كلّ فرضية من فرضيات الدراسة.

1) عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى

تنصّ الفرضية الأولى على أنّ: " مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنوية بكرابي محمد بن محمد المنيع مرتفع".

للإجابة عن الفرضية تم اعتماد المحك التالي :

الجدول رقم (08) يمثل المحك المعتمد في الدراسة

المستوى	المتوسط	طول الخلية * عدد الفقرات	طول الخلية
منخفض جدا	92.63	48.33-----27	من 1.79--01
منخفض		69.93-----48.6	من 2.59--1.80
متوسط		91.53-----70.02	من 3.39--2.60
مرتفع		113.13---91.80	من 4.19--3.40
مرتفع جدا		135-----113.4	من 5.00--4.20

المصدر: pimental.2010.p111

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

يظهر لنا الجدول رقم (08) المحك الذي اعتمدهنا في تحديد مستوى الأمن النفسي، فكلما تحصل أفراد العينة أثناء إجاباتهم على متوسط يتراوح من 24 إلى 48.33 فإننا نحكم على أن هذه المستوى منخفض جدا من الأمن النفسي وكلما فاق المتوسط 91.80 فإننا نعتبر هذا المستوى مرتفع وعند حساب متوسط استجابة أفراد العينة على كل المقياس تحصلنا على قيمة (92.63) وهي قيمة تقع في المستوى المرتفع .

وبالتالي نقول أن الفرضية قد تحققت أي أن (مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنيع مرتفع).

1.1/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الاولى:

من خلال المعالجة الاحصائية توصلنا إلى أن مستوى الامن النفسي لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد بالمنيع مرتفع.

يمكن ارجاع شعور التلاميذ بمستوى مرتفع من الأمن النفسي إلى المحيط الذي يعيشون فيه سواء كان هذا المحيط أسرهم أو الثانوية أو رفاقهم الذي كان له دور كبير في شعورهم بمستوى مرتفع من الأمن والذي عبروا عنه من خلال عدم شعورهم بالتهديد النفسي، وبالرضا عن النفس، والثقة فيها، وبالإيمان بما لديهم من قدرات وتقبلها، وبتمتعهم بصحة جيدة، وشعورهم بالسعادة في هذه الحياة، وأيضا بشعورهم بالانتماء الذي عبروا عنه من خلال (قدرتهم على الانسجام والتفاعل مع المحيطين بهم، وبالاطمئنان والثقة فيهم، وبأن لهم عدد كبير من الاصدقاء)، وبشعورهم بالحب الذي عبروا عنه من خلال (استشعارهم لاحترام الآخرين لهم وتعاملهم معهم بكل عدل، وبعدم شعورهم بأنهم عبء عليهم، وبشعورهم بالمودة نحوهم).

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع كل من: دراسة (مهنا بشير عبد الله، 2010)، الذي تمحورت دراسته حول الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب معهد اعداد المعلمين في نينوى حيث أسفرت نتائج الدراسة إلى تمتع طلاب هذا المعهد بالأمن النفسي حيث كان متوسط درجات الطلاب أعلى من المتوسط النظري للمقياس، حيث أن الدرجات العالية تدل على الشعور بالأمن النفسي والدرجات المنخفضة تدل على عدم الشعور بالأمن النفسي كما أن متوسط درجات

الفصل الخامس _____ عرض وتفسير نتائج الدراسة

الطلاب على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي أعلى من المتوسط النظري للمقياس وبالتالي ارتباطها بعلاقة موجبة (طردية) مع درجاتهم بالشعور بالأمن النفسي.

وأيضاً دراسة ل(عطية، 1994)، هدفت إلى معرفة الحاجات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة الإسكندرية، حيث أظهرت النتائج أن أهم الحاجات النفسية لدى العينة هي الحاجة إلى الأمن النفسي.

وتختلف مع الدراسات التالية: دراسة ايداد مُجد أقرع 2005 التي توصلت إلى وجود مستوى منخفض من الأمن النفسي لدى الطلبة والذي قدر بنسبة 49.9%.

وايضاً دراسة شنج ووينج (Zhang & Wang.2011) التي أشارت إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى متوسط من الأمن النفسي في الجامعات الصينية، ودراسة (سعد، 1998) التي أشارت إلى أن لدى طلبة الجامعات السورية مستوى متوسط من الشعور بالأمن النفسي.

نرجع هذا الاختلاف لطبيعة العينة وايضاً البيئة المختلفة.

(2) عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية

تنصّ الفرضية الثانية على أنّ: " مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنوية بكَراوي مُجّد بن مُجّد المنيعَة مرتفع".

للإجابة عن الفرضية تم اعتماد المحك التالي :

الجدول رقم (09) يمثل المحك المعتمد في الدراسة

المستوى	المتوسط	طول الخلية * عدد الفقرات	طول الخلية
منخفض	55	43.16-----26	من 1.66--01
متوسط		60.58----43.42	من 2.33--1.67
مرتفع		78-----60.84	من 3.00—2.34

المصدر: pimental.2010.p111

يظهر لنا الجدول رقم (09) المحك الذي اعتمدهنا في تحديد مستوى جودة الحياة، فكلما تحصل أفراد العينة أثناء إجابته على متوسط يتراوح من 26 إلى 43.16 فإننا نحكم على أن هذه المستوى منخفض وكلما فاق المتوسط 60.84 فإننا نعتبر هذا المستوى مرتفع وعند حساب متوسط استجابة أفراد العينة على كل المقياس تحصلنا على قيمة (55) وهي قيمة تقع في المستوى المتوسط وبالتالي نقول أن الفرضية لم تتحقق أي أن (مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنوية بكَراوي مُجّد بن مُجّد المنيعَة متوسط).

1.2 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

توصلنا الى ان مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنوية بكَراوي مُجّد بن مُجّد المنيعَة متوسط.

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

ويمكن تفسير هذه النتائج الى مجموعة من الأسباب، من بينها : شهادة البكالوريا وما يعيشه التلميذ في هذه المرحلة.

وايضا ان الثانوية كمؤسسة تعليمية لازالت تعاني من نقص في الخدمات الموجهة للتلاميذ: نوادي الترفيه والرياضة التي تمارس فيها النشاطات اللاصفية، وكذلك الخدمات المتعلقة بتكنولوجيا المعلومات، وايضا جانب الخدمات الارشادية نجد نقص في هذا الجانب.

تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (حسن والمحززي وابراهيم، 2008) والتي أشارت إلى وجود مستوى متوسط من جودة الحياة.

وتختلف مع دراسة (البهادلي وكاظم، 2008) استهدفت معرفة جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان التي تم القياس بمقياس ذات ستة أبعاد وقد اشارت النتائج بشكل عام إلى أن مستوى جودة الحياة مرتفعاً في بعدين من أبعاد جودة الحياة هما جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، ومتوسط في بعدين هما: جودة الصحة العامة وجودة شغل ووقت الفراغ، ومنخفض في بعدين هما جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي.

كما تختلف أيضا مع دراسة (بعلي مصطفى وجعلولي يوسف، 2018) التي توصلت إلى أن مستوى جودة الحياة لدى طالبات قسم علم النفس مرتفع.

3) عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

تنصّ الفرضية الثالثة على أنّه: " يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي مُجّد بن مُجّد المنيعَة باختلاف الجنس".

الجدول رقم (10): اختبارات تاست لإيجاد الفروق بين المتوسطات

يظهر الجدول رقم (10) العدد الكلي للتلاميذ والمتوسط الحسابي المتقارب بين الذكور والإناث

المتغيرات الإحصائية	المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة تاست	الدلالة المعنوية
الذكور	الجنس و الأمن النفسي	79	91.93	6.25	148.64	-1.18	0.23
		81	93.30	8.29			
الإناث							

حيث بلغ 91.93 عند الذكور و 93.30 عند الإناث كما يبين الجدول أيضا قيمة (ت) لعينتين مستقلتين حيث بلغت -1.18 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يجعلنا نرفض الفرض الذي افترضناه ونقبل الفرض الصفري القائل بأن مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي مُجّد بن مُجّد المنيعَة لا يختلف باختلاف الجنس.

1.3 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

توصلنا من خلال المعالجة الاحصائية عدم وجود فروق في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي مُجّد بن مُجّد المنيعَة باختلاف الجنس.

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

يمكن تفسير عدم وجود فروق في مستوى الشعور بالأمن النفسي بين التلاميذ الذكور والإناث إلى ما توفره كل من الأسرة والمحيط المدرسي من رعاية واهتمام لهم خاصة وأنهم مقبلون على اجتياز أهم امتحان لهم في هذه المرحلة الدراسية وهو شهادة البكالوريا، فطبيعة هذه البيئة الآمنة التي يعيشون فيها تساعدهم على إشباع مختلف حاجاتهم النفسية والاجتماعية الأساسية، ما ينعكس إيجاباً عليهم من خلال ارتفاع مستوى شعورهم بالأمن النفسي على حد سواء.

وتتفق نتائج دراستنا مع: دراسة (عبد الخالق، 1998)، التي طبقت على عينة من جامعة الكويت، وكشفت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في الأمن النفسي.

وأيضاً دراسة أبو عودة (2006) "الاتجاهات السياسية والاجتماعية وعلاقتها بمستويات الأمن النفسي والتوافق الدراسي لدى طلاب جامعة الأزهر بغزة" التي توصلت إلى عدم وجود فروق في درجة الشعور بالأمن النفسي تعزى إلى الجنس.

وتختلف مع كل من: دراسة سالم المفرجي وعبدالله الشهري (2008) وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأمن النفسي لصالح الذكور.

ودراسة (مايسة شكري، 1999)، التي أجريت على عينة قوامها 210 طالباً وطالبة جامعة مصر، كشفت نتائجها عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين حيث تبين أن الإناث أقل مستوى في درجة الأمن النفسي من الذكور.

ويمكن أن نعزو هذا الاختلاف أيضاً لخصائص العينة وأيضاً الأداة المطبقة

4) عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة

تنصّ الفرضية الرابعة على أنّه: " يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف التخصص ".
 جدول رقم: (11) اختبار تحليل التباين لدلالة الفروق بين الأمن النفسي حسب التخصص.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	قيمة الدلالة
بين المجموعات	274.806	4	68.70	1.27	0.28
داخل المجموعات	8354.437	155	53.90		
المجموع	8629.244	159			

المصدر : من إعداد الطالب بالاعتماد على معطيات التحليل الإحصائي

الواضح أن قيمة اختبار ف المحسوبة (1.27) وبدرجة حرية بين المجموعات (4) وداخل المجموعات (155) والقيمة المعنوية (Sig) تساوي (0.28) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) فهي ليست دالة إحصائية، وبالتالي تحققت هذه الفرضية حيث لا يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف التخصص.

1.4 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة

توصلنا الى عدم وجود فروق في مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف التخصص.

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن المناخ الدراسي التي يدرس فيه تلاميذ التخصصات العلمية هو نفسه المناخ الدراسي الذي يدرس فيه تلاميذ التخصصات الأدبية، كما وأنهم خاضعون لنفس الأنظمة والقوانين واللوائح التي تحكمهم في الثانوية، ويعيشون نفس الظروف البيئية الداخلية والخارجية فيها.

ولذلك يمكن القول بأن التخصص الدراسي ليس له تأثير على الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي محمد بن محمد المنيعه.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج كل من: (دراسة أقرع 2005) هدفت إلى التعرف على الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وتوصلت لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، تعزي بمتغير التخصص.

ودراسة كل من (هدى صالح، آسيا راجح، 2011) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين أفراد العينة من مختلف التخصصات والمستويات العلمية.

وتختلف مع كل من: دراسة العقيلي (2004) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاغتراب والأمن النفسي وتوصلت إلى: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في الشعور بالطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير التخصص.

ودراسة (أزهار يحي، أحمد عامر، 2008) التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى الأمن النفسي تعزي للتخصص الدراسي وذلك في اتجاه قسم التربية الاسلامية.

ونرجع هذا الاختلاف لطبيعة العينة.

تنص الفرضية الخامسة على ما يلي: يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي محمد بن محمد المنيعه باختلاف الجنس.

المتغيرات الإحصائية	المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة تاست	الدلالة المعنوية
الذكور	الجنس و جودة الحياة	79	55.19	4.84	158	0.42	0.67
		81	54.82	5.83			

الجدول رقم (12): اختبار تاست لإيجاد الفروق بين المتوسطات

يظهر الجدول رقم (12) العدد الكلي للتلاميذ والمتوسط الحسابي المتقارب بين الذكور والإناث حيث بلغ عند الذكور و55.19 وعند الإناث كما يبين الجدول أيضا قيمة (ت) لعينتين مستقلتين حيث بلغت -0.42 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يجعلنا نرفض الفرض الذي افترضناه ونقبل الفرض الصفري القائل بأن مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي محمد بن محمد المنيعه لا يختلف باختلاف الجنس.

1.5 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة

وقد توصلنا الى عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنائية بكرابي محمد بن محمد المنيعه باختلاف الجنس.

الفصل الخامس _____ عرض وتفسير نتائج الدراسة

يمكن تفسير ذلك بتقارب بعض العوامل (المستوى الاجتماعي، المستوى التعليمي، العمر الزمني، المستوى الاقتصادي) المؤثرة على مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكرابي مُجد بن مُجد المنيع، وهو ما جعل من الطبيعي عدم ظهور فروق بين الذكور والإناث في مستوى جودة الحياة بينهم.

تتفق نتائج دراستنا مع دراسات كل من: دراسة (ناصر الدين ابراهيم ابو حماد 2018) هدفت الدراسة إلى الكشف عن العالقة بين جودة الحياة النفسية والقيمة الذاتية والسعادة النفسية والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في كل من جودة الحياة النفسية والقيمة الذاتية والسعادة النفسية لدى عينة طلبة المير سطات بن عبد العزيز وتوصلت إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث على مقياس جودة الحياة النفسية.

ودراسة (أحمد عبد العزيز، 2009) التي توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين النوع (ذكور، إناث) على مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

وتختلف مع الدراسات التالية: دراسة (رغداء علي نعيمة 2012)، بعنوان: "جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين" والتي توصلت إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة حسب متغير الجنس.

الفصل الخامس عرض وتفسير نتائج الدراسة

(6) عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة

تنص الفرضية السادسة على ما يلي: يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجد بن مُجد المنيعَة باختلاف التخصص.

جدول رقم: (13) اختبار تحليل التباين لدلالة الفروق بين مستوى جودة الحياة حسب التخصص

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	قيمة الدلالة
بين المجموعات	422.877	4	105.719	3.96	0.004
داخل المجموعات	4132.11	155	26.659		
المجموع	4554.994	159			

المصدر : من إعداد الطالبة بالاعتماد على معطيات التحليل الإحصائي

الواضح أن قيمة اختبار ف المحسوبة (1.42) وبدرجة حرية بين المجموعات (2) وداخل المجموعات (193) والقيمة المعنوية (Sig) تساوي (0.004) وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة (0.05) فهي دالة إحصائياً، وبالتالي تحققت هذه الفرضية حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجد بن مُجد المنيعَة تعزى للتخصص.

وللكشف عن مصادر الفروق بين تصورات أفراد الدراسة ضمن فئات متغير التخصص، استخدم الطالبة اختبار أقل فرق معنوي (LSD) وهو أحد الاختبارات البعدية التي تكشف الفروق بين المجموعات الغير متساوية كما هو موضح في الجدول التالي.

الجدول رقم (14) يمثل اختبار (LSD) لمعرفة أقل فرق معنوي بين أصناف التخصص

التخصص									
الفروق في المتوسطات									
العلوم		التسيير		تكنولوجيا		اللغات		الآداب	
متوسط	قيمة الدلالة	متوسط	قيمة الدلالة	متوسط	قيمة الدلالة	متوسط	قيمة الدلالة	متوسط	قيمة الدلالة
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04
2.40	0.02	2.07	0.13	2.85	0.17	2.07	0.14	1.61	0.04

يظهر من نتائج الجدول (14) أن هناك فروقا دالة بين متوسطات إجابة أفراد الدراسة ضمن فئة
شعبة العلوم وشعبة التسيير (2.40) وهو فرق دال إحصائيا ولصالح شعبة العلوم بمتوسط أكبر من
متوسط الفئة الأخرى، كما لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 بين تخصص
العلوم وكل من تخصص (التكنولوجيا، اللغات، الآداب)، نرى أيضا بأنه توجد فروق بين تخصص
التسيير والتكنولوجيا واللغات لصالح هاتين الشعبتين، توجد فروق بين شعبة التكنولوجيا والآداب
لصالح التكنولوجيا.

- توجد فروق دالة إحصائيا بين شعبة اللغات وكل من شعبي الآداب والتسيير لصالح شعبة اللغات.

- توجد فروق دالة إحصائيا بين شعبة الآداب وكل من شعبي التكنولوجيا واللغات لصالح هاتين الشعبتين الأخيرتين.

1.6 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة

من خلال المعالجة الاحصائية توصلنا الى أن مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثنوية بكرابي محمد بن محمد المنيعه يختلف حسب التخصص.

ونعزو هذا لاختلاف مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للتلاميذ في كل من التخصصين.

وايضا الخصائص النفسية للتلاميذ في هذه المرحلة تختلف باختلاف تخصصهم، واختلاف الخدمات المدرسية الموجهة للتلاميذ .

تختلف هذه النتيجة إلى ما توصلت إليه دراسة (حسين، 2017) تحت عنوان علاقة جودة الحياة بمستوى الطموح لدى الطالب الجامعي ومعرفة الفرق بين متغير الجنس والتخصص في جودة الحياة ومن حيث أيضا الفرق بين الجنس والتخصص في مستوى الطموح، وقد أشارت النتائج إلى أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة تعزى إلى متغير الجنس كما أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية بين جودة الحياة ومتغير التخصص لدى طلبة جامعة الجلفة.

وتتفق مع ما توصلت إليه دراسة (العادلي، 2006) بعنوان معرفة مستوى احساس طلبة كلية التربية بالبرستاق بجودة الحياة، ومعرفة طبيعة الفروق في متغيري الجنس والتخصص الدراسي وباستخدام مقياس صمم لهذه الدراسة أظهرت النتائج أن مستوى إحساس جميع أفراد العينة وكذلك الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس الأمر الذي يعكس مستوى عالي من الاحساس بجودة الحياة.

كما أظهرنا وجود فروق دالة في التخصص الدراسي تم تحديدها بالفروق بين متوسط درجات طلبة تخصص الدراسات الاجتماعية ومتوسط درجات طلبة بقية التخصصات المشمولة بالبحث.

تنصّ الفرضية السابعة على أنه: " توجد علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجد بن مُجد المنيعه".

الجدول رقم (15) يوضح العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة.

مستوى الدلالة	(ر) المحسوبة	عدد الأفراد	التفنية الإحصائية
			المتغيرات
0.13	-0.11	160	الأمن النفسي
			جودة الحياة

يتبين من الجدول رقم (15) علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة، حيث قدرت قيمة "ر" المحسوبة ب: **-0.11**، وهي قيمة ضعيفة جدا وغير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) ولا يعتد بها ومنه يمكننا القول بأن الفرضية قد تحققت أي أن هناك علاقة عكسية ضعيفة بين علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة .

1.7 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية السابعة

توصلنا الى: عدم وجود علاقة ارتباط بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجد بن مُجد المنيعه.

ونفسر عدم وجود علاقة ارتباط بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي مُجد بن مُجد المنيعه، يعني أن مستوى جودة الحياة الجسمية والنفسية والبيئية والعلائقية لديهم غير مرتبط بمدى شعورهم بالأمن النفسي والانتماء والحب وإنما قد يكون مرتبط بعوامل اخرى غير العامل النفسي.

الفصل الخامس _____ عرض وتفسير نتائج الدراسة

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات التالية: دراسة (رغداء علي نعيمة 2012) بعنوان: "جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين. وتوصلت النتائج إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الطلبة في جامعتي دمشق وتشرين في أبعاد جودة الحياة وفقا لمتغير التخصص .

وتختلف مع: دراسة (العادلي 2006) بعنوان " مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرسناق بجودة الحياة وعلاقته ذلك ببعض المتغيرات". توصلت النتائج إلى وجود فروق إحصائية بين درجات الطلبة على مقياس الإحساس بجودة الحياة وفق التخصص الدراسي.

ونرجع هذا الاختلاف الى طبيعة العينة والأداة المطبقة.

الاستنتاج العام

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا بولاية المنية، ومدى وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية في هذا المستوى باختلاف متغير التخصص (علمي، أدبي) ومتغير الجنس (ذكر؛ أنثى).

ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها هي:

1- تحقق الفرضية الأولى التي نصت على أن: "تتوقع وجود مستوى مرتفع من الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية".

حيث أظهرت النتائج المتوصل إليها "وجود مستوى مرتفع من الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية"، وتم إرجاع شعور تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية بالأمن النفسي وبدرجة مرتفعة إلى المحيط الذي يعيشون فيه سواء كان هذا المحيط أسرهم أو الثانوية أو رفاقهم الذي كان له دور كبير في شعورهم بمستوى مرتفع من الامن والذي عبروا عنه من خلال (عدم شعورهم بالتهديد النفسي، وبالرضا عن النفس، والثقة فيها، وبالإيمان بما لديهم من قدرات وتقبلها، وبتمتعهم بصحة جيدة، وشعورهم بالسعادة في هذه الحياة)، وايضا بشعورهم بالانتماء الذي عبروا عنه من خلال (قدرتهم على الانسجام والتفاعل مع المحيطين بهم، وبالاطمئنان والثقة فيهم، وبأن لهم عدد كبير من الاصدقاء)، وبشعورهم بالحب الذي عبروا عنه من خلال (استشعارهم لاحترام الاخرين لهم وبتعاملمهم معهم بكل عدل، وبعدم شعورهم بانهم عبء عليهم، وبشعورهم بالمودة نحوهم).

2- عدم تحقق الفرضية الثانية والتي نصت على أن: " مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية مرتفع ".

وتم تفسير ذلك بأن متغير التخصص لا علاقة له بمستوى شعور الطالبات من تخصص (العلوم الإنسانية) وطالبات تخصص (العلوم الإجتماعية) بالأمن النفسي، ولا يعد كعامل مؤثر في ذلك.

3- عدم تحقق الفرضية الثالثة والتي نصت على أن: " يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاروي محمد بن محمد المنية باختلاف الجنس ".

وتم تفسير ذلك بعدم وجود فروق في مستوى الشعور بالأمن النفسي بين التلاميذ الذكور والاناث إلى ما توفره كل من الأسرة والمحيط المدرسي من رعاية واهتمام لهم خاصة وأنهم مقبلون على اجتياز أهم امتحان لهم في هذه المرحلة الدراسية وهو شهادة البكالوريا، فطبيعة هذه البيئة الآمنة التي يعيشون فيها تساعدهم على إشباع مختلف حاجاتهم النفسية والاجتماعية الأساسية، ما ينعكس إيجاباً عليهم من خلال ارتفاع مستوى شعورهم بالأمن النفسي على حد سواء.

4- عدم تحقق الفرضية الرابعة والتي نصت على أن: " يختلف مستوى الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف التخصص ".

وتم تفسير ذلك إلى أن المناخ الدراسي التي يدرس فيه تلاميذ التخصصات العلمية هو نفسه المناخ الدراسي الذي يدرس فيه تلاميذ التخصصات الأدبية، كما وأنهم خاضعون لنفس الأنظمة والقوانين واللوائح التي تحكمهم في الثانوية، ويعيشون نفس الظروف البيئية الداخلية والخارجية فيها.

ولذلك يمكن القول بأن التخصص الدراسي ليس له تأثير على الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة.

5- عدم تحقق الفرضية الخامسة والتي نصت على أن: " يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف الجنس ".

وتم تفسير ذلك بتقارب بعض العوامل (المستوى الاجتماعي، المستوى التعليمي، العمر الزمني، المستوى الاقتصادي) المؤثرة على مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة، وهو ما جعل من الطبيعي عدم ظهور فروق بين الذكور والاناث في مستوى جودة الحياة بينهم.

6- تحقق الفرضية السادسة والتي نصت على أن: " يختلف مستوى جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكَراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة باختلاف التخصص ".

وتم تفسير ذلك باختلاف مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للتلاميذ في كل من التخصصين. وايضا الخصائص النفسية للتلاميذ في هذه المرحلة تختلف باختلاف تخصصهم، واختلاف الخدمات المدرسية الموجهة للتلاميذ .

7- عدم تحقق الفرضية السابعة والتي نصت على أن: " توجد علاقة بين الأمان النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة ".
وتم تفسير ذلك بعدم وجود علاقة ارتباط بين الأمان النفسي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية بكاراوي مُجَّد بن مُجَّد المنيعَة، يعني أن مستوى جودة الحياة الجسمية والنفسية والبيئية والعلائقية لديهم غير مرتبط بمدى شعورهم بالأمان النفسي والانتماء والحب وإنما قد يكون مرتبط بعوامل أخرى غير العامل النفسي.

توصيات و مقترحات الدراسة

في ضوء ما تطرقنا إليه في الدراسة الحالية من اطار نظري وتطبيقي توصلنا إلى النتائج النهائية، ومن خلالها وضعنا بعض التوصيات والاقتراحات التي قد تكون محل الاهتمام في المستقبل:

- تنظيم ندوات ومحاضرات لتوعية التلاميذ بمفهوم الأمن النفسي وتأثيره على مختلف جوانب الحياة.
- اجراء ابحاث تهدف لمعرفة ميول وحاجات التلاميذ من الناحية النفسية والاجتماعية والتربوية واشباع تلك الميول والحاجات.
- الاهتمام بتحسين مفهوم جودة الحياة والتفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا ، وابعادهم عن التفكير السلبي وتعزيز التفكير الايجابي لديهم.
- تزويد مكتبة المؤسسة بالكتب الخاصة في علم النفس والارشاد النفسي والأمن وجودة حياة وغيرها من الكتب والمراجع النفسية، لتنمية قدراتهم ومساعدتهم في الاهتمام بمستقبلهم وكذلك حياتهم الاجتماعية.
- التواصل بين المؤسسة وأولياء التلاميذ لمعرفة المشاكل النفسية من خلال مجالس أولياء الأمور.
- اجراء دراسة مماثلة في المستقبل لطور المتوسط وكذلك طلاب الجامعة.

المراجع

المراجع

قائمة المراجع

القران الكريم

الحديث النبوي

المراجع العربيّة

أولاً: الكتب

1. أحمد عزات راجح. (1977). أصول علم النفس العام (الإصدار ط11). مصر ، القاهرة: دار المعارف.
2. يوسف ميخائيل أسعد. (د.ت). الشقة بالنفس. القاهرة: دار نخصة مصر للطباعة والنشر.
3. حامد عبد السلام زهران. (1977). علم النمو "الطفولة والمراهقة". القاهرة: عالم الكتب.
4. حامد عبد السلام زهران. (1985). الصحة النفسية والعلاج النفسي (الإصدار ط2). القاهرة: عالم الكتب.
5. حامد عبد السلام زهران. (2002). دراسات في الصحة النفسية والارشاد النفسي. مصر.
6. سامي مُحمّد ملحم. (2001). الارشاد والعلاج النفسي (الإصدار ط1). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
7. صالح الصنيع. (1995). دراسات التأصيل الاسلامي لعلم النفس (الإصدار ط1). الرياض: دار عالم الكتب
8. علاء الدين كفاي. (1987). الصحة النفسية (الإصدار ط2). القاهرة: هجر للطباعة والنشر.
9. علي سعد. (1994). علم الشذوذ لنفسي. دمشق: منشورات جامعة دمشق.
10. فوزي مُحمّد جبل. (2000). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. المكتبة العربية.
11. مُحمّد يوسف خليل. (2002). أولانا والصحة النفسية (الإصدار ط1). عمان: جهاد للنشر والتوزيع.
12. مصطفى سويف. (1968). التطرف كأسلوب للاستجابة. القاهرة: مكتبة أنجلو المصرية.
13. حامد زهران. (1989). الأمن النفسي دعامة للأمن القومي العربي (الإصدار مجلة دراسات تربوية، مجلد 4، عدد 19). القاهرة: عالم الكتب.

المراجع

14. سعيد رحال (2016) ، الامن النفسي و علاقته بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم ، دراسة ميدانية لعينة من الطلبة الجامعيين المقيمين بالاقامات الجامعية لولاية بسكرة ، الاطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث (ل ، م ، د) في علم النفس ، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية قسم العلوم الاجتماعية ، جامعة مُجّد خيضر ، بسكرة .
15. مُجّد جبر . (1996). بعض المتغيرات الديموجرافية المرتبطة بالأمن النفسي (الإصدار مجلة علم النفس، السنة العاشرة). القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
16. مُجّد حسن مطوع. (1997). التوازن النفسي لطلاب وطالبات المرحلتين الاعدادية والثانوي. مجلة جامعة الملك سعود، مجلد (8) العدد (1).
17. مُجّد عبد السلام. (1989). القيم وعلاقتها بالأمن النفسي (الإصدار مجلة كلية التربية). مكة: جامعة أم القرى ، العدد 4.
18. ولي كاظم الآغا. (1988). القلق والتحصيل الدراسي (الإصدار مدلة جامعة دمشق في العلوم الانسانية، المجلد 4، العدد 14). دمشق: جامعة دمشق.
19. يوسف أبو زيتون ، جمال ومقدادي. (2012). الأمن النفسي لدى الطلبة المعاقين بصريا في ضوء بعض المتغيرات. دمشق: مجلة جامعة دمشق، (م28)، (ع3)، 287-243
20. ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين مُجّد بن مكرم. (2003). لسان العرب. استرجع بتاريخ (2017/05/08) على الرابط

http://library.islamweb.net/newlibrary/display_book.php?idfro m=230&idto=230&bk_no=122&ID=231

21. جاسم، مبدر شاکر و خليل، عفراء ابراهيم. (2009). الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة العلوم النفسية. العدد (15).
22. جبر، حسين عبید. (2015). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية، 23(3). 1294-1275.
23. جودت، عبد السلام. (بدون). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة مجلة العلوم الانسانية: كلية التربية للعلوم الانسانية. استرجعت بتاريخ (2016/03/02) على الرابط

<https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&aId=93413>

24. حافظ، سلام هاشم وراضي، احمد إبراهيم. (2010). قياس الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بابل مجلة القادسية للعلوم الإنسانية. 13(4).
25. حبيب، ليث حازم. (2013). بناء مقياس الأمن النفسي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة نينوى. مجلة جامعة تكريت للعلوم. 20(12). 450-493.
26. حسن، الحارث عبد الحميد ودايني، غسان حسين سالم. (2006). علم النفس الأمني. لبنان: الدار العربية للعلوم .
27. حسين، علي سلمان وهادي، غادة علي. (2013). الأمن النفسي لدى المراهقين. مجلة الأستاذ 1(206). 515-536.
28. الخطاب، سهام أحمد. (2001). القيم الدينية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية والدافع للإنجاز لدى طلبة وطالبات الجامعة. مجلة كلية التربية. 199-167.
29. الخضري، جهاد عاشور. (2003). الأمن النفسي لدى العاملين بمراكز الإسعاف بمحافظة غزة وعلاقته ببعض سمات الشخصية ومتغيرات أخرى. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية التربية. الجامعة الإسلامية: غزة.
30. الرازي، مُحَمَّد ابن أبي بكر بن عبد القادر. (1329). مختار الصحاح. جمهورية مصر العربية: المطبعة الكلية.
31. ربيع، حسين وهادي، زينب علي. (2008). مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى تدريسيي جامعة بابل على وفق متغيرات (اللقب العلمي، التخصص، الجنس). مجلة العلوم الإنسانية: كلية التربية للعلوم الإنسانية. استرجعت في (2016/03/10) على الرابط <https://www.iasj.net/iasj?func=article&aId=87743>
32. سلمان، ندى رحيم. (2013). الإكتئاب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بغداد. مجلة كلية التربية للبنات. 24(4)، 1161-1176.
33. الشحري، أمينة بنت مستهيل بن سعيد مشرح. (2013). الأمن النفسي وعلاقته بكفاءة الأداء لدى أخصائيي قواعد البيانات في مدارس محافظة ظفار. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم التربية والدراسات الإنسانية. كلية العلوم والآداب. جامعة نزوى.
34. الشريف، مُحَمَّد موسى. (2003). الأمن النفسي، ط 2. المملكة العربية السعودية: دار الأندلس الجديدة.

المراجع

35. الشيرازي، مجد الدين مُجَدُّ بن يعقوب الفيروز آبادي.(1301). القاموس المحيط. ط 3. جمهورية مصر العربية: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
36. صالح، عياد اسماعيل.(2014). قياس الأمن النفسي لدى المرشدين التربويين. مجلة أبحاث البصرة (العلوم الإنسانية)، 39(2). 319-346.
37. عبد، خنساء عبد الرزاق.(2009). اثر أسلوب العلاج الواقعي في تنمية الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية. مجلة الفتح. العدد (88).
38. عبد المجيد، السيد مُجَدُّ.(2004، أبريل). إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية. مجلة دراسات نفسية. 14(2). 237-274.
39. عبد الهادي، دعاء معن.(2013). الأمن النفسي وعلاقته بقدرة الذات على المواجهة لدى طالبات المرحلة الإعدادية. مجلة الفتح. العدد (55). 302-314.
40. العزي، أحلام مهدي عبد الله.(2015). الشعور بالعدالة المدرسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة الأستاذ. العدد (215). 443-468.
41. غربي، عبد الناصر.(11، ديسمبر 2015). علاقة الذكاء العاطفي بالأمن النفسي لتلاميذ الخامسة ابتدائي. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية بجامعة الشهيد حمزة لخضر - الوادي، العدد (13) 157-169.
42. القحمانى، مها حسن الحسن.(2015). الأمن النفسي وانعكاسه على محددات الأداء الوظيفي للمرأة في بيئة العمل. اطروحة دكتوراه غير منشورة. قسم السكن وإدارة المنزل. كلية التصاميم، جامعة أم القرى: المملكة العربية السعودية.
43. لرينونة، مُجَدُّ يزيد.(2015 ب). أسس علم النفس. الجزائر: جسور للنشر والتوزيع.
44. الماشي، مجبل علوان محمود.(2012). الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بالأمن النفسي لدى مديري ومديرات المدارس الابتدائية. مجلة ديايي. العدد (54). استرجعت بتاريخ (2016/02/23) على الرابط

<https://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&aId=44815>

45. مجمع اللغة العربية.(2004). المعجم الوسيط. ط 4. جمهورية مصر العربية: مكتبة الشروق الدولية.

46. مرسي، كمال إبراهيم.(1995). العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، ط 2 الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.

47. مرقس، بهاء متي روفائيل. (2009). الاستقرار النفسي لدى أساتذة جامعة دهوك. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية. 16(2). 461-490.
48. مظلوم، مصطفى على رمضان. (2014). العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة مجلة دراسات تربوية ونفسية. العدد (84). ج1، 257-326.
49. مناع، هاجر. (2013). علاقة الأمن النفسي بالأداء الوظيفي لدى عمال الحماية المدنية. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم العلوم الإجتماعية. كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية. جامعة ورقلة الجزائر.
50. مهنا، بشير عبد الله. (2010). الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب معهد اعداد المعلمين / نينوى. مجلة التربية والعلم. 17(3).
51. نعيصة، رغداء. (2012). الإغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي. مجلة جامعة دمشق. 28(03) 113-158.
52. يعقوب، حيدر مزهر. (2008). بناء أداة لقياس الأمن النفسي لضباط الجيش العراقي. مجلة الفتح. العدد (33).
53. دواني كمال ، ديراني عيد. (1983). اختبار ماسلو للشعور بالامن (الإصدار مجلة دراسات العلوم الانسانية، المجلد 10 ، العدد 2). عمان: الجامعة الأردنية.
54. الزعبي ، أحمد مُجَّد (1992). الإرشاد النفسي (نظريات، اتجاهاته، مجالاته). ط1. دار الحرف العربي. لبنان.
55. حسين، محمود عطا (1987)، مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد 3، المجلد 15.
56. شادلي، عبد الحميد مُجَّد (2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ط2، الاسكندرية، المكتبة الجامعية.
57. دويدري، رجاء وحيد. (2000). البحث العلمي أساسياته النَّظريَّة وممارسته العلميَّة. دمشق: دار الفكر.
58. أقرع، إياد مُجَّد نادي. (2005). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا. جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.

59. جودة، أمال عبد القادر.(1998). مستوى التوتر النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. فلسطين.
60. شيخي، مريم.(2003). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة أبي بكر بلقايد. الجزائر.
61. مسعودي، أمجد.(2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة وهران. العدد20، سبتمبر.
62. الغامدي، محمد عبد الله علي آل علي. (2016). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام. مجلة كلية التربية بينها. العدد108، أكتوبر. ج1.
63. ابن منظور، جمال الدين. (1999). معجم لسان العرب. المجلد1. العدد3. بيروت: دار صادر للنشر.
64. حسن، عبد المجيد، المحرزي، راشد. (2006). دراسة جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس: مسقط، 289_303.
65. الرازي، محمد. (1986). مختار الصحاح. بيروت: مكتبة لبنان.
66. الشربيني، لطفي. (2003). موسوعة شرح المصطلحات النفسية (باللغة العربية والانجليزية). بيروت: دار النهضة.
67. صلاح الدين، توفيق. (2009). تحسين نوعية الحياة للطفولة العربية لذوي الحاجات التربوية الخاصة في إطار جوهر فلسفة حقوق الطفل. مجلة التربية. العدد27، 133_282.
68. محمود، هويدة، والجمالي، فوزية. (2010). فعاليات الذات المدركة على جودة الحياة لدى طلاب الجامعة المتفوقين والمتعثرين دراسياً. المجلة العلمية أمبارك. العدد1، 61_115.
69. منسي، محمود عبد الحليم، وكاظم، علي مهدي. (2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. ندوة علم النفس وجودة الحياة. كلية التربية. جامعة السلطان قابوس. سلطنة عمان. 17_19 ديسمبر، 63_78.
70. الجميل، نادية جودت حسن.(2008). جودة الحياة وعلاقتها بتقبل الذات لدى طلبة الجامعة. أطروحة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية للبنات. جامعة بغداد.
71. العزاوي، ماجد عبد جواد كاظم. (2010). تنظيم المرشدين التربويين وعلاقته بجودة الحياة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. الجامعة المستنصرية.

72. رمضان، نهي نجاح عبد الله. (2012). أثر برنامج ارشادي في تحسين جودة الحياة لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. ابن رشد، جامعة بغداد.
73. حرطاني، أمينة. (2014). جودة الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء. رسالة ماجستير. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران.
74. فواطمية، محمد. (2018). الاتصال التنظيمي وتأثيره على جودة الحياة لدى معلمي التعليم الابتدائي. رسالة دكتوراه. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.
75. خلاف، أسماء، بوزيدي، دنيا. (2018). جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه. مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية. المجلد 9. العدد 2 خاص. الجزء 1. جويلية 2018، 194_217.
76. الواوي، عبد الله أحمد عبد الله. (2012). مستوى القلق وعلاقته بجودة الحياة لدى البالغين الذين خضعوا لعملية القلب المفتوح في فلسطين. رسالة ماجستير. كلية الصحة العامة. جامعة القدس: فلسطين.
77. الكيسي، عبد الكريم عبيد جمعة. (2016). قياس مستوى جودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة. قسم العلوم السلوكية. كلية الآداب والعلوم. جامعة عمر المختار: ليبيا. العدد 49، 427_460.
78. عدس، عبد الرحمان. (1996). الاسلام والأمن النفسي للأفراد. مجلة الامن والحياة. العدد 169.
79. نعيصة، رغداء. (2012). جودة الحياة لدى الطلبة جامعتي دمشق وتشرين. مجلة جامعة دمشق. 28 (1).
80. نغم، سليم جمال. (2016). جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الارشادية لدى طلبة المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير منشورة. كلية التربية. جامعة دمشق.
81. أزهار، يحيى، أحمد، عامر. (2008). الأمن النفسي لدى كلية التربية للبنات في ضوء القرآن الكريم. مجلة أبحاث. كلية التربية الأساسية. 8 (1).
82. الصرايرة، خالد أحمد. (2009). علاقة الأمن النفسي بالاغتراب لدى الطلاب، التماثل التنظيمي لدى أعضاء الهيئات التدريسية في الجامعات الأردنية العامة والعلاقة بإحساسهم بالأمن. منتدى الأساتذة. العدد 5.6. المدرسة العليا للأساتذة بقسنطينة. الجزائر.

83. سالم، خميس الراسبي. (2006). تجربة وزارة التربية والتعليم في تعزيز جودة حياة المتعلمين بمدارس السلطنة. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس. مسقط 17 ديسمبر.
84. نعيصة، رغداء. (2012). جودة الحياة لدى الطلبة جامعتي دمشق وتشرين. مجلة جامعة دمشق. 28 (1). 145-181.
85. متولي، حسيني عبد الرزاق رندا. (2018). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية. جامعة عين شمس. كلية البنات. رسالة لنيل شهادة الماجستير. منشورة. العدد 19. 108.
86. شقير، محمد زينب. (2005). الأمن النفسي لدى الكفيف. المؤتمر العلمي الأول لقسم الصحة النفسية. كلية التربية. جامعة بنها.
87. كفاقي، علاء الدين. (2005). الصحة النفسية والارشاد النفسي. الرياض. دار النشر الدولي.
88. العنزي، منزل. (2003). علاقة اشتراك الطلاب في جماعات النشاط الطلابي بالأمن النفسي والاجتماعي. رسالة لنيل شهادة الماجستير. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. كلية الدراسات العليا. قسم العلوم الاجتماعية.
89. عليان، رحي مصطفى. غيثم، عثمان مصطفى. (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي. عمان. دار الصفاء للنشر والتوزيع.
90. عبيدات وآخرون، محمد. (1999). منهجية البحث العلمي. عمان. دار الصفاء للنشر والتوزيع.
91. جاسم، مبدر شاكر. خليل، عفراء ابراهيم. (2009). الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الاعدادية. مجلة العلوم النفسية. العدد (15). 1-36.
92. عبد الله، هشام ابراهيم. (2008). جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، دراسات تربوية واجتماعية. جامعة حلوان منشورة. كلية التربية. مصر. أكتوبر. المجلد 14. العدد 4. 137-180.
93. حبي، عبد المالك. (2015). الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوي. رسالة لنيل شهادة الماجستير. جامعة قاصدي مرباح. كلية العلوم الاجتماعية والانسانية. قسم علم النفس وعلوم التربية.

المراجع باللغة الأجنبية:

Pimentel. L .Jonald .(2010). A note on the usage of Likert
Scaling for research data analysis. 18(2)).pp .109-112.Retrieved
from

https://www.researchgate.net/publication/331231816_A_note_on_the_usage_of_Likert_Scaling_for_research_data_analysis

الملاحق

أداة الأمن النفسي لمنار سعيد وأحمد عبد الله الشريفين (2012)

أخي اختي التلميذ :

تحية طيبة وبعد:

نقوم بإجراء دراسة بعنوان ((جودة الحياة وعلاقتها بالأمن النفسي))، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة نضع بين يديك (ي) أداة لجمع المعلومات اللازمة للدراسة، لذا نرجو منك (ي) قراءة كل فقرة على حدا بتمعن، والإجابة عنها وفق موقفك (ي) منها بصدق، وذلك على جميع الفقرات ودون استثناء، واضعة إشارة (x) في المكان المخصص، علماً بأن المعلومات المقدمة من قبلك لن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لك حسن التعاون

الجنس:.....

التخصص:.....

الرقم	الفقرات	ابدا	قليلا	كثيرا
1	أشعر بالتهديد عندما أتعرض للإنتقاد.			
2	أتجنب التعرض للمواقف المزعجة.			
3	أنا راض (ي) عن نفسي.			
4	لدي إيمان كاف بقدراتي.			
5	أتقبل ما لدي من قدرات عقلية.			
6	أعتبر نفسي شخصاً سعيداً في الحياة.			
7	أشعر أنني أتمتع بصحة جيدة.			
8	أكره العيش في هذا العالم.			
9	يجرح شعوري بسهولة.			

الملاحق

			أتصرف بثقة تامة في المناسبات الاجتماعية.	10
			أعتقد أن طفولتي كانت سعيدة.	11
			أستطيع الانسجام مع الآخرين.	12
			يمكنني الوثوق بالآخرين.	13
			أحب للآخرين ما أحب لنفسني.	14
			أكره أن أكون وحدي.	15
			أشعر بالاطمئنان بوجود الآخرين.	16
			أشعر بأن الآخرين لا يقدرّون أعمالي.	17
			أشعر بأنني عديم(ة) الفائدة في هذه الحياة.	18
			أنزعج عندما أرى الآخرين مسرورين.	19
			لدي عدد كبير من الأصدقاء.	20
			أتفاعل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية.	21
			يظهر الآخرون احترامهم لي.	22
			أشعر بأنني عبء ثقيل على الآخرين.	23
			أشعر بالمودة والمحبة نحو الآخرين.	24
			أشعر أن الحياة مجرد هم وتعب.	25
			يعاملني الآخرون بكل عدل واحترام.	26
			أعتقد أنني متقلب(ة) المزاج.	27
			أشعر بالمتعة رغم وجود مشكلات في حياتي.	28

الملاحق

الملحق رقم (02): مقياس جودة الحياة من اعداد منظمة الصحة العالمية(1996) بتعريب أحمد(2008)

جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

أداة جودة الحياة من اعداد منظمة الصحة العالمية(1996) بتعريب أحمد(2008)

اخى اختي التلميذ :

تحية طيبة وبعد:

نقوم بإجراء دراسة بعنوان ((جودة الحياة وعلاقتها بالأمن النفسي))، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة نضع بين يديك(ي) اداة لجمع المعلومات اللازمة للدراسة، لذا نرجو منك(ي) قراءة كل فقرة على حدا بتمعن، والإجابة عنها وفق موقفك(ي) منها بصدق، وذلك على جميع الفقرات ودون استثناء، واضعة إشارة (x) في المكان المخصص، علماً بأن المعلومات المقدمة من قبلك لن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لك حسن التعاون

الجنس:.....

التخصص:.....

الرقم	الفقرات	ابدا	قليلا	كثيرا
1	ما هو تقديرك(ي) لمستوى معيشتك (جودة حياتك)؟			
2	ما مدى رضاك(ي) عن وضعك الصحي بشكل عام؟			
3	إلى أي حد تشعر(ي) بأن الوجع (الألم) يمنعك(ي) من القيام بالأعمال التي تريدها؟			
4	ما مقدار العلاج الطبي (الرعاية الطبية) التي تحتاجها لتمكين من القيام بأعمالك اليومية؟			
5	ما مدى استمتاعك(ي) بالحياة؟			

الملاحق

		ما مدى شعورك(ي) بأن حياتك ذات معنى وقيمة؟	6
		كم أنت قادر (ة) على التركيز؟	7
		ما مدى شعورك(ي) بالأمان في حياتك اليومية؟	8
		إلى أي حد تعتبر(ي) البيئة المحيطة بك(ي) صحية ومناسبة لك؟	9
		هل لديك(ي) طاقة كافية لمزاولة الحياة اليومية؟	10
		هل أنت قادر (ة) على تقبل مظهرك الجسدي الخارجي؟	11
		هل لديك(ي) من المال ما يكفي لتلبية احتياجاتك؟	12
		هل تتوفر لك(ي) المعلومات التي تحتاجها في حياتك اليومية؟	13
		إلى أي مدى لديك(ي) الفرصة للأنشطة الترفيهية؟	14
		كم أنت قادر (ة) على التنقل والتجوال؟	15
		ما مدى رضاك(ي) عن نومك؟	16
		ما مدى رضاك(ي) عن قدرتك على القيام بنشاطاتك وواجباتك اليومية؟	17
		ما مدى رضاك(ي) عن قدرتك على العمل؟	18
		ما مدى رضاك(ي) عن نفسك؟	19
		ما مدى رضاك(ي) عن علاقاتك الشخصية؟	20
		ما مدى رضاك(ي) عن حياتك الجنسية؟	21
		ما مدى رضاك(ي) عن الدعم أو المساعدة من الأصدقاء؟	22
		ما مدى رضاك(ي) عن سكنك أو المكان الذي تعيش فيه؟	23
		ما مدى رضاك(ي) على الخدمات الصحية المتوفرة لك بعد العملية؟	24
		ما مدى رضاك(ي) عن وسائل مواصلاتك؟	25
		كم من المرات كانت عندك(ي) مشاعر سلبية مثل: الحزن، اليأس، خيبة الأمل، القلق، الاكتئاب؟	26

Correlations

		total1
Q2	Pearson	.327*
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	.020
	N	50
Q3	Pearson	.440**
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	50
Q4	Pearson	.269
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	.059
	N	50
Q5	Pearson	.355*
	Correlation	
	Sig. (2-tailed)	.012
	N	50

Q6	Pearson Correlation	.456**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	50
Q7	Pearson Correlation	.500**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50
Q10	Pearson Correlation	.535**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50
Q11	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	50
Q12	Pearson Correlation	.692**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50

Q14	Pearson Correlation	.393**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	50
Q16	Pearson Correlation	.370**
	Sig. (2-tailed)	.008
	N	50
Q18	Pearson Correlation	-.048-
	Sig. (2-tailed)	.740
	N	50
Q20	Pearson Correlation	.245
	Sig. (2-tailed)	.087
	N	50
Q21	Pearson Correlation	.483**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50

Q22	Pearson Correlation	.538**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50
Q24	Pearson Correlation	.566**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50
Q26	Pearson Correlation	.559**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	50
Q27	Pearson Correlation	.304*
	Sig. (2-tailed)	.032
	N	50
Q28	Pearson Correlation	.374**
	Sig. (2-tailed)	.007
	N	50

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Exclude d ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.750	16

The screenshot shows the IBM SPSS Statistics Data Editor interface. The main window displays a list of variables in a table format. The variables listed are Q11 through Q28, PrimaryLast, total, and total1. Each variable has a specific type (Numeric), width, and decimal places. The 'Measure' column indicates that most variables are Ordinal, while 'total' and 'total1' are Scale. The 'Role' column shows that all variables are set to 'Input'.

Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	Align	Measure	Role
13	Q11	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
14	Q12	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
15	Q13	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
16	Q14	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
17	Q15	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
18	Q16	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
19	Q17	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
20	Q18	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
21	Q19	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
22	Q20	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
23	Q21	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
24	Q22	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
25	Q23	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
26	Q24	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
27	Q25	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
28	Q26	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
29	Q27	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
30	Q28	Numeric	12	1	None	None	12	Right	Ordinal	Input
31	PrimaryLast	Numeric	1	0	Indicator of eac...	{0, Duplicat...	13	Right	Ordinal	Input
32	total	Numeric	8	2	None	None	10	Right	Scale	Input
33	total1	Numeric	8	2	None	None	10	Right	Scale	Input

الملاحق

Untitled2 [DataSet1] - IBM SPSS Statistics Data Editor

1: sex féminin

Visible: 33 of 33 Variables

	sex	spécialité	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11
1	féminin	gestion	1.0	1.0	5.0	5.0	3.0	2.0	3.0	5.0	1.0	3.0	5.0
2	féminin	gestion	1.0	1.0	5.0	5.0	3.0	3.0	4.0	5.0	1.0	3.0	5.0
3	femenin	gestion	1.0	2.0	4.0	3.0	5.0	4.0	5.0	2.0	2.0	4.0	5.0
4	féminin	gestion	1.0	2.0	4.0	5.0	5.0	2.0	4.0	3.0	3.0	3.0	4.0
5	féminin	littérature	1.0	2.0	5.0	4.0	4.0	5.0	4.0	1.0	3.0	4.0	5.0
6	masculin	littérature	1.0	2.0	5.0	4.0	5.0	4.0	3.0	1.0	3.0	3.0	5.0
7	masculin	gestion	1.0	2.0	5.0	4.0	5.0	4.0	4.0	3.0	3.0	4.0	5.0
8	féminin	science	1.0	3.0	5.0	3.0	4.0	4.0	5.0	1.0	5.0	4.0	5.0
9	masculin	gestion	1.0	3.0	5.0	4.0	5.0	4.0	5.0	1.0	2.0	3.0	5.0
10	masculin	technique	1.0	3.0	5.0	4.0	5.0	4.0	5.0	3.0	2.0	3.0	4.0
11	femenin	technique	1.0	3.0	5.0	4.0	5.0	5.0	4.0	1.0	1.0	4.0	5.0
12	féminin	gestion	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	4.0	2.0	1.0	2.0	5.0	5.0
13	masculin	langue	1.0	4.0	4.0	5.0	5.0	5.0	5.0	1.0	2.0	3.0	5.0
14	féminin	science	1.0	4.0	5.0	5.0	5.0	4.0	4.0	1.0	5.0	3.0	5.0
15	masculin	langue	1.0	4.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	1.0	2.0	4.0	5.0
16	féminin	gestion	1.0	5.0	3.0	5.0	4.0	5.0	5.0	2.0	3.0	5.0	5.0
17	femenin	technique	1.0	5.0	4.0	5.0	5.0	3.0	5.0	3.0	1.0	4.0	2.0
18	masculin	langue	1.0	5.0	5.0	4.0	4.0	5.0	5.0	2.0	1.0	5.0	5.0
19	masculin	langue	1.0	5.0	5.0	4.0	5.0	3.0	5.0	3.0	1.0	3.0	5.0
20	femenin	technique	1.0	5.0	5.0	5.0	4.0	5.0	5.0	4.0	5.0	5.0	5.0
21	féminin	technique	1.0	5.0	5.0	5.0	5.0	4.0	5.0	4.0	1.0	5.0	5.0
22	masculin	science	2.0	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	4.0	2.0	3.0	2.0	4.0
23	féminin	science	2.0	2.0	5.0	5.0	5.0	4.0	5.0	1.0	2.0	3.0	4.0
24	masculin	technique	2.0	2.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	1.0	1.0	5.0	3.0
25	masculin	littérature	2.0	2.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	1.0	2.0	5.0	5.0
26	femenin	littérature	2.0	3.0	1.0	3.0	4.0	3.0	3.0	1.0	2.0	4.0	5.0
27	femenin	science	2.0	3.0	4.0	3.0	4.0	5.0	4.0	2.0	3.0	3.0	4.0
28	femenin	technique	2.0	3.0	4.0	4.0	3.0	4.0	3.0	2.0	2.0	3.0	4.0
29	féminin	gestion	2.0	3.0	4.0	4.0	4.0	5.0	3.0	5.0	5.0	2.0	5.0

Output1 [Document1] - IBM SPSS Statistics Viewer

Correlations

	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q10	Q11	Q12	Q14	Q16	Q18	Q20	Q21	Q22	Q24	Q26	
Q2	Pearson Correlation	1	-.062	-.070	-.094	.000	.221	.127	-.104	.141	.157	.187	.069	.037	.153	.119	.280	-.070
	Sig. (2-tailed)		.670	.628	.517	1.000	.123	.380	.474	.328	.275	.194	.633	.797	.269	.412	.049	.628
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q3	Pearson Correlation	-.062	1	.323	.170	.329	.224	.125	.295	.384	.402	.081	-.290	.081	.081	.147	.095	.200
	Sig. (2-tailed)	.670		.022	.237	.020	.117	.389	.038	.009	.004	.576	.041	.576	.672	.309	.513	.049
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q4	Pearson Correlation	-.070	.323	1	.401	.043	.159	.302	.180	.005	.162	-.142	-.318	-.119	-.108	.127	-.058	.106
	Sig. (2-tailed)	.628	.022	.004	.769	.271	.033	.211	.972	.263	.326	.024	.412	.455	.381	.688	.463	.688
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q5	Pearson Correlation	-.094	.170	.401	1	.133	.172	.280	.149	.182	.103	-.099	-.268	-.079	-.078	.226	.152	.300
	Sig. (2-tailed)	.517	.237	.004	.133	.355	.232	.068	.303	.206	.477	.495	.000	.587	.590	.114	.293	.035
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q6	Pearson Correlation	.000	.329	.043	.133	1	.256	.227	.121	.362	.295	.201	-.155	.152	.252	.054	-.006	.135
	Sig. (2-tailed)	1.000	.020	.769	.355	.072	.112	.403	.010	.074	.161	.284	.292	.078	.708	.964	.352	.550
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q7	Pearson Correlation	.221	.224	.159	.172	.256	1	.150	.127	.234	.050	.325	-.105	.077	.052	.172	.248	.438
	Sig. (2-tailed)	.123	.117	.271	.232	.072	.299	.378	.102	.732	.021	.468	.594	.718	.233	.082	.001	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q10	Pearson Correlation	.127	.125	.302	.260	.227	.150	1	.241	.390	.033	.116	-.069	.055	.093	.334	.126	.123
	Sig. (2-tailed)	.380	.389	.033	.068	.112	.299	.091	.005	.820	.421	.633	.705	.523	.018	.385	.394	.123
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q11	Pearson Correlation	-.104	.295	.180	.149	.121	.127	.241	1	.329	.316	.301	-.243	-.084	.018	.058	.329	.185
	Sig. (2-tailed)	.474	.038	.211	.303	.403	.378	.091	.020	.025	.034	.089	.562	.899	.688	.020	.199	.199
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q12	Pearson Correlation	.141	.384	.005	.182	.362	.234	.390	.329	1	.024	.284	-.063	.252	.587	.318	.394	.480
	Sig. (2-tailed)	.328	.009	.972	.206	.010	.102	.005	.020	.870	.045	.666	.077	.000	.028	.005	.000	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q14	Pearson Correlation	.157	.402	.162	.103	.255	.050	.033	.316	.024	1	.115	-.061	-.129	.022	.151	.313	.053
	Sig. (2-tailed)	.275	.004	.263	.477	.074	.732	.820	.025	.870	.425	.675	.373	.878	.296	.027	.712	.053
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Q18	Pearson Correlation	.167	.081	-.143	-.096	.301	.336	.116	.301	.384	.116	1	.044	.100	-.048	.364	.186	.186

