

المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية

مجلة علمية سداسية تصدرها جامعة سيدي بلعباس - الجزائر
بالتعاون مع مخبر
الجزائر: تاريخ ومجتمع في الحديث والمعاصر

العنوان
مجمع المخابر العلمية - كلية العلوم التكنولوجية
سيدي بلعباس

رابط الموقع الإلكتروني
<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/334>

عنوان البريد الإلكتروني
mjhss.usba@gmail.com
mjhss@univ-sba.dz

المجلد الخامس عشر
العدد 01 - جوان 2023

رت م د : 2170-0060
رت م د : 2602-523X

دار كنوز للإنتاج والنشر والتوزيع
العنوان: أوجليدة - تلمسان

الهاتف: 043-56-58-48 / 07-7033-27-90

حقوق الطبع محفوظة:

لا يسمح بإعادة إصدار هذه المجلة أو أي جزء منها أو تخزينها في نطاق استعادة المعلومات أو نقلها بأي شكل من الأشكال، دون إذن خطي مسبق من مدير المجلة.

محتويات العدد

كلمة العدد	10
الجبهة الجنوبية الجزائرية بمالي " 1962-1960 "	31-11
د. عبد الرحمن لخمري - الجزائر	
استغلال الشهادات الحية في كتابة تاريخ الثورة التحريرية 1954 – 1962	48-32
ط.د. لعروسي رحمان - الجزائر	
د. لعرج جبران - الجزائر	
مشروع قسنطينة 3 أكتوبر 1958: إستراتيجية ربط الجزائر بالمصالح الفرنسية.	66-49
د. محمدي مليكة – الجزائر معاصر	
محمد سعيد الزاهري من رجال الإصلاح في الجزائر	83-67
د. صافر فتيحة - الجزائر	
محطات في تاريخ فلسطين 1948-1917	101-84
أ.د. ميسوم ميلود – الجزائر	
د. شعشوع معمر - الجزائر	
الوثائق العدلية وكتابة التاريخ المحلي: حالة منطقة الرحامنة بالمغرب	123-102
ط.د. رشيد سلفوه - المغرب	
التواجد الاستعماري الهولندي بجنوب إفريقيا ما بين القرنين 17م و20م	160-124
د. الطاهر خالد - الجزائر	
جوانب من الحياة الاجتماعية والاقتصادية ليهود الأغواط خلال القرن 19م	180-161
د. دجاج فاطمة - الجزائر	
مراسلات القنصل ديبوا تانفيل مع وزير الخارجية الفرنسي تاليران 1800-1805 من خلال وثائق أرشيفية	195-181
د. موسي العاشوري – تونس	
صورة الجزائر الاقتصادية من خلال كتابات الرحالة المغاربة والجزائريين خلال القرن الثامن عشر ميلادي	214-196
ط.د. حريشة جمال – الجزائر	
مدينة تنس في العصر الوسيط – الموقع والتطور التاريخي	234-215
د. طاهر منصور خديجة – الجزائر	
المواقع الأثرية النيوليتية لجبل مرجاجو(هران)	252-235
د. ستي صندوق - الجزائر	
أوبنة وأمراض في بلاد اليونان والرومان	264-253
أ.د. عبد المومن محمد - الجزائر	
تمثلات "الضرب" بين الفهم التراثي الإسلامي، الواقع الاجتماعي وحاكمية العقل	280-265
ط.د. كاسي موسى إيمان – الجزائر	
أ.د. بوسعادة رشيد - الجزائر	
دور التمكين الاجتماعي والاقتصادي للمرأة الجزائرية في تحقيق التنمية	296-281
د. مناد لطيفة - الجزائر	
جودة الحياة لدى طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا؛ دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة غرداية.	318-297
ط.د. مخلوف صراح – الجزائر	
د. بلعباس حنان – الجزائر	
د. مزاور نسيم – الجزائر	

336-319	إسهامات الإعلام العلمي في مواجهة الوباء المعلوماتي خلال جائحة كورونا د. نزيهة وهابي - الجزائر
363-337	منصات الدوريات العلمية العربية في ضوء الوصول الحر د. قشايري سميرة - الجزائر
388-364	La Bibliothèque Scolaire : Un espace architectural conviviale pour le développement des connaissances de l'enfant BENALLOU Houari Adnane – Algérie

جودة الحياة لدى طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا؛

دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة غرداية.

Quality of life among clinical psychology students during COVID-19 pandemic.

(A field study on a sample of students of Ghardaia University)

مخبر الجنوب الجزائري للبحث في التاريخ والحضارة الإسلامية، جامعة غرداية/ الجزائر	علم النفس العيادي	ط.د/مخلوف صراح (makhlouf.sarah@univ-ghardaia.dz)
جامعة غرداية/ الجزائر	علم النفس العيادي	بلعباس حنان (belabbes.psycho@yahoo.com)
جامعة غرداية/ الجزائر	علم النفس العيادي	مزاور نسيم (mezaour.nassima@univ-ghardaia.dz)
DOI :		

الإرسال: 2022/10/25 القبول: 2023/06/20 النشر: 2023/06/30

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى قياس مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا، وكذا معرفة الفروق حسب متغيري الجنس والمستوى الدراسي. و لتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي، كما اشتملت عينة الدراسة على 132 طالب (ة) جامعي، الذين طبق عليهم مقياس جودة الحياة لمحمود مسنى و علي كاظم (2006)، وبعد القيام بإجراءات الدراسة الإحصائية، توصلنا إلى النتائج الآتية:

- مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا متوسط.
 - توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور .
 - لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى الدراسي (سنة ثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر).
- كلمات مفتاحية:** جودة الحياة ؛ طلبة علم النفس العيادي ؛ جائحة كورونا ؛ جامعة غرداية.

Abstract:

Maghreb Journal of Historical and Social Studies - Sidi Bel-Abbes University

ISSN : 2170-0060 EISSN : 2602-523X

Volume 15 -- Issue 01 -- June 2023

المؤلف المراسل: مخلوف صراح البريد الإلكتروني: makhlouf.sarah@univ-ghardaia.dz

This study aimed to measure the level of quality of life for students of clinical psychology during COVID-19 pandemic, and it also aimed to find out the differences according to: gender and educational level. In order to achieve the objectives of the study, the descriptive approach was used. The study sample consisted of 132 university students. Also the Qol instrument established by Mahmoud Musna and Ali Kadhém (2006) has been used. The statistical study revealed the following results:

-The level of quality of life among the students during COVID-19 pandemic is average.

-There are differences in the level of quality of life during COVID-19 pandemic due to the gender, which is in favor of males. And, there are no differences in the level of quality of life during COVID-19 pandemic due to the academic level.

Keywords : Quality of life; Clinical psychology students; COVID-19 pandemic.; University of Ghardaia

1- مقدمة:

نادراً ما حظي مفهوم بإهتمام واسع مثلما حظي به مفهوم جودة الحياة، حيث إعتبر من أهم قضايا بحث غالبية العلوم والتخصصات، وخاصة النفسية النظرية منها والتطبيقية، وعلى رأسها علم النفس الايجابي الذي جاء كإستجابة للتركيز على نقاط القوة والنواحي الإيجابية ومحاولة تعزيزها في حياة الأفراد وتحقيق رفاهيتهم.

فجودة الحياة حسب ما جاء في تعريف اليونسكو تمثل " كل جوانب الحياة كما يدركها الفرد وتشمل إشباع الحاجات الأساسية التي تحقق التوافق النفسي له " (عبد المعطي، 2005)، كما تعتبر جودة الحياة مؤشراً هاماً لشعور الفرد بمختلف الانفعالات النفسية النابعة من رضاه عن جميع علاقاته الاجتماعية والأسرية وصحته الجسدية والنفسية، و التي تمكنه من القيام بإنجاز الأنشطة اليومية المعتادة (السيد، 2020)، وبصفة عامة فهي تمثل نوعية خصائص الإنسان من حيث تكوينه النفسي الجسدي والمعرفي وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي ودرجة توافقه الذاتي (كاظم & الهدالي، 2005).

إن المتتبع للدراسات التي تناولت بالبحث موضوع جودة الحياة، يلاحظ تنوعها وإختلافها من حيث أهدافها وشرائح المجتمع المختلفة التي إستهدفتها كالمريض، الأطفال و المسنين....، وأيضاً فئة المتعلمين، وخاصة من هم في المرحلة الجامعية.

ولأن مرحلة التعليم الجامعي من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في نفسية و مدركات الطلبة لجودة حياتهم، و بما أنهم يمرون بمرحلة نمائية مهمة فإن نظرتهم لجودة حياتهم وتقديرهم الذاتي لها يؤثر على إنتاجهم وتحصيلهم الأكاديمي، ليس هذا فحسب بل يمتد الأثر إلى مجالات مستقبلية، كالمجال المهني، الأسري، النفسي، الأخلاقي، والاجتماعي (كاظم ومنسي، 2010، ص62).

ولما كانت جودة الحياة وكل ما تعلق بها من ضوابط العيش السعيد والرفاهية والراحة النفسية وغيرها من الأمور تخضع وتتحدد وفق متغيرات المجتمع المتجددة فإن سلوكات الأفراد هي الأخرى سوف تتغير وتتماشى بالموازاة مع تلك المتغيرات (بلقاسمي ومسعودي، 2021، ص 247).

ولعل أفضل مثال على ذلك ما شهدته مجتمعات العالم على وجه العموم، والجزائر على وجه الخصوص من متغير جديد ومفاجئ بداية سنة 2020، ألا وهو فيروس كورونا الذي أثر على أسلوب ونمط حياة الناس وأدى إلى حدوث نتائج سلبية على جميع الأصعدة والميادين بما فيها الميدان التعليمي، حيث تم تعليق جميع الأنشطة في المدارس والجامعات، مما أحدث تغييرات مفاجئة في طبيعة حياة الطلاب وأنشطتهم الصفية والغير الصفية. (بن زينب، 2020).

وبناءً على العرض السابق وجملة المعطيات العلمية التي تم طرحها، جاءت هذه الدراسة كمحاول لمعرفة مدى تقييم الطلبة الجامعيين لجودة حياتهم وبالتحديد طلبة علم النفس العيادي باعتبارهم مختصي المستقبل والنظر لدورهم الحيوي في مثل هذه الأزمات، كجائحة كورونا التي تعتبر من أهم موضوعات الساعة.

2-الإشكالية:

منذ الحرب العالمية الثانية لم تواجه الإنسانية أزمة عالمية كالتي شهدتها في غضون العامين السابقين والمتمثلة في أزمة فيروس كورونا التي أعلنت عنه منظمة الصحة العالمية كطائرة صحية عامة في مطلع شهر مارس 2020 والتي وصفها بالجائحة بالنظر إلى

طبيعة هذا الوباء وسرعة انتقاله بحيث لم تكد تمر شهور قليلة حتى انتشر واجتاح العالم بأسره دون تمييز مخلفا الملايين من الإصابات ومئات الآلاف من الوفيات .

وحسب ما جاء في نشرة أليسكو العلمية " فإن فيروسات كورونا هي عبارة عن فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبب أمراض متنوعة للإنسان كالزكام ونزلات البرد العادية، كمتلازمة كورونا الشرق الأوسط التنفس (Mers-Cov) ، ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (SARS-COV) ، ويعد فيروس كورونا المستجد (SARS-COV-2) سلالة جديدة لم يسبق تحديدها وإصابتها للبشر من قبل. وقد أعلنت اللجنة الدولية لتصنيف الفيروسات تسمية فيروس كورونا 2 المسبب لمتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (SARS-COV-2) إسما رسميا للفيروس الجديد في 11 فبراير 2020، واختير هذا الاسم لارتباط الفيروس جينيا بفيروس كورونا الذي سبب فاشية متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم سارس عام 2003" (مكاوي، 2020، ص 16). ففيروس كورونا مستجد معدي أعراضه تشبه الإنفلونزا وتنتهي لدى البعض بالموت في ظرف قياسي .

ونظرا لإنتشاره المفاجئ والسريع في مختلف أنحاء العالم وفي ظل عدم نجاح الجهات المختصة في إيجاد وسيلة دفاعية للحد منه آنذاك، أوصت منظمة الصحة العالمية للوقاية منه بوضع مخطط استعجالي، عن طريق فرض تدابير وإجراءات صارمة واستثنائية؛ كفرض التباعد الاجتماعي والعزل الصحي لفترات كلما استدعى الوضع ذلك، و أيضا عن طريق إيقاف العديد من الأنشطة والتجمعات، وغلق مختلف المؤسسات الاقتصادية، الترفيهية، الاجتماعية وحتى التعليمية، حيث تسببت هذه الجائحة في انقطاع 1.6 مليار طفل وشاب عن التعليم في 161 بلدا؛ أي ما يقارب 80 % من الطلاب الملتحقين بمقاعد الدراسة على مستوى العالم (سفيدرا، 2020)

من شأنه أن يؤثر ذلك على سيروية الحياة التعليمية للطلاب، وخاصة عن صحته النفسية والعقلية، حيث كان هناك إجماع من قبل الدراسات كدراسة أميطوش (أميطوش & سكاوي، 2020)، دراسة سنوسي و جولي (سنوسي و جولي، 2020) ودراسة Madani (Boutabal، و Bryant، 2020) التي أكدت على أنه من بين الآثار المترتبة على جائحة كورونا التي مست بأفراد المجتمع بصفة عامة والتي جاءت في المراتب الأولى هي

الأثار النفسية. وبما أن الطالب الجامعي يمثل جزءا رئيسيا في بناء المجتمع وتنميته، كانت هناك دراسات عديدة إهتمت بالبحث والوقوف على الحالة النفسية التي يعيشها الطلبة في ظل تفشي جائحة كورونا بصفة خاصة، وأكدت هي الأخرى على أن هذا الجانب هو الأكثر تضررا، ومن بين تلك الدراسات التي دعمت هذا التصور دراسة Kaparounaki (Kaparounaki، وآخرون، 2020) التي تُعد أولى الدراسات التي إهتمت بالصحة العقلية للطلبة في فترة الحجر الصحي في اليونان، وتمّ التوصل فيها إلى أن 42,5 % من الطلبة يعانون من القلق، 74,3% يعانون من الاكتئاب، 63,3% زيادة في مجموع الأفكار الانتحارية، وخلصت إلى أن التأثير الحاد للجائحة يبدو واضحا، أما العواقب طويلة المدى فتبقى مجهولة .

وفي دراسة أخرى قام بها Chen el (Chen و Lucock، 2022) تهدف للإطلاع على الصحة العقلية ورفاهية طلاب التعليم العالي في إنجلترا خلال الجائحة والعوامل التنبؤية المتعلقة بها، توصلوا إلى نتيجة تؤكد على ارتفاع مستويات الاكتئاب والقلق وتدني الحالة المزاجية عند أفراد العينة، و 50% من الحالات هي حالات سريرية، وأيضا انخفاض مستويات المرونة النفسية، ومن بين العوامل التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة و التي ساهمت في انخفاض مستويات الصحة النفسية هي: الجنس الأنثوي، سوء العلاقات الشخصية وقلة التواصل مع العائلة والأصدقاء، تدني الوضع المالي وفقدان الوظيفة، قلة ممارسة الرياضة وارتفاع مستويات الإدمان على التبغ.

وفي نفس السياق أظهرت دراسة Rogovska (Rogowska ، Kuśnierz، و Bokszczanin، 2020) التي كان من بين أهدافها فحص ارتباط القلق بالصحة العامة المصنفة ذاتيا والتوتر أثناء تفشي جائحة كورونا عند عينة من الطلبة البولنديين، تم التوصل م خلالها إلى نتيجة مفادها أن الطلبة يعانون من إجهاد وقلق شديد خلال فترة الحجر الصحي وهم يحتاجون إلى مساعدة للتعامل مع الجائحة، و أوصت الدراسة بضرورة إعداد تدخل مستقبلي مناسب وإعداد برامج وقائية فعالة في الجامعات لمواجهة التحديات التي تخلقها الأزمات، وهو مسعى تصبو إليه العديد من الجامعات لتحقيق الصحة العقلية والنفسية للطلاب .

ولأن الطالب يعتبر من أهم مخرجات الجامعة وهو محور العملية التعليمية والعنصر الأساسي فيها فهي تهدف أيضا إلى خدمته والرقى به وبمستواه العلمي والإسهام في نمو شخصيته وتحسين ما لديه من تحديات مفيدة من خلال المناهج والفاعليات كالاستمتاع بأوقات الفراغ، وإتاحة الفرصة له لتحقيق إنجازات إيجابية كإشباع الرغبات وحب الاستطلاع والاستقلالية والإحساس بقيمة الذات (ابو هاشم، 2010)، ليمثل ذلك جوهر جودة الحياة عند الطالب، التي تتأثر بعدد كبير من المتغيرات المادية والاجتماعية والصحية والاقتصادية، وهذه المتغيرات تخضع لإدراكات الطالب الذاتية وقناعاته لمستوى الخدمات التي تقدمها الجامعة، ومن ثم فإن التقدير والتقييم الذاتي لجودة حياته ينعكس على إنتاجه وتحصيله الأكاديمي (جغراب و عبد الحفيظي، 2016).

وجودة الحياة بتعاريفها المختلفة "ترتبط بالقيم الشخصية للفرد التي تحدد معتقداته حول كل ما يحيط به من متغيرات، وما يواجهه من مشكلات للسعي لتحقيق الرضى الذاتي" (منسي و كاظم، 2010)

وتعرف جودة الحياة عند الطالب، بأنها "جودة حياة الطلاب تلبي احتياجاتهم النفسية والروحية والعقلية و البيئية والاجتماعية من خلال إكسابهم المعارف، وغرس الاتجاهات الإيجابية، وتنمية المهارات الحياتية، والاستمتاع بها داخل المدرسة وخارجها وحاضرها ومستقبلها، وذلك بتوظيف إمكانات المدرسة والأسرة والمجتمع، وتتأثر جودة حياة المتعلمين بعدة مجالات، من خلال جودة البيئة المدرسية و جودة التعليم، و جودة الحياة الأسرية، وجودة الرعاية الصحية، وجودة حياة المجتمع" (تواتي، قريصات، و بلعربي، 2018).

ومن خلال هذه التعاريف وما ذكر سابقا حول دور البيئة الجامعية في تحديد جودة حياة الطالب يتضح لنا أن مفهوم جودة الحياة يرتبط ببيئة الفرد وأن العوامل البيئية من المحددات الأساسية لإدراك الفرد لجودة حياته، وفي سياق ما إنجر عن جائحة كورونا من ظروف بيئية غير مألوفة من شأنها أن قيدت الأفراد عن ممارسة حقوقهم وحصولهم على الخدمات المادية، الصحية، الاجتماعية، الترفيهية والتعليمية وأدخلهم ذلك في نمط حياة جديدة وانعكس سلبا على سلوكياتهم وعاداتهم، و خاصة على الجانب

النفسي الذي أثبتت عنه الدراسات السابقة المذكورة أنفاً، و الذي يعد مؤشر من مؤشرات جودة الحياة، و لهاذا جاءت دراستنا الحالية حتى تقييم هذا الجانب ولكن بصفة أعم وأوسع و ذلك من خلال قياس جميع مؤشرات جودة الحياة عند الطالب في زمن جائحة كورونا، ولقد خصت دراستنا بالبحث طلبة علم النفس العيادي لأنهم الفئة التي يجب أن تتحلى بجودة الحياة التي تسمح لها بخدمة نفسها ومجتمعها خاصة في حال وقوع الأزمات .

وبناء على ما سبق تأتي دراستنا الحالية للإجابة على التساؤلات التالية :

- ما مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا ؟
- هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى الدراسي (سنة ثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر)؟.

2- فرضيات الدراسة:

- مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جاحة كورونا متوسط .
- توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.
- توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى الدراسي(سنة ثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر).

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة:

- مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا.
- الفروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.
- الفروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا حسب متغير المستوى الدراسي (سنة ثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر).

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

- إلقاء الضوء على مفهوم مهم وهو جودة الحياة، باعتباره من المفاهيم التي جذبت إهتمام العديد من الباحثين و لأنه من أهم موضوعات علم النفس الإيجابي و أحدثها، لذا فهو يحتاج للمزيد من الدراسات.
- إستهدافها لشريحة مهمة من المجتمع والمعول عليهم في دفع عجلة التنمية وهم الطلبة الجامعيين، وخاصة تركيزها على من هم في تخصص علم النفس العيادي باعتبارهم مختصي ومقدمي الخدمات النفسية في المستقبل.
- إهتمامها بطرق تقييم الطلبة لتنوعية حياتهم في زمن جائحة كورونا التي تعتبر من أهم موضوعات الساعة نظرا لما خلفته من أثار جسيمة في العديد من الجوانب و الميادين.
- تزويد المختصين بنتائج الدراسة، لوضع برامج علاجية أو وقائية تقلل أو تجنب من الأثار السلبية للأوبئة على جودة حياة الأفراد .

5- مصطلحات الدراسة:

5-1- جودة الحياة:

تعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة كالآتي " جودة الحياة هي إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها، ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه وتوقعاته وقيمه واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية وحالته النفسية ومستوى استقلاليتها وعلاقاتها الاجتماعية واعتقاداته الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة". (بوعمامة، 2019)

وتعرف إجماعاً بأنها مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب (ة) الجامعي على مقياس جودة الحياة لكامل وممنسي، والتي تعكس مستوى شعوره بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته، من خلال ما يقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه.

2-5- جائحة كورونا :

تعرف الجائحة بأنها أوبئة كثيرة الانتشار، بحيث تمس الملايين من الناس عبر بلدان متعددة، وفي بعض الأحيان جميع أنحاء العالم، وحتى يتسبب الفيروس أو البكتيريا في حدوث ما يسمى بالجائحة، يجب أن يكون انتقاله سهل من فرد لآخر، وأن يكون كائناً لا يملك معظم الناس مناعة سابقة له، كما يؤدي إلى مرض شديد، والأمراض التي تسبب الجائحة هي جزء من مجموعة من الحالات المعروفة باسم الأمراض المعدية الناشئة والتي تشمل مسببات الأمراض التي تمّ تحديدها حديثاً، بالإضافة إلى ظهورها مرة أخرى (Taylor، 2019).

أما فيما يخص فيروس كورونا، فقد اكتشف لأول مرة لدى الحيوانات في الثلاثينيات و الأربعينيات من القرن الماضي، حيث أكد علماء الأحياء والطبيعة أن هناك عشرين نوع من هذا الفيروس تجتاح معظمها الحيوانات، و من بينها ثمانية فقط تصيب و تؤثر في الإنسان، خمسة منها يؤدي إلى ضرر خفيف، والبقية شديدة الضرر، حيث تم اكتشافها ولأول مرة في ستينيات القرن الماضي، وسميت وقتها بفيروس كورونا البشري، أما الفيروسات الخطيرة السابقة الذكر والضارة بالإنسان، فهي تتمثل في: سارس كورونا

فيروس و الذي ظهر سنة 2003، فيروس كورونا فيروس ظهر سنة 2012، و في ديسمبر 2019. (بلبسي وسوالمية، 2021).

3-5- طلبية علم النفس العيادي:

وهم الطلبة الذين تحصلوا على شهادة البكالوريا والمسجلين بالجامعة في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية في قسم علم النفس وعلوم التربية والأطفونيا، والذين يزاولون دراستهم في تخصص علم النفس العيادي الذي يعرف على أنه "أحد فروع علم النفس الحديثة التطبيقية والتي تعتبر علما وفناً في آن واحد، و هو فرع واسع الانتشار و التطبيق ويختص بدراسة أساليب القياس والتقدير و التشخيص والتقييم للتعرف على ما يوجد لدى المريض من قدرات وذكاء وما يعاني منه من الأمراض والاضطرابات العقلية والنفسية والنفس جسدية والأخلاقية، كما يدرس أساليب العلاج و الإرشاد، وكما يدرس الحياة داخل مستشفيات وعيادات الطب العقلي" (مراد و فنطازي، 2019).

6- الإجراءات المنهجية للدراسة:

1-6 منهج الدراسة:

تبعا لطبيعة موضوع الدراسة فلقد اخترنا المنهج الوصفي لمناسبتة لطبيعة الدراسة وأهدافها.

2-6 حدود الدراسة:

الحدود المكانية والزمانية: تحددت الدراسة مكانيا بجامعة غرداية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، وبالضبط قسم علم النفس، أما زمانيا فتحددت بالموسم الجامعي 2021-2022.

3-6 العينة:

- الدراسة الاستطلاعية :

ولقد تمّ اللجوء إليها بهدف قياس الخصائص السيكومترية للأداة المستعملة في الدراسة، بحيث شملت عيّنة دراستنا الاستطلاعية على 30 طالب (ة) من طلاب جامعة غرداية قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية.

- عينة الدراسة الأساسية:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة علم النفس العيادي من جامعة غرداية بمختلف مستوياتهم (سنة ثالثة ليسانس، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر)، والمقدر عددهم بـ 206 طالب، وبما أن مجتمع الدراسة يتكون من ثلاث طبقات، فلقد إتبعنا الطريقة العشوائية الطبقية لإختيار عينة الدراسة الأساسية، لأنه في حالة عدم تجانس المجتمع يصبح من الضروري إختيار العينة الطبقية، حيث تمثل فيها فئات المجتمع الأصلي بنسبة تواجدتها فيه، أي أن الباحث يختار لكل طبقة وبطريقة عشوائية عددا من المفردات يتناسب حجمها مع حجمها في المجتمع الأصلي، ففي هذه الطريقة يتم تقسيم أفراد المجتمع إلى مجموعات وفقا لصفات متشابهة. وعلى هذا الأساس تحصيلنا على عينة طبقية حجمها 132 طالب، بعد إستبعاد الاستمارات التي لم يتم إستوفاء الإجابة على فقراتها.

4-6- أداة الدراسة:

الأداة المستعملة في هذه الدراسة هي مقياس جودة الحياة لمحمود مسني و علي كاظم (2006)، و الذي يتكون من ستة أبعاد (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية، جودة التعليم و الدراسة، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت و إدارته)، كما تكونت فقراته من 60 بند، و تتطلب الإجابة عليه البدائل الأتية (أبدا، قليلا جدا، إلى حد ما، كثيرا، كثيرا جدا)، و يضم هذا المقياس 30 بند موجب و 30 بند سالب، و لقد أعطيت للفقرات الموجبة الدرجات الأتية (1،2،3،4،5)، في حين أعطي عكس الميزان السابق للبنود السالبة، أما الدرجة الكلية للمقياس، فهي ما بين 60 و 300 درجة .

ولقد تم تقسيم مستوى جودة الحياة في ضوء ما إقترحه معدا المقياس كاظم و المنسي وبناءً على المعايير المئينية، إلى ثلاثة مستويات (منخفض- متوسط- مرتفع)، حيث يقع في المستوى المنخفض للجودة الطلبة الحاصلين على المئين 25 فأقل، و يقع في المستوى المتوسط للجودة الطلبة الحاصلين على المئين الذي يتراوح بين (26-74)، بينما يقع في

المستوى المرتفع للجودة الطلبة الحاصلون على المئين 75 فأكثر، و على هذا الأساس يتم تحديد مستوى جودة الحياة (جغراب و عبد الحفيظي، 2016).

5-6- الخصائص السيكموترية لمقياس جودة الحياة:

في دراستنا الحالية تم التحقق من الخصائص السيكموترية (الثبات والصدق) للأداة، من خلال إستخدام أسلوبين من أجل التأكد أولا من ثبات الأداة، حيث قمنا برصد معامل الثبات ألفا للإتساق الداخلي فكانت قيمة ألفا كرونباخ هي (0.836) وهي قيمة مرتفعة، كما قمنا بحساب ثبات مقياس جودة الحياة بطريقة التجزئة النصفية فكانت قيمة معامل الارتباط بين نصفي الإستبيان يساوي (0.641) وبعد تعديلها بمعامل سيرمان براون بلغت (0.781)، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01). وهذا ما يدل على أن مقياس جودة الحياة ثابت بقدر مقبول جدا.

وللتحقق من صدق مقياس جودة الحياة إعتدنا على طريقتين وهما الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)، و الصدق الذاتي، فبعد تطبيق مقياس جودة الحياة على العينة الإستطلاعية، تم ترتيب درجاتهم الخام تصاعديا، وسحب نسبة (33%) من طرفي التوزيع والحصول على مجموعتان متطرفتان (عليا و دنيا) تساوي كل منهما (10) أفراد، و بعد تطبيق إختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، إتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئة الدنيا والعليا، وأن قيمة "ت" المحسوبة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) مما يعني أن المقياس يتسم بالقدرة التمييزية بين العينيتين المتطرفتين في درجات جودة الحياة، أما قيمة الصدق الذاتي لمقياس جودة الحياة فقدرت ب (0,91)، و من خلال ما سبق ذكره، يتضح لنا أن مقياس العجز المتعلم صادق.

7- عرض وتفسير نتائج الدراسة:

7-1- عرض و تفسير الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن "مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا متوسط"، وللتأكد من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، فكانت النتائج موضحة كالآتي:

جدول رقم (08) يوضح مستوى جودة الحياة عند الطلبة

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التيباين
جودة الحياة	202.81	21.31	454.09

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة المتوسط الحسابي بلغت (202.81) و الانحراف المعياري (21.31)، ومن خلال حساب الوزن النسبي للمتوسط الحسابي نجد أنه مساوي ل (67.60%) أي ما يقارب 68% ، و بالعودة إلى التقسيمات التي تحدد مستوى جودة الحياة و المعايير المثبتة، نجد أن نسبة المتوسط الحسابي المتحصل عليه في دراستنا الحالية تقع في المجال المثني (26-74)، وهو المجال الذي يمثل مستوى متوسط لجودة الحياة، وعليه نقبل الفرضية القائلة بأن مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا متوسط.

ولقد جاءت نتائج هذه الدراسة بخصوص هذه الفرضية، لتتفق مع نتائج الدراسة الاستكشافية التي قامت بها بن غدفة (2021) حول نوعية الحياة في ظل جائحة كورونا على عينة من طلبة الجامعة أين توصلت إلى أن مستوى نوعية الحياة عندهم كان متوسطا، وهي أيضا نفس النتيجة التي توصل إليها الباحثان الطريفي والنعيمات (2021) في دراستهما حول جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في الأردن في ظل جائحة كورونا.

كما يمكن القول أن نتيجة دراستنا الحالية جاءت تتفق نسبيا مع البعض من الدراسات كدراسة Panayiotou (Panayiotou، Panteli، و Leonidou، 2020) التي أشارت إلى انخفاض في مستوى نوعية الحياة عند طلاب الجامعة مقارنة بمستوياتها ما قبل الجائحة، و أيضا دراسة Rogovska (Rogowska، Kuśnierz، و Bokszczanin، 2020) التي سجلت انخفاض في مستويات الرضا عن الحياة لدى الطلاب أثناء تفشي جائحة كوفيد 19.

بينما جاءت نتائج دراستنا مغايرة لدراسة السيد (2020) التي توصل فيها إلى أن جائحة كورونا لم تؤثر على معظم مظاهر جودة الحياة حيث سجل إرتفاع في مستوياتها عند أفراد عينة دراسته، و نفس النتيجة تم التوصل إليها في دراسة كل من المحمدي والعتيبي (2021)، دراسة الشهري و آخرون (2020)، ودراسة (Cheah et al 2021).

ويمكن تفسير ما توصّلنا إليه في دراستنا الحالية وإرجاع النتيجة إلى عدّة عوامل، فهي تعود ربما إلى الظروف التي يعيشها الطالب كعنصر من عناصر المجتمع في ظل تفشي الفيروس و ما إنجر عنه من تدني لمستويات الصحة النفسية و التي تعتبر مؤشر من مؤشرات جودة الحياة، ففي دراسة لسنوسي و جلوي (2020) أكّدا فيها أن من أهم أسباب تدني الصحة النفسية هي الشعور بالخوف من الإصابة بالوباء والعجز عن حماية أفراد العائلة (سنوسي و جلوي، 2020، ص65)، وكذلك ما توصّل إليه (Rogovska et al (2020) في دراسته، حيث خلص إلى أن طلاب الجامعة يعانون من إجهاد و توتر و قلق شديد خلال جائحة كورونا بسبب الاستعمال المتكرر لأساليب المواجهة و التأقلم الموجهة نحو العاطفة و التجنب، وأنهم يحتاجون إلى مساعدة للتعامل معها ولا بد من إعداد برامج مستقبلية في الجامعات لمواجهة مثل هذه الأزمات.

كما يمكن إرجاع النتيجة أيضا إلى التغيرات المفاجئة والسريعة والغير مألوفة التي أحدثتها الجائحة في جميع جوانب الحياة، بما فيها تلك القرارات التي فرضت على الجامعات و التي أثرت على طبيعة جودة حياة الطلاب والتي من أهمها التعليم عن بعد كبديل أو مكمل للتعليم الحضوري و الذي عرف صعوبات كبيرة تقنية و بيداغوجية، فحسب ما جاء في دراسة (Silva et al (2020 التي هدفت إلى تقييم أنشطة التعليم عن بعد و تأثيرها على نوعية الحياة عند الطلبة في ظل جائحة كورونا، توصّلوا فيها إلى أن طلاب طب الأسنان معرضون لخطر انخفاض نوعية حياتهم لأن أداء أنشطة التعليم عن بعد من خلال الأجهزة تحد من التفاعل بين الطالب والمعلم.

و كذلك نجد نظام التفويج الذي فرضته الجامعات لزيادة التباعد كحل وقائي، والذي من شأنه أن قلص من الحصة و كثف الدروس وأدى حتى إلى عدم إنهاء بعض المقررات والبرامج، وكذلك قرار إلغاء المناقشات وحفلات التخرج التي تعتبر حلم كل طالب في نهاية مشواره الدراسي..... وغيرها من العوامل المستجدة التي أثرت سلبا على جودة حياة الطلبة، و ما يدعم هذه الفكرة دراسة (Leong Bin Abdullah, Leong Bin Abdullah (Mansor, Mohamad, & Teoh, 2021) الذين توصّلوا فيها إلى تحديد أهم عوامل ساهمت في إحداث ضغط مرتبط بكوفيد 19 وأدت بذلك إلى انخفاض جودة الحياة عند مجموعة من الطلاب، وهي الإحباط بسبب اضطراب الدراسة وزيادة الإجهاد فيها، وعدم يقينهم حول

مستقبلهم و تأخر وقت تخرجهم، وفقدان روتينهم الأكاديمي اليومي، بالإضافة إلى ارتفاع أعراض الاكتئاب والتوتر عند العينة كعامل نفسي .

وبالعودة إلى عينة دراستنا والمتمثلة في طلبة علم النفس العيادي، والذين تم إختيارهم تحديدا لمعرفة أثر التخصص على طرق تفكيرهم وسلوكياتهم. وبالتالي على مستوى تقييمهم لجودة حياتهم في زمن جائحة كورونا، وكذلك باعتبارهم مختصي المستقبل، ولأنهم الفئة التي يجب أن تتحلّى بجودة الحياة التي تسمح لهم بخدمة أنفسهم ومجتمعهم و دورهم الحيوي خاصة في حال وقوع مثل هذه الأزمات، إلا لأن النتيجة المتوصل إليها أكدت على أنهم قيموا مستوى جودة حياتهم بالمتوسط، ويمكن عزو السبب إلى تأثر صحتهم النفسية كما ذكر سابقا وشكوكهم نحو مستقبلهم الأكاديمي والمهني، جراء الجائحة و ما تخللها من تغيرات جذرية، غامضة وفجائية و التي حالت دون أن يكون طلبة علم النفس العيادي مثاليين في تصوراتهم لجودة حياتهم ومرنين مع ظروف الجائحة، فحسب ما توصلت إليه دراسة (Panayiotou, Panayiotou, Panteli, & Leonidou, 2020) فإن جودة حياة الطلاب خلال أزمة كوفيد 19 تأثرت بأنماط تنظيم العاطفة عندهم، حيث اتصفوا بصعوبة لتعبير عن مشاعرهم وعدم وصولهم إلى استراتيجيات تنظيم العواطف و المشاعر البديلة و المرنة والتي تعد جد مهمة للتعامل مع الضيق والأزمات.

فالتعامل مع الأزمات موضوع جد مهم بالنسبة لطلبة علم النفس العيادي لذاتهم ولخدمة غيرهم، والذي ربما لم يتم تكوينهم فيه، لأن تخصص علم النفس العيادي تتصف برنامج التكوين فيه بالعمومية في كل المستويات، كما تعتبر مخرجاته على أنها أسست على خلفية متناقضة، حيث يتم إعداد الطلبة بالاقتران على البعد الأكاديمي أكثر منه على البعد المهني و الواقع المعاش و متطلبات الميدان (بن احمد، سماحي، و بلعربي، 2022).

2-7- عرض وتفسير الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه " توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عن الفروق في مستوى جودة الحياة بين الذكور والإناث من الطلبة، والنتائج المتحصل عليها كالآتي:

جدول رقم (09) يوضح الفروق في مستوى جودة الحياة حسب متغير الجنس

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكور	30	213.1667	17.4575	3.128	130	0.002
إناث	102	199.7674	21.4532			

يتّضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة قدرت بـ (3.128)، وقيمة الدلالة الإحصائية Sig بـ (0.002) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، وهذا ما يثبت صحة الفرضية، أي أنه توجد فروق بين الذكور والإناث في مقياس جودة الحياة وهي لصالح الذكور.

ولقد جاءت هذه النتيجة لتتفق مع دراسة الطرفين و النعيمات (2021) في جزء مما توصلوا إليه من نتيجة أكدت على وجود فروق في بعد الحياة الاجتماعية لمقياس جودة الحياة و لصالح الإناث، كما اتفقت جزئياً مع نتيجة دراسة المحمدي و العتيبي (2021) اللذان توصلوا إلى وجود فروق في بعد الصحة الجسمية و النفسية لمقياس جودة الحياة خلال أزمة كورونا وكانت النتيجة لصالح الذكور.

في حين جاءت نتيجة الفرضية مغايرة لدراسة بن غذفة (2021)، دراسة السيد (السيد، 2020)، ودراسة الطريفي والنعيمات (الطريفي و النعيمات ، 2021) التي بينت على عدم وجود فروق في الدرجة الكلية لمستوى جودة الحياة وأبعادها تعزى لمتغير الجنس، وأيضاً لا تتفق جزئياً مع دراسة المحمدي والعتيبي (المحمدي و العتيبي، 2021) اللذان توصلوا إلى عدم وجود فروق في بعدي العلاقات الاجتماعية والبيئية لمقياس جودة الحياة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

ويمكن تفسير ما توصلنا إليه من نتيجة في هذه الفرضية التي تؤكد على وجود فروق في مستوى جودة الحياة عند الطلبة في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير النوع الاجتماعي وهي لصالح الذكور، إلى عوامل ساهمت في ذلك، ومن بينها أن جائحة كورونا ساعدت على ظهور فروقات بين الجنسين حيث يتوقع من الأنثى في غالب الأحيان على تحمل مسؤولية تقديم الرعاية أكثر من الرجل بسبب معايير جنسانية وإجتماعية، ففي أحد الأزمات الصحية السابقة بسبب تفشي فيروس زيكّا، إزداد العمل الغير مدفوع الأجر الذي تنجزه النساء بشكل كبير. ومن المعروف في المنطقة العربية النساء والفتيات هن من تقع المسؤولية عليهن وهن من يوفرن لأفراد أسرتهن الخدمات الصحية، الجسدية، الفكرية والعاطفية والمأكّل

والمشرب والتنظيف، خاصة في زمن الجائحة وإستمرار حالات الحجر الصحي، مما فاقم عبء العمل عليهم وأرهقهم عاطفياً وجسدياً (جبّاري وقند، 2020).

ولعل هناك تفسير آخر للنتيجة المتوصل إليها هو أن الذكور بطبيعتهم وحسب مجتمعنا يمارسون الرياضة أكثر من الإناث، ولقد أكدت العديد من الدراسات أجريت خلال الجائحة على أن أعلى مستويات جودة الحياة سجلت عند الأشخاص الأعلى نشاطاً بدني كدراسة (Sadeghipour، Zar، Pakizeh، و Ramsbottom، 2020) ودراسة عقمران (آل عقمران، 2020)، فكلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية زادت جودة الصحة الجسمية والنفسية وزادت جودة شغل الوقت وإدارته، وكلها مؤشرات ترفع من جودة الحياة بصفة عامة.

3-7- عرض وتفسير الفرضية الثالثة:

لفحص ودراسة الفرضية الثالثة التي مفادها أنه "توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى الدراسي (سنة ثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر)"، وللتأكد من هذه الفرضية تم الإعتماد على إختبار تحليل التباين الأحادي، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

جدول رقم (10) يوضح الفروق في مستوى جودة الحياة حسب متغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
ليسانس	203,21	22,65	1288,45	2	644,23	1,428	0,244
أولى ماستر	206,73	21,54					
ثانية ماستر	199,00	19,45					

يتّضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة ف المحسوبة قدرت ب (1.428) عند قيمة sig التي قدرت ب (0.244) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند (0.05)، وهذا ما يثبت عدم صحة الفرضية، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي في مستوى جودة الحياة.

ولقد جاءت هذه النتيجة لتتفق مع دراسة بن غدفة (2021) ودراستها التي أجرتها سنة (2020)، التي أكدت فيهما على عدم وجود فروق في مستوى جودة الحياة بين الطلبة و التي تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وتفسر هذه النتيجة أنها تعود ربما لعوامل أخرى غير متغير المستوى التعليمي، فنجد أن نظام التعليم ل.م.د جعل من سن الطلبة في المستويات التعليمية الجامعية متقارب، ففي دراستنا الحالية العينة تمثلت في طلبة علم النفس العيادي بجامعة غرداية بمستوياتهم الثالث (ليسانس، أولى ماستر، ثانية ماستر) حيث كان ما يقارب 84 % منهم سنهم متجانس، و بالتالي فإن تقارب مراحلهم العمرية أدى إلى تماثل خصائصهم النفسية وطرق تفكيرهم وأيضا تطابق ظروفهم الجامعية والجغرافية و في زمن الجائحة جعلت من تقييمهم لمستوى جودة حياتهم متشابه، لأن العوامل البيئية والتغيرات الحاصلة فيها من بين المحددات الأساسية لإدراك جودة الحياة، فهي تتضح من خلال العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته، وهذه العلاقة تتوسطها مشاعره و أحاسيسه و مدركاته (بن أحمد 2022، ص 93).

8- خاتمة:

سعت دراستنا الحالية إلى معرفة مدى تقييم الطلبة الجامعيين لجودة حياتهم في ظل جائحة كورونا، التي تعتبر من أهم موضوعات الساعة لخطورة ما خلفته من أثار وتداعيات سلبية على العديد من الميادين، وكذلك الكشف عن مستوى جودة حياتهم في ضوء بعض المتغيرات، ولقد خصت دراستنا بالتحديد طلبة علم النفس العيادي باعتبارهم مختصي ومقدمي الخدمات النفسية في المستقبل .

ويمكن القول بأن الأهداف التي وضع من أجلها هذا البحث تم تحقيقها و تم تفسيرها اعتمادا على الإطار النظري و الدراسات السابقة، ومن أبرز النتائج المتوصل إليها هي أن مستوى جودة الحياة عند طلبة علم النفس العيادي في ظل جائحة كورونا كان متوسطا، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة عند الطلبة تعزى لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور، في حين أنه لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة عند الطلبة تعزى لمتغير المستوى الدراسي (سنة الثالثة، سنة أولى ماستر، سنة ثانية ماستر).

وعليه توصي الدراسة الحالية وعلى أساس ما تمّ التوصل إليه من نتائج إلى المقترحات الآتية:

- إجراء دراسة تقيس مستوى أبعاد جودة الحياة عند الطلبة في زمن جائحة كورونا، و في ظل متغيرات وسيطية أخرى كالسن، الحالة الاجتماعية، المستوى الاقتصادي، الطلبة المقيمين و الغير مقيمين بالحرم الجامعي.....إلخ
- إجراء دراسات أخرى عند شرائح متنوعة من المجتمع لمعرفة تأثير كورونا على طريقة تقييمهم لجودة حياتهم.
- إجراء دراسة مماثلة أو على متغيرات أخرى خلال و بعد مرور جائحة كورونا للتعرف بعمق على أثرها على المدى القصير و البعيد.
- ضرورة الاعتماد على أسلوب التعليم عن بعد كأمر بديهي في الظروف العادية من أجل مجابهة التحديات في المستقبل التي تخلقها الأزمات.
- إجراء تكوينات بيداغوجية داخل الجامعة لتنمية مفهوم جودة الحياة عند الطلبة نظريا و تطبيقيا، و تفعيل الأنشطة الرياضية والثقافية التي ترفع من مستوى جودة الحياة .
- إعداد برامج علاجية أو وقائية مستقبلية تقلل أو تجنب من الآثار السلبية للأوبئة والأزمات على جودة حياة الأفراد.

9- قائمة المراجع:

عامر عبد الناصر السيد. (2020). إسهام الصمود النفسي في جودة الحياة في ظل جائحة covid19 . *المجلة التربوية*، 1-12.

أريج أحمد سعيد آل عقران. (2020). ممارسة الأنشطة الرياضية و علاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 137-163.

الشريف بن زينب. (2020). *التعليم عن بعد زمن الكورونا*. تم الاسترداد من <http://www.univ-oran2.dz/VRPG2/laboratoires/lssmp/index.php/2020-05-03-13-03-27/2020-05-03-13-08-13?start=4>

ايمان علي المحمدي، و نجوى ثواب العتيبي. (2021). جودة الحياة لدى السعوديين في ظل بعض المتغيرات الديموغرافية خلال أزمة كوفيد 19. *المجلة العربية للعلوم التربوية و النفسية*، 119-142.

بوعبدالله بلقاسمي، و أحمد مسعودي . (2021). جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الابتدائي في ظل تأثير جائحة كوفيد 19. *مجلة دراسات نفسية و تربوية*، 246-266.

بومدين سنوسي، و زينب جلولي. (2020). الصحة النفسية في ظل إنتشار فيروس كورونا كوفيد 19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي. مجلة التمكين الاجتماعي، 02(02)، 65-80.

حسن مصطفى عبد المعطي. (2005). الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر. المؤتمر العلمي الثالث للإئماء النفسي و التربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، (صفحة 17). جامعة الزقازيق مصر.

حكيم بوعمامة. (2019). جودة الحياة: المفهوم و الأبعاد (دراسة تحليلية). مجلة العلوم النفسية والتربوية، 08(01)، 343-360.

حنان عيسى ملكاوي . (2020). تداعيات جائحة كورونا على الأمن الصحي العربي. نشرية الإليسكر العلمية، 02، 5-57.

حياة تواتي، زهرة قريصات، و فوزية بلعربي . (2018). مستوى جودة حياة الطالب الجامعي- دراسة ميدانية على طلبة اختصاص علم النفس-. مجلة دراسات إنسانية و اجتماعية، 8، 163-184.

خايمي سفيدرا. (2020). التعليم في زمن فيروس كورونا : التحديات والفرص. تم الاسترداد من مدونات البنك الدولي:

<https://blogs.worldbank.org/ar/education/educational-challenges-and-opportunities-covid-19-pandemic>

رشيد بلبسعي، و عبد الرحمان سوامية . (2021). التداعيات النفسية والاجتماعية لجائحة كوفيد، بين العزلة الاجتماعية، الخوف و اللامبالاة،- دراسة سيكوسوسيولوجية للجائحة-. مجلة الدراسات النفسية و التربوية، 677-687.

شريفة بن غففة . (2021). نوعية الحياة في ظل جائحة كورونا-دراسة استكشافية على عينة من طلبة الجامعة-. مجلة دراسات نفسية و تربوية، 63-79.

شريفة بن غففة. (2021). نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين- دراسة وصفية-. مجلة الآداب و العلوم الاجتماعية، 21-37.

علي جباري، و عبد الهاني قند. (2020). أثر جائحة covid 19 على نوعية الحياة في المنطقة العربية حسب النموذج الشامل لنوعية الحياة Lindstom. مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، 01(12)، 469-493.

علي محمدي كاظم، و عبد الخالق نجم البهالي. (2005). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين- دراسة ثقافية مقارنة-. المجلة العلمية الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك، 67-87.

فاطمة الزهراء مراد، و كريمة فنتازي. (2019). مدى استجابة مناهج علم النفس العيادي بالجامعة الجزائرية لاحتياجات سوق العمل- دراسة ميدانية على المختصين الممارسين بولاية عنابة- *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 06(02)، 256-275.

قويدر بن احمد، بوحجرة سماحي، و حفيزة بلعربي. (2022). مسار تكوين الأخصائي العيادي بين الخلفية الأكاديمية و المخرجات المهنية- دراسة تحليلية لبرنامج ل.م.د لمخرجات علم النفس العيادي نموذجاً- *مجلة العلوم الإنسانية*، 22(01)، 1067-1098.

محمد ابو هاشم. (2010). ، (2010)، النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة للشخصية و تقدير الذات و المساعدة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. ، *مجلة كلية التربية*، 141.

محمد عرفات جغراب، و يحيى عبد الحفيظي. (2016). تقنين مقياس جودة الحياة. *مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية*، 469-491.

موسى أميطوش، و سامية سكاي. (2020). أثار جائحة كورونا على أساتذة وإداري التكتين المهني- دراسة ميدانية- *مجلة روافد*، 451-479.

ميساء احمد الطريقي، و محمود هارون النعيمات . (2021). جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في الأردن في ظل جائحة كورونا. *مجلة العلوم التربوية و النفسية*، 143-119.

Leong Bin Abdullah, M., Mansor, N., Mohamad, M., & Teoh, S. (2021). Quality of life and associated factors among university students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 11. doi:doi: 10.1136/bmjopen-2020-048446

Aleksandra M Rogowska ،Cezary Kuśnierz و Anna Bokszczanin .(2020) . Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in Polish Sample of University Students .*Psychol Res Behav Manag* .811-797 ، 13 ، doi:https://doi.org/10.2147/PRBM.S266511

Azzeddine Madani ،Saad Eddine Boutebal و Christopher Robin Bryant .(2020) .The Psychological Impact of Confinement Linked to the Coronavirus Epidemic COVID-19 in Algeria .*Int. J. Environ. Res. Public Health* .3604 ،(10)17 ، doi:https://doi.org/10.3390/ijerph17103604

Chrysi K. Kaparounaki ،Mikaella E. Patsali ،V.Mousa Danai-Priskila ،Eleni V.K. Papadopoulou ،Konstantina K.K. Papadopoulou و Konstantinos N. Fountoulakis .(2020) .University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece .*Psychiatry Research* .290 ، doi:https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111

- Georgia Panayiotou ،Maria Panteli و ،Chrysanthi Leonidou .(2020) .Coping with the invisible enemy: The role of emotion regulation and awareness in quality of life during the COVID-19 pandemic .*Journal of Contextual Behavioral Science* .27-17 ، 19 ،doi:https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.11.002
- Hamid Reza Sadeghipour ،Abdossaleh Zar ،Ali Pakizeh و ،Roger Ramsbottom . (2020)Evaluation of health-related quality of life in physically active and physically inactive students during the COVID-19 pandemic in Iran .*Cities* ، 103367 ، 11 ،doi:https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103367
- Paulo Goberlânio de Barros Silva ،Carlos Alysson Lima de Oliveira ،Marcela Maria Fontes Borges ،Danna Mota Moreira ،Phillipe Nogueira Barbosa Alencar ،Rafael Linard Avelar . . . ،Fabrício Bitu Sousa .(2021) .Distance learning during social seclusion by COVID-19: Improving the quality of life of undergraduate dentistry students .*Eur J Dent Educ* .134-124 ،(1)25 ، doi:https://doi.org/10.1111/eje.12583
- Steven Taylor .(2019) .The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease .*Cambridge Scholars Publishing*.
- Tianhua Chen و ،Mike Lucock .(2022) .The mental health of university students during the COVID-19 pandemic: An online survey in the UK .*PLoS One* ، 17e0262562 .doi:https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262562
- Whye Lian Cheah ،Leh Shii Law ، Keng Hoong Teh ،Su Ling Kam ،Grace Ern Hui Voon ،Han Yong Lim و ،Nuhes Seelan Shashi Kumar .(2021) . Quality of life among undergraduate university students during COVID-19 movement control order in Sarawak .*Health Sci Rep* .362 ،(3)4 ،doi:DOI: 10.1002/hsr2.362