جامعة مولود معمري تيزي وزو
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
قسم علم النفس

جودة الحياة وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط

(دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الأولى متوسط بولاية تيزي وزو)

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس

تخصص:علم النفس مدرسي

من إعداد الطالبتين:
بوبشير كاهنة
كمور ويزة

إشراف الأستاذة:
ا .د:محالي ججيقة

السنة الجامعية:2017-20016

إهداء

إلى أحلى هدية في الوجود و أعظم حب فيه

و أجمل ما نطق به اللسان" أمي" و" أبي"

حفظهما الله وأطال عمرهما و أدام لهما الصحة والعافية

إلى أخواتي الأعزاء كل باسمه مع ا زواجهن وأولادهن.

وإخوتي مع زوجاتهم وأولادهم

و إلى العائلة الكريمة "طافر"،"معاكني"

و إلى كل أصدقائي و صديقاتي وكل أساتذة علم النفس

اهدي ثمرة جهدي

كاهنة

اهداء

إلى الذين علماني كيف أشق طريقي في الحياة...

و أن أصبو إلى أسمى الغايات....

إلى والداي العزيزين حفظهما الله

إلى من رأيت من خلالهم الحياة بذل و عطاء.. أمل و عمل...

إلى أخوتي و أخواتي و كافة أفراد عائلتي

إلى كل زملائي و زميلاتي...

إلى أساتذتي الكرام...

إلى كل من يكن لي المودة والمحبة.

إلى هؤلاء جميعا...أهدي هذا الجهد المتواضع

ويزة

ملخص الدراسة بالعربية:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط .

أجريت الدراسة في ثلاث متوسطات بنواحي ولاية تيزي وزو :متوسطة طالح محمد بعلالة ،و اودني بايت يحيى موسى والإخوة حداد بذراع بن خدة ،تكونت عينة الدراسة من 160 تلميذ من بين الذكور والإناث .

تم استخدام المقاييس الخاصة بهذه المتغيرات ،مقياس جودة الحياة لكاظم والمنسي ومقياس التوافق الدراسي ليونجمان .

و للإجابة عن التساؤلات :

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق الدراسي؟

اعتمد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ،ونتيجة لتحليل البيانات على أساس متوسط درجات العينة في كل متغير ،فقد استخدمت عدد من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة التساؤل تمثلت في المتوسطات الحسابية ،الانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون و "T" للفروق ،وفق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية "SPSS" ولقد أظهرت النتائج :

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الدراسي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في جودة الحياة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق الدراسي.

Résumé:

L'étude visait à révéler la relation entre la qualité de vie et la compatibilité avec les élèves de première année moyenne.

L'étude a été réalisée en trois S.E.M à dans la wilaya de Tizi Ouzou: TALEH MOHAMED ALLELA et AIT YAHIA MOUSSA AODNEY ET HADDAD , l'échantillon de l'étude comprenait 160 élèves parmi les garçons et les filles.

L'étude a pour but de révéler la relation entre la qualité de vie et la compatibilité académique et les différences entre les garçons et les filles dans la qualité de vie et la compatibilité.

L'utilisation de normes pour ces variables, la qualité de vie de l'échelle KAZEM et MANSSI et la compatibilité à l'échelle académique Eungman.

Et pour répondre à des questions sur les variables de l'étude ci-dessus mentionnées:

-Y at-il une différence statistiquement significative entre la qualité de vie et la compatibilité des étudiants année scolaire font avec le premier moyen?

-Y at-il une différence statistiquement significative entre les garçons et les garçons dans la qualité des différences de vie?

- Y a-t-il des différences statistiquement significatives entre les garçons et les filles dans les différences de compatibilité académiques?

Adoptée dans cette étude, l'approche descriptive, à la suite de l'analyse des données sur la base des échantillons degrés moyennes de chaque variable, il a utilisé un certain nombre de méthodes statistiques appropriées à la nature de la question était la moyenne arithmétique, les écarts-types et coefficient de corrélation de Pearson et « T » différences, selon le Statistical Package pour la science sociale «SPSS» Les résultats ont montré:

Il n'y a pas de différence statistiquement significative entre la qualité de la compatibilité de la vie et de la relation académique.

- Il n'y a pas de différence statistiquement significative entre les garçons et les filles dans la qualité de vie.

- Il n'y a pas de différence statistiquement significative entre les garçons et les filles dans la compatibilité académique

كلمة شكر

إذا كان هناك من شكر فهو لله أولا وأخيراً، الذي أعانني على إتمام هذا

العمل راجية منهالتوفيق.

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى كل فرد ساندي ...ودعمني ... وشد على يدي....

و"آزرني "بالقول أو الفعل أو الدعاء.

كما أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالدرجة الأولى إلى الأستاذ ة المشرفة

"محالي حجيقة"

كما لا أنسى أن أتقدم بجزيل الشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة على قبولهم

مناقشة هذه الدراسة

كما أتقدم بشكري الخاص إلى كل من أساتذة قسم علم النفس وكل أساتذة المتوسطات والطاقم الإداري المساعد لنا أثناء بحثنا وكل من عمال ثانوية ايلولي عبد الرحمن ومستشار التوجيه الذي ساندنا كثيرا في عملنا

كمور _ بوبشير

فهرس المحتويات

ملخص الدراسة.....ا

كلمة شكر.....ب

الإهداء.....ج

فهرس الجداول.....د

فهرس الأشكال.....ه

فهرس الملاحق.....و

مقدمة ..... ي

- الجانب النظري-

الفصل الأول:الإطار العام للإشكالية

1- الإشكالية.....17

2- فرضيات البحث.....20

3- أهمية الدراسة.....20

4- أهداف الدراسة..... 20

5- تحديد المفاهيم الأساسية.....21

6- الدراسات السابقة.....22

الفصل الثاني:جودة الحياة

تمهيد.....36

1- نبذة تاريخية عن جودة الحياة 36

2- تعريف جودة الحياة.....37

3- أبعاد جودة الحياة.....40

4- مظاهر جودة الحياة.....43

5- مجالات جودة الحياة 45
6- الاتجاهات النظرية في وصف و تفسير جودة الحياة.....48
7-علم النفس الايجابي.....50
8- قياس جودة الحياة.....52
9- جودة الحياة و الانتقاء و التوجيه.....55
10 - مقومات جودة الحياة..... 56
11 - كيفية تحقيق جودة الحياة.....57
12- معوقات تحقيق جودة الحياة.....61
خلاصة.....64

الفصل الثالث:التوافق الدراسي

تمهيد.....66
1- تعريف التوافق..... 66
2- نظريات التوافق.....66
3- أبعاد التوافق..... 69
4- تعريف التوافق الدراسي..... 71
5- أهمية التوافق الدراسي 72
6-أبعاد التوافق الدراسي.....73
7- مظاهر التوافق الدراسي 74
8 - العوامل المساعدة على التوافق الدراسي.....81
9- أساليب التوافق الدراسي.....82
10- مشكلات التوافق الدراسي..... 84
خلاصة.....86

-الجانب التطبيقي-

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.....89

1- التذكير بفرضيات الدراسة.....89

2- الدراسة الاستطلاعية.....89

3- عينة الدراسة.....91

4- زمان ومكان الدراسة.....92

5- الأدوات المعتمدة لجمع البيانات.....92

الفصل الخامس:عرض وتحليل و تفسير نتائج الدراسة

تمهيد.....100

1- عرض وتحليل النتائج.....100

1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى.....100

2-1 عرض نتائج الفرضية الثانية.....101

3-1 عرض نتائج الفرضية الثالثة.....102

2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضيات 102

2-1 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى ..... .102

2-2 تفسير ومناقشة الفرضية الثانية.....104

2-3 تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة.....106

الاستنتاج العام 109

اقتراحات الدراسة.....111

خاتمة الدراسة 112

المراجع

الملاحق

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	مؤشرات جودة الحياة	41
02	أبعاد جودة الحياة	42
03	كيفية تحقيق جودة الحياة	62
04	توزيع أفراد العينة حسب المؤسسات والجنس	91
05	أبعاد مقياس جودة الحياة	93
06	أبعاد مقياس التوافق الدراسي	95
07	يوضح قيمة معامل الارتباط بين جودة الحياة والتوافق الدراسي	100
08	يوضح دلالة الفروق في درجة جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة حسب الجنس باستعمال اختبار "T''	101
09	يوضح دلالة الفروق في درجة التوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة حسب الجنس باستعمال اختبار "T''	102

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	نموذج العوامل الستة لجودة الحياة حسب RUTTET ,KEYE	54

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	مقياس جودة الحياة في صورته النهائية
02	مقياس التوافق الدراسي في صوته النهائية
03	يوضح نتائج معامل الارتباط بيرسون بين جودة الحياة و التوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة
04	يبين الفروق في درجات مقياس جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة حسب باستعمال اختبار T
05	يبين الفروق في درجات مقياس التوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة حسب باستعمال اختبار T

مقدمة

اهتمت علوم كثيرة بدراسة جودة الحياة من بينها علم النفس حيث تطّور هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية ،النّظرية و التّطبيقية ،فقد كان لعلم النفس الأسبقية في فهم و تحديد المتغيرات المؤثرة على جودة حياة الإنسان و يرجع ذلك في المقام الأول إلى أن جودة الحياة في النهاية هي تعبير عن الإدراك الذاتي ،فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يذكرها منها هذا الاهتمام يعكس أهمية هذا المفهوم و تأثيره على مختلف الجوانب النفسية ،فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته ،و أن ما يبلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر تعكس بلا شك معين من جودة الحياة وهذا فان الجودة هدف جميع المكونات النفسية.

من هذا المنطق تعتبر جودة الحياة المدخل للاهتمام بالتنمية الإنسانية المصحوبة بالاهتمام المتزايد بالنمو السليم المتكامل لجميع الجوانب النفسية والعقلية و الاجتماعية و الثقافية و الرياضية و الدّينية و الجسميّة و ذلك من خلال عمليات التعلم المتّصل و المستمر للعادات و المهارات و الاتجاهات .

هذا الاهتمام جعل المفكرين يطلقون على هذا العصر "عصر الجودة "و أصبح المجتمع العلمي ينظر إلى جودة الحياة والتنمية الإنسانية وجهان لعملة واحدة .

وعلى الرغم من انه يطلق أساسا على الجانب المادي و السيكولوجي ،لكن يمكن استخدامه للدلالة على بناء الإنسان و وظيفته و وجدانيته ، وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكانياته العقلية و الإبداعية و إثراء وحداته لتنامي بعواطفه و مشاعره و قيمه الإنسانية،و تكوين جودة الحياة و جودة المجتمع .

والطالب جزء لا يتجزأ من عملية التنمية الإنسانية إن لم نقل هو أساسها ،فأي عملية تنموية تنطلق بالأساس من متعلم و المساهمة في بناء و تطوير مجتمعه و تحقيق جودة حياة الطالب ومحاولة معرفة مستوى توافقه و مستوى تحقيقها،فأصبح هدفا وغاية دراسات متعددة نشؤها المجتمعات لرفع و تحسين جودة حياة الطالب و معرفة علاقتها و مدى تأثرها على توافقه .

و هناك دراسات متعددة أعطت الإشارة لانطلاق دراسة جودة حياة الطلاب ،و إن كانت الدراسات العربية قليلة و لكنها تأخذ مكانها في هذا المجال ،فبعض الدراسات حاولت معرفة علاقة جودة حياة الطلاب بواحد من أهم المؤشرات و العمليات الأساسية التربوية المهمة وهو التوافق الدراسي الذي يعتبر من الركائز الأساسية في عملية التعليم والنجاح.

وسوف نحاول كشف العلاقة بين المتغيرات والوقوف عندها في بحثنا هذا ،لذا قمنا بتقسيمه إلى جانبين:جانب نظري و جانب تطبيقي .

- جانب نظري يحتوي على ثلاثة فصول وهي: الفصل الأول الإطار العام للإشكالية يحتوي على الإشكالية،فرضيات الدراسة ،أهمية الدراسة و أهدافها ،تحديد المفاهيم الأساسية والمفاهيم السابقة ، الفصل الثاني جودة الحياة ، الفصل الثالث التوافق الدراسي المتكونان من عدة عناصر مختلفة.

- جانب تطبيقي يحتوي على فصلين وهما: الاجرءات المنهجية للبحث التذكير بفرضيات الدراسة ،الدراسة الاستطلاعية ،الدراسة الأساسية ، وجانب عرض وتحليل وتفسير النتائج ونختم بحثنا بخلاصة للبحث واقترحنا بعض التوصيات المهمة و خاتمة وأدرجنا قائمة الملاحق والمراجع.

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام لإشكالية الدراسة

1- الإشكالية

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة.

4- أهداف الدراسة

5- تحديد المفاهيم الأساسية.

6 -الدراسات السابقة.

7-التعقيب على الدراسات السابقة و مكانة الدراسة الحالية.

الإشكالية:

يعيش تلاميذنا اليوم موجة التكنولوجية و التحرر الثقافي و الاجتماعي في اعقد صوره ،لهذا السبب بدأت المدارس في التغير و الإصلاح و تبني نماذج تربوية ملائمة لهذا التغير السريع ،و لرفع مستويات التوافق و تحسين الجودة إذا اعتبرنا ها احد معايير التفوق و التميز في هذا العصر.

إن هدف أي إصلاح تربوي إنما هو في الأساس إصلاح للتلميذ و تحسين لنوعية المخرج في النهاية و تحقيق نوع من الرضا النفسي له،و من باب هذا الاهتمام ليس علينا تدارك الظروف الفيزيقية المحضة و المحيطة بالتلاميذ و لكن علينا معرفة تقييمه و إدراكه لهذا التغيير و الإصلاح باعتباره المفيد و المستفيد الأول ،الاهتمام بوجهان لعملة واحدة و ما هو مدرك داخليا وما هو خارجي منعكس في البيئة المحيطة للتلميذ :هو ما نسميه جودة حياة الطالب و التي سنحاول معرفة مستواها عند التلاميذ و معرفة علاقتها بالتوافق الدراسي، يمكن أن تساهم في أي عملية إصلاحية تنمي نموذجا و ليس ثابتا يهتم بالبرامج فقط.

ترى**"جمعة و العالي" (2006)** أن توافر الشخصية الإنسانية القادرة على التفكير الحر و النقد البناء و القدرة على التعبير و الإبداع ،مع الشعور بالمسؤولية تعد من ركائز النمو الاجتماعي و الاقتصادي و السبيل للتنمية المستدامة ،فلم تعد برامج تعليم الكبار تقتصر على سد العجز فقط في التعليم لمن فاته قطار التعليم،بل صار جزءا من عملية تربوية مستمرة تمتد مدى الحياة،يكتسب الفرد عبرها مقومات جودة الحياة ،فمن خلال مشاعر تقدير الذات و احترامها تتضح هوية الفرد ضمن الإطار الوطني ثم العالمي ثم الإنساني برمته**(جمعة و العالي ، 12:2006).**

أشار**" براون 2003":**إلى ثلاث مستويات تحدد المدخل إلى جودة الحياة لدى الأشخاص و هي الحصول على ضروريات الحياة الأساسية و الشعور بالرضا عن جوانب الحياة المهمة في حياة الشخص و كذلك تحقيق مستويات عالية من المتعة الشخصية و الانجازات **(سهيرعبد الحافظ ،2008: 94).**

كما أوضحت بعض الدراسات المختلفة أن عددا من التلاميذ يتمتعون باستعدادات مدرسية إلا أن سوء توافقهم يعيقهم و أن هناك آخرون ذوي قدرات متوسطة إلا أنهم يعملون بصورة جيدة،و من وجهة أخرى اتضح أن التلاميذ ذوي المستوى الواحد في التوافق تظهر بينهم فروق كبيرة ،هذا يعني أن التوافق يؤثر و يتأثر بعدة عوامل عقلية انفعالية و اجتماعية **(يونسي تونسية ، 12:2012).**

كالعوامل الشخصية للتلاميذ مثل وضعه الأسري و الاجتماعي ،والاقتصادي التي تؤثر على مستوى توافقه بالرغم من امتلاكه الاستعدادات و القدرات **(سهار المللي،11:2001).**

هذه العوامل تشكل ما نسميه شروط الحياة الموضوعية و التي برغم تواجدها أحيانا لا تسهم في رفع مستوى التوافق الدراسي للتلميذ وهذا ما يجعلنا ندمج العوامل الذاتية في تكاملها تشكل لنا ما يسمى جودة الحياة التي تشير دراسات كثيرة مثل دراسة" **فيلا نيوفا " و "هافياس"(2009)** إلى أن العمل بفعالية كالطلاب مثلا،أو مقدمي الرعاية المهنية محتاجين إلى الحفاظ على مستويات وظيفية ذات جودة لتحقيق توافق دراسي جيد و بذل مجهود اكبر للاختبارات أو الامتحانات.

كما توصلت بعض الدراسات العربية رغم قلتها إلى التعرف على علاقة جودة حياة التلميذ و توافقه الدراسي كدراسة **(كاظم و البهادلي)**التي لم تجد علاقة لجودة الحياة بالمعدل التراكمي و حصلت على تأثير لبعد جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية و جودة شغل الوقت و إرادته **(كاظم والبهادلي ،67:2006).**

كما نجد دراسة الباحثين **(ارلوند 1965) و(سيد خير الله 1972)** والتي أكدت على وجود علاقة دالة بين التوافق الاجتماعي والتوافق الدراسي .فالتحدث عن التوافق الدراسي يستدعي الإشارة إلى أهم مرحلة من مراحل نمو الإنسان إلا وهي مرحلة المراهقة وما يحدث من تغيرات جسمية نفسية واجتماعية **(احمد محمد ألزغبي ، 2001 :24) .**

هذا كله يدفع المتعلم للانخراط في نشاطات التعلم التي تؤدي لبلوغ الأهداف المنشودة بمعنى أنها تلك المحركات الداخلية والتوافق الذي يقف وراء كل سلوك متعلم من جهة وبالمثيرات الخارجية من جهة أخرى **(محي الدين توق و آخرون، 2000: 20).**

و من خلال دراسة **"موخباداياي وييينو و مينوزyadabhkuom te zuonim "**على طلبة الطب ،فان التدريب الطبي يفتح تحديات للذين يدرسون بعيدا عن المنزل ،تحقيق توقعات الوالدين،التعامل مع منهج دراسي معقد،التوافق الدراسي الجيد و الحصول على نتائج جيدة و بذل مجهود للاختبارات أو الامتحانات .

أيضا دراسة **"استيروك kuoritsa 2007":** و التي أضافت تجارب الطلاب كالاكتئاب ،الافتقار إلى النوم،و فض الاشتباك ومقاومة المخاوف ،الانشغال بالمستقبل ،و المشاغل اليومية **(Matcus Henning et al 2010 : 244 , 24)**

و من هذا الإطار النظري تظهر أهمية معرفة موضوع جودة الحياة و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى متوسط لاعتبارها مرحلة حساسة بحيث نجاح الطفل في مرحلة الدراسة الابتدائية يعتمد إلى حد كبير إكساب المهارات الصحيحة والخبرات حيث يتم الإشراف عليها أحيانا من قبل الآباء والمعلمين،والدافع الرئيسي لاختيارنا هذا الموضوع معرفة الحالة النفسية لدى التلاميذ المتمدرسين ومدى توافقهم وفي هذه الفترة تحديدا التي يتوقع من الطفل اكتساب أساسيات المعرفة الضرورية للتوافق الجيد في هذه المرحلة وعليه يمكن طرح التساؤلات التالية:

1- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة لدى تلاميذ السنة أولى متوسط؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوافق الدّراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط ؟

2- فرضيات الدراسة:

1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة لدى تلاميذ السنة أولى متوسط.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط.

3- أهمية الدراسة:

- إن نجاح الإنسان في عمله بالانجاز والابتكار و الإبداع يؤدي إلى تحقيق الذات

والشخص المتميز بجودة الحياة يسعى للنجاح و التوافق في الدراسة،وتحقيق التحصيل المطلوب .

كما تتمثل أيضا أهمية الدراسة في محاولة الكشف عن مدى جودة الحياة لدى تلاميذ المتوسط،باعتبارها من إحدى المقومات الأساسية للنجاح الدراسي ،أي الشعور بالراحة النفسية ،قصد النجاح أو محاولة التعرف على الأسباب التي تؤدي توفر جودة الحياة أو انعدامه قصد معالجتها ،وقدرة التلاميذ على تحقيق التوافق الدراسي و النفسي والشعور بالرضا في تحقيق نجاحه الدراسي فالتوافق الدراسي من أهم العوامل التي يجب أن يتحلى بها الفرد كون هذا الأخير مهم في عملية الدراسة و أساس النجاح الأكاديمي

4- أهداف الدراسة:

- الهدف من الدراسة هو معرفة ما إذا كانت علاقة بين جودة الحياة و التوافق الدراسي لدى تلاميذ سنة أولى متوسط و الكشف عن الفروق بين الذكور و الإناث في كل من جودة الحياة والتوافق الدراسي.

5- تحديد المفاهيم الأساسية:

اختلفت التعاريف باختلاف وجهات النظر وتعددها ومن بينها :

1- جودة الحياة:

لغة:أصلها من فعل جاد،الجودة،جودة، أي صار جيدا وهو وجود الشيء أي حسنه و جعله جيدا **(البستاني دون سنة: 98).**

- **اصطلاحا:** عرفها**" حسام "** درجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة و مدى سعادته بالوجود الإنساني و تشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة،كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته و عوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكات الاتصال الاجتماعي،النشطات و مدى انجاز الفرد للمواقف **(حسام، 2009 : 22).**

إجرائيا: "هي مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة و القياس المباشر و التي تعبر عن الدرجة التي يحصل عليها التلميذ المتمدرس في السنة الأولى متوسط تبعا لمقياس جودة الحياة لكاظم و المنسي".

2- مفهوم التوافق الدراسي:

اصطلاحا: هناك عدة تعريفات منها:

(يتفق عوض و الزيادي) في تعريفهما للتوافق الدراسي :بأنه حالة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التواؤم بينه و بين بيئته المدرسية ومكوناتها الأساسية والأساتذة والزملاء والأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية ومواد الدراسة والتحصيل الدراسي **(بيكر وسيرك،2000 : 4)**

- هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات والضغوط **(لازاروس،17:1981، 18).**

- هو قدرة الفرد التي تؤهله إلى الشعور بالرضا والتقبل لذاته من خلال المبادئ و القيم والأهداف بالإضافة إلى الشعور بالرضا الاجتماعي وتقبل الجماعة التي يعيش بداخلها

(نوال عطية ، 2001: 15).

إجرائيا : هو الدرجة التي يحصل عليها التلميذ أو التلميذة في التعليم المتوسط ، من خلال الإجابة على فقرات مقياس التوافق الاجتماعي والشخصي والدراسي مع الحياة المدرسية المستخدم في هذه الدراسة ليونجمان.

6- الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة أهمية بالغة في البحث العلمي سنقوم بعرض بعض الدراسات السابقة العربية و الأجنبية فيما يخص متغيرات الدراسة:

6-1 دراسة الباحث كانيchany1981 :

هدفت الدراسة إلى مقارنة التوافق الدراسي بين الطالبات الجامعيات المتزوجات و غير المتزوجات و شملت عينة الدراسة على(200) طالبة من مختلف الكليات و التخصصات الدراسية و خلصت الدراسة انه توجد فروق دالة بين درجات الطالبات على مقياس التوافق الدراسي لمصلحة الطالبات المتزوجات و أن هناك تأثير للتفاعل متغيرات التخصص و العمر و المعدل الدراسي و الحالة الاجتماعية في التوافق الدراسي لمصلحة الطالبات المتزوجات من التخصصات العلمية و الحاصلات على متوسط درجات مرتفعة .

6-2 دراسة فبيام ليميتي و ماري جوفر

Fabieme Lemétayer et Marie Gueffer

عنوان الدراسة: تطور جودة الحياة لدى الأطفال و المراهقين الذين يعانون من إعاقة فكرية :

لهذه الدراسة هدف مزدوج ، الأول يشير إلى عكس اثر التكفل في مؤسسة مخصصة، نصف داخلية (ن=26) و داخلية (ن=26) على جودة الحياة الذاتية للطفل و المراهق الذي يعاني

من إعاقة فكرية، أما الهدف الثاني يبحث عن قابلية استعمال هذا الاستبيان على مجموعة الأطفال و المراهقين الذين يعانون من إعاقة فكرية

(Fabienne Lemétaya Marie Gueffier2006:65

تكونت العينة من (26) طفلا نصف داخلي و(26)طفل داخلي فكانت العينة (52)طفلا و مراهقا يعانون إعاقة فكرية من مدينة Mosellane تتراوح أعمارهم ما بين 6 و 20 سنة لتقييم جودة الحياة ،تم تحقيق ذلك باستخدام الاستبيان التالي لجودة الحياة الخاصة بالأطفال المصورة ،إصدار مميز ،بسبب القدرات المحدودة للاهتمام من طرف المجتمع المدروس، طورت من طرف الفريق الفرنسي Script-Inserm بمدينة ليون الفرنسية .

(Manificat etal 1997à ,Manificat et al ,1997 : 6)

تسمح هذه الأداة بفهم مختلف المجلات التي يشعر فيها الطفل بالارتياح مع وضع مستوى الرضا في التقرير مع مختلف مجلات حياة الطفل ،العلاقات الأسرية ،الوظائف البيولوجية(النوم، إمدادات الطاقة في الفصل و أنشطة الحياة المدرسية (وقت الفراغ) و الصحة ،بشرط أن تقرر كل طفل بشان كل مجال من هذه المجالات ،دلائل الرضا و الارتياح

تعرض في صوره مصورة على شكل وجه يعبر عن حالات انفعالية.

(Fabienne Lemétaya,Marie Gueffer 2006 : 67 , 68)

النتائج المحصل عليها في هذه الدراسة دلت ارتفاع درجة جودة الحياة الذاتية للمجتمع المدروس ،ملمح الإجابات يدل على وجود فروق ذات دلالة بين الأطفال و المراهقين حسب طريقة التكفل (داخلية أو نصف داخلية)

(Fabienne Le métayer Marie Gueffier 2006 : 65)

3-6 دراسة" أبو النور"2000" :

عنوان الدراسة الهدف في الحياة و بعض المتغيرات النفسية المرتبطة به لدى عينة من الطلبة بهدف الدراسة ،دراسة الهدف من الحياة كبعد من

أبعاد جودة الحياة و علاقته ببعض المتغيرات النفسية .

نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى أن كل أفراد العينة يصفون هدف للحياة لا توجد فروق دالة بين الإناث و الذكور .

هناك علاقة موجبة و دالة إحصائيا بين الهدف من الحياة و كل من الطموح و المرغوبة الاجتماعية و تأكيد الذات **(أبو النور، 2000: 113،114)** .

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة و أجريت في المجتمعات العربية و الأجنبية نستخلص أنها تختلف في أعراضها و أهدافها و نتائجها .

4-6 هدفت دراسة الباحث **(عبد الكريم شعبان شقورة 2002)** إلى معرفة العلاقة بين الدافع المعرفي والتوافق الدراسي لدى الطلبة في الكليات في محافظات غزة كما هدفت إلى معرفة الفروق و الاتجاهات والتوافق بين طلبة المستوى الأول والرابع وبين الطالبات والطلاب بلغ أفراد العينة **(218)** ، **(72)** طالبا،و**(146)** طالبة ، إذ استخدم الباحث في دراسته مقياس الدافع المعرفي من إعداد الباحث **"حمدي الفرماوي"** و توصل إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدافع المعرفي والتوافق الدراسي ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى الأول من الطلاب والطالبات في بعدي الجد والاجتهاد و الدرجة الكلية لمقياس التوافق الدراسي لصالح الطالبات .

5-6 دراسة الباحث موسر Misser(2002):

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة التوافق الدراسي ببعض المتغيرات كل من بينها

الحالة الاجتماعية للطلاب ،شملت عينة الدراسة (136) طالبا و طالبة من الطلبة الجامعيين و كان من بين نتائج الدراسة أن الطلبة غير المتزوجين أكثر قدرة على التوافق الدراسي من الطلاب المتزوجين **(زياد بركات، 13:2006)**

6-6-دراسة "مجدي عبد الكريم حسين " كلية التربية الرشاق ،سلطة عمان :

عنوان الدراسة :فعالية استخدام تقنيات المعلومات تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينة من الطلاب العمانيين ، هدفت الدراسة إلى :

1) تحديد معدلات تحقيق أبعاد جودة الحياة كنتيجة لاستخدام تقنيات المعلومات و الكشف عن تأثير متغيرات كالتغير الدراسي ،الجنس،التوافق ،مدة تعامل الطالب مع البرامج الكمبيوتر و الانترنيت و مستوى و مستوى إجادته لاستخدام الحاسوب و مهاراته، مستوى دخل الأسرة، درجة رضا الطالب عن حياته شدة الأزمات المدرسية كمتغيرات وسطية في العلاقة بين استخدام تقنيات المعلومات و تنمية أبعاد جودة الحياة و الإحساس بالسعادة .

2) التعرف على بروفيل جودة الحياة لطلاب و طالبات المجتمع العماني ،تم استخدام ثلاث أدوات من إعداد الباحث هي"اختبار الأزمات السلوكية المدرسية ،كما تم استخدام استمارة بيانات تحدد : مدة تعامل الطالب مع الانترنت ،مدى إجادته لمهارات الحاسوب مستوى دخل الآسرة و توصلت إلى النتائج التالية :

3) استخدام تقنيات المعلومات يساعد على تحقيق جودة الحياة لدى الطلاب في الصف الثانوي (60%) و أن اختلف نسب تحقيق هذه الجودة باختلاف أبعاد الجودة فكانت أكثر الأبعاد تحققا هو (البعد المعرفي الإبداعي) 80 % لدى عينة الطالبات و البعد النفسي (84%) لدى عينة الذكور كما أشارت إلى اختلاف بروفيل جودة الحياة باختلاف كل من متغير الجنس،التخصص الدراسي ووجود تأثير دال المتغيرات :مدة تعامل الطالب مع تقنيات المعلومات ، درجة إجادة الطالب لمهارات الحاسوب ،درجة رضا الطالب عن حياته و انعدام التأثير لمتغير دخل الأسرة ،شدة الأزمات السلوكية المدرسي،**(مجدي عبد الكريم ،2006 :79).**

6-7 دراسة "د.فوقيه السيد عبد الفتاح ، د .محمد حسين سعيد حسين ":

عنوان الدراسة : العوامل الأسرية و المدرسية و المجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف .

هدفت الدراسة إلى:

1- التعرف على العوامل الأسرية (خصائص الأسرة ،وجودة الحياة الأسرة) و المدرسية (ثقافة المدرسة ،الصعوبات التي تواجه التلميذ في المدرسة) و المجتمعية (خصائص المجتمع و المصادر المتاحة) المتبنية لجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم و كل مستوى دخل الأسرة و مستوى تعليم الوالدين و محل الإقامة،و جنس الطفل .

2- الكشف على الفروق بين الأطفال العاديين و الأطفال ذوي صعوبات التعلم تم استخدام الأدوات التالية :"استبيان المسح البيئي " نسخة المهتمين بالأطفال إعداد فرانك بورتر جراهام لتنمية الطفل تقنين الباحثان و مقياس جودة الحياة للأطفال ذوي صعوبات التعلم إعداد **(كوميتوس 1997)** و مقياس رافد للذكاء من إعداد و تقنين عبد الوهاب محمد كمال .

اشتملت العينة على تلاميذ الصف السادس بالمرحلة الابتدائية بمحافظة بني سويف(100) (50 طفلا عاديا و50 طفلا ذوي صعوبات التعلم) و كذلك اشتملت العينة على أولياء أمورهم(100) والد و والدة .

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال العاديين و الأطفال ذوي صعوبات التعلم في جودة الحياة ، و هذه الفروق لصالح الأطفال العاديين .

اختلاف مستوى جودة الحياة للأطفال ذوي صعوبات التعلم باختلاف مستوى دخل الأسرة و كانت الفروق بصفة عامة لصالح الأسر ذات الدخل المرتفع

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأطفال ذوي صعوبات التعلم في مقياس جودة الحياة ترجع إلى الموقع الجغرافي (ريف،حضر) هذه الفروق لصالح الحضر .

عدم وجود اختلاف في مستوى جودة الحياة ذوي صعوبات التعلم باختلاف مستوى تعليم الوالدين .

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأطفال ذوي صعوبات التعلم في مقياس جودة الحياة بالنسبة لمتغير الجنس .

كانت أهم العوامل المنبئة بجودة حياة الأطفال ذوي صعوبات التعلم هي :جودة الحياة الأسرية ،يليه العامل المرتبط بالمصادر المتاحة في المجتمع

(فوقيه السيد عبد الفتاح، محمد حسين سعيد حسين، 2006: 2) .

6-8 دراسة نايومي و نيتروب، اسنت بار و هايم ابز

Naomi Weintraub,Asnat Bar-Haim Evez

عنوان الدراسة :**جودة الحياة المدرسية (QOLS)**

يصف لنا تطوير و فحص بناء مقياس لجودة الحياة في المدرسة (QOLS) .

استبيان للطلاب المرحلة الابتدائية ،شملت العينة (353)طالبا من الصف الثلث إلى الصف السدس من المرحلة الابتدائية بينت نتائج التحليل ألعاملي أربع عوامل تضم فقرات الاستبيان العلاقات بين الأستاذ/التلميذ ،البيئة المادية في المدارس و الفصول الدراسية ،والمشاعر الايجابية اتجاه المدرسة و المشاعر السلبية أيضا ،أثبتت الاتساق الداخلي وجود روابط قوية بين أبعاد الاستبيان ،بالإضافة إلى ذلك اظهر الطلبة تقييما عاليا لتصوراتهم نحو جودة الحياة المدرسية (QL)مقارنة بطلاب اكبر سنا منهم ،و قد يساعد هذا المقياس الأطباء و المعلمين في تقييم جودة حياة الطلبة في المدارس انطلاقا من تصورات متعددة الأبعاد ،بما في ذلك البيئة المادية المدرسية ،التي لفت انتباها اقل

(weintranb, &Bar,Haim Erez A 2009 : 724)

6-9 و في دراسة الباحثة "بوصفر دليلة "(2011):هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاستقلال النفسي عن الوالدين والتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم ،بلغ أفراد

العينة **(299)**،**(129)** طالبا و **(170)** طالبة ،إذ توصلت إلى وجود علاقة سالبة وضعيفة غير دالة عن **0-1**حيث بلغت النسبة **(067.0)** بين الاستقلال النفسي عن الوالدين والتوافق الدراسي **(بوصفر دليلة ،2001 : 28، 29) .**

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات مختلفة وأجريت في المجتمعات العربية و الأجنبية نستخلص أنها تختلف وتتنوع في إغراضها وهي كالأتي:

من حيث الأهداف هدفت دراسة **"موسير"** إلى التعرف على علاقة التوافق الدراسي ببعض المتغيرات كل من بينها الحالة الاجتماعية للطلاب ،الباحثان**" تولار رتيا "**هدفت لمعرفة علاقة مفهوم الذات بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين المصابين بمرض السكري وداء المفاصل الباحثة**" بوصفر دليلة "**هدفت إلى معرفة العلاقة بين الاستقلال النفسي عن الوالدين .

نستنتج أن أغلبية الدراسات السابقة هدفت لمعرفة العلاقة بين التوافق الدراسي وبعض المتغيرات الأخرى.

6-10 دراسة نور الدين عبد الرزاق وليمين دين:

عنوان الدراسة : **جودة حياة الطلاب ومدى التأثير المتواجد بينها وبين استراتيجيات التصرف الأكاديمي** .

الدراسة تهدف إلى دراسة نموذج يشرح التأثير المباشر و الغير المباشر ،لإستراتجية التصرف الأكاديمي ،نوعية العلاقات الاجتماعية ، المشاركة الطلابية على جودة الحياة المدرسية .

وصفت هذه الدراسة الطريقة الكمية المعتمدة على (GOSS Sectional)الطريقة الاستقصائية .

تكونت العينة(2400) طالب ثانوي مشكلة من (4) مجموعات من الطلبة مقسمة على (50) مؤسسة باستخدام العينة العنقودية المتعددة المراحل .

أظهرت النتائج أن إستراتيجية التصرف الأكاديمي و المشاركة الطلابية وجود العلاقات الاجتماعية كانت ذات دلالة واضحة حوالي 46% في جودة حياة الطلاب المدرسية.

كما أسهمت المشاركة الطلابية بحوالي 44% من التباين ،و توسطت إستراتيجية التصوف الأكاديمي و جودة الحياة الاجتماعية (الصداقة) بحوالي 67% في جودة حياة الطلاب المدرسية .

تظهر النتائج القيمة لها،و هذا لتوسيعها و مناقشتها أكثر في الدراسات المستقبلية.

6 - 11دراسة ماركوس هينينج :

Marcus hening ,Susan تحت عنوان جودة حياة الطلاب وعلاقتها بالدافعية الدراسة :

هدفت الدراسة إلى معرفة جودة حياة طلاب الطب و علاقتها بالدافعية الدراسة ، و عليه كان الغرض من هذه الدراسة هو استكشاف الروابط بين جودة الحياة و الدافعية للدراسة **Motiration of leam** شملت **العينة** طلاب الطب لجامعة أوكلاند في السنوات الأربع و الخمس لمناقشتهم على جودة الحياة و الدافع للتعلم ركزت على مجموعتين تتألف من السنة الرابعة (6 طلاب ، 5 من الذكور ، و أنثى واحدة) و طلاب السنة خامسة (الطلاب13، 7انثى و 6ذكور) و نظمت القيد الإجمالي لعام (2009) حيث كانت (183) طالبا في السنة الرابعة و (160) في السنة الخامسة ،تمت تمت الدراسة من خلال الانترنت بالاستعلام على حسابات الطلبة لإعطائهم فرصة المشاركة في مجموعات معدلة ،إضافة إلى العينة كرة الثلج مندمجة باستخدام النموذج الطبقي .

هذا النموذج يربط الباحثين بمعلومات أخرى متعلقة بالمشاركين للحصول على العينة الملائمة، لتشكيل المجموعات المعدلة المذكورة سابقا ، قامت هذه الدراسة بدراسة العوامل المستخدمة في المقياس المعتزل لجودة الحياة.

هذه العوامل تحصر جودة الحياة الجسمية و النفسية و العلاقات الاجتماعية و جودة المحيط بالإضافة مقياس القلق ،مقياس الدافعية للتعلم في علاقته بالفاعلية الذاتية قيمة الجسم الاستراتجيات المعرفية المستعملة و التحكم في الذات و استخدمت كدليل لتعديل محادثات الطلبة (**Marcus Hening et al 2010 :247, 248**) .

7- التعقيب على الدراسات السابقة و مكانة الدراسة الحالية منها :

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة التي أجريت في المجتمعات العربية و الأجنبية نستخلص أنها تختلف و تتنوع في أعراضها و أهدافها و هي كالأتي :

7-1 من حيث الأهداف هدفت الدراسات إلى :

دراسة الباحث **(عبد الرحمان شقورة)** هدفت إلى معرفة العلاقة بين الدافع المعرفي و التوافق الدراسي ، و الباحثة **(بوصفر دليلة)** هدفت الدراسة إلى معرفة الاستقلال النفسي عن الوالدين و التوافق الدراسي، أما الباحث **(كاني)** هدفت الدراسة إلى مقارنة التوافق الدراسي بين الطلبات الجامعيات المتزوجات و الغير المتزوجات، أما دراسة الباحث **(موسير)**هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة التوافق ببعض المتغيرات كل من الحالة الاجتماعية للطلاب، و دراسة **(نور الدين عبد الرزاق)** و**(Lei meéthevin)** تهدف إلى دراسة نموذج بحث مختبر يشرح التأثير المباشر ،و الغير المباشر،الإستراتيجية،التصرف الأكاديمي،نوعية العلاقات الاجتماعية ،المشاركة ،الطلابية على جودة الحياة المدرسية ،و الباحث **(Marcus Hening Susan)** هدفت الدراسة إلى معرفة جودة حياة الطلاب كلية الطب و علاقاتها بدافعية الدراسة و عليه كان الغرض من هذه الدراسة استكشاف الروابط بين جودة الحياة و الدافعية للدراسة ،و فيما يخص دراسة الباحث

(Fabieme lemétayer et Mare Gueffer) هدفت هذه الدراسة إلى هدف مزدوج الأول يشير إلى عكس اثر التكفل في مؤسسة متخصصة نصف داخلية و داخلية على جودة الحياة الذاتية للطفل و المراهق الذي يعاني من إعاقة فكرية ، أما الهدف الثاني يبحث عن قابلية استعمال هذا الاستبيان على مجموعة من الأطفال و المراهقين الذين يعانون من إعاقة

فكرية ، أما دراسة(**Asnat Bay Hainevez**) و دراسة الباحث(**Naom**)هدفت إلى تطوير و فحص صحة بناء مقياس جودة الحياة في المدرسة **(QDLS)** استبيان التلاميذ في المرحلة الابتدائية ، و الباحث مجدي عبد الكريم حسين هدفت الدراسة إلى تحديد معدلات تحقيق جودة الحياة كنتيجة لاستخدام تقنيات المعلومات و الكشف عن تأثير متغيرات والتغير الدراسي كالتغير الدراسي ، الجنس ،التوافق ،مدة تعامل الطالب مع برامج الكمبيوتر و الانترنيت و مستوى إجادته لاستخدام الحاسوب و مهاراته و مستوى دخل الأسرة ،درجة رضا الطالب عن حياته وشدة الأزمات المدرسية كمتغيرات وسطية في العلاقة بين استخدام تقنيات المعلومات و تنمية أبعاد جودة الحياة و الإحساس بالسعادة ،كما هدفت أيضا إلى التعرف على بروفيل جودة الحياة لطلاب و طالبات المجتمع العماني ، وفي دراسة

(د.فوقيه السيد عبد الفتاح ومحمد حسن سعيد) هدفت الدراسة إلى التعرف على العوامل الأسرية (خصائص الأسرة، جودة الحياة الأسرية) و المدرسية (ثقافة المدرسة ، الصعوبات التي تواجه التلميذ في المدرسة) و المجتمعية (خصائص المجتمع و المصادر المتاحة) المتنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم ، و كل من دخل الآسرة و مستوى تعليم الوالدين و محل الإقامة و جنس الطفل ، الكشف عن الفروق بين الأطفال العاديين و الأطفال ذوي صعوبات التعلم ، و دراسة الباحث **(أبو نور)** هدفت الدراسة إلى المعرفة الهدف من الحياة كبعد من أبعاد جودة الحياة و علاقته ببعض المتغيرات النفسية .

نستخلص أن أغلبية الدراسات السابقة هدفت إلى معرفة العلاقة بين التوافق الدراسي و المتغيرات الأخرى المتمثلة في الحالة الاجتماعية للتلميذ و معرفة العلاقة بين الدافع المعرفي والتوافق الدراسي ومعرفة الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بالتوافق الدراسي ومقارنة التوافق الدراسي لدى الطالبات المتزّوجات والغير متزوجات، و علاقة جودة الحياة بالمتغيرات الأخرى المتمثلة في دافعية التعلم،وجودة حياة الأطفال المعاقين فكريا،وفعالية استخدام تقنيات المعلومات وجودة الحياة وعلاقتها بالعوامل الأسرية والمجتمعية والمدرسية وجودة الحياة وعلاقتها بصعوبات التعلم وبعض المتغيرات النفسية أما دراستنا فهي جودة الحياة و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين في المتوسط .

2-7 من حيث العينة: اختلفت العينات المعتمدة في هذه الدراسات كالآتي:

- بالنسبة للحجم تراوحت بين 218 و 2400 فردا ، ويعود هذا الاختلاف في حجم العينة إلى اختلاف الأهداف وطبيعة الدراسات ، وكان حجم العينة في الدراسات المتمثلة في دراسة**" فوقيه السيد عبد الفتاح** "و دراسة **"فابيان لميتايا"** أما بالنسبة للدراسات الأخرى تتراوح كلها بين المائة والألف.

أما في الدراسة الحالية فحجم العينة الأساسية بلغ 160تلميذ وتلميذة وهو حجم مناسب لتعميم النتائج على المجتمع الأصلي وهم طلبة التعليم المتوسط .

- أما من حيث نوعية أفراد العينة ،فقد شملت الدراسات الطلبة والطالبات في الكليات في دراسة **شعبان شقورة** و شملت دراسة **بوصفر دليلة** الطالب الجامعي المقيم ،وشملت دراسة **موسير** المراهقين المتمدرسين المصابين بالداء السكري و دراسة الباحث **كاني** شملت الطالبات المتزوجات والغير متزوجات ودراسة **ميسر** الطلبة الجامعيين ودراسة **عبد الرزاق وليمي ذين** اهتمت بالتلاميذ الطور الثانوي و في دراسة **سوزان وماركوس هننج** شملت طلبة الطب وشملت دراسة **فابيان لميتيا** الأطفال والمراهقين ودراسة **فوقيه عبد الفتاح** شملت الأطفال ذوي صعوبات التعلم.

3-7 من حيث جنس أفراد العينة : اقتصرت دراسة الباحث **كاني** على الإناث فقط ،أما بقية الدراسات فقد تناولت كلا الجنسين ،ولا توجد أي دراسة سابقة تطرقت إلى تناول الذكور فقط.

أما عينة الدراسة الحالية فقد شملت كلا الجنسين، باعتبار متغير الجنس أساسي وذلك لمعرفة الفروق بينهما فيما يخص متغيرات الدراسة.

4-7 من حيث الأدوات المستخدمة:بعض الدراسات اعتمدت على مقاييس واستبيانات قام الباحثون بإعدادها ،والبعض الأخر اعتمد على مقاييس جاهزة من خلال تعريبها أو تقنينها لتصبح صالحة للاستخدام في البيئة التي ستجرى فيها وذلك حسب اختلاف ثقافة وأهداف وعينة الدراسة واعتمد على هذه المقاييس والاستبيانات كون بنودها تخدم موضوع الدراسة

،وبالنسبة لمقياس جودة الحياة فقد اختير مقياس **محمود عبد الحليم منسي** ،و**علي مهدي كاظم** كونه مقياس سهل وفي متناول تلاميذ المتوسط تم ترجمته من اللغة الانجليزية وتقنينه و تكييفه في البيئة العربية ،أما فيما يخص مقياس التوافق الدراسي تم اختيار مقياس **يونجمان** نظرا لكونه أكثر تحديدا لما نود قياسه في التوافق الدراسي عامة.

7-5 من حيث النتائج : اختلفت نتائج الدراسات السابقة حسب اختلاف أهدافها وفرضياتها كذا أدواتها وعيناتها ،ولكنها تتفق جميعها على الحقائق التالية :

- إستراتجية التصرف الأكاديمي والمشاركة الطلابية ووجود العلاقات الاجتماعية كانت ذات دلالة واضحة في جودة حياة الطلاب المدرسية.

- وجود فروق ذات دلالة بين الأطفال والمراهقين حسب طريقة التكفل .

- ارتفاع درجة جودة الحياة الذاتية للأطفال.

- التقييم عالي التصور نحو جودة الحياة المدرسية.

- وجود اختلاف في مستوى جودة الحياة لدى ذوي صعوبات التعلم باختلاف مستوى تعليم الوالدين .

و بناء على ما سبق ذكره أعلاه نتوقع من خلال الدراسة الحالية وجود علاقة دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتوافق الدراسي لدى عينة الدراسة الحالية.

7-6 الاستفادة العلمية والمنهجية من الدراسات السابقة :

تم الاستفادة من الدراسات السابقة من خلال :

- ❖ اقتباس بعض المعلومات من الجانب النظري .
- ❖ التعرف على المنهج المستخدم وطريقة اختيار العينة.
- ❖ مقارنة نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات المشابهة.
- ❖ الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة الحالية.

7-7 مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة :

لقد أجريت دراسات كثيرة عن جودة الحياة أكثرها أجنبية لدى فئات مختلفة من حيث السن والجنس ،كما أجريت دراسات عديدة عن التوافق الدراسي في بيئات مختلفة ، ولكن هذه الدراسة تعتبر من الدراسات الأولى التي تناولت هذا الموضوع بمنطقة تيزي وزو .

- تعد الدراسة الحالية من الدراسات الوصفية ،حيث حاولت الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة و التوافق الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين في المتوسط ،وهذا يساعد على وصف ميداني لهذه المتغيرات وبذلك وضع الاقتراحات المناسبة في حالة اتجاهها نحو السلبي .

- كما أن هذه الدراسة من أولى الدراسات التي اهتمت بهذا المتغير سواء في الجزائر العاصمة أو تيزي وزو.

اختلفت الدراسات في الأهداف والنتائج ومن حيث العينة و الأدوات و المناهج المعتمدة بحسب الفرضيات التي عملت على التحقق منها .

كما تناولت الدراسات السابقة عينات من فئات مختلفة ، و ذلك لمعرفة العلاقات والفروق بينها .

ودراستنا هذه هي محاولة لجمع بين بعض متغيرات هذه الدراسات السابقة وذلك من خلال ما تم استخلاصه منها، فهي محاولة لزيادة إثراء المعرفة من خلال تناول موضوع يجمع بين متغيرات لم يتم التطرق إليها في منطقة تيزي وزو أول دراسة تناولت ، العلاقة بين جودة الحياة و التوافق الدراسي لدى شريحة جد حساسة في المجتمع و هم تلاميذ متمدرسين في المتوسط .

ومع ذلك تم الاستفادة من الدراسات السابقة نظرا لتناول كل منها لمتغير من متغيرات دراستنا وعلاقته بمتغيرات أخرى حسب موضوع كل باحث .

الفصل الثاني

جودة الحياة

تمهيد

1- نبذة تاريخية عن جودة الحياة

2- تعريف جودة الحياة

3- أبعاد جودة الحياة

4- مظاهر جودة الحياة

5- مجالات جودة الحياة

6- الاتجاهات النظرية في وصف و تفسير جودة الحياة

7- علم النفس الايجابي و جودة الحياة

8- قياس جودة الحياة

9-أنواع القياسات لجودة الحياة

10- جودة الحياة و الانتقاء و التوجيه

11- مقومات جودة الحياة

12- كيفية تحقيق جودة الحياة

13- معوقات تحقيق جودة الحياة

خلاصة

تمهيد:

جودة الحياة من المفاهيم التي ظهرت بطابع إنساني بالدرجة الأولى بحيث تهتم بالشعوب عامة و في دراستنا الحالية نقوم بتطبيق المفهوم على شريحة من شرائح المجتمع ، وهي التلاميذ وهو قاعدة أي بناء و تنمية بشرية شاملة .

1)- نبذة تاريخية عن جودة الحياة :

1- 1 تطور فكرة جودة الحياة :

لاشك أن الأفكار مثل الملابس تأتي و تذهب مع الموضة، إدخال تقنية علاجية أو عملية، تحكمها كثيرا روح العصر الذي تظهر فيه حتى و إن كانت فكرة يمكن التغاضي عنها، آو تدوم طويلا.

ظهر المصطلح بشكل اعتيادي في وثائق السياسة المتعلقة بالمرضى النفسيين و سياسات أخرى و الأكثر من ذلك أنها مصطلح يستخدم للتخفيف عن أعباء المريض النفسي في المستشفيات .

انتقل مفهوم جودة الحياة في كل المملكة المتحدة إلى السياسة المحلية ،في عام 1985 الوثيقة الاستراتيجة لشمال غرب المنطقة ،أعلنت السلطات الصحية بإلغاء الإقامة الطويلة المدى للمرضى في المستشفيات و نقلهم إلى المجتمع ،لإمكانية التحسين من جودة حياتهم لذلك ، مؤكدين أن المرضى يبقون في المستشفيات الكبيرة لضرورة ذلك ليس معناه أن جودة حياتهم اقل، لكن سيستفيدون بذلك أكثر من تحسينات الرّعاية الصحية أكثر .

أصبحت بهذا لجودة الحياة أهمية فلسفية و عملية ،تظهر كمثالية و شرط إجرائي في الوثائق و السياسات المحلية ، و جودة الحياة بطبيعتها معقدة ، لوجهات النظر المتناقضة قي طرحها،هذا التعقيد يتزايد عندما نبحث و نريد تطبيق المفهوم على الذين يعانون أو عانوا من أمراض عقلية ،هذا لان المفهوم ذاته يتعلق بالارتياح النفسي و ذلك أي شيء يخل بهذا

(Corten ,p, C, Mercier ,pelc 1994 : 1).

الارتياح يخل بجودة الحياة و هذا بطبيعة الحال يشمل أعراض الاضطراب النفسي بحد

ذاته ، و كان مفهوما نموذجيا صريحا ،استخدم أكثر فأكثر في قياس جودة الرعاية ،استخدم لأول مرة في الولايات المتحدة الأمريكية ، و كان الرئيس **(ليندون ،جانسون)** أول من أطلقه سياسيا في خطاب رئاسي للمجتمع في عام **1964م** .

أول نشاط بحثي حول جودة الحياة كان مشتركا مع " حركة المؤشرات الاجتماعية " هذه الحركة مبنية بالمؤشرات الموضوعية التي بإمكانها قيس (تقييم) جودة الحياة في بيئة خاصة (حي ، مدينة ، بلد) .

قام في منتصف السبعينات فريقين من شيكاغو**(Withey,Adreus)**، بإجراء البحوث الوطنية الأولى من نوعها حول جودة الحياة ، و التي هدفت إلى تطوير مؤشرات موضوعية ذاتية و التي يمكن أن تكون بمثابة نظير للمؤشرات الموضوعية المعرفة بالفزيائية (الضوضاء ،تلوث الهواء ...) و الملاحظة (معدلات الإجرام) في بيانات الصحة العقلية جودة الحياة أصبحت قضية في إطار تنمية المؤسسات على الرغم من النوايا السياسية و التي اعترفت أخيرا أن العيش في المجتمع لم يحقق بالضرورة كل الآمال المتوقعة ، في عام **(Land and ,Bachrach 1982** اقتراحا أن أفكار إعادة التأهيل ،التي كان عنوانها الإنعاش المباشر و التطوير **(Vecorery and progress had little direlance)**

لمرضى مصابين بأمراض خطيرة مستمرة و مشاكل عقلية ،اعتبرها هؤلاء الباحثون خطوة مهمة لإضفاء الطابع الإنساني للعناية الطويلة المدى بالمرضى ،و التي يتم التوصل إليها إذا أحسنت الخدمات الاجتماعية لجودة حياتهم ،كانت معظم المسائل المفاهمية المتعلقة بجودة الحياة **(Baikereran Intagliata 1982 ,Bradbum 1969**

(,Mercier and Filon 1987

(Corten ,p, C, Mercier ,pelc 1994 : 1).

2- تعريف جودة الحياة : يعتبر مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع الاستعمال و يدخل ضمن مفاهيم علم النفس.

لغة : أصلها من فعل جاد ، الجودة ،جادا ، جود ، أي صار جيدا، و هو ضد الرديء ، وجود الشيء أي حسنه و جعله جيدا .

اصطلاحا : هي خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسمي و النفسي و المعرفي و درجة توقعاته مع ذاته و مع الآخرين و تكوينه الاجتماعي ،و الأخلاقي **(شيخي مريم، 2014: 85) .**

- ترى منظمة الصحة العالمية 1994: أن جودة الحياة مفهوم واسع يتأثر بشكل معقد بكل من الصحة الجسمية للفرد، علاقاته الاجتماعية، مستوى تحكمه في ذاته، بالإضافة إلى علاقاته مع العوامل الفعالة في بيئته **(بهلول سارة ،85:2009).**

يعد هذا التعريف من التّعاريف الشاملة لجودة الحياة كونه قد جمع بين جميع جوانب الجودة في حياة الفرد على اختلافها و تنوعها .

- أما منظمة اليونسكو : فهي تعتبر جودة الحياة مفهوما شاملا يضم جوانب الحياة ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية ، و الإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي للفرد عبر تحقيقه لذاته و على ذلك فجودة الحياة لها ظروف موضوعية ، و مكونات ذاتية و لقد ارتبط هذا المفهوم منذ البداية يسعى المجتمعات الصناعية نحو التنمية و الارتقاء ، بمتطلبات الأفراد عن طريق تحقيق الوفرة الاقتصادية لمواجهة اشباعات الأفراد و تطلعاتهم و طموحاتهم **(شيخي مريم ،87:2014) .**

- الكرخي : أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالرضي والسعادة ،و القدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية و الموضوعية و التي تشمل (النمو الشخصي، السعادة، الاندماج الاجتماعي و الحقوق البشرية) كذلك يمكن أن نعرف جودة الحياة بأنها درجة الرضا آو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة و مدى سعادته بالوجود الإنساني ، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة ، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته و عوامل خارجية كذلك التي تقيس سلوكات

الاتصال الاجتماعي ، النشاطات و مدى انجاز الفرد للمواقف **(بشرى عباد مبارك ،دون سنة:721).**

من خلال التعريفين السابقين نرى أنهما قد اشتركا في أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالرضا و السعادة في حياته الخاصة و الاجتماعية.

- **أما علماء الاجتماع يرون :** أن جودة الحياة تحدد بالوضعية أو الحالة الاجتماعية للجماعات من جهة فهي هدف التطور الاجتماعي من جهة أخرى ،فالرضا أو عدم الرضا عن جودة الحياة له علاقة بشروط العيش الجيدة كما له علاقة بشروط العيش السيئة ، فالهدف من التطور أو التقدم الاجتماعي هو تحقيق و تلبية احتياجات أفراد المجتمع و الجماعات قدر الإمكان **(بهلول سارة، 48:2009).**

- **عرفها رينيه و آخرون :** أن جودة الحياة إحساس الأفراد بالسعادة و الرضا ، في ضوء ظروف الحياة الحالية و أنها تتأثر بأحداث الحياة و العلاقات و تغيير حدة الوجدان

و الشعور ، كما يرتبط تقييم جودة الحياة الموضوعية و الذاتية و يتأثر باستبصار الفرد

(ولاء مصطفى، 111:2012).

- **عرفها روبين ROBIN :** بأنها التكامل بين عدة اتجاهات لدى الفرد من ناحية الصحة الجسمية و النفسية و الحياة الاجتماعية ،متضمنة كل من المكونات الإدراكية و الذي يشمل الرضا، و المكونات العاطفية و التي تشمل السعادة **(صالح إسماعيل، 42:2000).**

- و لقد اقترح كل من**(Modwell and Mewell ،1987)**تعريف لجودة الحياة**:**علاقة من كفاية الظروف المادية وشعور الناس حول هذه الظروف .

- **يرى رفايال و آخرون :**بأنها الدرجة التي من خلالها يستمتع الشخص بالإمكانيات المهمة في حياته **(Raphealand others,1996).**

يرى هؤلاء العلماء جودة الحياة بمدى الاستغلال للإمكانيات المتاحة في البيئة التي يوجد بها الشخص، وكذلك درجة الرضا والاستقرار النّفسي التي يحققها الفرد من اجل أن يكون سعيدا.

3- أبعاد جودة الحياة:

1- بعد استعراض العديد من التعريفات لبعض الباحثين حول مصطلح جودة الحياة

و التي خلصوا فيها إلى عدم وجود تعريف موحد يسند عليه الباحثون لمفهوم جودة الحياة و هذا ما أشارت إليه دراسة **"جاريج بوغنار 2005"** و دراسة **"بارك و اخرون2002"** و **"تايلور و راسيتو1991"** و**"دانيس و اخرون1993"** و تشير الدراسات إلى أن جودة الحياة مرادفة للدرجة أو المستوى و أن جودة الحياة بوجه عام تشير إلى الحياة النفسية حتى من الرغم من تضمين الظروف البيئية في بعض التعريفات و التالي فان هذا المركب يتم تقييمه بثلاث ظروف، من خلال التقدير الذاتي للرضا عن الحياة بوجه عام (السعادة أو الاستمتاع).

2- التقدير الذاتي للرضا في مجالات أو جوانب معينة، العمل، الصحة، العلاقات مع الآخرين.

3- البيانات الديمغرافية بالنسبة لجودة الحياة (المؤشرات الاجتماعية ، أو الموارد ، أو العوائق. **(Frish et al,2005)**

و عادة ما يتحدد بمؤشرين :البعد الذاتي و البعد الموضوعي ، إلا أن غالبية الباحثين ركزوا على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لجودة الحياة و يتضمن مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة و القياس المباشر ، مثال أوضاع العمل ، مستوى الدخل ، المكانة الاجتماعية ، و مع ذاك تظهر نتائج البحوث أن التركيز على المؤشرات لجودة الحياة إلا في جزء صغير من التباين في التقديرات الكلية لجودة الحياة و من هنا نجد بعدين لجودة الحياة :

1-3 البعد الذاتي : و يقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة ، و شعور الفرد بجودة الحياة، شعور الشخص بالسعادة .

2-3 البعد الموضوعي : و يشمل

- ✓ الصحة البدنية.
- ✓ العلاقات الاجتماعية.
- ✓ العلاقات الأسرية .
- ✓ الأنشطة المجمعية .
- ✓ الصحة النفسية .
- ✓ العمل .
- ✓ التعليم .
- ✓ مستوى المعيشة .
- ✓ وقت الفراغ .
- ✓ فلسفة الحياة . **(العارف بالله الغندور،27:1994**

جدول (1): يمثل مؤشرات جودة الحياة : **(العارف بالله الغندور،28:1994)**

	على المستوى الشخصي	**على المستوى المجتمعي**
شخصي ،نوعي(الإحساس)	كيف يشعر الشخص اتجاه نفسه و حالته	كيف يشعر الشخص اتجاه مجتمعه و قدراته على المشاركة و التأثير في قرارات المجتمع .
موضوعي	الحالات الوظيفية مثل:التعليم،طبيعة العمل	الحالة الاقتصادية والاجتماعية و الكفاءة الحكومية .

في حين يرى باحثون آخرون وجود ثلاثة أبعاد لجودة الحياة منها :

- جودة الحياة النفسية احد مكونات جودة الحياة العامة.

- الناحية الذاتية:التقييم الشخصي من خلال الرضا و السعادة.

- الناحية الموضوعية: التقييم الوطني.

- الظروف الخارجية: المنبهات الاجتماعية **(shaloch2003:52) .**

إذ تفيد **"الاوتن "** إلى أن مفهوم جودة الحياة متعددة الأبعاد يتضمن أبعاد عدة منها : ما يتضح مع وصف **"كاريج جاكسون 2010"** و المصاغ تحت مسمى الثلاثة هي على النحو التالي : الكينونة Being ،السيرورة ، Becoming الانتماء Belongineg **(محمد السعيد أبو حلاوة ،7:2010) .**

جدول(02) : يمثّل أبعاد جودة الحياة: (سعيد محمد أبو حلاوة،2010: 11)

الأبعاد	الأبعاد الفرعية	الأمثلة
الكينونة(الوجود)	الوجود البدني Physical Being	ا)-القدرة البدنية على التحرك و ممارسة الأنشطة الحركية ب)-أساليب التغذية و أنواع المأكولات المتاحة
	الوجود النفسي Psychological Benig	ا)-التحرر من القلق و السقوط . ب)-الحالة المزاجية العامة للفرد(ارتياح/عدم الارتياح).
	الوجود الروحي Spirtual Benig	ا)-وجود أمل في المستقبل (الاستبشار) . ب)-أفكار الفرد الذاتية عن الصواب و الخطأ .
الانتماء	الانتماء المكاني (البدني) Physical Belonging	ا)-المنزل أو الشقة التي أعيش فيها . ب)-الحيرة التي تحتوي الفرد .
	الانتماء الاجتماعي Soial Belomging	ا)-القرب من أعضاء الأسرة التي أعيش معها . ب)- وجود أشخاص مقربين أو أصدقاء(شبكة علاقات اجتماعية قوية).
	الانتماء المجتمعي Comunity Belonging	ا)- توافر فرص الحصول على الخدمات المهنية المخصصة . ب)-الأمان المالي .
السيرورة	السيرورة العملية Pratical Beconig	ا)- القيام بأشياء حول منزلي . ب)- العمل في وظيفة أو الذهاب إلى المدرسة .
	السيرورة الترفيهية Lesure Beconig	ا)- الأنشطة الترفيهية الخارجية(التربص) . ب)- الترفيهية داخل المنزل (وسائل الإعلام) .
	السيرورة التطورية Gorth Beconig	ا)- تحسين الكفاءة البدنية و النفسية . ب)- القدرة على التوافق مع تغيرات وتحديات الحياة .

من خلال الجدول رقم (2) نلاحظ أن لجودة الحياة ثلاث أبعاد و كل بعد ليده أبعاد فرعية و المتمثلة في :

الكينونة تتفرع إلى ثلاث أبعاد فرعية :الوجود البدني ، الوجود النفسي ،الوجود الروحي .

بعد الانتماء و التي يتفرع إلى الانتماء المكاني و البدني ، الانتماء الاجتماعي،و الانتماء المجتمعي.

و البعد الثالث و الأخير المتمثل في السيرورة التي تشمل البعاد الفرعية المتمثلة في السيرورة العملية ، السيرورة الترفيهية ،السيرورة التطورية وكلها أبعاد تمثل وتعبر عن جودة الحياة.

4- مظاهر جودة الحياة :

يمكن أن يجمل مظاهر جودة الحياة في خمسة حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية و الذاتية و هي كالتالي :

ا)- الحلقة الأولى :العوامل المادية و التعبير عن حسن الحال

1- العوامل المادية الموضوعية : و التي تشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده إلى جانب الفرد و حالته الاجتماعية و الزواجية و الصحية و التعليمية ،حيث تعتبر هذه العوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة ،إذ ترتبط بثقافة المجتمع و تعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة .

2- حسن الحال : و يعتبر هذا بمثابة مقياس عام لجودة الحياة ،و يعتبر كذلك مظهرا سطحيا للتعبير عن جودة الحياة ،فكثير من الناس يقولون بان حياتهم جيدة و لكنهم يختزنون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحونها لأحد .**(بهلول سارة ،42:2009)**

ب)- الحلقة الثانية :إشباع الحاجات و الرضا عن الحياة :

1- إشباع و تحقيق الحاجات : و هو احد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة ،فعندما يتمكن المرء من إشباع حاجاته فان جودة حياته ترتفع و تزداد ،و هناك حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء ،كالطعام و المسكن و الصحة ،و منها يرتبط بالعلاقات الاجتماعية ،كالحاجة

للأمن و الانتماء و الحب و القوة و الحرية ،و غيرها من الحاجات التي يحتاجها الفرد و التي يحقق من خلالها جودة حياته .

2- الرضا عن الحياة : و يعتبر الرضا عن الحياة احد الجوانب الذاتية لجودة الحياة ،فكونك راضيا فهذا يعني أن حياتك تسير كما ينبغي ،و عندما يشبع الفرد كل توقعاته و احتياجاته و رغباته ،يشعر حينها بالرضا .

ج)- الحلقة الثالثة :إدراك الفرد القوى و المضمنات لحياته و إحساسه بمعنى الحياة :

1- القوى و المتضمنات لحياته : قد يرى البعض أن إدراك القوى و المتضمنات الحياتية بمثابة مفهوم أساسي لجودة الحياة ، فالبشر كي يعيشوا حياة جيدة لابد لهم من استخدام القدرات و الطاقات و الأنشطة الابتكارية الكامنة داخلهم،من اجل القيام بتنمية العلاقات الاجتماعية ، و أن ينشغلوا بالمروعات الهادفة ،و يجب أن يكون لديهم القدرة على التخطيط و استغلال الوقت و ما إلى ذلك ،و هذا كله بمثابة مؤشرات لجودة الحياة .

2- معنى الحياة : يرتبط معنى الحياة بجودة الحياة ،فكلما شعر الفرد بقيمته و أهميته للمجتمع و للآخرين، و شعر بانجازاته و مواهبه ، و أن شعوره قد يسبب نقصا أو افتقادا للآخرين .

د) الحلقة الرابعة : الصحة و البناء البيولوجي و إحساس الفرد بالسعادة :

1- الصحة و البناء البيولوجي : و تعتبر حاجة من حاجات جودة الحياة التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، و الصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي ،لان خلايا الجسم و وظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة و سليمة .

2- السعادة : و تتمثل بالشعور بالرضا و الإشباع و طمأنينة النفس و تحقيق الذات ،و هي شعور بالبهجة و الاستمتاع و اللذة ، و هي نشوة يشعر بها الفرد عند إدراكه القيمة و متضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية .**(شيخي مريم ،90:2004)**

و يعرفها **(1994Beethoven)** : بأنها الدرجة التي تحكم فيها الشخص ايجابيا على نوعية حياته بوجه عام ، و بمعنى آخر تشير السعادة إلى حب الشخص للحياة التي يعيشها و

استمتاعه بها و تقديره الذاتي لها ، و فد دلت بحوث كثيرة على أن السعادة نتاج تفاعل مركب بين الشخص و بيئته ، كذلك اعتبرت قيمة إنسانية و غاية قصوى يسعى كل فرد إلى تحقيقا .

كما يعرفها **"احمد عيد الخالق و آخرين"** بأنها حالة شعورية يمكن تنتج من الحالة المزاجية للفرد **(عبد الخالق، 83:2013)** .

ه)- الحلقة الخامسة : جودة الحياة الوجودية :

و هي الوحدة الموضوعية لجوانب الحياة ، و هي الأكثر عمقا داخل النفس ، و إحساس الفرد بوجوده ،و التي تؤدي بالفرد إلى إحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودنا ، فجودة الحياة الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده و قيمته ، و من خلال ما يستطيع الحصول عليه الفرد من عمق للمعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير و القيم و الجوانب الروحية و الدينية التي يؤمن بها الفرد ،و التي يستطيع من خلالها تحقيق و جوده،و من تم الشعور بالسعادة و الطمأنينة و الاستمتاع بالحياة و الرضا عن أنفسهم و عن الحياة التي يعيشونها ، و صولا إلى التوافق و التكيف مع الإعاقة و المجتمع **(الهنداوي،52:2011) .**

من خلال ما سبق يمكن القول أن مظاهر جودة الحياة تتعدد لتشمل العوامل المادية الموضوعية و كذا إشباع الحاجات و الرضا عن الحياة ، فضلا عن إدراك الفرد للقوى و المتضمنات الحياتية و إحساسه بمعنى الحياة و صولا إلى الصحة و البناء البيولوجي و إحساس الفرد بالسعادة و الذي يسعى إليه الفرد في المجتمع .

6- مجالات جودة الحياة:

أشارت منظمة الصحة العالمية إلى عدة مجالات لجودة الحياة و هي التالي:

- **المجال الجسمي:** و يضمن(الألم، النشاط و اللعب، النوم و الراحة أو الوظائف الحسية).

- **المجال النفسي :** و يتضمن (المشاعر الايجابية، التفكير،التعلم،التذكر،التركيز،تقدير الذات، صورة الجسم، و المشاعر السلبية) .

- **مستوى الاستقلالية:** و يتضمن (الحركة و التنقل، النشاطات اليومية، الاعتماد على الأدوات الدوائية و غير الدوائية، القدرة على التواصل، و القدرة على العمل) .

- **العلاقات الاجتماعية:** و تتضمن (العلاقات الشخصية، المساندة الاجتماعية، نشاطات تقديم المساعدة و الدعم) .

- **البيئة :** و تتضمن (الحرية،السلامة البدنية،البيئة المنزلية،الرضا عن العمل،الموارد المالية،الصحة و الرعاية الاجتماعية ، فرص اكتساب المعلومات،المشاركة في النشاطات الترويجية و البيئة الطبيعية)

- **المعتقدات الشخصية :** و تتضمن جودة الحياة إجمالا و مدركات الصحة العامة . **(التلولي ،45:2013)**

وتشير **(بهلول سارة)** إلى أن هناك مجلات عديدة لجودة الحياة **:**

- **المجال النفسي :** حيث ترى أن الكثير من الباحثين يرون أن المجال النفسي لجودة الحياة تضمن جميع المشاعر و الحالات العاطفية الايجابية ، و يرى البعض الأخر أن هذا المجال يعتمد على غياب المؤثر السلبي مثل : القلق و الاكتئاب ، و يدمج البعض الأخر من الباحثين ضمن المجال النفسي لجودة الحياة حسب **(بهلول)** المفاهيم الدينامية الإجرائية مثل : التنمية الشخصية و تحقيق الذات (الإبداع،المعنى من الحياة الأخلاقية ،الحياة الروحية ،مدى تفهم المحيط بالفرد،و إلى غير ذلك من المفاهيم الدينامية الإجرائية) .

- **المجال البدني :** يدمج الباحثون تحت هذا المجال الصحة البدنية و القدرات الأدائية ،حيث تتضمن الصحة البدنية ،الطاقة الحيوية ،التعب ،النوم ،الراحة ،الآلام ،الأعراض و مختلف المؤشرات بيلوجية ، و تتضمن القدرات الأدائية ،الوضع الو ضيفي ،الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء و الاستقلالية النفسية .

- **المجال الاجتماعي :** ترى **(بهلول)** أن المجال الاجتماعي لجودة الحياة يتضمن كل من العلاقات و الوظائف الاجتماعية ،وهنا لا يمكن النظر إلى هذا المجال بشكل متكامل إلا إذا تم

التطرق إلى شبكة هذه العلاقات من الناحية الكمية (أي مدى اندماج الفرد في المجتمع) و النوعية أي قابلة المساندة الاجتماعية في حياة الفرد .

- **الرضا عن العيش :** وهنا تشير(**بهلول**) إلى هذا المجال يهتم بفاعلية الفرد مع تقييمه الشامل لحياته ،الذي يعتمد على معاييره المرجعية و مكونات الحياة اليومية و تسند في قولها إلى تعريف كل من **(1991Pavot)(1994Diener)** لمفهوم الرضا عن العيش حيث يرى **"بافو"** أن الرضا عن العيش هو " عبارة عن عملية معرفية تهدف إلى المقارنة بين حياة الفرد و بين معاييره المرجعية (القيم و المثل)فهو يعبر عن التقييم الكلي الذي يقوم به الفرد عن حياته".

- **السعادة:** يشير **(Mossen Chenga 1997)** إلى أن هذا المفهوم يمر بالتعددية الوظيفة يرى انه يتضمن (03) مكونات مستقلة فيما بينها:

1- مكون ايجابي و يتمثل في المتعة .

2- مكون معرفي تقييمي و تتمثل في الرضا أي تقدير الفرد مدى نجاحه في تحقيق تطلعاته.

3- مكون سلوكي و يتمثل التفوق أي نجاح التقييم الذاتي للفرد فيما يخص نشاطاته.

و يرى الباحثون حاليا أن مفهوم السعادة يعبر عن أكثر من اعتباره حالة ، حيث يهدف إلى الوصول مستقرة و مستدامة نسبيا **(بهلول سارة ، 60:2009) .**

- **الرفاهية الذاتية :** يرى **(دينر1994)** أن هذا المفهوم يعبر تجربة الفرد العامة لردود الفعل الايجابية تجاه حياته ، و يشمل جميع المكونات الدنيا (التي يجب أن تتوفر على الأقل) مثل الرضا عن العيش و مستوى المتعة .

كما تشير **(بهلول)** إلى انه يمكن التطرق إلى مفهوم الرفاهية الذاتية من خلال ثلاث نقاط أساسية:

1- مفهوم ذاتي : أي التقييم الذاتي الذي يعتمد على متطلبات الحياة الموضوعية (أي الحياة المادية) .

2- يهتم بضرورة توفر المؤثرات الايجابية دون اهتمامه بغياب الانفعالات السلبية .

3- يعتمد على التقييم الايجابي للحياة التي يعيش فيها الفرد .

- على العموم يمكن القول مجلات جودة الحياة كثيرة و متشبعة إلا أن جميعها مهم واه دور أساسي في سيرورة حياة الإنسان بشكل عام **(بهلول سارة، 55:2009) .**

6- الاتجاهات النظرية في وصف وتفسير جودة الحياة:

توجد أربع اتجاهات رئيسية في تفسير جودة الحياة وهي:

6-1 الاتجاه الاجتماعي: يشير إلى عدد من الجوانب ومن منظور يركز على الأسرة والمجتمع، وعلاقات الأفراد والمتطلبات الحضارية والسكان والدخل والعمل،والضّغوط الوظيفيّة والمتغيرات الاجتماعية الأخرى.

حيث يرى احد العلماء انه يجب الاهتمام أكثر بنوعية العلاقات الاجتماعية أكثر من الاهتمام بالكمية من العلاقات.

- من أهمّ المجالات في الاتجاه الاجتماعي :

1- السكّان:إن علماء الاجتماع عند اهتمامهم بدراسة جودة الحياة يركّزون على المؤشّرات الخارجيّة مثل:معادلة المواليد والوفيات وضحايا الأمراض المختلفة، نوعية المساكن، مستويات تعليميّة الأفراد، المجتمع ومستوى الاستيعاب والقبول في مراحل التعليم المختلفة إضافة إلى مستوى الدّخل.

2- العمل : يرتبط مفهوم جودة الحياة بما يقوم به الفرد من عمل أو ما يشغله من وظيفة وثمّة محدّدات هامة يمكن اعتبارها في هذا الصّدد أن يكون لها تأثير على تحقيق هذا المفهوم إجرائيا مثل : أوضاع العمل،نفسه والعائد المادي وما يمكن أن يوفره العمل من فرص للحراك المهني والمكانة المهنية ممّا يكون له تأثيره على حياة الفرد في علاقته بالمهنة ،كما إن نوعيّة الإشراف وعلاقته بالمهنة ،كما أنّ نوعية الإشراف وعلاقة الزملاء تعدّ من

العوامل الفعّالة في تحقيق هذا المفهوم ،فهي تؤثّر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا العامل عن عمله **(العارف بالله الغندور ،27:1999).**

2-6 الاتجاه الطبّي: ويهدف هذا المجال إلى تحسين جودة الحياة الأفراد الذّين يعانون من الأمراض الجسميّة المختلفة أو النفسية أو العقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشاديّة و العلاجيّة وتعتبر جودة الحيات من الموضوعات الشائعة للمحاضرات التي تتعلّق بالوضع الصحّي،وفي تطوير الصحّة فقد زاد اهتمام أطباء ومتخصّصين في الشّؤون الاجتماعيّة والباحثين في العلوم الاجتماعيّة لتعزيز ورفع جودة الحياة لدى المرض من خلال توفير الدّعم النفسي والسّيكولوجي لهم ،عدد أبحاث جودة الحياة التّابعة لقسم الصحّة بجامعة **(تورينتو)** بكندا تقول أنّ الهدف النهائي من دراسة جودة الحياة وتطبيق ذلك على حياة النّاس تعيش حياة ذات جودة حياة لها معنى ويتم الاستمتاع بها .(**صالح إسماعيل عبد الله ،44:2010).**

3-6 الاتّجاه النّفسي:

الإدراك كمحدّد أساسي لجودة الحياة فجودة الحياة،هي تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها كما أن جميع متغيّرات المنحى الاجتماعي السّابق الإشارة إليها تعتمد على تقييم الفرد للمؤشّرات الماديّة الموضوعية في حياته أي أنّ

العوامل النفسيّة و يعتمد هذا المنحى على عدّة مفاهيم أساسيّة منها:مفهوم القيم،مفهوم الإدراك الذاتي،ومفهوم الاتّجاهات ومفهوم الطموح ومفهوم التوقّع ومفهوم تقدير الذّات إلى مفاهيم الرضا والتوافق والصحّة النّفسية **(صالح إسماعيل عبد الله، 43:2010)** .

وبالتّالي فالأساس لجودة الحياة يّتضح في العلاقة الانفعاليّة القويّة بين الفرد وبيئته وهذه العلاقة تتوسّطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته فالإدراك ومعه بقية المؤشّرات النفسية مثل المدركات التّي تظهر من خلالها جودة حياة الفرد كما ينظر إلى مفهوم جودة الحياة تتطلب إلى فهم الإنسان لذاته وقدراته ،وإمكانيّاته وتوافق ميوله وقدراته مع اختياراته بما يمكنه من الصحّة النّفسية والتّوافق النفسي وكدالة لمواجهة الضغوط النّفسية ،وحسب المنحى

النفسي هو درجة إحساس الفرد بالتحسّن المستمر لجوانب خاصّة في النّواحي النّفسية مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والانجاز،والتعلّم المتّصل بالعادات والمهارات والاتّجاهات وكذلك تعلّم حلّ المشكلات وأساليب التوافق والتكيّف ونبني منظور التحسّن **(شاهر خالد سليمان دون سنة : 117،126).**

اختلفت الاتّجاهات واختلفت وجهات النّظر فلكلّ نظريّة مبدأ واتّجاه معيّن ونظرة هادفة في تفسير مفهوم جودة الحياة، فهناك من فسرها على حساب شعور الفرد بالرضا و السعادة و البعض الأخر اهتموا بمدى إدراك الفرد و تأثير العوامل الذاتية في شعور الفرد بجودته و البعض الآخر اتخذوا من الزمان و المكان ظرفان يؤثران على سعادة الفرد.

7- علم النّفس الايجابي وجودة الحياة:

تتمثّل جودة الحياة بؤرة اهتمام ما يعرف بعلم النّفس الايجابي والذّي لم يدخل المسار الأكاديمي لمجال علم النّفس ،إلا في سنة (**1998**)عندما تناوله **(مارتن سيلجمان)**عالم نفس أمريكي ورئيس سابق للرابطة الأمريكيّة العقلية في خطاب للدّورة الافتتاحيّة للجمعيّة الأمريكيّة لعلم النّفس،وعلم النّفس الايجابي هو فرع من فروع علم النّفس يؤكّد على دراسة كلّ ما من شانه أن يؤدّي إلى تحسين الأداء النّفسي الأدائي الوظيفي للكائن البشري بما يتجاوز نطاق أو حدود الصحّة النّفسيّة العادية.

وينظر علم النّفس الايجابي إلى الإنسان نظرة مختلفة تماما وهي أنّ الأصل هو الصحّة وليس المرض من خلال السّعادة ودراسة العوامل التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة بان

تعايش **(شيخي مريم،48:2014).**

حيث استخدم (**سيلجمان 2005)** كلمتي السّعادة وطيب الحال كمصطلحات لوصف أهداف علم النّفس الايجابي ويتضمنان المشاعر والأنشطة الايجابية :

7-1 تعريف السّعادة في علم النّفس الايجابي: عرفت**(سهير سالم 2008)** أن السّعادة سمة من سمات شخصية الفرد يتميّز أصحابها معظم الوقت بالنشاط (خارجي ،داخلي) والحيوية

والرّاحة لديهم،والقدرة على الاستماع ويتمتعون بالوقت بطريقتهم الخاصة،ولديهم مشاعر الحبّ والصّداقة ونظريتهم للحياة الايجابية ومعظم تعاملاتهم وعلاقاتهم ناجحة.

7- 2 مفهوم التوجّه نحو الحياة :يعرفها **(موسى 2001)**: انّه اتّجاه من جانب فرد مانحو الحياة أو نحو أحداث معيّنة ،يميل أحيانا إلى حدّ مفرط للعيش على الأمل أو نحو التّركيز على النّاحية المشرفة من الحياة ،أو الأحداث أو الجانب المفعم بالأمل والخير.

7-3 المرونة النّفسية: وردت في إصدارات الجمعيّة الأمريكيّة لعلم النّفس **(apa 2002)** في نشرة بعنوان الطريق إلى المرونة النفسية التي يوجّهها الأفراد مثل: مشكلات العلاقة مع الآخرين، المشكلات الصحيّة الخطيرة، ضغوط العمل **(موسى، 2001: 186).**

7-4 الرّضا عن الحياة: ويعرفها **(الدسوقي 1998)** الرّضا عن الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعيّة الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه ألقيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتيّة بالمستوى الأمثل التي يعتقد انّه مناسب لحياته .

ويعرف (**حسام 2009):** درجة رضا أو عدم الرضا التّي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصيّة لمواقف الحياة كما أنّها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجيّة تلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي،النشاطات ومدى إنجاح الفرد للمواقف **(حسام صادق،2009: 33).**

من خلال ما تمّ استعراضه تبين وجود علاقة وثيقة بين مفهومي الرّضا عن الحياة وجودة الحياة حيث تعتبر الرّضا عن الحياة وجودة الحياة ،ويدعّم هذا الرأي مقياس جودة الحياة الذّي أعده **(بيكروآخرون 1993) .**

يتكون من عدّة مجالات للرضا عن الحياة تمثلت في الرّضا عن العمل، الرّضا عن

الصحّة، الرّضا عن الحالة الجسميّة ويتّفق ذلك ما قدّمه **(ليمان1988,lehman)** من نموذج جودة الحياة يعرّفها بأنها بالضرورة مسالة ذاتيّة تنعكس في صورة إحساس عام بالرّفاهية

والسّعادة ،والمؤشّرات الّذاتية بصفة عامة أكثر حساسيّة لجودة الحياة ،وتتكوّن غالبا من تقديرات للرّضا عن الحياة وتفيد، (**كريستال باركCRYSTAL,PARK 2003)** في إطار إجابتها عن السؤال الخاص بما هو علم النّفس الايجابي أنّ التّعريف الذي قدّمه كلّ من **(مارتن سيليجمان)** هو يهتمّ بدراسة وتحليل الخبراء الشخصيّة الذاتية أو ذات القيمة مثل:الرّفاهية الشّخصية أو الوجود الّذاتي الشّخصي ،القناعة والرّضا في الأمل والتفاؤل،السّعادة في الحاضر وكذا تحليل السّمات الايجابيّة للفرد،القدرة على العمل والإحساس ،التذوّق الجمالي،المثابرة،التسامح الأصالة والانفتاح العقلي والتطلّع للمستقبل ،الشّغف الرّوحي.

واهمّ مجالات بحوثه في مفهوم جودة الحياة:

- بحوث في مجال طبيعة ومحدّدات:الحياة الممتعة أو السّارة.

- دراسة الحياة الطيّبة أو الحسنة.

- الحياة الهادفة. **(بحرة كريمة،58:2014)**

8- قياس جودة الحياة:

نظرا لعدم وجود معايير واضحة ومحدّدة لقياس مفهوم جودة الحياة، لذا كان هناك حذر شديد لعمل قياس لجودة الحياة مع ضرورة هذا القياس، ونجد أنّ العلماء والباحثين استخدموا العديد من المقاييس لقياس جودة الحياة.

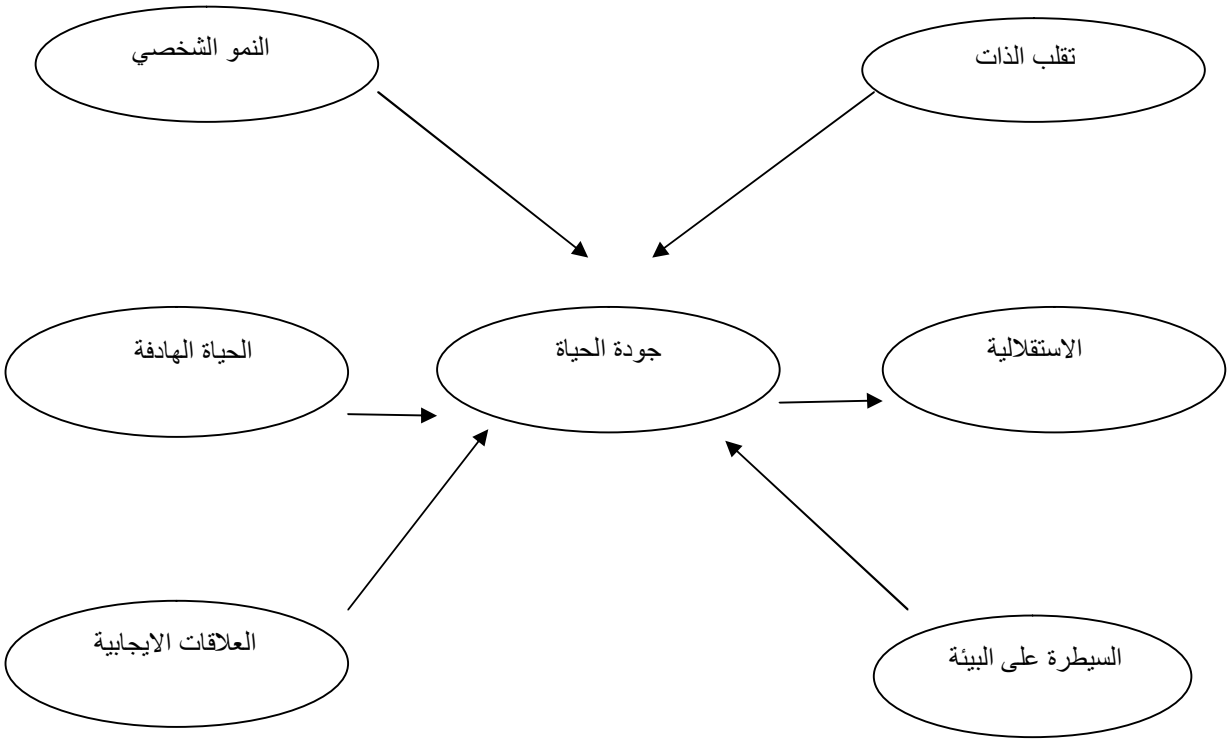
وعند مناقشة مفهوم جودة الحياة من المهمّ أن نميّز هذا المفهوم عن مفاهيم ذات علاقة و لكن تختلف من حيث المضمون مثل:الصحّة الجيّدة ،الرّضا عن الحياة والأمل ومن المهمّ تقييم العلاقة ما بين الثقافة وجود الحياة لانّ الإدراك لجودة الحياة ذو ارتباط وثيق مع الحدود الثّقافية والّتي تختلف من مجتمع لأخر **(محمد علي عاشور،2004 :دون سنة).**

هناك بعض الأمور التي يمكن من خلالها قياس جودة الحياة يمكن قياسها مثل:الحالة الصحيّة،قابليّة الحركة وجودة المنزل وغيرها،وهناك أمور أخرى لقياس جودة الحياة عن

طريق الحصول على معلومات دقيقة عن حياة الشّخص أو مدى كفاءة وفعاليّة النّظام الذي يحياه الإنسان مثل:التّوحيد توزيع الدّخل وهناك سؤال آخر عن قياس جودة الحياة ويكون هذا القياس مستندا على قيمة الجودة مثل : مدى قدرة الإنسان على الاستقلاليّة والتحكّم وتعتبر مؤشّرا على جودة الحياة الجيّدة أو قد توصف لبعض الأشخاص وليس للجميع ولقياس كل هذه الأمور استعملت قياسات متعددة ومختلفة :

1-8أنواع القياسات لجودة الحياة: قسّم ويكلاند **(wiklund and others 2000)** أنواع قياس جودة الحياة إلى ثلاثة أنواع :عالمي ،عام، خاص

ومن هذا وضع **(رايف وكير)** علماء في علم النفس الايجابي نموذج لجودة الحياة يعرف باسم نموذج العوامل الستّة يعتمد ضمن القياسات:**(شيخي مريم ،115:2014)**



الشكل رقم(1): نموذج العوامل الستة لجودة الحياة حسب**RUTTET, KEYE**

(شيخي مريم،150:2014)

وتعدّدت الأدوات والمقاييس المستخدمة في قياس جودة الحياة وذلك تتعدّد المؤشّرات النّفسية المرتبطة بها ،من جهة ويأتي في مقدمة هذه المتغيّرات ،الرضا عن الحياة عن بعض ميادين الحياة والحاجات النفسية.

ترى باري وكروبي **(BARRY.M.M AND RONBY 1993)** أن المؤشرات الموضوعيّة تتميز بأنها اقلّ إشكالية في المنهج تحديدا فالبيانات مثل: مستوى المعيشة الحالي و المهنة الوضع المالي يمكن تحديدها بدقّة إلّا أن ما يعيبها أنها لا تعبر عن إدراك أو قيم الفرد الذي يجيب على المقياس ،فبينما تعكس الموضوعيّة ،المعيار الاجتماعي المقبول ولا تكون بالضّرورة منسجمة مع قيم الفرد موضع الدراسة لهذا فانّ المؤشر الذاتي وتشترك بعض المقاييس الأخرى في المفاهيم والمنهجيّة ،وعلى الرّغم من أن بعض المقاييس تقيس **(سامي محمد موسى هاشم ، دون سنة: 30)**

المؤشّرات الموضوعيّة إلا انّه له أهمية محوريّة في قياس جودة الحياة.(**سامي محمد موسى هاشم ، دون سنة: 30**)

8-2 القياس العالمي:

وصمّم أسلوبه العام من اجل قياس جودة الحياة بصورة متكاملة وشاملة ،وهذا قد يكون سؤالا وحيدا يتمّ سؤاله للشّخص لحساب مقياس جودة الحياة بصورة عامة له مثل مقياس" **فلانجا ن** " لجودة الحياة الذي يسال الناس عن رضاهم عن 15 مجالا من مجالات الحياة.

8-3القياس العام:

له أمور مشتركة مع القياس العالمي وصمّم من اجل مهام وظيفيّة في الرّعاية الصحيّة تمّ تحديده ليكون بصورة شاملة مثل احتماليّة تأثير المرض أو أعراض هذا المرض على حياة المرضى.

8- 4 المقياس الخاص بالمرضى:

تمّ تطويره لمراقبة ردّة فعل للعلاج في حالات خاصّة وهذه الخطوات محصورة لمشاكل تميّز مجموعة خاصّة مع المرضى، حيث يكون لهؤلاء المرضى حساسية للتعبير وكذلك قلّة التصوّر لديهم في الرّبط مع تعريف معنى جودة الحياة.(**العارف بالله الغندور ،30:2004**)

9- جودة الحياة والانتقاء والتّوجيه:

مدى فاعلية التّوجيه في تنمية جودة الحياة المدركة تزيد الفرد من تقبّله لذاته والرّضا ومن خلال اكتشاف معناه والجوانب الايجابيّة فيها.

بمعنى ذلك أنّ التوجيه بالمعنى يعمل على اكتشاف معنى حياته وتحديد أهدافه وذلك من خلال تنمية و دافعيّه للبحث عن قيمته وجوده الشخصي وفهم مفرد وجودة من اجل تحقيق جودة الحياة ،يرتبط مفهوم نوعيّة الحياة ما يقوم به الفرد من عمل أو ما يشعله من وظيفة وثمّة محددات هامة يمكن اعتبارها في هذا الصّدد أن تكون لها اثر على تحقيق هذا المفهوم

مثل أوضاع العمل نفسه ما يمكن أن يوفّره العمل من فرص للحراك المهني والمكانة المهنيّة للفرد،ممّا يكون له تأثير على حياة الفرد ومدى توافقه في شتى المجالات المهنيّة،المدرسيّة والعائليّة.

وقد اهتمّ علماء الإرشاد النّفسي بالتعامل مع الحالات من منظور إرشادهم إلى كيفيّة تحقيق جودة الحياة والاحتفاظ بهذه الجودة بمعنى العمل على استمراريتها في هذا الإطار يقدّم كلّ من (**MURPHY and RIES**) خطّة متكاملة يتضمّن إدارة .

وقد أوضح الدّكتور **(نيلون)** بجامعة وهران في احد محاضراته حول **جودة الحياة** ملتقى واقع وطرق الإرشاد في تسيير الصّراعات النّفسية في الجزائر وتوصّلوا إلى أن مؤشّر الدّخل الخام كمؤشر للنموّ الاقتصادي في الجزائر غير كافي وداعيا إلى اعتماد مؤشّر الدّخل الخام من السّعادة كمؤشّر نفسي ومكمّل لتحقيق جودة الحياة.

10- مقوّمات جودة الحياة:

نستطيع أن نقول بانّ جودة الحياة تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير تقييم حياته وتوجب عوامل كثيرة تتحكّم في تحديد مقوّمات جودة الحياة:

1- الصحّة العامة التي تعتبر فيها تأثير إلى جانب المرضى.

2- قدرة الإنسان على الوظائف اليومية .

3- القدرة على التّفكير واخذ القرارات

4- قدرة الإنسان واجتيازه لنمط الحياة وتأدية الأنشطة إلى القدرة على التّنفيذ و اخذ القرارات

5- التّكاليف الاقتصادية والاجتماعية.

- ✓ المعتقدات الدّينية والقيم الثّقافيّة والحضاريّة ومعايير وأساسّيات المعيشة والدّخل.
- ✓ الرّضا عن أساسيّات المعيشة والخيارات البيئيّة وجودتها. **(مجدي 70:2009).**
- ✓ تحليلات المجال الاجتماعي.
- ✓ المقارنة بين المناطق الحضاريّة والرّيفيّة .

- ✓ أنماط الحياة والتنوّع فيها .
- ✓ الرّفاهيّة.

حيث نقول أنّ البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد تكون السبب الأكبر وراء انخفاض جودة حياتهم بأبعادها المختلفة .فالتوافق غير الفعّال والحزن الوجداني والعجز والقلق والغضب والمستويات المنخفضة للتّفاعل واضطراب المزاج لها تأثيرات قد تكون حادّة على مستوى جودة حياة الأشخاص،لأنّها تؤثّر على إدراك السّعادة والعلاقات الاجتماعيّة والاستقلال وتقدير الذّات وكميّة الطاقة اللاّزمة لمواجهة مشكلات الحياة أو من المشكلات اللازمة لمواجهة مشكلات الحياة أو من المشكلات النفسيّة ويتطلّب الإحساس بجودة الحياة فهم الفرد لذاته وقدراته وسماته واستخدامها في إدراك جوانب الحياة المختلفة وهذه الخصائص الشّخصيّة .

وإذا ما تحدّثنا عن مقوّمات جودة الحياة هناك نواحي أو عوامل نجدها تتمثّل في أربعة نواحي أساسية والتي تؤثّر بشكل أو بآخر على صحّة الإنسان،بل وعلى نموّه،كما أنها تتفاعل مع بعضها البعض :

- ✓ الناحية الجسميّة
- ✓ النّاحية الشعورية
- ✓ الناحية العقلية
- ✓ الناحية النفسية

11- كيفيّة تحقيق جودة الحياة:

ترى مجدي انّه كي يستطيع الإنسان الشّعور بجودة الحياة والوصول إليها، لا بدّ أن تتضافر وتتوافر مجموعة من العوامل التّالية **(مجدي 71:2009).**

11-1 تحقيق الفرد لذاته وتقديرها :

يعرّف كلا من **(عبد الحميد وكفافي 1995):** مفهوم الذّات على انّه فكرة الفرد وتقييمه لنفسه،بما يشتمل عليه من قدرات وأهداف واستحقاق شخصي .

ويذكر (**فرغلي1994**) أنّ مفهوم الذّات لدى الفرد يتكوّن من مجموعة من العوامل من أهمّها تحديد الدور و المركز ،والمعايير الاجتماعيّة والتّفاعل الاجتماعي واللّغة والعلاقات الاجتماعيّة .

ويرى الباحث انّه يجب على الفرد أن يدرك بأنّه يمتلك الطاقات والقدرات،وعليه أن يقدّر ذاته ويحترمها ،وانّ لا يقلّل من قيمة نفسه ويستسلم لها،وعليه أن يعمل جاهدا على تحقيقها،على الرّغم من وجود العقبات التي تعترضه في الحياة،فتحقيق الذات يعتبر بمثابة قمّة الشّعور والإحساس بالرّضا عن الذّات، ومن ثمّ شعوره بجودة الحياة.

2-11 إشباع الحاجات كمكوّن أساسي لجودة الحياة:

ويذكر (**عندور1999**) أنّ البعض قد يرى أنّ لبّ موضوع جودة الحياة يكمن في دراسة (**ماسلو**) عن الحاجات الإنسانية أو النظريّة الاقتصاديّة للمتطلّبات الإنسانيّة ، ومن المعلوم لدى أهل التخصّص في علم النّفس أن يضيف (**ماسلو**) للحاجات الإنسانيّة يشتمل على خمسة مستويات مندرجة حسب أولويتها:

- الحاجات الفسيولوجيّة
- الحاجة للمكانة الاجتماعيّة
- الحاجة للأمن
- الحاجة لتقدير الذّات
- الحاجة للانتماء

إنّ إشباع الحاجات الأساسيّة هي حاجات ضروريّة لكلّ فرد من أفراد المجتمع بشكل عام قد تتفاوت من فرد إلى أخرمن حيث درجة تحقيقها وإشباعها ،ولكنّها حاجة يسعى الكلّ إلى تحقيقها ،على الرّغم من وجود بعض الظّروف المحيطة بالفرد والتي تحوّل بين الفرد وبين تحقيق البعض من هذه الحاجات الضّروريّة للفرد ،وقد يكون الفرد ليس له دخل فيها إلا أن تحقيقها لا يتمّ إلا من خلال عمليّة متكاملة بين أفراد المجتمع والوسط الاجتماعي الذّي يعيش فيه الفرد.

3-11 الوقوف على معنى ايجابيّا للحياة: يعتبر مفهوم معنى الحياة مفهوما هامّا جدّا،ويعتبر **(فارنكل 1969)** الحياة يجب أن تكون لها معنى تحت كلّ الظّروف ،وان هذا المعنى في حالة دائمة من التّعبير،إلّا انّه يظلّ موجودا دائما ،ويرى" **فارانكل"** أنّ الإنسان يستطيع اكتشاف ذلك المعنى في حياته بثلاث طرق مختلفة،وهي كالتالي:

- عمل شيء جديد أو القيام بعمل ما.

- تجربة خبرات وقيم سامية مثل الخير و الحقّ والجمال.

-الالتقاء بإنسان آخر في تفرّده في تفرّده الإنساني.

- ولقد حدّد(**فرا نكل 3)** مصادر يستطيع الإنسان من خلالها تحقيق معنى لحياته وهي كالتالي وتشمل كلّ ما يستطيع الفرد انجازه،فقد يكون ذلك:

- **القيم الإبداعية créative values**: وتشمل كلّ ما يستطيع الفرد انجازه ،فقد يكون ذلك الانجاز عملا فنيّا أو اكتشافا علميّا،ويتضمّن كلّ ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان
- **القيم الخبراتية expérimentale values**: ويتضّمن كلّ ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان من خبرات حسيّة ومعنويّة أو خاصّة ما يمكن أن يحصل عليه من خلال الاستمتاع بالجمال أو محاولات البحث عن الحقيقة، أو الدّخول في علاقات إنسانية مشبّعة كالحبّ أو الصّداقة وتتكوّن من الموقف الدّي يتّخذه الإنسان إزاء ذلك. **(مجدي2009: 77،76)**
- **القيم الاتّجاهية attitudinal values**:وتتكوّن من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء معاناته التي لا يمكن أن يتجنّبها كالقدر أو المرض أو الموت .

فمعنى الحياة يمكن تحقيقه من خلال الاتّجاه الذي يتّخذه الإنسان حيال مواقف الألم و المعاناة التي لا يمكنه تجنّبها في رحلته مع الحياة **(مجدي2009: 77،76).**

ويضيف كلا من **سليمان ،وفوزي (1999):** "أنّ المسعى الرّئيسي للإنسان هو تحقيق معنى لحياته فالإنسان لا يسعى فقط ليشبع غرائزه ، أو لتهيئته أفضل الظّروف الاجتماعية ليعيشها لانّ هذا وحده لا يسعده ولا يرضيه ،ولكنّه يسعى ويهتمّ بان يكون هناك معنى ومغزى لحياته وهدفا وقيمة يتوجّه إليها،ومن خلال هذا المعنى وتلك القيمة يجد الحياة بكلّ ما تحمله من كبد ومعاناة تستحقّ أن تعايش.

11- 4 توافر الصّلابة النّفسيّة:

ويعرّفها **حمزة(2002):** بأنّها مجموعة متكاملة من الخصال الشّخصية ذات الطّبيعة النّفسية الاجتماعيّة وهي خصال تضمّ الالتزام والتحدّي والتحكّم، والتي يراها الفرد على أنها خصال مهمّة له تمكّنه من التّعايش معها بنجاح.

ويرى الباحث بانّ للصّلابة النّفسية دورا مهمّا في حياة الشّخص المعاق، والتي تزرع في داخله روح التحدّي والصمود،وتقوية عزيمته كما أنّها تعمل على إمداد الفرد بامتلاكه المقدرة على تحمّل الواقع المؤلم الذّي يعيشه. **(الهنداوي ،35:2011).**

11- 5 التوجّه نحو المستقبل :

تشير **(شقير 2005)** إلى أنّ قلق المستقبل يمثّل احد أنواع القلق و الذي يشكّل خطورة في حياة الفرد والذي يمثّل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضا يعيشها الفرد ، والذي يجعله يشعر بعدم الأمن وتوقّع الخطر،ومن ثمّ شعوره بعدم الاستقرار،وقد تسبّب له هذه الحالة شيئا من التّشاؤم واليأس الذي قد يؤدّي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير ،كالاكتئاب والاضطراب النّفسية العصبيّة الخطيرة ويشير أيضا إلى قلق المستقبل قد ينشا عن أفكار خاطئة وغير عقلانيّة لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ ،ممّا يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانيّة ،ومن ثمّ عدم الأمن والاستقرار النّفسي وقد يسبّب هذا القلق حالة من عدم الثّقة بالنّفس ،وعدم القدرة على مواجهة المستقبل وكذلك الخوف والذّعر الشّديد من المتغيّرات الاجتماعيّة والسياسية المتوقّع حدوثها في

المستقبل مصحوبا بالتوقعات السلبية لما يحمله هذا المستقبل ،ومن ثمّ الثّورة النّفسية التي تأخذ أشكالا مختلفة كالخوف من المجهول المستقبل ،ويشير(**حبيب 2006)** إلى وجود خطوات هامة يستطيع الفرد استخدامها من اجل الوصول إلى جودة الحياة وتتمثّل في التالي:

- ✓ بناء الوعي بضرورة الحاجة إلى التّحسين والتّطوير.
- ✓ تنفيذ جوانب الجودة الحياتيّة.
- ✓ تحديد أهداف التحسين المستمر للأداء،وبناء تنظيم لتحقيق تلك الأهداف.

ويلخّص **(حبيب 2006)** القول بأنّه ينبغي أن يتبنّى الفرد منظور التّحسين المستمرّ لجوانب شخصيته،وأبعادها النّفسية والعقليّة والاجتماعيّة والثقافيّة والرياضيّة،والدّينيّة والجسميّة ،كأسلوب حياة مع تلبية احتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن ،واستمرار يته في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلّم التّعاوني ،بما ينمّي مهاراته النفسيّة والاجتماعيّة . **(محمد حامد إبراهيم الهنداوي ،2011: 46،47،48)**

12- معوّقات تحقيق جودة الحياة :

يتضمّن البناء النّفسي لكلّ من مكامن قوة وبمواطن ضعف، وإذا أردنا أن نحسّن جودة الحياة للإنسان علينا أن لا نركّز فقط على المشكلات بل يتعيّن التركيز كذلك على كلّ أبعاد الحياة توظيف واستخدام قدرات وكافة الإمكانيات المتاحة لتحسين جودة الحياة.

ويجب عند وصف هذه الأخيرة أن نميّز بين الظروف الدّاخليّة والخارجيّة ويقصد بالظّروف الدّاخلية الخصائص الدّينيّة والنّفسية والاجتماعيّة للفرد، أمّا الظروف الخارجيّة يقصد بها تلك العوامل المرتبطة بتأثير الآخرين والبيئة التي يعيش فيها ذلك الشّخص

- الجدول(3) يمثل كيفية تحقيق جودة الحياة: (الهنداوي ،52:2011)

	المعوّقات	**القدرات**
الظروف	المرض	المهارات
الدّاخلية	-الإعاقات - الخبرات الحياتية السّلبية	- الخبرات الحياتية الايجابية - الايجابية والسّرور - الحالة المزاجية الدّهنيّة
الخارجيّة	- نقص المساندة الاجتماعيّة والانفعالية - ظروف الحياة المعيشة السيّئة - سوء الاختيار	- توافر مختلف مصادر المساندة الاجتماعيّة - الانفعاليّة - توافر نماذج رعاية جيّدة - توافر نماذج رعاية جيّدة أو طيّبة. - وجود برامج توجيه وإرشاد

نلاحظ من خلال الجدول أن مهما كانت الظروف سواء داخلية أو خارجية فهي تؤثر على قدرات و جودة حياة التلميذ و كذلك القدرات و المهارات تلعب دورا كبيرا في تحقيق جودة الحياة و التغلب على شتى المعوقات التي تؤثر في ذاتية الفرد و رضاه النفسي .

من خلال ما تم عرضه يتبين وجود علاقة وثيقة بين مفهومي الرضا عن الحياة

وجودة الحياة، حيث يعتبر الرضا عن الحياة عنصرا أساسيًا لتحقيق جودة الحياة ،وكذلك اختلفت طرق قياسها وذلك للحصول على معلومات دقيقة عن حياة الشخص ومدى رضاه عن نفسه.

حيث يمكن القول أن البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد تكون السبب الأكبر وراء انخفاض جودة حياتهم بأبعادها المختلفة.

فالتوافق غير الفعال والحزن الوجداني والعجز والقلق والغضب والمستويات المنخفضة للتفاعل واضطراب المزاج لها تأثيرات قد تكون حادة على مستوى جودة حياة الأشخاص، لأنها تؤثر على إدراك السعادة والعلاقات الاجتماعية والاستقلال وتقدير الذات وكمية الطاقة اللازمة لواجهة مشكلات الحياة و المشكلات النفسية و للإحساس بجودة الحياة يتطلب على الفرد فهم ذاته وقدراته وسماته واستخدامها في إدراك جوانب الحياة المختلفة.

خلاصة :

على الرّغم من وجود وجهات نظر مختلفة بين الباحثين على مفهوم جودة الحياة تمثّلت في التّعريف والأبعاد والمحدّدات،لكن يمكن القول بأنّه هناك شبه اتّفاق مع بعض الباحثين ، على انّه هناك مبادئ يمكن أن تكون مشتركة بين الأفراد إذ انه مفهوم عام وليس قاصر على فئة محدّدة بل مفهوما شاملا يتضمن اكبر قدر ممكن من مظاهر حياة الفرد يجب أن تجسّد فكرة تعظيم قدرة الفرد على التحكّم واضعا في الاعتبار حدود الحريّة،يجب أن يعكس المعياريّة ، وما يتضمّنها من معايير اجتماعيّة،يجب أن يحترم الميل للدّفاع عن الذّات وتحقيق توافق أكثر في حياته من خلال نوعيّة الحياة التي يعيشها.

الفصل الثالث

التوافق الدراسي

تمهيد

1- تعريف التوافق

2- نظريات التوافق

3- أبعاد التوافق

4- تعريف التوافق الدراسي

5- أهمية دراسة التوافق الدراسي

6- أبعاد التوافق الدراسي

7 - مظاهر التوافق الدراسي

8 - العوامل المساعدة على التوافق الدراسي

9- أساليب التوافق الدراسي

10- مشكلات التوافق الدراسي

خلاصة

تمهيد:

يسعى التلميذ دائما إلى تحقيق رغباته و العيش في سلا م و حياة طبيعية دون أي مشاكل، لذا يجب أن يتوافق في شتى المجالات الحياتية فالقدرة على التوافق يضمن له الاستقرار و النجاح، وهذا ما يجعله يعيش بسلام في حياته المدرسية.

و من بين هذه المجالات نجد التوافق الدراسي الذي يعتبر عملية مستمرة يلجا إليها الطفل دائما من اجل استيعاب المواد الدراسية و الانسجام مع البرامج التربوية و اعتماده على نفسه و إقامة علاقات وطيدة مع الأقران و الأساتذة و التكيف و في ،هذا الفصل سنتناول تعريف و نظريات و أبعاد التوافق و تعريفه و أهمية دراسة التوافق الدراسي ،و أبعاد و مظاهر و أساليب و مشكلات التوافق الدراسي .

1- تعريف التوافق الدراسي:

تعددت تعار يف الباحثين في مصطلح التوافق ومن بين هذه التعاريف نجد:

- **تعريف الباحث لازاروس:**"مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات و الضغوط" **(لازاروس، 17:1981، 18).**

- **تعريف الباحثة نوال عطية:**"إن التوافق هو قدرة الفرد التي تؤهله إلى الشعور بالرضا و التقبل لذاته ،من خلال المبادئ و القيم و الأهداف بالإضافة إلى الشعور بالرضا الاجتماعي و تقبل الجماعة التي يعيش بداخلها "**(نوال عطية، 2001: 15).**

يتضح من خلال التعاريف السابقة أن التوافق حالة من التوتر يعيشها الفرد مع نفسه و المجتمع الذي يعيش فيه ،فيحاول الفرد إشباع حاجاته و إرضاء متطلبات الغير وهذا يساعد على التغلب على المتطلبات و الضغوط.

2 - النّظريات المفسرة للتوافق:

هناك الكثير من النظريات التي وضعت لتفسير التوافق لدى الأفراد وبطبيعة الحال لا يمكننا سردها بآسرها ،و يمكن الإشارة إليها و من أهمها:

2-1 النظرية البيولوجية:

من مؤسسيها الباحثين(**دارونب،ندل،كالمان و جايتون**) تركز هذه النظرية

على النواحي البيولوجية للتوافق حيث ترى أن كل أشكال عم التوافق تعود إلى أمراض تصيب أنسجة الجسم والمخ وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها الموروثة و منها المكتسبة خلال حياة الفرد من إصابات و اضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط تعود إلى اضطرابات نفسية تؤثر على التوازن الهرموني للفرد نتيجة تعرضه للضغوطات.

يرى أصحاب هذه النظرية أن عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية وبالتالي التوافق للفرد (التوافق الجسمي) أي سلامة وظائف الجسم فيما بينها ،أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني آو نشاط وظيفة من وظائف الجسم.

2- 2 نظرية التّحليل النفسي:

من ابرز رواد هذه النظرية نجد الباحث" **فرويد**"يرى أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما تكون لاشعورية بحكم أن الأفراد لا يعدون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكاتهم فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة أما الباحث **"يونج"** في دراسته فقد اعتمد أن مفتاح التوافق و الصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف ،كما الشخصية السوية المتوافقة و أن الصحة النفسية و التوافق يتطلبان الموازنة بين ميولاتنا الانطوائية الانبساطية **(زياد بركات ،58:2006)**.

2- 3 النظرية السلوكية:

يمثل التوافق لدى السلوكيين استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد

و التي تؤهله للحصول على توقعات الإثابة ،فتكرار إثابة سلوك ما من شانه أن يتحول إلى عادة و عملية توافق الشخص لدى **"واطسون" و "سكينر"** لا يمكن أن تنمو عن طريق ما يبذله الجهد الشعوري للفرد و لكنها تشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات ا واثبات البيئة أما

السلوكيين المعفين أمثال الباحث **"البرياندوزا"** و الباحث **"مايكل ماهوني"** رفضوا تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية **(بلحاج فروجة ،65:2011)**.

نستخلص من خلال هذه النظرية التي قام بها علماء علم النفس حسب النظرية السلوكية أنها ركزت على أن الاستجابة كمثير في القاعدة الأساسية في السلوك الإنساني ،فأصحاب النظرية سعوا للربط بين التوافق و البيئة الاجتماعية.

2- 4 نظرية علم النفس الإنساني :

يتمثل مدخل علم النفس الإنساني الأفراد على التوافق و ذلك عن طريق تقبل الآخرين لهم و شعورهم فلأفراد لهم قيمتهم و منها لبدئ في البحث عن ذاتهم والتناول مع أفكار و مشاعر كانت مدفونة محاولين الحصول على القبول من الآخرين وبالتالي تحقيق التوافق السليم

في هذا الصدد يشير **"كارل روجرز 1951"** إلى إن الأفراد سيئي التوافق كثيرا ما يتميزون بعدم الاتساق في سلوكا تهم حيث يعرف كارل روجرز بان سوء التوافق هي "تلك الحالة التي يحاول الفرد فيها الاحتفاظ ببعض الخبرات بعيدا عن الإدراك أو الوعي، وفي الواقع إن عدم قبول الفرد لذاته دليل على سوء توافقه وهذا ما يولد فيه التوتر والأسى "

إذن حسب الباحث**" روجرز"** التوافق عبارة عن مجموعة من المعايير تمكن في قدرة الفرد على الثقة بمشاعره، الإحساس بالحرية على الخبرة، أما الباحث **(ماسلو)** قام بوضع معايير للتوافق تتمثل فيما يلي:

- الإدراك الفعال للواقع ،قبول الذات التلقائية،التمركز الصحيح للذات وهي كلها تؤدي بالفرد إلى التوافق بصفة ايجابية مع نفسه ومع الآخرين.

- حصرت توافق الفرد وفقا للمعايير الذاتية فان كان سويا كان الفرد متوافق و إذا كان غير سوي فان الفرد يعاني عدم التوافق فمثلا شعور الفرد بالقلق والكآبة،فهذا يعود لمعايير الذاتية

(مصطفى فهمي ،1998: 35،36).

- من خلال ما سبق ينصح انه مهما تحددت النظريات أو وجهات النظر المختلفة التي

وضعت من اجل تفسير ظاهرة التوافق لا يجب أن يكون هذا التفسير من وجهة النظر الواحدة بل تقتضي النظرية التكاملية لتلك النظريات لان التوافق البشري ليس بالأمر السهل الذي يجعل تفسير ظاهرة التوافق و النظرة الصائبة تقضي النظرية التكاملية لتلك النظريات،فالإنسان هو محطة تفاعل قوى الثلاثة فكل متفاعل قوى الثلاثة فكل متفاعل أهمية بالغة في إحداث التوافق.

3- أبعاد التوافق :

- تتخصص عملية التوافق تفاعلا مركبا لمجموعة معتمدة من النظم الفكرية الانفعالية و السلوكية فهو يتكون من أبعاد تتمثل فيما يلي :

3-1 التوافق الشخصي :

يتمثل في تلك العلاقة الجيدة التي تكون بين الشخص و ذاته و يصف

كومبوس **(kombos)** التوافق الشخصي بكفاءة التنظيم الشخصي المعنى أن الذات السوية تستطيع أن تقبل في تنظيمها كل أوجه الحقيقة,و الشخص غير المتوافق يتميز بإحساسات كثيرة وعدم توافقه يحدث غالبا كنتيجة لمحاولات التعامل مع التهديدات التي يشعر بها فيكون الشخص غير المتوافق مرادف للشخص المهدد **(صعمون نفيسة ، 2001: 19).**

ويعرف (**احمد عزت)** انه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضينا جميعا إرضاء متزن ،ولا يعني ذلك الخلو من الصراعات ،و إنما القدرة على حسم هذه الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية والقدرة على حل المشاكل حلا ايجابيا إنشائيا بدلا من الهروب منها **(الشاذلي محمد ،61:2001).**

ويرى**" شقير كامل احمد على"**انه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة و إرضائها المتزن,وهذا يعني أن الصفة النفسية تعني الخلو من الصراعات النفسية ،إذ لابد من توافق تواجدها و إن الصحة النفسية في جسم هذه الصراعات و التحكم فيها بصورة مرضية مع القدرة على حلّ الأزمات النفسية بصورة ايجابية بدلا من الهروب منها في شكل أعراض مرضية .

نستنتج من خلال ما سبق أن التوافق الشخصي أو الذاتي يعني قدرة الفرد على السيطرة النفسية.

2-3 التّوافق النفسي:

يقوم هذا النّوع على الجانب النفسي للفرد،فالتوافق النفسي هو قدرة الفرد على تحقيق التوافق بين واقعه و حاجاته و يتحقق ذلك بإشباعها و يعني هذا خفض التوتر و يعرفه **مصطفى فهمي علي** انه:" أن يكون الفرد راضيا على نفسه غير كارها لها أو نافرا منها أو ساخطا عليها أو غير واثقا فيها،تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب و القلق و النقص" **(موزاي أميرة ، 1993 : 55).**

أما الباحث **"مرعي "** فقد عرف التوافق النفسي يشير إلى التنظيم الداخلي بين جميع الوحدات المتنوعة المكونة لنظام الشخصية **(بوعكاش احمد ،1994 :135)**

و يرى**"سميثا"** أن التوافق السوي بالنسبة للإنسان هو الاعتدال في الإشباع العام للشخص و ليس في إشباع دافع واحد ،شديد و عاجل على أساس دوافع أخرى،فالشخص المتوافق توافقا ضعيفا هو الشخص غير الواقعي المشبع و المحبط والمتعجل في إشباع دوافعه وحاجاته والذي يميل للاهتمامات الآخرين و كذلك لإشباع حاجة حالية شديدة وملحة وقد ذكر الباحث **"ولسن"** تعريف يعتمد على نموذج بيولوجي يفترض أن جميع المخلوقات و تحتفظ بحالة من الثبات الداخلي و تسمى هذه الحالة من الناحية البيولوجية و على المستوى السيكولوجي،عملية التوافق و هي التي تشير إلى السلوك العام الذي يبدأ بداية التوتر وينتهي بالوصول إلى الهدف الذي يقلل التوتر و في هذه الحالة فان الشخص المتوافق هو الذي تعلم طرق السلوك المؤثر في تقليل التوتّر .

نستنتج أن المتوافق نفسيا هو الذي تكن لديه القدرة على تحقيق التوافق بين حاجاته و دوافعه و هو راضيا عن نفسه و متقبلا لها غير كارها لها عكس المتوافق نفسيا فهو غير راض عن نفسه .

3- 3 التّوافق الاجتماعي:

و يقوم هذا الاتجاه أساسا على أن التوافق هو عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد بمعايير المجتمع و لمواجهة الثقافة و ذلك من خلال قدرته على القيام باستجابات متنوعة تلاؤم المواقف المختلفة و تشبع رغباته و حاجاته ،و هذا يعني أن التوافق من تطرق أصحاب هذا الاتجاه يعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة و حل مشاكله،و قد عرف الباحث **"جوردون"** بان محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة المرضية مع بيته و يقرر الباحث **"جود"** في تعريفه في القاموس بان التوافق هو عملية اكتشاف تبني أساليب من السلوك تكون ملائمة للبيئة و التغيرات فيها و صورة التوافق أن تغير الفرد سلوكه بما يناسب الظروف و المواقف الجديدة أو يقلع عن سلوك اعتاده و ألفه إلى سلوك أخر حيث يتضح له أن السلوك الأول لا جدوى منه أن يغير الفرد بيئته نفسيا فالتوافق عملية مستمرة **(حسين احمد حشمت ، مصطفى حسين باهي، 43:2006، 46).**

من خلال ما تم عرضه فالتوافق الاجتماعي يعني تحقيق الفرد حالة توازن مع المحيط الخارجي و تكون هذه العلاقة تتصف بالاحترام و التقدير المتبادل التي تشبع حاجاته الاجتماعية .

4- تعريف التوافق الدراسي:

تعريف الباحث"الشربيني "(1998):

التوافق الدراسي ما هو إلا المحصلة النهائية للعلاقة الدينامية البناءة بين الطالب من جهة و بين محيطه.

الدراسي من جهة أخرى بما يساهم في تقديم الطالب و نمائه العلمي أو النفسي و تمثل أهم المؤشرات الجيدة لتلك العلاقة في الاجتهاد في التحصيل العلمي الرضا و القبول بالمعايير الدراسية و الانسجام معها و القيام بما هو مطلوب منه على نحو منظم و منسق**(نجمة بن عبد الله محمد الزهراني ،51:2005).**

تعريف لباحث كمال الدسوقي (1974): التوافق الدراسي شانه شان كل توافق آخر هو عملية تغيير و تغير و الدارس في هذا الموقف أكثر من أي موقف توافق وكان عليه هو دائما أن يتغير لا أن يغير.

تعريف الداهري(2008): هو رضا الطالب عن انجازه الأكاديمي مع رضا المؤسسة التعليمية عنه سواء في أدائه الأكاديمي أو في علاقاته مع مدرسيه و زملائه والعاملين بالمؤسسة التعليمية **(ماجد بن محمد، 2013: 10)**.

5- أهمية التوافق الدراسي:

يعتبر التوافق أساس الحياة المستقرة للفرد ،و يمثل التوافق الدراسي غاية مهمة من غايات التلميذ التي تتمثل فيما يلي :

يعتبر التوافق الجيد للتلميذ مع بيئته الدراسية مؤشرا ايجابيا يدفع بالتلميذ إلى التحصيل الدراسي الجيد للتلميذ حيث أن الطلاب يعانون مقدارا كبيرا من الضغوط عبر المراحل الدراسية المختلفة مثل:الضغوط الأكاديمية التي تتعلق بالاستذكار و التحصيل و الامتحانات ونظام التقويم و غيرها،ومع مختلف المتغيرات المؤثرة فيه**(عبد العظيم حسني، 2006: 180).**

ذلك أن التوافق مع البيئة المدرسية يساعد التلميذ على تحقيق الراحة النفسية و يضع حد للقلق الذي ينتج عن عدم التوازن بين المتطلبات المدرسية و بين إمكانيات التلميذ الذاتية واستعداداته و ميوله الفردية كما انه يضمن دينامية مستمرة للعملية التعليمية والتي تمثل دافعا قويا للتلميذ لاستيعاب المواد الدراسية و النجاح فيها كما انه يرغبه في المدرسة ويساعده على بناع علاقات ناجحة و متوافقة مع الأساتذة و الزملاء و الإدارة **(محمد أيوب الشخمي، 1994: 129).**

على عكس من ذلك فالتلاميذ الذين يعانون من التوافق يكونون في توتر نفسي مستمر ويشكل ذلك إحدى العوائق الأساسية التي تقف كحاجز للتحصيل ونتيجة الفشل الدراسي،حيث أن التلاميذ غير المتوافقين دراسيا يعبرون عن فشلهم و توترهم بطرق متعددة و سلوكات

شاذة كان يسلكوا مسالك العنف في اللعب و الأنانية و التمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس و كراهية المدرسة و الهروب منها و كذلك التغير عن عدم التوافق بالوقوع في الاضطرابات النفسية للتلميذ و بالتالي على مساره الدراسي ،إذ أن سوء التوافق الدراسي يمثل واحد من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المتعددة و هنا يظهر أهمية التوافق مع المدرسة بالنسبة التلميذ فدراسة الشخصية قبل الإصابة بالاضطراب النفسي بأشكاله المتعددة و هنا يظهر أهمية التوافق مع المدرسة بالنسبة للتلميذ فدراسة الشخصية قبل الإصابة بالاضطراب النفسي و مدى درجة توافق الفرد مع بيئته و مجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية و سببها الرئيسي وبالتالي فمن المعتقدات أن التلاميذ سيئي التوافق، هم أكثر من غيرهم عرضة للتوتر و القلق و الاضطراب النفسي فالصحة النفسية للتلميذ مرتبطة ارتباطا قويا بمدى قدرته على مواجهة مختلف الضغوط الدراسية و تحقيق التوافق الذي يمكنه من النجاح الدراسي **(عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001: 58).**

منه نستخلص حجم التوافق الدراسي بالنسبة للتلميذ بحيث تجعله بعيدا عن الاضطرابات النفسية و التوترات التي قد تصيبه و بالتالي المحافظة على صحته النفسية .

6- أبعاد التوافق الدراسي :

يوضح الباحث **"الزيادي 1974"** إلى أن التوافق الدراسي يشمل أبعاد ستة ،تعتبر الأبعاد

الثلاث الأولى منها عن العلاقات الاجتماعية تتمثل في العلاقة بالزملاء و العلاقة بالأساتذة والأنشطة الاجتماعية، و تتمثل الأبعاد الثلاثة الأخرى في العمل الأكاديمي و الاتجاه نحو المواد الدراسية، تنظيم الوقت وطريقة الاستذكار و تلخصها الباحثة

"الزهراني نجمة2005"فيما يلي:

6- 1 العلاقة بالزملاء : يعني أن يندمج مع زملائه و يساعدهم إذا احتاج احدهم لمساعدته و يسير لمقابلتهم خارج المدرسة و هو محبوب لديهم ،وقد يولونه في بعض الأحيان قياديا بينهم

أما المراهق الغير المتوافق فهو التقصي من ذلك.

2-6 العلاقة بالأساتذة:هو الذي يحب أساتذته ويشعرهم بشعور المودة والاحترام وليس شعور الخوف والنفور، ولا يجد صعوبة في الاتصال ويرى فيهم مثالا يقتدي بهم وهو محبوب منهم وعلى العكس من ذلك يكون المراهق غير متوافق.

3-6 الأنشطة الاجتماعية: المراهق المتوافق هو الذي ينتمي غالبا إلى أسرة من الأسر أو لجنة من لجنات النشاط وهو فعّال من ناحية هذه النشاطات الاجتماعية ويشارك في الأنشطة الاجتماعية أو الترفيهية أو الثقافية ،أما المراهق الغير متوافق فهو الذي لا ينتمي إلى أي تشكيل اجتماعي ولا يشارك في أنشطتها ويعتبرها مضيعة للوقت.

4-6 الاتجاه نحو المدرسة:هو الذي يؤمن بأهمية المواد التي يدرسها والتلميذ غير المتوافق يجدها تافهة وتشكل بالنسبة له عبئا ثقيلا ،ويتغير ميوله نحوها بسهولة.

5-6 طريقة الاستذكار:المراهق المتوافق هو الذي يستطيع تنظيم محضراته تنظيما يمكنه عن عمل ملحقات لكل مادة ويستطيع استخلاص النقاط الهامة في أيّ موضوع بشكل يشمل عملية الاسترجاع بينما المراهق الغير متوافق يجد صعوبة في الفهم والاسترجاع والتركيز و يحن لبعض المنبهات والعقاقير.

6-6 تنظيم الوقت:يعني أن يستطيع تنظيم وقته والسيطرة عليه فيقسمه إلى أجزاء للمذاكرة وأخرى للترفيه ،بناء على خطة مرسومة هو يدرك أهمية الوقت وقيمته وبينما الطالب الغير متوافق لا يستطيع السيطرة على وقته وتنظيمه ويسير في عمله على حساب الظروف الخارجية والطارئة ويصبح جزء كبير منه في أعمال لا فائدة منها.

7- مظاهر التوافق الدراسي:للتوافق الدراسي مظهران أساسيان هما:

1-7 مظاهر حسن التوافق: والذي يشمل:

ا- نظرة التلميذ لنفسه: تتمثل هذه النظرة في أبعاد ثلاثة وهي:

فهم الذات ،تقبل الذات وتطوير الذات. **(خبرة محمد علي ،2004: 47).**

أما فهم الذات فمعناه فهم الذات وتقبل ايجابياته وسلبياته وإلا يرفضها أو يكرهها لان ذلك سيترتب عليه عجز التلميذ على تقبل الآخرين مثل الزملاء والمعلم.

وتطوير الذات فيعني ألا يتقبل التلميذ ذاته كما هي بل يحاول تحسينها و تطويرها وذلك بتأكيد جوانب القوة ومحاولة التغلب على النقائض ومناطق الضعف والتخلص من العيوب

أو التقليل من أثرها.

(ب)- المرونة: عندما يواجه التلميذ مشكلة دراسية ويريد حلها وأهداف يريد تحقيقها فانه يسلك سلوكا معينا لتحقيق هذا الهدف ،تحقيقه هو نهاية الموقف بالنسبة إليه ،إما إذا لم يتحقق فانه يجرب سلوكا أخر وهكذا حسب قيمة واحتمالات النجاح في تحقيق الهدف أو حل المشكلة مما يعني إن التلميذ السوي يحاول دائما إن يجد بدائل السلوك الذي يفشل في الوصول إلى الهدف وهي دلائل سمة المرونة.

(ج)- الواقعية: تعني التعامل بواقعية فالذي يحدد أهدافه في الحياة وتطلعاته للمستقبل على أساس إمكانياته وقدراته الفعلية وعلى أساس المدى الذي يصل إليه باستعداداته الخاصة وهذا يعني إن السوي لا يضع لنفسه أهدافا صعبة لتحقيق بالنسبة له،حتى لا يشعر بالفشل بل يعمل على تحقيق ما يمكن تحقيقه فالواقعية هي إن ينظر الفرد إلى حياته نظرة واقعية دون المبالغة في تقدير الأهداف أو التقليل من أهميتها.

(د)- شعور التلميذ بالأمن:

يشعر التلميذ بالأمن والطمأنينة بصفة عامة في حياته المدرسية والأسرية, وهذا لا ينتابه القلق ولا يشعر بالخوف ولا يشعر بالخوف ولا يختبر الصراع إن واجهته بعض مواقف الاختبار الحاسمة.

إذا كان الشعور بالأمن والطمأنينة هي القاعدة على المستوى الانفعالي, فان الخوف والقلق ويتحكم فيه المخاوف وتستبد به المشاعر. **(خبرة محمد علي ،2004: 47).**

(ه)- الإفادة من الخبرة:

يعدل التلميذ من سلوكه دائما من خلال الخبرات التي يمر بها فهو يعتبر ويعدل من سلوكه حسب ما تعلموه من المواقف السابقة خاصة المواقف ذات العلاقة بالموقف الذي هو يحدده ،فكل موقف جديد يضاف إلى مجموعة الخبرات مما يجعله أكثر قدرة على مواجهة المواقف المستقبلية اللاحقة **(خبرة محمد علي ،2004: 47).**

(و)- العلاقة الاجتماعية:

إن علاقات التوافق وثيقة العلاقة بينه وبين أفراد عالم المدرسة فهو يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الاجتماعية ويحقق التعاون والبناء مع زملائه كما انه يضحى بحبهم له وحبه لهم ,لان الانطواء والعزلة دلالة قاطعة على عدم التوافق السليم ,كما أن العمل الجماعي داخل الفصل الدراسي يمنح التلميذ فرصة لتكوين شخصيته إعداده للمستقبل

(فوزي محمد حبل، 2001: 76).

(ي)- ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

نجد أن التلميذ المتوافق دراسيا هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته ,وتكون لديه القدرة على ضبط ذاته وإدراك عواقب الأمور وهو يضع في الحسبان جميع الاحتمالات و القدرة ويشهد قوته على التحكم في السلوك من تقدير الأمر تقدير بنبأ نتائج أفعاله ويتحمل هذه المسؤولية بعذر وهذه المسؤولية بعذر’وهذه هي إحدى الصفات العامة للشخصية المتكاملة **(مصطفى فهمي، 1987: 97).**

نستنتج مما سبق أن المتوافق دراسيا تظهر عليه عدة مظاهر التوافق كتقبله لذاته وفهمها وعند مواجهته أي مشكلة يحاول دائما حلها بطرق سليمة فهو كذلك ينظر إلى المستقبل نظرة سليمة على أساس إمكانية وقدراته نجده كذلك مطمئنا في حياته الأسرية والمدرسية فهو يستطيع التحكم في مواقفه الفاشلة نجده متكيف مع مجتمعه وزملائه في المدرسة ويكون متحملا مسؤولياته الشخصية والاجتماعية ومتعاونا فهو متكامل في شخصيته.

2-7 مظاهر سوء التوافق:

التلميذ غير المتوافق دراسيا هو من تسيطر عليه الأساليب الالتوائية في مواجهة المشاكل التي يمكن أن تعارضه في الدراسة و يظهر عدم التوافق الدراسي عند التلميذ الذي يستطيع الاندماج في الجماعة المدرسية ولا يستطيع إحراز النجاح فيها فلا يشعر انه جزء من هذه الجماعة ويتولد لديه من الإحساس بالنفور من النظام والقوانين والطرق التعليمية المتبعة في المدرسة **(محمود جمال صفر،1996:25).**

ا- المظاهر الدفاعية الانسحابية:

-النكوص: هوا لعودة أو الرجوع إلى مستوى غير ناضج من السلوك وتحقيق نوع من الأمن والتوافق حيث تعترض الفرد مشكلة أو موقف محبط **(دلال سعد الدين العلمي،2009: 124)**.

-الإسقاط: وسيلة دفاعية يلحق بها الفرد ما يتصف به من صفات غير مقبولة اجتماعيا على غيره من الناس فهي وسيلة يسقط بها التلميذ فشله على البرامج التربوية أو على الأستاذ بطريقة عدوانية مفسرا بذلك انه ليس الوحيد الفاشل.**(عطا الله فؤاد ألخالدي،2009: 19).**

-العدوان: هو اثر من أثار الإحباط 'حيث يكون أحيانا السلوك الدفاعي للذات في سعيها وراء الخلاص من ضغط الإحباط وبأخذ العدوان إشكالا مختلفة من الأشكال الكلامية والشتائم والسب أو الضرب أو بشكل عاطفي مثل :الحقد والكراهية فمثال التلميذ الذي يكره مادة الرياضيات لأنه فاشل فيها وبالتالي بحقد على الأستاذ المدرس(**دلال سعد الدين العلمي ،2009: 63)** .

في العمل بالإضافة إلى الحدود التي يضعها الأولياء كاحترام الابن لهم وتحضيره للواجبات إلزامه بالنجاح في الدراسة و اختبارهم لأصدقائه بالإضافة إلى صراعه مع إخوته الذي يحس بأنهم اخذوا مكانه عن والديه **(عبد العالي الجسماني ،1994:293).**

- ضعف الثقة بالنفس:

تتكون شخصية التلميذ في السنوات الأولى من حياته فقد تكون سوية حينما يكون الجو الأسري سوي مما.

يساعده على اكتساب التوافق إما إذا كان الجو الأسري مضطربا تكون شخصية التلميذ مضطربة مفككة وتظهر لديه اضطرابات في السلوك كالخجل وعدم القدرة على التفكير السليم وكل هذه الصفات تشير عامة إلى النقص وعدم الثقة بالنفس **(عبد العزيز الخوصي ،1975 :327).**

-عدم المشاركة:

قد يكتفي التلميذ في صفه بالملاحظة و الاستماع إلى ما يدور في القسم وذلك لفقدانه القدرة على المشاركة الجماعية بإحساسه بالنقص وعدم الأمن وهذا ما يجعله غير قادر على التوافق مع مواقف جديدة فيسلك سلوكات انسحابية **(عبد العالي الجسماني، 283:1994).**

من ما ذكرناه من مظاهر سوء التوافق الدراسي حيث يشعر التلميذ بعدم إمكانيته لتحقيق ذاته وذلك من خلال التفاعل السلبي وما يبديه في المدرسة من سلوكات عدوانية وعدم الانتباه واللامبالاة.

- الانسحاب: هو الهروب والابتعاد عن عوائق إشباع الدوافع والحاجات وعن مصادرا لتوتر والقلق وعن مواقف الإحباط والصراع الشديد والأنسب سلوك سلبي مثال ذلك:الانفعال والعزلة والوحدة لتجنب الإحباط في مواقف ومجالات التوافق الاجتماعي

(حامد عبد السلام زهران، 20:2005).

- التبرير: هو تعديل السلوك أو تفسيره بأساليب تبدو منطقية ومعقولة بينما تكون الأساليب الانفعالية حقيقية وهو بذلك تخفي الدافع الحقيقي لهذا السلوك الذي قد يكون فيه تقدير للذات

(عطا الله الخالدي، 2009: 91) .

ويعرفه **"رمضان محمد القدافي" (1998):**التبرير يلجا إليه التلميذ في بعض الحالات عند فشله في محاولة إقناع نفسه والآخرين بعدم مسؤوليته على هذا الفشل وكل ذلك للتقليل من حدة التوتر الذي يكونه هذا الفشل مثلا يبرر فشله في الاختبار بسوء الحظ وصعوبة الاختيار

(رمضان محمد ألقذافي، 1998: 125)

- **السّلبية:** في مقاومة المسؤوليات والضغوط حيث يفعل الشخص غيرها بطلب منه أو يجتنب فعله مثل تجنب التلميذ القيام بوظائفه المنزلية تهربا من أسئلة الأستاذ .

- **التخيّل:**وهو اللجوء إلى عالم الخيال لتحقيق ما عجز عن تحقيقه ما عجز من نجاح في الواقع مثل الاستغراق المفرط في أحلام اليقظة والسهر المفرط وعدم الانتباه وفي أكثر المظاهر التي يشتكي منها الأستاذ في الفصل لعدم تركيز التلميذ في الدرس.**(حامد عبد السلام زهران، 42:2005).**

- **الإنكار:** هو الإنكار اللاشعوري للواقع المؤلم أو المسبب للقلق وذلك برفض إدراكه أو مواجهته وهذا ما يحصل عندما يفشل التلميذ في الاختبارات الفصلية، فهو بذلك يرفض إدراك أو مواجهة واقع إعادته للسنة الدراسية والإنكار حيلة تعبر بوضوح عن هروبه.

ب-المظاهر الدفاعية العدوانية:

- **الاحتواء:** هو استدخال أو امتصاص الفرد بناء ذاته شخص أو موضوع أو مشاعر أو عواطف أو معايير وقيم الآخرين ويستجيب وكان ذلك عنصر من نفسه مثال ذلك:امتصاص تلميذ ضعيف دراسيا لمعايير سلوك دراسي متوافق وادمجاها وبناء شخصيته والتعبير عنها على خصائص سلوكه الشخصي. **(حامد زهران ،2005: 45).**

- **القلق:** حالة من الشعور بالضيق و عدم الارتياح والاضطراب الذي يظهر نتيجة للخوف المستمر من حوادث المستقبل وتظهر لدى الشخص الذي يعاني من القلق أعراض جسمية من حركات و تعابير وجهه ويكثر القلق عند التلميذ في فترة الامتحانات .

- **النسيان:** هو لا خفاء الخبرات و المواقف غير المقبولة أو المهددة عن الوعي والإدراك وهو ينتج حيلة الكبت، وقد يتسع نطاق النسيان ليشمل حياة الفرد الماضية كلها لأنها مليئة بالخبرات والمواقف المؤلمة وهذا يسمى بفقدان الذاكرة هو يختلف عن الكبت فالنسيان يمكن تذكره قليلا عكس الكبت فمن الصعب تذكر ما كبت**(حامد عبد السلام زهران، 1997: 37).**

- **التوافق عن طريق المرض:**يستخدم الفرد المرض لا شعوريا للتهرب من لوم الناس وانتقادهم فيتجنب مواجهة المواقف العصبية وتحمل المسؤوليات ويدخل المرض تحت دائرة الأمراض النفسية (السيكوماتية) وهذا الأسلوب يعد، من الحيل الدفاعية التي يلجا إليها الفرد للتخفيف من حدة توتره والمحافظة على اتزان شخصيته واستقرارها ونلاحظ أن هذه الحيل تهدف إلى تحقيق الاستقرار العاطفي والثبات الانفعالي والشعور بالأمن **(حامد عبد السلام زهران، 1997: 37).**

- **التوافق باستعمال أساليب اعتدائية:**

- **الإسقاط:** يحدث ذلك عند محاولة الأنا من التخلص من الميول والصفات الغير مقبولة باسقا طها على الآخرين حتى يعود الاتزان إلى النفس فقد يعاني الفرد من غيب أو عجز فيلجا إلى انتقاد الآخرين والسخرية منهم لأدراك العجز والعيب الموجود فيه.

- **العدوان:** ويحدث لخفض التوتر نتيجة تأزم شديد وإعاقة بالغة ويكون عاما ليس خاصا,وقد يتخذ العدوان شكلا مرضيا فيصل إلى الرغبة في القتل والانتحار أما حسب الباحث

" كمال دسوقي" فقد حدد أساليب التوافق كما يلي:

1- أسلوب المواجهة البديلة:

إن الطالب أو التلميذ خلال توافقه بهذا الأسلوب يكون في حالة نشاط مستمر, حيث يرى أن حضوره للدرس واجب وامتثاله للامتحانات الصعبة ضروري وبذلك يبدأ في المذاكرة والعمل بنشاط فيتغلب بذلك على الصعوبات التي تواجهه.

2- الأسلوب البديل السلبي:

في هذا الصنف يتصرف التلميذ ويتراجع كليا عن المشكلة ويتهرب عن الواقع لأنه نكوصي في التوافق وقد ينتهي به الأمر إلى مرض عقلي **(كمال دسوقي ، 1974: 385).**

نستخلص مما تطرقنا إليه أن هناك بعض الطلاب يتصرفون بايجابية لأنه يرون أن هذا واجب عليهم مثلا كحضور هم للدرس وامتثاله للامتحانات حتى إن فشل يبذل جهدا لتجاوز هذا الفشل لكن طلاب آخرون يستسلمون للفشل ويتهربون من المشاكل.

8- العوامل المساعدة على التوافق الدراسي:

من العوامل المساعدة على التوافق الدراسي لدى التلميذ نجد الباحث

" الاسمري " 1998فيمايلي:

- التوافق النفسي للفرد وقدراته على الاستقلال النفسي في نهاية المراهقة وبداية الرشد والشعور بالهوية كفرد له كيان في المستقبل.

- الظروف الاقتصادية والمعيشية والمستوى الاقتصادي للأسرة فكلما ارتفع المستوى المادي والتعليمي للأسرة كلما زاد ذلك في توافق الطالب وانجازه التعليمي والعكس صحيح .

- إثارة الدوافع للتعلم وتهيئة الفرص اللازمة للتعلم والكشف عن القدرات والتعرف عن الإمكانيات مع الموازنة بين المقررات والقدرات.

- بث روح المنافسة بين الطلبة بغية الوصول إلى التسابق في تحصيل المعلومة والاستفادة منها وتحقيق أكثر قدر ممكن من الانجاز.

- تشجيع الطلبة على العمل المشترك وتعويدهم على حب التعاون والمشاركة الفعالة فيما بينهم ,استعداد لما ينتظرهم من مسؤوليات مستقبلية **(نجمة سيد عبد الله محمد الزهراني، 52:2005).**

ونجد عوامل أخرى تتمثل فيما يلي:

1- تهيئة الفرص اللازمة والمتاحة للاستفادة من التعلم بأكبر قدر ممكن.

2- على المدرسة الكشف عن قدرات التلاميذ باختبارات الذكاء واختبارات التحصيل الدراسي والمهارات وغيرها لمعرفة إمكانات كل منهم منذ البدء والسير نحو توجيه تربوي سليم يؤهل للتوجيه المهني مستقبلا.

3- إثارة الدافع كحثه على التعليم وإثارته لمهمة الإقبال على الدرس.

4- لا بد من النظام كأساس للمدرسة .

5-الموازنة بين ما تعطيه المدرسة كمقررات وواجبات وتحصيل وبين ما يطبقه التلاميذ ويتقبله وبتمثله أي الموازنة بين المقررات والقدرات.

6- تنمية المهارات اللغوية التي لا غنى عنها للتعبير كما حصله التلميذ.

7-إثارة التنافس والتسابق بين الدارسين بما يدفع إلى الغيرة والاهتمام.

8- تشجيع التعاون والعمل الجماعي في مذكرة أو مشروع أو عمل مشترك(**محالي ججيقة، 2011 : 45).**

ومنه فان توافق التلميذ دراسيا ركيزته عدة عوامل تساعده على ذلك وهذا عن طريق الكشف عن قدراته وإمكانياته وتشجيعه والعمل على تنمية مهاراته.

9-أساليب التوافق الدراسي:

9-1اساليب التوافق المباشر:

- الاستعداد لمواجهة التهديد أو الخطر: في حالة تهديد الإنسان أو توقع حدوث ضرر من مصدر خارجي فعادة ما يقوم بإتباع خطوات معينة لتفادي وقوع الضرر أو العمل على التقليص من حدته إلى اقل درجة ممكنة ،عن طريق التدخل المباشر،غالبا ما يقوم الفرد قبل القيام بالنشاطات المطلوبة على تصور الموقف ودراسة متطلباته واستعراض البدائل لاختبار واحد منها ،وذلك في حالة ما إذا كان الضرر أو التقليد مسبوقا ببعض المؤشرات الدالة على

همومه ،فقد يختار طريق المذاكرة والمواظبة على الدراسة والمتابعة **(رمضان القذافي، 120:1998)**

- **العمل الجدي ومضاعفة الجهد :**قد تكون المواقف المحيطة نسبيا في زيادة الجهد عند الشخص لمواجهة العائق الذي يسبب له الحرمان من إشباع الهدف ويتطلب زيادة المجهود إرادة قوية وأسلوب تربوي لتدريب الأفراد على هذا النوع من الاستجابة بدلا من الاستسلام للفشل لذا يجب أن يغرس هذا الاستعداد عنه الفرد منذ الطفولة وذلك بتكليفه ببعض الأعمال التي يمكنه انجازها حتى تعزز ثقته بنفسه .

- **تفسير الطريقة:**توجد بعض الأساليب لا تجدي نفعا، وعليه فلا بد من تغيير طريقه العمل للوصول إلى الهدف وتتغير الطريقة إما بالمحاولة أو الخطأ أو نتيجة اكتساب خبرات وتجارب في الموضوع.

- **تنمية مهارات جديدة:**إذا لاقى الفرد إحباطا فانه يحاول أن يضاعف جهده لمقاومة هذا

الإحباط ولذلك فهو في حاجة إلى تنمية اتجاهات و مهارات جديدة تساعده في التوافق

(قو يدري لطيفة ، 2009: 59).

- **تفسير الهدف:** أحيانا يكون تغيير الهدف هو الحل الوحيد لمواجهة الموقف المحيط وهذا إذا فشل الفرد في تغيير الطريقة وزيادة الجهد وباقي الطرق الأخرى، وزيادة الجهد وباقي الطرق الأخرى, فيلجا الفرد إلى التخلي عن هدفه واتخاذ هدف أخر.

- **إعادة تفسير الموقف:**قد يكون الإحباط ناتج عن تفسير خاطئ للموقف,وكل ما يتطلب الفرد في هذه الحالة هو إعادة تفسير الموقف وتفهمه.

من خلال ما سبق تم استخلاص أن الفرد لكي يحقق توافقه في المجال الدراسي أي التوافق الدراسي الذي هو في صدد التطرق إليه فيجب عليه أن يتبع مجموعة من الأساليب لمواجهة العراقيل وتحمل الشدائد والمصائب بهدف الوصول إلى ما يريده وتلبية حاجاته.

2-9 أساليب التوافق غير المباشر:

هي مجموعة من العمليات النفسية اللاشعورية التي سبق لفرو يد الإشارة إليها باسم أساليب الدفاع النفسية أو ميكانيزمات الدفاع النفسية ,وهي الحيل النفسية التي يخدع بها التلميذ نفسه عندما يواجه خطر أو يشعر بالإخطار الخارجية وتعبر كل حيلة نفسية عن النشاط العقلي المستخدم للتغلب على مصدر التهديد أو الخطر بطريقة معينة وهذه الحيل تؤدى عادة إلى تخفيض حدة الشعور بالتهديد والإحباط مؤقتا من جهة نظر الفرد

وقد قسمت هذه الأساليب إلى مجموعات تم ذكرها فيما يلي:

- **التوافق باستخدام أساليب هروبية**: يلجا الفرد إلى الهروب من المواقف التي تسبب الإحباط ومن الإحباط ومن هذه الحيل الهروبية الانسحاب, النكوص, أحلام اليقظة والنسيان.

- **الانسحاب**:هو تجنب الشخص المتأزم للناس أو المواقف أو الأشياء التي تسبب الفشل والتي تؤدي إلى النقد أو العقاب ويكون الانسحاب ماديا أو نفسيا ,فالانسحاب النفسي يتمثل في الامتثال وانخفاض مستوى الطموح **(رمضان القذافي ،1998 :122)**

- **النكوص**:يقصد به عملية نفسية تتضمن معنى المسار أو النمو ,عودة في اتجاه معاكس من نقطة ثم الوصول إليها والى نقطة تقع قبلها **(قويدري لطيفة، 1998: 125).**

فبعد أن ترتقي أن إلى مستوى أعلى من النضج النفسي أن تواجه مخاوف متعددة تهددها مما يجعلها تلجا إلى النكوص عن طريق الانتقال إلى مرحلة مبكرة من مراحل العمر هروبا مما يواجهها من مخاوف و ضغوطات**(رمضان محمد ألقذافي، 1998: 125).**

- **أحلام اليقظة:**يعرفها" **محمد الشاذلي"** على أنها حيلة لا شعورية يلجا إليها الجميع يتخيل فيها إشباع الدوافع والرغبات التي عجز عن تحقيقها في عالم الواقع وتتم عن طريق الشرود الذهني والتخيل الوهمي لتحقيق رغبات دفينة،وأحلام اليقظة لا تقتصر على مرحلة عمرية معينة،غير أن حدوثها يزيد في مرحلة المراهقة،وتحدث هذه الليلة نتيجة نقص أو تصورات خاطئة.

10- مشكلات التوافق الدراسي:

يمكن أن يتعرض الطالب لمختلف المشاكل التي تعيق توافقه الدراسي منها:

10-1الحالة الصحيّة للطالب:

فالطالب الذي يعاني من اعتلال في صحته وعدم قدرته على التركيز في الدروس والتغيب المستمر نتيجة حالته تؤدي إلى سوء توافقه في الدراسة.

عدم وجود الصلة بين المؤسسة التعليمية و المجتمع يولد سوء تكيف المراهق لان المؤسسة التعليمية يجب أن تكون امتداد لحياة المجتمع الجيد.

التأخر الدراسي وعدم قدرة الطالب على متابعة الدروس مما يولد لديه الملل بسبب عدم قدرته لإيفاء متطلباته الدراسية.

ارتكاب مخلفات داخل المؤسسة التعليمية كالعدوان على الزملاء ،والغش في الامتحان والسرقة مما يولد فيه طالب يرفض من قبل المؤسسة والزملاء مما يؤدي إلى عدم قدرته على التوافق.

- مشكلات تتعلق بالدراسة والالتحاق بهاو وتتضمن مشكلات تتعلق بقدرات الطفل العقلية واستعداداته **(صلاح الدين العمرية ، 2005 : 145،150).**

من خلال ما سبق نستنتج أن المشكلات التي يتعرض لها الطالب تكون سبب على دراسة الطالب فمثلا:تدهور الحالة الصحية له تؤثر عليه سلبا ،ويؤخره دراسيا لعدم قدرته على الإيفاء بمتطلباته الدراسية كذلك يمكن أن تعود هذه المشكلات إلى عدم تطابق ما بين قدرات الطالب واستعداداته ونوعية الدراسة الموجهة إليه وكل هذه العوائق تولد فيه سلوكيات غير سوية تؤثر سلبا على تحقيق توافقه الدراسي.

خلاصة:

نخلص إلى القول أن التوافق الدراسي،يعتبر عملية مستمرة يلجا التلميذ إليها من اجل استيعاب المواد الدراسية والاندماج والانسجام مع البرامج التربوية والاعتماد على نفسه وبناء علاقة سواء مع الأفراد والأساتذة والتكيف مع المحيط الدراسي ،يعد من أبعاد التوافق يساعد ويحفز على الإنتاج والإبداع بتنشيط الاستعدادات العقلية و الجسمية وذلك من اجل إحداث تغيرات إصلاحية في المجتمع وتحقيق الصحة النفسية.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1-التذكير بفرضيات الدراسة

2-الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

3-1 منهج الدراسة

3-2-عينة الدراسة و خصائصها

3 -3 زمان ومكان إجراء الدراسة

3-4 الأدوات المعتمدة لجمع البيانات

3-5 أساليب المعالجة الإحصائية

خلاصة

تمهيد:

بعد التطّرق إلى الجانب النّظري، واستعرضنا فيه الفصول النظرية للدراسة، أي المفاهيم الأساسية للدراسة، وهم: " جودة الحياة ،التّوافق الدّراسي " جاء هذا الفصل لمحاولة اختبار الفرضيات،وذلك بوضع الإجراءات المنهجية المّتبعة ويتضمن: التذكير بالفرضيات، الدراسة الاستطلاعية،الدّراسة الرئيسية والتي تناولنا فيها المنهج المّتبع، وطريقة اختيار العينة، صدق وثبات أدوات الدراسة، وكيفية تطبيقها على العينة المختارة، والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات .

1- التذكير بفرضيات آلدراسة:

1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والتّوافق الدّراسي لدى تلاميذ السنة أولى متوسط .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الّذكور والإناث في جودة الحياة.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الّذكور والإناث في التوافق الدراسي.

2- آلدراسة الاستطلاعية:

يعرف" **مروان عبد المجيد إبراهيم**" الدراسة الاستطلاعية بأنها: " تلك الدراسة التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي **(مروان عبد المجيد إبراهيم ، 38: 2000)**

الدّراسة الاستطلاعية ،مرحلة هامة تسبق الدراسة الميدانية الأساسية للبحث ،حيث تهدف إلى الحصول على اكبر قدر ممكن من المعلومات فرغم أن متغيرات الدراسة المتمّثلة في جودة الحياة وهو من المفاهيم الجديدة في علم النفس والتوافق الدراسي الذي تناولته أبحاث ودراسات في مختلف التخصصات ،إلّا أن محاولة الكشف عن العلاقة بينها وبالذات لدى

تلاميذ المتوسط ،قد انفردت به هذه الدراسة التي تعتبر أولى المحاولات في هذا الموضوع وعليه كان من اللازم القيام بالدراسة الاستطلاعية قبل إجراء الدراسة الأساسية .

2-1 هدف الدراسة الاستطلاعيّة:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى تعرف الباحث على الظاهرة التي يرغب في دراستها،وجمع معلومات وبيانات عنها، مع استطلاع الظروف التي يجرى فيها البحث مع صياغة مشكلة البحث صياغة دقيقة، تمهّد الدراسة الرئيسية، كما تهدف كذلك إلى التعرف على أهم الفروض ألتي يمكن إخضاعها للتحقيق العلمي **(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000 :39).**

كما تسمح الدراسة الاستطلاعية بمعرفة مدى صلاحية أدوات البحث من حيث خصائصها السيكومترية ،أي ثباتها و صدقها و الوقوف على مدى القصور فيها بهدف تعديلها إذا وجب الأمر **(عبد الرحمان الأزرق، 250:2000).**

مما سبق كان هدفنا من القيام بالدراسة الاستطلاعية هو التحقيق من إمكانية الوصول إلى العينة المستهدفة،توفر المتغيرات المقصودة،التوافق الدراسي و جودة الحياة كما حاولنا التحقق من البنود في أدوات البحث، و لهذا الغرض اتجهنا إلى ثلاث متوسطات " متوسطة طالح محمد"بعلالة و "الإخوة اودني " بايت يحيى موسى و متوسطة " حداد" بذراع بن خدة، اتصلنا بمدير المتوسطات الذي سمح لنا بمقابلة التلاميذ و تطبيق الاستبيانين عليهم و كذلك بمساعدة نائب المدير الذي رافقنا إلى الأقسام ،حيث وزعنا مقياس التوافق الدراسي و جودة الحياة التي كانت عبارة عن أسئلة سهلة و بسيطة في متناول جميع التلاميذ و لم تكن هناك أي صعوبات إجراء هذا الاستبيانين ،حيث كانت عينة الدراسة الاستطلاعية تتألف من (40) تلميذ وتلميذة متمدرسين في التعليم المتوسط .

بعد قيامنا بالدراسة الاستطلاعية في ثلاث متوسطات "طالح محمد " بقرية اعلالن بايت يحيى موسى و "اودني" بايت يحيى موسى و "حداد" بذراع بن خدة و بعد توزيعنا لكل مقياس جودة الحياة "لكاظم و المنسي " و مقياس التوافق الدراسي" ليونجمان".

3-عينة الدراسة:

تعرف العينة بأنها مجموعة من المستجيبين يتم اختيارهم من المجتمع الأصلي لتحقيق أغراض الدراسة **(حسين إبراهيم حسن الحمداوي، 112:2007)**

ممّا لا شك فيه انه كلما كان حجم عينة البحث كثيرا ،كانت النتائج المحصل عليها أكثر دقة و تمثيل **(بوكرمة فاطمة الزهراء ،2006 :235) .**

يقدر حجم عينة الدراسة (160) تلميذ و تلميذة مأخوذة من المجتمع الأصلي(674) بطريقة عشوائية ، بحيت عينتنا تتكون من(80) إناث مقابل(80) ذكور و لتحديد نسبة كل جنس من العينة الكلية وحسب المؤسسات التعليمية.

الجدول رقم (4): يمثل توزيع أفراد العينة حسب المؤسسات و الجنس

المؤسسة	عدد البنات	عدد الذكور	نسبة الإناث	نسبة الذكور	المجموع
متوسطة علالة	26	19	16.25	11.87	28.12
متوسطة اودني	30	30	18.75	18.75	37.5
متوسطة حداد	24	31	15	19.37	43.37
					%100

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن عدد الذكور في متوسطة علالة هو 19 ويمثل 11.87 %وعدد البنات هو 26 ما يمثل 16.25% والمجموع الكلي هو 28.15% وهي نسبة تمثل 45 تلميذ ،وفي متوسطة اودني عدد الذكور يساوي عدد الإناث 30 حيث بلغت النسبة 18.75% والمجموع هو 37.5 %وأخيرا متوسطة حداد حيث بلغ عدد الذكور 31 وما يمثل 19.37% و عدد الإناث 24 بنسبة 15 %والمجموع الكلي هو 43.37 %ومن هذا نستنتج أن عدد الإناث يساوي عدد الذكور.

4- زمان و مكان إجراء الدراسة :

أجريت الدراسة الميدانية بثلاث متوسطات بنواحي ولاية تيزي وزو :

متوسطة "طالح محمد " التي أنشئت في اعلالن بالتسمية القديمة " القاعدة 4 " في 11-07-2007 و تم فتحها في جانفي (2008)،ثم جاء أمر لتغيير الاسم فأصبحت " طالح محمد " في سنة (2015) ،تحتوي على (09) فوج بيداغوجي السنة الأولى (3) أقسام ،سنة ثانية قسمين ،سنة ثالثة(02) ،سنة رابعة (02) ، (153) تلميذ كلهم نصف داخلي (21)أستاذ،مخابر ،مكتبة مجهزة ،مخبر علمي ،ملعب مجهز.

أنشأت الجمعية الثقافية و الرياضية ،نوادي رياضية ،نادي التزيين ،المسرح ،النادي الأخضر،نادي المجموعة الصوتية ،الرياضي ، التراث،نتائج التلاميذ في الفصل الأول لم تكن في المستوى ،مما استلزم دروس دعم كل ثلاثاء مساءا السنة الرابعة و ذلك بتطوع الأساتذة.

و متوسطة "اودني " بايت يحيى موسى التي أنشأت في 08-07-1985 التي تتكون من (14) قسم و مخبرين للإعلام و**(2)** للعلوم تتكون من 271 تلميذ و تلميذة بين نصف داخلي و خارجي حيث يقومون بمختلف النشاطات الثقافية و الأنشطة الرياضية

و متوسطة "حداد " الوقعة بذراع بن خدة ، أنشئت في 1983 التي تتكون من (14) قسم و (3) مخابر يتكون من (250) تلميذ و تلميذة ، تهتم بالأنشطة الرياضية و الثقافية ،المسرح و مختلف الأنشطة الأخرى و كان ذلك في شهري مارس و افريل .

5- الأدوات المعتمدة لجمع البيانات :

اعتمدنا في بحثنا على مقياس جودة الحياة **" لكاظم والمنسي(2010)"** مترجم عن الصحة العالمية و مقياس التوافق الدراسي **" ليونجمان (1979) "** اللذان يعتبران من أهم الأدوات المستعملة لمعرفة العلاقة بين المتغيرات .

5-1 مقياس جودة الحياة :

يتكوّن المقياس من 60 فقرة ،يتوزّع على ستة أبعاد يحتوي كلّ منها عشرة بنود تشمل :

- بعد جودة الصحّة والمحيط الصحّي :10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية.

- بعد جودة الحياة المدرسية : 10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية .

- بعد جودة الحياة الأسريّة :10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية

- بعد جودة الحياة الاجتماعية:10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية.

- بعد جودة الحياة النفسية: 10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية.

جودة الحياة الذاتية (الارتياح النفسي) : 10 فقرات 5 سلبية و5 ايجابية.

وضع مقياس جودة الحياة من طرف **(كاظم والمنسي)** حيث قامت الباحثة**(بحرة كريمة)** بتعديل بعض فقراته سنة **2014** وتقنينه وتكييفه على البيئة الجزائرية وتطبيقه على تلاميذ المتوسّطة إلى جانب العديد من الباحثين الذين قنّنوا المقياس على بيئات مختلفة مثل: **(مسعودي هشام،مصر2002)،و(رغداء علي نعيسة دمشق 2012)** التي قامت بتقنين المقياس على البيئة الدمشقية .

الجدول(5): يمثّل أبعاد جودة الحياة: (بحرة كريمة،273:2014)

أبعاد جودة الحياة	الفقرات الموجبة	الفقرات السّالبة
جودة الصحة والمحيط الصحي	10.7.4.3.2.1	9.8.6.5
جودة الحياة المدرسية	30.29.27.26.23.24.22.21	28.25
جودة الحياة الأسرية	15.14.13.12.11	20.19.18.17.16
جودة الحياة الاجتماعيّة	38.37.3633.32.31	40.39.35.34
جودة الحياة النفسية	59.54	60.58.57.56.55.53.52.51
جودةالحياةالذاتية(الارتياح النفسي)	50.49.48.47.46.45.44.43.42.41	

طريقة تصحيح المقياس :

تعطى الدرجة 2 لنعم .

تعطى الدرجة 0 للا.

تعطى الدرجة 1 لتقريبا وفي حال العبارات العكسية تعكس الدرجات .

(ب) الخصائص السّيكومترية للمقياس:

حساب صدق مقياس جودة الحياة في البيئة الجزائرية قامت الباحثة **"بحرة كريمة"** بحسابه عن طريق الاتساق الداخلي ، وهي إحدى طرق حساب صدق المحتوى ، حيث تم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس ككل ، وقد طبق على عينة 200 تلميذ من الجنسين .

صدق مقياس الجودة هو (0.70) بناءا على نتائج الصّدق يمكن القول أنّ المقياس صادق وصالح للاستعمال على البيئة الجزائرية.**(بحرة كريمة ،2014 :273).**

(ج) الثبات:

لحساب ثبات المقياس طبق مرتين بفاصل زمني مقداره أسبوعان من طرف الباحثة **بحرة كريمة** على عينة قوامها 80 تلميذ في متوسطة بالعاصمة فقد قامت الباحثة بحسابه بطريقة التجزئة النّصفية ،وذلك بعد تطبيقه على العينة المختارة من كلا الجنسين بأحد ثانويات بالعاصمة ، قامت بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التلميذ على البنود وقد بلغ معامل الارتباط بين جزئي المقياس 0.30 ثم قامت بتصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون فبلغ معامل التصحيح 40. 0 وهو معامل مقبول يشير إلى تجانس النصفين في المقياس وهو مؤشر على ثباته ، حيث انّه دال إحصائيا عند مستوى 0.01 **(بحرة كريمة ،2014: 274)**

يقدّر ثبات المقياس ب (40. 0) وبالتالي يمكننا القول أنها درجة مرتفعة والمقياس مقبول ويتمتع بصلاحيّة الاستعمال على عيّنة الدراسة وعلى البيئة الجزائرية.

2-5 مقياس التوافق الدراسي :

يعتبر الباحث " **يونجمان 1979** " أول من وضع مقياس التوافق و نقله للعربية الباحث "**حسين عبد العزيز الدريني 1988** " و يتكون المقياس من (34) عبارة تغطي ثلاث أبعاد :

- الجهد و الاجتهاد (12) عبارة .
- الأذهان (15)عبارة .
- العلاقة بالمدرسة

وضع مقياس التوافق الدراسي من طرف " **يونجمان** " ثم قام الباحث " **حسن عبد العزيز الدريني** " بترجمته للعربية و كذلك تكييفه و تقنينه على البيئة القطرية إلى جانب العديد من الباحثين الذين قننوا المقياس على بيئات عربية مختلفة مثل "**عبد الرحيم شعبان** " و" **شاقورة 2002** " الذي قام بدوره بتقنين المقياس على البيئة الفلسطينية تماشيا مع خصائص البيئة و بالتالي احدث الباحث عدة تعديلات على مستوى الصورة الأصلية و بالمعالجة الإحصائية ثم تقليص عدد البنود من (34) بند إلى (26) بند .

- وصف المقياس (الصورة النهائية):

أصبح مقياس التوافق في صورته النهائية تتكون من (26)عبارة .

الجدول(6): يمثّل أبعاد مقياس التوافق الدراسي : (بودية زهرة، 2015 :170)

العبارات	أبعاد المقياس
26.24.23.17.15.10.5.4.1	الجدّ والاجتهاد
22.21.19.18.14.13.12.11.8.7.2	الدّهان
16.9.6.3	العلاقة بالمدرسة

(ا) طريقة التصحيح:

- تتطلب على الفرد أن يجيب على الأسئلة دون ترك أيّ واحد منها:

- التعليمة:المطلوب منك قراءة السؤال بعناية وضع علامة (×) أمام (نعم) أو (لا).

- يصحّح المقياس بإعطاء درجة واحدة (1) في حالة الإجابة (نعم) ودرجة (0) في حالة الإجابة ب (لا)

(ب) الخصائص السّيكومترية للمقياس:

حساب صدق مقياس التّوافق الدراسي في البيئة الجزائرية قامت الباحثة **''بودية زهرة"** بحسابه عن طريق الاتساق الداخلي ، وهي إحدى طرق حساب صدق المحتوى ، حيث تم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس ككل ، وقد طبق على عينة 100 تلميذ من الجنسين .

صدق مقياس التوافق هو (0.87) بناءا على نتائج الصّدق يمكن القول أنّ المقياس صادق وصالح للاستعمال على البيئة الجزائرية **(بودية زهرة، 2014 :273).**

(ج) الثبات:

لحساب ثبات المقياس طبق مرتين بفاصل زمني مقداره أسبوعان من طرف الباحثة بودية زهرة على عينة قوامها 100 تلميذ في متوسطة بنواحي تلمسان فقد قامت الباحثة بحسابه بطريقة التجزئة النّصفية ،وذلك بعد تطبيقه على العينة المختارة من كلا الجنسين ، قامت بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التلميذ على البنود وقد بلغ معامل الارتباط بين جزئي المقياس 0.34 ثم قامت بتصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون فبلغ معامل التصحيح 0.50 وهو معامل مقبول يشير إلى تجانس النصفين في المقياس وهو مؤشر يدل على ثباته ، حيث انّه دال إحصائيا عند مستوى 0.01 **(بودية زهرة، 2014: 274)**

يقدّر ثبات المقياس ب (0.50) وبالتالي يمكننا القول أنها درجة مرتفعة والمقياس مقبول ويتمتع بصلاحيّة الاستعمال على عيّنة الدراسة وعلى البيئة الجزائرية .

3-5 أساليب المعالجة الإحصائية:

لكلّ بحث علمي تقنيات خاصّة به ،ونظرا لطبيعة دراستنا ولقد تمّ استخدام مجموعة من التقنيات الإحصائّية وذلك لدراسة مستوى الارتباط ولقد تمّ الاستعانة بالتقنيات الإحصائيّة التالية:

1-3-5 أدوات الإحصاء الوصفي:

- النّسب المئويّة :

وذلك لتمثيل العيّنة وخصائصها،ومعرفة نسبة الذكور والإناث في دراستنا .

2-3-5 أدوات الإحصاء الاستدلالي :

نستطيع عن طريق الإحصاء الاستدلالي اختبار مدى تحقّق فرضيّات الدراسة أو عدم تحقّقها واستعملنا في هذه الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل بيرسون : نرمز له ب"**ر**" وهو المعامل الذي يصف العلاقة بين متغيّرين وتنحصر قيمته ما بين (+1) و (-1)وذلك باستخدام قانون بيرسون ، فإذا كانت قيمة معامل الارتباط تساوي (+1) فمعنى ذلك إنّ الارتباط بين المتغيّرين طردي تام، وإذا كان معامل الارتباط يساوي (-1)فمعنى ذلك إنّ الارتباط بين المتغيّرين عكسي **(محمّد بوعلاق،73:2009)**

- اختبارات الفروق T .TEST:

هو اختبار بارامتري يعتمد على التوزيع الطبيعي للعيّنات المدروسة ويستخدم لتحديد مدى دلالة الفروق بين الجنسين **(عبد الحفيظ مقدّم ،47:2003).**

- الحزمة الإحصائيّة للعلوم الاجتماعيّة (SPSS) :

هو برنامج إحصائي يقوم بالمعالجة الإحصائيّة لنتائج البحث.

- تفريغ البيانات :

إجراءات تفريغ البيانات : بعد جمع مقياس جودة الحياة والتوافق الدّراسي تمّ ترتيب وتفريغ البيانات آليّا حسب متغيّرات الدراسة، وفقا لطريقة تصحيح الاختبارين وذلك بترميز المتغيّرات بسهولة وإدخال الاقتراحات المتحصل عليها، ومنه يتمّ تحليل النتائج بالاعتماد على الأدوات الإحصائيّة في البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعيّة**(SPSS) .**

الفصل الخامس

عرض وتحليل وتفسير النتائج

تمهيد

1-التذكير بفرضيات الدراسة

2-الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

3-1 منهج الدراسة

3-2-عينة الدراسة و خصائصها

3 -3 زمان ومكان إجراء الدراسة

3-4 الأدوات المعتمدة لجمع البيانات

3-5 أساليب المعالجة الإحصائية

خلاصة

- تمهيد:

بعد أن تمّ تطبيق مقاييس الدّراسة على أفراد العينة المختارة ، وبعد تفريغ النتائج المتحصل عليها ، سنقوم فيما يلي بعرض هذه النتائج وفقا لفرضيات الدراسة ، كما سيتم تفسير ومناقشة هذه النتائج بعد عرض كل فرضية على حسب الدراسات السابقة القريبة من الموضوع، وبحسب تحليلنا المستنبط من الواقع المعاش و من الملاحظات و التجارب الميدانية.

1-عرض و تحليل النتائج :

1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة و التوافق الدراسي .

للتحقق من هذه الفرضية و معرفة العلاقة الارتباطية بين متغيري الدراسة استعمل معامل ارتباط **بيرسون،** حيث تم حساب معامل الارتباط بين نتائج درجات جودة الحياة ونتائج درجات التوافق الدراسي لنفس أفراد عينة الدراسة ، و الجدول التالي يبين قيمة معامل الارتباط المتحصل عليها.

جدول رقم (7) يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين جودة الحياة و التوافق الدراسي

العينة	متغير الدراسة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	القرار
160	جودة الحياة	0.028	0.721	0.05	لا توجد علاقة دالة
	التوافق الدراسي				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (7) أن مستوى الدلالة المحسوب والمقدر ب **0.721** أكبر من0.05 مما يعني أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين جودة الحياة و التوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة ،و يظهر ذلك من خلال قيمة معامل الارتباط التي0.028 تساوي وهي قيمة قريبة من الصفر مما يعني عد م وجود ارتباط دال إحصائيا ، أو أنّ الارتباط ضعيف جدا و هذا يدل على رفض الفرضية المطروحة بوجود ارتباط بين جودة الحياة و التوافق المدرسي و قبول الفرضية البديلة بعدم وجود ارتباط بين المتغيرين.

1-2عرض نتائج الفرضية الثانية :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في جودة الحياة .

للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار(T) للفروق بين الذكور و الإناث ،حيث تم حساب المتوسط الحسابي ، و الانحراف المعياري لكل من الذّكور والإناث،من ثمّ حساب قيمة ت (T) لدلالة الفروق بين الجنسين و الجدول التالي يلخّص النتائج المتحصل عليها .

- **الجدول رقم (8):** يوضح دلالة الفروق في درجة جودة الحياة لدى أفراد عينة الدراسة حسب الجنس (الذكور ،الإناث) باستعمال اختبار T

ذكور			إناث			القيمة التائية T	درجة الحرية	مستوى الدلالة المحسوب	مستوى الدلالة المعتمدة	القرار
العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
80	16.21	4.35	80	16.15	4.36	0.46	158	0.952	0.05	لا توجد فروق دالة

يتضح من خلال الجدول (8) و اعتمادا على التحليل الإحصائي لاختبار " ت " إلى أن مستوى الدلالة المحسوب و المقدر ب (0.952) اكبر من (0.05)، و هذا يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند الجنسين في درجات جودة الحياة الأمر الذي يدفعنا إلى نفي الفرضية المطروحة بوجود فروق و قبول الفرضية البديلة بين الذكور و الإناث في درجات جودة الحياة .

3-1 عرض نتائج الفرضية الثالثة :

توجد فروق ذات دالة إحصائيا بين الذكور و الإناث في درجة التوافق الدراسي .

للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار(T) للفروق بين الذكور و الإناث ،حيث تم حساب المتوسط الحسابي ، و الانحراف المعياري لكل من الذّكور والإناث،من ثمّ حساب قيمة ت (T) لدلالة الفروق بين الجنسين و الجدول التالي يلخّص النتائج المتحصل عليها .

الجدول رقم (9): يوضح دلالة الفروق في درجة التوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة حسب الجنس (الذكور ،الإناث) باستعمال اختبار T:

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية T	درجة الحرية	مستوى الدلالة المحسوب	مستوى الدلالة المعتمدة	القرار
الذّكور	80	68.77	14.28	0.49	158	0.497	0.05	لا توجد فروق دالة
الإناث	80	69.78	13.41					

من خلال نتائج الجدول رقم (9) تبين انه لا توجد فروق لا توجد فروق دالة إحصائيّا بين أفراد العينة في درجات التوافق الدراسي، وفقا للجنس، حيث بلغت قيمة (0.46 (T اكبر من 0.05 وهذا يدل على أن الإناث والذكور سواء في درجات توافقهم الدراسي الأمر الذي يدفعنا إلى نفي الفرضية المطروحة بوجود فروق و قبول الفرضية البديلة القائلة بعدم وجود فروق بين الذكور و الإناث.

2- تفسير و مناقشة النتائج:

2-1- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يتبين من خلال الجدول رقم (7) عدم وجود علاقة بين جودة الحياة لدى تلاميذ السنة الأولى متوسط على توافقهم المدرسي.

وكما جاء في هذه النتيجة فان جودة الحياة لا ترتبط بمدى توافق التلاميذ مدرسيا ، أو أن هناك ارتباط لكنه ضعيف و غير دال إحصائيا، و يمكن تفسير ذلك على أن التوافق الدراسي غاية مهمة من غايات التلميذ والمتمثلة في التوافق الجيّد للتلميذ حيث أن الطّلاب يعانون مقدارا كبيرا من الضغوط عبر المراحل الدراسية المختلفة ،منها الضغوط الاكادمية التي يتعلق بالاستذكار والتحصيل الدراسي والامتحانات ونظام التقويم وغيرها ، ومع مختلف المتغيرات المؤثّرة فيه ذلك أنّ التوافق مع البيئة المدرسية يساعد التلميذ على تحقيق الرّاحة النفسيّة و يضع حد للقلق الذي ينتج عن عدم التوازن بين المتطلبات المدرسية وبين إمكانيات التلميذ الذاتية واستعداداته وميوله الفردية ،كما يتضمن دينامية مستمرة للعملية التعليمية والتي تمثّل دافعا قويّا للتلميذ لاستيعاب المواد الدراسية والنجاح كما انّه يرغبه في المدرسة ويساعده على بناء علاقات ناجحة ومتوافقة مع الأساتذة والزملاء والإدارة، وليس بالضرورة أن تكون علاقة بين المتغيرين فليس هناك تأثر وتأثير بين الجودة والتوافق .

كما يمكن أن نشير أيضا إلى أن مناخ العمل الجيد في المدارس يؤدي إلى الرضا الدراسي كذا النفسي وبذلك ينبئ بجودة الحياة لما يحققه من اشباعات مادية ومعنوية مما يعني استقرار الحالة النفسية والأمر الذي ينعكس بالإيجاب على كافة صور الحياة واتفقت دراسة (**عبد الحميد المغربي : 2004**) إلى أن ظروف العمل الجيدة تؤثر على مدى استمتاعهم بالحياة وكما أشار(**شاهين رسلان :2009**) إلى أن مصادر طبيعة العمل تعتبر عاملا هاما ومؤثرا على التوافق النفسي والدراسي لدى المدرسين كما يمكن أن نفسر أن التعليم يختلف من أستاذ لأخر والمناخ المدرسي يختلف من مؤسسة لأخرى ، فجودة التلميذ حتما تختلف من تلميذ لأخر ويظهر ذلك من خلال الإجابات على مقياس الجودة ، وبذلك ليس من الضرورة أن يكون المتوافق دراسيا يتمتع بجودة عالية وليس ذو جودة متميزة أو عالية يتمتع بتوافق دراسي فيمكن أن يشتركوا في متغيرات أخرى ،حيث أن هناك دراسات أقرت بوجود علاقة بين الجودة والذكاء والرسوب الدراسي لدى التلاميذ حيث أشارت الدراسة التي قام بها المعهد العالي في هينو في فرنسا والتي أجريت على 29 صفا وعلى عينة تقدر بحوالي 620 طالبا وذلك من اجل تحديد مستوى الذكاء وفقا لمستوى دخل أسرة التلميذ إلى وجود علاقة ترابط قوية بين المستوى الاقتصادي للأسرة ،وحامل الذكاء وبين هؤلاء التلاميذ حيث بلغ

متوسط الفروق للمتوسطات بين أبناء العينة المستقرة (170) نقطة عن العينة الفقيرة وقد بلغ عدد التباين (85) نقطة في اختبار القراءة (96) نقطة في اختبار الإملاء و (45) نقطة في اختبار الحساب، وقد بينت الدراسة أن الأطفال الذين يتعرضون للرسوب هم في الأغلب من أبناء الفئات الصغيرة حيث بلغت نسبة الرسوب عند أبناء العينة الميسورة % 5.5و 28.2%عند أبناء العينة الميسورة 47.4 % عند العائلات الفقيرة ، ويذهب كثير من الباحثين اليوم في علم الاجتماع التربوي من قبل الأسرة يتم عبر مفاهيم التوظيف والاستثمار وبالتالي فان الأسر الميسورة تستطيع أن تمول أبنائها وتحصيلهم من اجل النجاح والتفوّق **(علي اسعد وطفة،2004: 146).**

وفي دراسة أخرى (**محالي جبيقة 2011**) نصت على وجود علاقة بين مهارة حل المشكلات والتوافق الدراسي لدى التلاميذ ،ولقد أثبتت نتائج الدراسة أنّ هناك علاقة بين المتغيرين ،حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين كلّ من درجات التلاميذ في مقياس مهارة حل المشكلات ودرجاتهم في مقياس التوافق **(ر= 0.72)** وجاءت هذه القيمة دالة عند **(0.01)** وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه **''بلات وويزر'' (1987)** والذي وجد أنّ المضطربين سلوكيا والذين يعانون من مشكلات عدم التوافق سواء النفسية أو الاجتماعية يعانون من نقص مهارة حل المشكلات التي تعترض طريقهم في سبيل التوافق .

(ايت حمودة، 2005: 197).

2-2 تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

أظهرت نتائج الجدول(8) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند الجنسين في درجات جودة الحياة عند متوسط الاستجابات أفراد العينة لمتغير الجنس ، و ذلك لان مستوى الدلالة المحسوب اكبر من (0.05) و يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى المناخ العام لدى تلاميذ المتوسطات من حيث المناهج الدراسية و القوانين داخل المتوسطات ،كونها موحدة لكافة التلاميذ بصرف النظر عن جنسهم ، كما انه قد يعود السبب إلى المناخ العام من الظروف السياسية و الاجتماعية و النفسية و المادية للتلاميذ و التي لها نفس الآثار على كلا الجنسين بشكل عام ، حيث أن الفرص التعليمية متاحة لكلا الجنسين و تضاءلت النظرة الاجتماعية التي تميز بين الذكور و الإناث ، فكلاهما أصبح يلقى المعاملة داخل الأسرة أو خارجها حيث

الاهتمام بغرس مفاهيم الاستقلال و الاعتماد على النفس ، لذلك أصبحت الإناث يرغبن في تحقيق ذواتهن و بلوغ درجة تجعلهن يشعرن بالتقبل و المكانة بين أفراد الأسرة و المجتمع تماما مثلما يسعى الذكور لذلك، حيث تجاوزت إلى حد ما الأفكار التي كانت سائدة لدى المجتمعات العربية عامة و مجتمعنا خاصة بتفضيل الذكور عن الإناث ، حيث كان يعطى للمرأة دورا اجتماعيا محددا لا تتجاوزه ،أما الآن فقد تغير الوضع و يتجلى من خلال مشاركة المرأة الرجل في تحمل المسؤوليات في مختلف الميادين ، و هذا اثر على مدى شعور الإناث بالأمن النفسي مثلها مثل الذكور .

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات التي أجراها كل من **(سعد (1998)** و **(نصيف 2001)** حيث أظهرتا عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة جودة الحياة لمتغير الجنس .

وقد اختلفت هذه النتيجة عند دراسة (**الحلفاوي 1993)** التي كشفت عن وجود الفروق دالة إحصائيا بين الذكور و الإناث في درجة الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور ، وفي دراسة **(شقير 2332)** أظهرت وجود فروق إحصائية حيث أن الإناث أكثر خوفًا من الذكور،وفي دراسة **(أبو مرق 1995)** أظهرت وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين للطلاب و الطالبات في حاجة الأمن لدى جميع طلبة البلاد العربية موضع الدراسة لصالح الإناث، وفي دراسة **(الريحاني 1988)** توصلت إلى أن الإناث أكثر شعورا بالاستقرار من الذكور .

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة العديد من الدراسات التي بينت عدم وجود فروق في الرضا عن جودة الحياة تعزى للجنس مثل دراسة **(إبراهيم2001)**، ودراسة **(إسماعيل2011)** ودراسة **(أبو العلا 2009)**ودراسة **(مجدى 2009)** والتي تشير إلى أنه لا يوجد تأثير دال لعامل الجنس في الشعور، ويفسر أن إدراك جودة الحياة يشعر بها جميع الناس سواء كانوا ذكور أو إناث وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة **(العادلي 2006)** على وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث من حيث مدى إحساس الطلبة بجودة الحياة، وكانت الفروق لصالح الذكور، وكذا نتائج دراسة (**البهادلي وكاظم 2006)** والتي أشارت إلى أن الذكور قد حققوا درجات مرتفعة على مقياس جودة الحياة فيما يتعلق في جودة شغل الوقت وإدارته أكثر من الإناث وهناك دراسات أكدت على وجود فروق بين الجنس متعلقة بمتغيرات أخرى ففي دراسة" **كانز** " التي هدفت إلى معرفة مستوى الجودة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى

الموهوبين ومعرفة الفروق الموجودة بينهم وذلك من خلال مقارنة بين الطلاب الأذكياء مرتفعي ومنخفضي التحصيل وأوضحت النتائج أنّ الإناث ذوي التحصيل المرتفع كانوا يدركن والديهن على أنهم اقل تسلطا واقل عدوانية و رفضا وكانوا أكثر شعورا بالقبول مع الوالدين وأكثر شعورا بالانتماء ولديهن مفهوم موجب عن ذاتهن عن منخفضي التحصيل ويتمتعن بمستوى عال من الرضا والجودة. **(محمد البشراوي، 200:2006)**

3-2 تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

أظهرت نتائج الجدول(9) انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند الجنسين في درجات التوافق الدراسي عند متوسط الاستجابات أفراد العينة لمتغير الجنس ، و ذلك لان مستوى الدلالة المحسوب اكبر من (0.05) و يمكن إرجاع هذه النتيجة ،إلى أنّ المجتمعات الحديثة أصبحت لا تفرّق بين الجنسين في جميع الميادين والمجالات ولعل الدليل على ذلك اقتحام البنات شتى المجالات واندفاعها نحو العالم الخارجي بالموازاة مع الذكور جنب إلى جنب ، حيث انتشار الوعي والحرص والتغيير الجذري في المفاهيم والنشاطات المختلفة ، وذلك بسبب انتشار وتنوع الوسائل التربوية والتكنولوجية المتطورة مما أتاح للجنسين الفرصة لنهل من هذه المنابع المعرفية بسهولة وتقليص الفروق بين الذكور والإناث بالإضافة إلى دور الأسرة التي تعمل على تشجيع الجنسين معا للعمل والمثابرة وغرس وتقوية دافعيتهم نحو التفوق منذ صغرهم واعتبار النجاح في المسار الدراسي هو الكفيل بحصولهم على مراكز مرموقة في المستقبل وتامين مستواهم الاقتصادي والاجتماعي ،مما يجعل البنات أكثر مجاراة للذكور و الرفع من مستوى أدائها وهو ما جعلها تدخل جميع الميادين حتى الرجالية منها ،و هذه في اعتقادنا عوامل تسهم في تقليص الفروق في مدى تحقيق التوافق الدراسي لدى التلاميذ بصرف النظر عن الجنس ،حيث أصبحت المسؤولية والرعاية مشتركة لكل من الذكور والإناث في التكيّف مع الظروف الحالية ،وتمتع الجنسين على حل المشكلات التي تواجههم أثناء فترة الدراسة وبعدها بكافة المجالات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية .

ونتيجة هذه الفرضية جاءت موافقة لدراسة (**فاطمة حميد 2006**) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فيما يخص التوافق الدراسي.

و لقد جاءت هذه النتيجة موافقة لما توصل إليها (**ابارك 1982**) ذلك لبحث عدة متغيرات منها التوافق الاجتماعي الثقافي و التحصيل الدراسي لدى عينة من الشباب الأمريكيين الكوريين في" لوس أنجلوس "قوامها (**127**) طالبا،و أسفرت النتائج عن أن الطلاب الأعلى تحصيلا كانوا أكثر توافقا، و أظهر الذكور توافقا على الإناث ..أما دراسة " نازلي (**صالح أحمد 1974**) ، حول التعرف على الفروق الجنسية في كل من التوافق و التفوق الدراسيين على عينة من تلاميذ الإعدادية و الثانوية، فقد أسفرت النتائج عن تفوق و توافق البنات عن البنين في الدراسة و لقد فسرت ذلك في ضوء أن البنات أكثر تفرغا من البنين في هذه المرحلة للدراسة، بينما سنشغل الذكور في اهتمامات أخرى منها الأنشطة و العمل لكسب القوة أحيانا و ما إلى ذلك(**مدحت عبد اللطيف ،1990 :141) .**

كذلك في دراسة للباحث (**فابلو 1981**) لبحث مشكلات الطلاب وعلاقتها بتحصيلهم وتوافقهم الدراسي و ذلك لمعرفة الفروق في الجنس أجريت الدراسة على عينة قوامها **(317)** تلميذ وأسفرت النتيجة عن وجود فروق بين الجنسين وتمتع الإناث اللواتي لديهن تحصيل مرتفع بقدر اقل من المشكلات وبالتالي البنات أكثر توافقا من غيرهم ،حيث تؤكد هذه الدراسة على وجود ارتباط وثيق بين التحصيل والتوافق الدراسي فهذا الأخير يساعد التلميذ على التحصيل الجيد وان سوء التوافق الدراسي يدفع التلميذ إلى تأخر دراسي وتدني مستوى تحصيله الأكاديمي و يجد صعوبة في التعامل مع مختلف المشاكل التي تعرقله (**نوال عطية، 20:2001**)

نلاحظ من خلال ما سبق أن هناك دراسات أثبتت وجود فروق بين الجنسين في التوافق الدراسي، بينما أخرى لم تظهر أية فروق دالة و هي ما يتفق على نتائج الدراسة الحالية، أي أنها لا توجد فروق بين التلاميذ في التوافق الدراسي باختلاف الجنس.

بعد الدراسة النظرية لمتغيرات البحث ، وكذا الدراسة الميدانية للتحقق من الفرضيات المقترحة ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة المتحصل عليها بعد تطبيق مقاييس الدراسة على أفراد العينة على وفق الدراسات النظرية والتطبيقية لمتغيرات

الدراسة ،سيتم في الأخير عرض نتائج هذه الدراسة باختصار في استنتاج عام ، وعليه أهم المقترحات التي يمكن الخروج بها من خلال النتائج وكذا البحوث المقترحة لمساعدة الباحثين

مستقبلا على انجاز بحوثهم مستقبلا لإجراء دراسات أكثر عمقا و دقة لتسليط الضوء أكثر في الموضوع نفسه ومن جوانب أخرى وفئات عمرية ومجتمعات مختلفة وبعدها أهم الصعوبات التي لاحقتنا أثناء إجراء هذا البحث وفي الأخير خاتمة الدراسة .

الاستنتاج العام :

يتضح أن جودة الحياة من أهم القضايا في حياة الأفراد والمجتمعات ،نظرا لكونها قاعدة أساسية لتفادي الكثير من المشكلات التي يمكن أن تعترض الفرد والمجتمع معا وان كان مفهوم جودة الحياة من المفاهيم التي يتم تناولها في علوم مختلفة وسياقات عديدة فان تناوله من المنظور النفسي وخاصة من منطلق علم النفس حيث تعتبر جودة الحياة انعكاس للتقدير الذاتي للفرد بحد ذاته ،و تقدم جودة الحياة معظم الاستراتيجيات الملائمة لتحقيق السعادة النفسية والرضا النفسي للفرد وذلك من خلال برامج تدريبية أو علاجية أو تاهيلية يمكن اعتمادها من مختلف المؤسسات المجتمعية التي تتكفل بتوفير هذه الخدمات لكل شرائح وفئات المجتمع.

كما أن تحقيق التوافق لدى التلاميذ، يرتبط إيجابيا بالكفاءة الذاتية لديهم وقدرتهم على تحقيق الأهداف الشخصية، ولقد سعت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة التي يعتبر مفهوم جديد جدا والتوافق الدراسي لدى تلاميذ سنة أولى متوسط من خلال دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ في ثلاث متوسطات وذلك للكشف عن إذا كانت هناك علاقة بين جودة الحياة و التوافق الدراسي وإذا كانت هنالك فروق على مستوى الجنس وبعد الدراسة التطبيقية للموضوع حيث اعتمدنا على مقياس جودة الحياة ومقياس التوافق الدراسي مستندين في دراستنا على المنهج الوصفي ،و بلغت عينة الدراسة 160 تلميذ وتلميذة في كل من متوسطة طالح محمد و اودني ومتوسطة حداد وتمّ التوصّل إلى النتائج التّالية:

1- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتوافق الدراسي.حيث توصلنا إلى عدم وجود علاقة بينهما و ذلك من خلال النتائج المتحصل عليها .

2- عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في ما يخصّ جودة الحياة ، حيث وتوصلنا إلى أنها لا توجد فروق دالة بين المتوسط الحسابي للذكور و المتوسط الحسابي للإناث في درجاتهم في جودة الحياة ، هذا ما يدل على تكافؤ الجنسين فيها ، بالتالي فلا أثر لمتغير الجنس على عكس ما توقعنا، بحيث افترضنا وجود فروق دالة بين الذكور و الإناث في درجات جودة الحياة و لكن النتائج أثبتت عكس ذلك.

3- عدم وجود فروق دالة بين الذكور و الإناث في التوافق الدراسي،فقد أشارت النتائج

المتعلقة بالفرضية الثالثة التي مفادها أنها هناك فروقا دالة بين التلاميذ في التوافق الدراسي باختلاف الجنس أنها لا توجد فروق دال بين الجنسين في التوافق الدراسي، و هذا ما أثبتتها معظم الدراسات النظرية، بالتالي يمكننا القول أن متغير الجنس لا يؤثر على التوافق الدراسي للتلميذ.

التّوصيات والاقتراحات :

1 - تقديم خدمات إرشادية للتلاميذ خاصة في المرحلة المتوسطة بشكل مستمر،لمعرفة مشاكلهم ومساعدتهم من اجل توافق أفضل .

2- الاهتمام بالجانب النّفسي للتلميذ ،ومتابعتهم داخل القسم وخارجه.

3- التواصل بين المدرسة والأسرة من خلال أولياء الأمور.

4- القيام بدراسات ميدانية للتعرف أكثر على مفهوم جودة الحياة ،و مدى تأثر التلاميذ بها والتعامل مع هذا المفهوم تعاملا بناءا علميا.

5- الحرص على تقديم تنشئة وتربية متكافئة للأبناء وذلك بغض النظر عن الجنس الذي ينتمي إليه .

6- توعية التلاميذ المتمدرسين و تهيئتهم للدراسة من اجل توافق جيد داخل المؤسسة مما يقلل من المشاكل المختلفة و من اجل استقرارهم النفسي والتميز بجودة عالية.

7- التخفيف من الواجبات المدرسية مما يتيح للتلاميذ الوقت الكافي لأنفسهم و لمراجعتهم.

8- إجراء المزيد من البحوث التي تتناول الجودة وعلاقتها بمتغيرات أخرى كونه مفهوم جديد لمعرفة مدى العلاقة بينهم ومدى تأثيرها على متغيّرات أخرى.

9- الاهتمام بجانب السعادة النفسية والاستقرار النفسي للتلاميذ خاصة وان مرحلة المتوسط من المراحل الحساسة ألا هي أن التلميذ في صدد الدخول في مرحلة جديدة من عمره و مهمة المراهقة .

10- العمل على فهم التلميذ و إرضائه نفسيا .

11- السعي لتحقيق جودة التلاميذ وتوافقهم.

خاتمة الدّراسة :

جودة الحياة تشير إلى مثل أعلى يصبو إليه كل فرد على أمل أن يحققه بشكل أو بآخر ولا ينجح في استكمال مكوناته أحد فالكل يحقق درجة منه أو أخرى، ويبدو أن هذا المفهوم لا يرتبط في عموميته بعامل واحد خارجي فيمثل الشعور الداخلي بالأمن والاطمئنان و الرضا عن الحياة والذات و إلى جانب ذلك تعتبر عملية التعلم ذو تأثير على الإحساس بجودة الحياة في بحثنا في هذا الموضوع على جانب نظري وعلى خطة ميدانية للوصول إلى تحقيق الأهداف والتي تحدد في التعرف على جودة الحياة لدى تلاميذ المتوسط كذا تحليل وجود علاقة بين وجودة الحياة و التوافق الدّراسي ،و على مدى وجود فروق بين الذّكور و الإناث فيما يخص جودة الحياة و التّوافق الدراسي، فما يواجه تلاميذ المتوسط الكثير من الظروف التي تجعله إما راض أو غير راض عن الدراسة ، ذلك أن الرضا وقبولهم للدراسة و تحقيقه النجاح وإشباعه لرغبتهم واحتياجاتهم لا يؤثر على مجرى حياتهم وعلى سعادتهم المادية والمعنوية و درجة إحساسهم بالرضا عن الحياة بشكل عام و على مستوى قدرتهم على التفاعل على المستوى الشخصي والاجتماعي و كذلك على إيجاد معنى لحياتهم، و في الأخير نبرز إلى أهمية دراسة الجانب النفسي لجودة الحياة والذي يرى أن جودة الحياة تكمن في بناء الإنسان ويركز على مساعدة الأفراد على توظيف إمكاناتهم ، وإثراء وجدانهم و تدعيم قيمهم الإيجابية فتكون محصلة جودة الحياة وجودة المجتمع، حيث إن عدم تناسب بيئة الدراسة و الوسائل اللازمة للتعلم يزيد من مشاكل نفسية وصحية في العمل بسبب فقدان رضاهم عن عملهم وغياب رغبتهم و دافعتيهم للتعلم، وهذه المشاكل والاضطرابات النفسية تؤثر على درجة كفاءتهم وعلى مستوى إنتاجيتهم بشكل كبير، فإن تهيئة الظروف المادية والنفسية والاجتماعية للتلاميذ ووضع برامج خاصة بالصحة النفسية في ميدان التعليم بما يضمن الرضا والطمأنينة والراحة النفسية التي توصل إلى نتائج أفضل و توافق اكبر و تحصيل جيد ،ومشاكل معدومة و غيابات لا تذكر، فالتلميذ المتمتع بالرضا عن الحياة يكون متوافقا وتكون حياته حافلة بالخبرات الايجابية التي تنمي مهاراته وتحقق له النجاح ، ورغم أن المدرسة الجزائرية تسعى جاهدة على تنمية شخصيات تلاميذها وقدراتهم العملية والعلمية في آن واحد فالتلاميذ كلما تفاوتت أعمارهم يواجهون مشكلات مجتمعهم وتؤرق أذهانهم ما

يعرقل ويؤثّر استقرارهم النفسي ،فعلى الأسرة أن تسعى وراء أولادهم من اجل معرفة مشاكلهم و حياتهم وتوجيههم وتوعيتهم إلى ما هو أفضل من اجل تحقيق الراحة والسعادة النفسية لهم على أمل نجاحهم والتغلب والتعامل مع المشاكل من اجل تحقيق توافق أكثر و جودة حياة مميزة .

قائمة المراجع

الملاحق

قائمة المراجع بالعربية :

1) - عبد الرّحمن الطريري (1997) ،**القياس النّفسي والتّربوي،نظريته،أسسه،تطبيقاته**،القاهرة مكتبة الرّشد مركز القومي للامتحانات والتّقويم التربوي.

2)- صوهير كامل احمد.دون سنة،**الصحّة النّفسية والتوافق** ،مركز الإسكندريّة للكتاب،الطبعة الثّانية.

3)- سيد خير الله (1975)، **بحوث نفسية وتربوية** ،دار النّهضة العربيّة للطّباعة للنّشر والتّوزيع ،القاهرة -مصر.

4)- صلاح الدّين العمريّة (2005) ،**الصحّة النّفسية والإرشاد النّفسي** ،مكتبة المجتمع العربي ،عمان، الطّبعة الأولى.

5)-حامد عبد السلام زهران (1988)، **الصحّة النّفسية والعلاج النّفسي** ،الشّركة الدّولية للطباعة القاهرة ،الطبعة الرّابعة.

6)- مدحت عبد اللّطيف (1990)، **التّوافق النّفسي والتّوازن الاجتماعي والدّراسي**،دار النّهضة العربيّة للطّباعة والنّشر ،بيروت .

7)- مدحت عبد اللّطيف (1994)، **الصحّة النّفسية والتوافق النّفسي والتفوّق الدّراسي** ، دار النّهضة العربيّة للطّباعة والنّشر ،بيروت.

8)- لازاروس (1981) **التربية وقضايا المجتمع في عالم متغير** ،دار الفكر للطباعة والنشر

9)- نوال عطية (2001) ،**علم النفس والتكيف النفسي الاجتماعي** دار القاهرة للطباعة و الكتاب

10)- محمد عبد الله (2004) ،**مدخل إلى الصحة النفسية** ،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع طبعة أولى ،عمان.

11)- محي الدين توق(2000) ،**التكيف والتوافق الدراسي** ،دار القاهرة للطباعة و الكتاب الطبعة الثانية.

12)- رمضان محمد القذافي(1998) ،**الصحة النفسية والتوافق المدرسي** ،المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية،الطبعة الأولى

13) -حامد عبد السلام زهران(2005) ،**علم النفس النمو** ،بيروت دار العودة.

14)- مصطفى فهمي(1978)، **التكيّف النّفسي** ،دار مصر ،الطبعة الجامعيّة الإسكندرية دون طبعة .

15)- زياد بركات(2001)،**الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية** ،المكتبة الجامعية الإسكندرية ،دون طبعة.

16) -عطا الله فؤاد ألخالدي ،دلال سعد الدين العلمي (2009) ،**الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق الدراسي** دار الصفاء للنشر والتوزيع الطبعة الأولى ،عمان.

17) - صلاح الدين العمرية (2005) ،**الإرشاد النفسي وأساليب التوافق الدراسي** ،مكتبة المجتمع العربي للنّشر.

18)- محمد السيد عبد الرحمن (1998)، **وظائف الإدارة المدرسية بالمرحلة الأساسية والثانوية**،عالم الكتب للنشر ،مصر الطبعة الأولى.

19)- سهير عبد الحافظ (2008) ،**تحسين جودة الحياة لدى تلاميذ المدارس العامة**، القاهرة،معهد الدراسات التربوية الطبعة الأولى.

20)- محمد أبو حلاوة(2010) ،**جودة الحياة المفهوم بين النظرية والتطبيق**،الإسكندرية الطبعة الأولى.

21) - مدحت عبد اللطيف (1990)، **الصحة النفسية والتفوق الدراسي**، دار النهضة للنشر، القاهرة.

21)-علي اسعد وطفة (2004) ،**بنيوية الظاهرة المدرسية ووظيفتها الاجتماعية** ،الطبعة الأولى بيروت كتاب المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر التوزيع .

22)- زيد الهنداوي (2004) ، **أساسيات القياس والتقويم التربوي** ،عمان ،دار الكتاب الجامعي عمان .

23) - محمد بوعلاق،(2009) ، **الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية**، الطبعة الأولى الجزائر دار الأمل للطباعة والنشر والتوزيع.

ـ الرسائل الجامعية:

1)- محّالي ججيقة (2011)، **علاقة مهارة حل المشكلات بالتوافق الدراسي،** رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي جامعة الجزائر2.

2)- زياد بركات (2006)، **التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة ،دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات** ،جامعة القدس المفتوحة.

3)- بلحاج فروجة (2011) ،**التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي** ،رسالة ماجستير تخصص علم النفس مدرسي،تيزي وزو.

4)- موزاي أميرة، مقني كريمة (1995،1994) ،**أسباب سوء التوافق الدراسي لدى المراهقين** ،مذكّرة التخرّج لنيل شهادة الدراسات التطبيقية في علم النّفس ،جامعة الجزائر.

5)- بعكاش احمد (1994،1993) ،**التكيّف المدرسي عند التلاميذ المتمدرسين في الثانوي** مذكرةا لتخرج شهادة الدراسات التطبيقية في علم النّفس ،جامعة الجزائر.

6)- ماجد بن محمد بن عبد الضلعان (2013)، **فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية التوافق الدراسي لدى المرحلة المتوسطة في مدينة الرس** ،رسالة ماجستير تخصص إرشاد وتوجيه مدرسي ،المملكة العربية السعوديّة.

7)- نجمة بنت عبد الله الضلعان(2013)،**النمو النفسي وفق نظرية اركسون وعلاقته بالتوافق الدراسي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الذكور والإناث المرحلة الثانوية بمدينة الطائف** ، رسالة منشورة ومقدمة لنيل شهادة ماجستير في التعلم جامعة آم القرى السعودية.

8)- بوصفر دليلة (2011)، **الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي،** رسالة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي ،جامعة مولود معمري تيزي وزو.

9)- مرفت عبد ربه (2010)، **التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى تلاميذ الطور الأول في قطاع غزة** ،رسالة ماجستير ،غزة .

10)- يونسي تونسية (2011-2012)، **تقدير الذات وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين** ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير جامعة الجزائر.

11)- فوقية السيد عبد الفتاح ،محمد حسين سعيد حسين(2006)، **العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف.**

12)- مجدي عبد الكريم (2009)، **فعالية استخدام تقنيات المعلومات في أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلبة العمانيين**، مذكرة لنيل شهادة الماجستير جامعة السلطان قابوس.

13)- محمود عبد الحليم منسي،علي مهدي كاظم(2010) ،**تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى تلاميذ المتوسط في سلطنة عمان الأكاديمية العربية الأمريكية.**

14)- العارف بالله الغندور(1994) ،**جودة الحياة توجه قومي للقرن(21) مركز الإرشاد النفسي دراسات في جامعة عين شمس**.

15)- سها ر المللي (2010)، **الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى عينة من المتفوقين والعاديين ،دراسة ميدانية على طلبة الصف الثاني من مدارس المتفوقين والعاديين في دمشق** جامعة دمشق .

16)- الغندور(1999)، **أسلوب حلّ المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة ،مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس** .

17) - ايت حمودة حكيمة(2005-2006)، **دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسدية** ،رسالة ماجيستير،جامعة الجزائر

18)- عبد الحفيظ مقدم (2003)، **جودة الحياة وعلاقتها بالتوجيه والانتقاء** .

19)- سارة بهلول (2009)، **سلوكات الخطر المتعلقة بالصحة(التدخين ،الكحول ،سلوك قيادة السيارات وقلة النشاط البدني) وعلاقتها بكل من جودة الحياة والمعتقدات الصحية** رسالة ،ماجستير جامعة الحاج لخضر باتنة الجزائر.

20)- شيخي مريم (2014) ،**جودة الحياة وعلاقتها بطبيعة العمل**، رسالة ماجستير جامعة تلمسان .

21)- بحرة كريمة (2014)، **جودة الحياة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي**، رسالة ماجستير .جامعة وهران.

22) - بودية زهرة (2014) ،**التوافق الدراسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ الطور** المتوسط .رسالة ماجستير جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان.

ـ قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

1) christia cusmar (2010)**motivation life to studya learn**

edical students issues in educational reasearch

2) fabienne guffi evaluation qu alité de vie

3)christian (2010) **dya learn to life and motivat ion**

4) Ma cruse Heming ,Christian (2010) **quality of life and motion to ,SNDENTS , Essen in educational learn ,Study of medical research**.

5) Fabieme lemétayer, Marie gaffer(2006) **evaluaation de qualité de vie des enfants et des adolescents**

6) Herstal (2003) **Satisfactions et santé mentale**,france

7) retaye lemi,(2006) **évaluations de qualité de vie chez les enfants et les adolescents.**

8)Raphaeal, (1996) **:quality of life in the people secondary** .**Canada**

9) Frish ,(2005) : **la qualité de vie chez les enfants ayants difficultés d'apprentissages**. ,**France.**

10) Kingot hinds, (1996):**the student's academic in quality of live in teachers .NEW YORK.**.

11) Shaloch, (2003):**qualité de vie et la réussites scolaires chez les enfants du collèges .étude comprennent élèves 10-12 ans.**

المجلات:

- المركز الوطني للوثائق التربوية (2008)، وزارة التربية الوطنية ،الجزائر.

- محمد البشراوي الانور (2006)، **اثر أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء على توافقهم الدراسي** ، العدد التاسع عشر ،مجلة علم النفس.

- محمد علي عاشور (2004) ،**مدى اهتمام هيئة التدريس في علوم التربية والبحوث المرتبطة بالتطوير التربوي مجلة العلوم التربوية والنفسية المجلد 05**،العدد 01.جامعة اليرموك الأردن.

- الإصلاح التربوي في الجزائر مجلة الباحث العدد 4.

القواميس:

-Legends Roland(1993) dictionnaire actuel de l'éducations Guérin 2eme édition.

- Annar 1970 les écoliers inadaptés éd puf 3eme éd paris.

مواقع الانترنيت :

- شبكة المشكاة الإسلامية - مفهوم السعادة النفسية.

- دور الأسرة في نمو شخصية أبنائهم

- جودة الحياة مواضيع،مواقع، رسائل مواقع علم النفس .

- http://w.elssafa.com .

- Google.com

ملحق رقم(1) :يمثل مقياس التوافق الدراسي ليونجمان

اللقب: **الاسم:** **القسم:**

نحن طلبة السنة الثانية ماستر علم النفس المدرسي في صدد القيام ببحث حول التوافق الدراسي و نتقدم إليك عزيز التلميذ بهذا المقياس الذي يتناول مجموعة من الأسئلة المتعلقة بالتوافق الدراسي.و نرجو منك الإجابة عنها بموضوعية وذلك بوضع العلامة (x) في الخانة المناسبة . و نحيطك علما بأننا سنبقي على سرية معلوماتك و لن نستخدمها إلا لغرض علمي

الرقم	الأسئلة	نعم	لا
1	هل غالبا ما تنظر من النافذة أو باب حجرة الدراسة ا والى الملصقات على جدران الحجرة		
2	هل اخذ منك المعلم أشياء تعبث بها أثناء المحاضرة أو طلب منك عدم العبث بها		
3	هل تحاول غالبا الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لك المعلم		
4	هل تتحدث مع التلميذ المجاور أثناء الدرس		
5	هل تقوم أحيانا بقضاء بعض المهام المعلم		
6	هل تجد انه من الصعب عليك الجلوس ساكنا في مكانك مدة طويلة		
7	هل تغلق كتبك بسرعة		
8	هل تكون في العادة هادئا في حجرة الدراسة		
9	إذا وجه المعلم سؤالا للتلميذ هل غالبا ما ترفع أصبعك للإجابة		
10	هل تستغرق أحيانا في أحلام اليقظة أثناء الدرس		
11	هل تحضر معك قلمك بصورة دائمة إلى الدرس		
12	هل غابا ما عاقبك المعلم		
13	هل تؤدي واجبك المطلوب منك دائما في الوقت المناسب		
14	هل اشتركت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائك بالمدرسة		
15	هل غالبا ما توجه انتباهك للمعلم أثناء حديثه		
16	هل سبق و أن وجهت للمعلم أي أسئلة		

17	هل يمكنك الاستمرار في أداء العمل الذي تقوم به لمدة طويلة		
18	هل عادة تكون معك كل الكتب و الأدوات التي تحتاجها أثناء الدرس		
19	هل أحيانا تترك ما تقوم به من عمل دون أن تنتهي		
20	هل غالبا ما تؤدي عملك معتمدا على نفسك		
21	هل سبق و أن حاولت دفع زملائك بقوة خارج أو داخل حجرة الدراسة		
22	هل غالبا ما تستأذن لكي تغادر حجرة الدراسة		
23	هل تنفذ دائما ما يطلب منك بدون تذمر		
24	هل أحيانا تبدأ في الضحك في حجرة الدراسة		
25	هل ترفع صوتك أحيانا بالإجابة		
26	هل دائما تطلب الإذن من المعلم قبل أن تترك مكانك		

ملحق (2):يمثل مقياس جودة الحياة لكاظم و المنسي

الاسم:

الجنس:

التعليمة: الأخوة والأخوات من الطلبة الأعزاء
تحية وبعد...
نرجو التكرم بقراءة بنود المقياس المرفق، والإجابة عن كل منها بما يعبر عن شعوركم الحقيقي، وما تقومون به بالفعل، حيث لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة على أسئلة المقياس.
وفي الوقت الذي نشكركم فيه على تعاونكم البناء معنا في هذه الدراسة العلمية، نرجو تعبئة البيانات التالية بالمعلومات المناسبة.
وتقبلوا خالص تحيات الباحثين....

يرجى وضع إشارة (√) في المكان المناسب:

الرقم	العبارات	نعم	لا	تقريبا
1	اشعر بالحيوية والنشاط.			
2	يحرص ولي آمري على صحتي.			
3	نهتم بنظافة الحي			
4	أتناول وجبات غذائية ومتوازنة			
5	اشعر بآلام جسمية تمنعني من القيام بأعمالي			
6	تسبب لي المحفظة آلاما في الظهر			
7	تزيد ممارستي للرياضة من حيويتي ونشاطي			
8	نعاني من الروائح الكريهة لعدم وجود قنوات صرف المياه			
9	اشعر بالتعب والإرهاق			
10	الأنشطة الترفيهية متنوعة ومناسبة لي .			
11	مستوانا المعيشي جيد			
12	اسكن قريبا من المدرسة			
13	لدي غرفة مجهزة بكل الوسائل			
14	يوفر ولي أمري كل ما احتاجه في الدراسة			
15	احصل على الأشياء التي تقيدني بسهولة.			
16	أجد صعوبة في التواصل مع الوالدين.			
17	أجد صعوبة في مراجعة دروسي لكثرة المشاكل في البيت.			
18	نعاني من صعوبات مالية كثيرة			

19	اعمل لأوفر حاجاتي في المدرسة.			
20	لا اشعر بالراحة والانسجام عندما ادخل إلى المنزل			
21	يدرسني أحسن الأساتذة في المتوسطة.			
22	طريقة الجلوس تشعني بالراحة			
23	وسيلة النقل المدرسية الجيدة			
24	استعمال الزمن مناسب لي			
25	طريقة الأستاذ تشعرني بالملل			
26	قاعة الرياضة مجهزة وآمنة			
27	الخدمات المقدمة لنا في المكتبة جيدة			
28	أجد صعوبة في التعامل مع الفريق التربوي			
29	استفيد من وقت استراحتي أكثر مما ينبغي.			
30	أعاني من التمييز في القسم			
31	اشعر باني مقرب من والديا			
32	يعاملني والديا معاملة حسنة			
33	أيحبني أصدقائي وجيراني			
34	أعاني من ضغوطات عائلية			
35	يضايقني زملائي في القسم.			
36	احصل على دعم معنوي من أسرتي			
37	اشعر بالراحة مع زملائي			
38	علاقتي مع الآخرين جيدة			
39	يكرهني الآخرين			
40	علاقتي سيئة مع الآخرين			
41	أنا استمتع بحياتي			
42	اشعر بالأمان في حياتي اليومية			
43	أنا راض على اهتمام والديا بي			
44	اشعر بالراحة في المدرسة			
45	أنا راض على حياتي المادية			
46	أنا راض على المكان الذي نسكن فيه			
47	أنا راض على طريقة المعاملة في المدرسة			
48	اشعر بالسعادة والارتياح			

49	أنا راض على حياتي بشكل عام			
50	اشعر بالاطمئنان نحو مستقبلي			
51	اشعر بالقلق			
52	اشعر باني وحيد			
53	ينتابني الاكتئاب دون سبب			
54	أتحكم في أعصابي			
55	أمر بسيط يحبطني			
56	أنا عصبي جدا.			
57	أخاف من ردة فعل الأستاذ عند الإجابة			
58	لا أتكيف مع الأمور الجديدة بسرعة			
59	أنا هادئ			
60	أحس بالضيق والملل			

ملحق رقم(3): نتائج علاقة جودة الحياة بالتوافق الدراسي

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=VAR00001 VAR00002
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Corrélations

Remarques

Résultat obtenu		08-MAY-2017 11:19:31
Commentaires		
Entrée	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données0
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	160
Traitement valeurs manquantes	Définition de manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques pour chaque paire de variables sont basées sur toutes les observations comportant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES=VAR00001 VAR00002 /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,05
	Temps écoulé	00:00:00,08

[Ensemble_de_données0]

Corrélations

ملحق رقم(3): نتائج علاقة جودة الحياة بالتوافق الدراسي

		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Corrélation de Pearson	1	-,028
	Sig. (bilatérale)		,721
	N	160	160
VAR00002	Corrélation de Pearson	-,028	1
	Sig. (bilatérale)	,721	
	N	160	160

ملحق رقم(4):نتائج الفروق بين الذكور و الاناث في جودة الحياة

```
T-TEST GROUPS=VAR00003(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=VAR00001
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

Remarques

Résultat obtenu		08-MAY-2017 11:22:44
Commentaires		
Entrée	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données0
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	163
Traitement des valeurs manquantes	Définition de manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors intervalle pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=VAR00003(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=VAR00001 /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,00
	Temps écoulé	00:00:00,02

[Ensemble_de_données0]

Statistiques de groupe

ملحق رقم(4):نتائج الفروق بين الذكور و الاناث في جودة الحياة

	VAR00003	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	1,00	80	68,7750	14,28461	1,59707
	2,00	80	69,7875	13,41329	1,49965

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
VAR00001	Hypothèse de variances égales	,463	,497	-,462	158
	Hypothèse de variances inégales			-,462	157,378

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
VAR00001	Hypothèse de variances égales	,645	-1,01250	2,19079
	Hypothèse de variances inégales	,645	-1,01250	2,19079

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance 95% de la différence	
		Inférieure	Supérieure
VAR00001	Hypothèse de variances égales	-5,33952	3,31452
	Hypothèse de variances inégales	-5,33965	3,31465

ملحق رقم (5):نتائج الفروق بين الذكور والاناث في التوافق الدراسي

```
T-TEST GROUPS=VAR00003(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=VAR00002
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

Remarques

Résultat obtenu		08-MAY-2017 11:23:11
Commentaires		
Entrée	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données0
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	163
Traitement des valeurs manquantes	Définition de manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors intervalle pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=VAR00003(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=VAR00002 /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,02

```
[Ensemble_de_données0]
```

Statistiques de groupe

ملحق رقم (5):نتائج الفروق بين الذكور والاناث في التوافق الدراسي

	VAR00003	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00002	1,00	80	16,2125	4,35656	,48708
	2,00	80	16,1500	4,36934	,48851

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
VAR00002	Hypothèse de variances égales	,004	,952	,091	158
	Hypothèse de variances inégales			,091	157,999

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
VAR00002	Hypothèse de variances égales	,928	,06250	,68984
	Hypothèse de variances inégales	,928	,06250	,68984

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance 95% de la différence	
		Inférieure	Supérieure
VAR00002	Hypothèse de variances égales	-1,30000	1,42500
	Hypothèse de variances inégales	-1,30000	1,42500