جودة الحياة الروحية وعلاقتها بالحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق دراسة ميدانية على طلبة جامعتي الانبار وسعيدة

د. عايش صباح
جامعة سعيدة ، الجزائر
م.م. عمر خلف رشيد الشجيري
جامعة الانبار -كلية التربية للعلوم الانسانية

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى كل من جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة في الجزائر والعراق، وكذا الفروق في مستوى جودة الحياة الروحية والحصانة تبعا لمتغير البلد، وأخيرا العلاقة بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق. تم إجراء الدراسة على عينة متكونة من عينة الدراسة من (١٨٧) طالبا وطالبة على مستوى جامعتي الانبار بالعراق وسعيدة بالجزائر تم اختيارهم بطريقة عرضية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بالاعتماد على أداتي قياس تمثلتا في **مقياس جودة الحياة الروحية:SPIRITUALITY INDEX OF WELL BEING** من إعداد **Daaleman & Frey**" " (٢٠٠٤) وترجمة الباحثان وكذا مقياس الحصانة النفسية من إعداد "سويعد، ميرفت ياسر"(٢٠١٦) . تمت معالجة بيانات الدراسة باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية باستخدام: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، المتوسط النظري، اختبار ت لعينتين مستقلتين، الاختبار التائي لعينة واحدة one sample t.test، معامل الارتباط بيرسون. وقد توصلت الدراسة إلى وجود أن هناك مستوى جودة الحياة الروحية مرتفع لدى طلبة العراق، فيما يتعلق بطلبة الجزائر فقد تم التوصل إلى أن هناك مستوى منخفض من جودة الحياة الروحية ، كما أن هناك مستوى مرتفع من الحصانة النفسية لدى طلبة العراق والجزائر وكذا العينتين معا. تم التوصل إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لصالح طلبة العراق، وأخيرا توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين المتغيرين.

Abstract :

The purpose of this study is to explore the level Spiritual well-being and Psychological Immunity among the university students in Algeria and Iraq, and the Differences in the level of Spiritual well-being and Psychological Immunity according to the country's variable, and finally the relation btween the Spiritual well-being and Psychological Immunity . The sample of the study consisted of (187) students at the level of Al Anbar Universities in Iraq and Saida in Algeria. The sample was chosen Accidentally.The researchers used scale of the SPIRITUALITY INDEX OF WELL BEING prepared by Daaleman & Frey (2004) and the translation of the researchers and psychological immunity by" Suwaid, Mervat Yasser "(2016) . The study found a high level of quality of Spiritual well-being among Iraqi students. As for Algerian students, it was found that there is a low level of Spiritual well-being. There is also a high level of psychological immunity among Iraqi and Algerian students as well as both. There were differences in the Spiritual well-being and psychological immunity . Finally, the study found a correlation between the variables.

مقدمة:

يُعد مفهوم جودة الحياة من مجالات البحوث الأسرع نموا، والأكثر اهتماما خلال القرن الحادي والعشرين، ويعد هذا المفهوم مقياسا لمدى رفاهية الأفراد والمجتمعات والشعوب.

لقد أصبحت جودة الحياة من القضايا الهامة في ممارسة الرعاية الصحية، والدراسات، والأبحاث العلمية منذ عام (١٩٤٨)، حين قامت منظمة الصحة العالمية بتعريف الصحة

بأنها: " ليست غياب المرض والعجز فقط، بل هي أيضا السلامة الجسدية، والعقلية، والرفاهية الاجتماعية". (عايش ، ٢٠١٧، ص٣٠)

ومنذ عام ١٩٦٠، شهد أدب جودة الحياة اهتماما متزايدا بالعلاقة بين جودة الحياة والروحانية، حيث أصبح النظر إلى الانسان نظرة روحية أمر في غاية الالحاح، سواء في علاقة الانسان بالإنسان ، أو في علاقته بذاته ، وبالمنتجات الثقافية والحضارية. ومن هذه الزاوية تأرجح النظر إلى الانسان بين الجانب المادي للحياة والجانب الروحي.(زرارقة، ٢٠٠٨، ص ١٠٩)

خلال العقود الماضية تطورت المفاهيم من البنى البسيطة، وأحادية البعد، التي غالبا ما تكون قابلة للقياس موضوعيا إلى مفاهيم أكثر تعقيدا تتضمن كلا من المكونات الموضوعية والذاتية.

إذ المسلم به أنه على الرغم من أهمية البيانات الموضوعية، مثل مستوى الدخل، والسكن، ومعدلات الجريمة، في تقييم نوعية الحياة، لا بد من استكمالها بتقارير عن جودة الحياة الذاتية من أجل الحصول على صورة أكثر دقة ، وهذا يعني أن إجراء أي تقييم شامل لجودة الحياة يتطلب بيانات تصف ظروف حياة الناس الموضوعية وكذلك تصوراتهم لتلك الظروف، وعلى غرار جودة الحياة التي لا تزال طبيعتها وطريقة قياسها قيد المناقشة فإن مفهوم جودة الحياة الروحانية قد تأثر بطريقة مماثلة من حيث محتواه وطريقة قياسه.

فتقييم الروحانية قد يبتعد عن قياس السلوك الملحوظ الذي ينظر إليه على أنه "روحاني" مثل الحضور للصلاة، وكيفية تقييم تجربة الشخص الذاتية لهذه السلوكيات. (McPherson ,2001, p 2)

ان الروحانية ليست وليدة التفكير الحديث أو المعاصر لكن ترتبط مفاهيمها بعمق التفكير الانساني، ولا يمكن النظر إلى الروحانية على أساس قوالب معينة، بل أن حياة الانسان كل انسان لها مسحة روحية مقابل الجانب المادي من الحياة الذي يتمثل في جانب من جوانبه، والموازنة بين ثنائية النفس والجسد أو ثنائية الانسان والحضارة الهادفة.(زرارقة، ٢٠٠٨، ص ١٠٩)

طوال تاريخ البشرية، كانت الروحانية جزءا أساسيا ومتكاملا من الحياة البشرية على المستويين الفردي والمجتمعي.

من وجهة نظر نفسية، فإن مراحل إريكسون الثمانية للنمو النفسي تشير إلى أن كل فرد في مرحلة ما من حياته سوف يقوم بطرح أسئلة عن نفسه مثل "من أنا؟" و "من أكون ؟" ، " كيف أثبت وجودي؟" ، وبالتالي يصبح البحث عن الأنا جانبا رئيسيا من جوانب النمو النفسي الصحي.

ومن منظور النمو الاجتماعي، ترى نظريات النمو أن الأفراد يتحولون خلال تقدمهم بالسن من تركيزهم المادي إلى نظرة أكثر روحية وتسامي. وعلى مدى العقود القليلة الماضية، بدأ مهنيو الرعاية الصحية والاجتماعية ايلاء اهتمام أكبر بالروحانية والرعاية الروحية، التي يعتقد الآن أنها تسهم إسهاما كبيرا في الصحة النفسية والجسدية. وفي عام ٢٠٠٣، اقترحت منظمة الصحة العالمية إدراج جودة الحياة الروحية في التقييم الصحي للمرضى. (Vivian ,2015 ,p1)

إن جودة الحياة الروحية هي بنية متعددة الأبعاد، وقد تم تعريفها بطرق عديدة، وغالبا ما كان يعتقد أنها تعكس التدين في حين أنها تختلف عنه. فالمعتقدات الدينية ترتبط بتقاليد دينية معينة، وقد ينطوي التدين على المشاركة والالتزام بمعتقدات معينة (أيديولوجية)، والممارسات الدينية (الصلاة، والصوم وغيرها)، والقيود الدينية (تناول مأكولات ما والامتناع عن غيرها..) والمشاركة في المجتمع الديني.

فيما عرف كل من "موراي وزنتنر" " Murray and Zentner" (١٩٨٩) الروحانية كجودة بأنها تتجاوز الانتماء الديني الذي يسعى للإلهام، والتقديس، والرهبة. ومن الواضح أن جودة الحياة الروحية هي بناء واسع يشمل العديد من الأبعاد بما في ذلك الحصانة النفسية.

فبالرغم من القضايا المنهجية وخصوصيات المتغير، قد اعترفت المهن الطبية والنفسية بأن جودة الحياة الروحية توفر تأثيرا مفيدا لصحة الإنسان وشفائه، حيث وجدت دراسة " Jafari et al"(2010) التي طبقت على طلبة الجامعة أن هناك علاقة بين جودة الحياة الروحية والصحة العقلية (Jafari et al ,2010,p74) ، على اعتبار أن التحصين النفسي يشبه عملية التحصن ضد الامراض العامة، وهكذا إن جودة الحياة الروحية تعتبر عاملا مهما في الصحة النفسية.

فيما أجرى "لي" "Lee" (٢٠١٤) دراسة لتحديد العلاقة بين جودة الحياة الروحية والاكتئاب والإجهاد المدرك على ٥١٨ طالبا ، أظهرت النتائج أن جودة الحياة الروحية لا ترتبط مع المراسيم الدينية، ودرجة الرضا الذاتي تتعلق بالعمل المستقبلي بشكل أساسي ، فيما كانت هناك علاقة عكسية بين جودة الحياة الروحية وكل من الاكتئاب والاجهاد النفسي. (Lee,2014,p 169)

كما وثقت العديد من الدراسات الدور الإيجابي لجودة الحياة الروحية في التوافق مع الحياة الجامعية ، حيث وجد " شافنر" "Schaffner" (٢٠٠٥) أن جودة الحياة الروحية تعتبر مؤشرا هاما للتوافق الجامعي لدى الطلبة مع مستويات أعلى من التكيف مما يسهم في تحقيق نجاح أكاديمي أفضل، وبالإضافة إلى ذلك، أظهرت البيانات الارتباطية علاقات إيجابية هامة بين الرفاه الروحي والاستقلال عن الأم والأب على السواء.(Schaffner ,2005, p٤٢٦)

ووجد "أديسون" "Addison" (١٩٩٧) أن المستويات العالية من الروحانية ترتبط بالتوافق الجامعي ومواجهة الضغوط ، كما أن أنها مرتبطة بموقع الضبط أكثر من الانتماء الديني. (Addison ,1997,p38)

"دندريا" "D'Andrea" (٢٠٠٤) وجدت أن أنماط المواجهة الروحية الإيجابية (مثل الصلاة والتأمل) تعزز التكيف الجامعي، مما يعني أن استراتيجيات المواجهة الروحية يمكن أن تلعب دورا هاما في التكيف النفسي للطلاب الجامعيين الجدد. (D'Andrea ,2004,p517)

ومن المفاهيم المهمة التي طالعنا بها علم النفس الايجابي في القرن الواحد والعشرين مفهوم الحصانة النفسية التي هي مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادرا على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط النفسية والانهاك النفسي، ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وافكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن واجهوا نفس الظروف.(سويعد، ٢٠١٦، ص ١٣)

تم استخدام هذا الجانب الواقي من الناحية الصحية في ما يعرف بنظرية نظام المناعة النفسية أو الحصانة النفسية ، وقد قدم "أولاه" "Oláh" (١٩٩٦، ٢٠٠٩) هذا المفهوم، القائم على علم النفس الإيجابي، بهدف دمج الإمكانات الشخصية – كالشعور بالسيطرة، والصلابة النفسية، والتفاؤل ، والوعي الذاتي، والكفاءة الذاتية – في نظام متكامل.

وقد عرف "أولاه" "Oláh" الحصانة النفسية بأنها وحدة متعددة الأبعاد ولكنها متكاملة من موارد القدرة على الصمود الشخصية أو القدرات التكيفية التي توفر الحصانة ضد الأضرار والإجهاد ، هذه الموارد – مثل التفكير الإيجابي، الشعور بالترابط، الشعور بالنمو الذاتي، من بين أمور أخرى – توفر القدرة على تحمل الفرد للإجهاد والتعامل معه بشكل فعال. هذه الإمكانات تساعد الفرد على التعامل بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الأشكال، بل تثري فعاليته وقدرته التنموية بسبب المشاركة النشطة والبناءة في الوضع المجهدة .(Oláh, 2009, p1).

وقد أجرت "Bóna" دراسة كان الغرض منها معرفة العلاقة بين بعض المتغيرات النفسية مع الحصانة النفسة للمراهقين الذين تتراوح اعمارهم بين (سن ١٤-٢٤). أظهرت عينة الدراسة درجات أعلى بكثير على مقياس الحصانة النفسية، كما ان هذه الاخيرة تتنبأ بمستوى أكبر من الرضا والارتياح لدى عينة الدراسة.(Bóna :2014,p7)

فيما توصلت دراسة "لورنكز وآخرون" "Lőrincz ET AL"(2011) إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين دور تأثير الحصانة النفسية والمزاح العاطفي للشخصية، وأن التفكير الايجابي والتفاؤل ومشاعر الضبط كل ذلك يساعد ف تدفق الخبرات وانشطة الفرد والتحكم العاطفي .(سويعد: ٢٠١٦، ص 61)

إن العلاقة بين مفهوم جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية جديرة بالدراسة والاهتمام باعتبارهما من المفاهيم الهامة في علم النفس الايجابي وما يترتب عليهما من آثار ايجابية على التوافق النفسي للفرد.

وخلاصة ما سبق أن الدراسات السابقة كلها تجمع على أهمية كل من جودة الحياة الروحية وكذا الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة باعتبارهما متغيرين يساهمان في الصحة النفسية للطالب وكذا الوقاية من الضغوط النفسية والاجهاد، خصوصا في المرحلة الجامعية التي لها دور فعّال في حياة الطالب من خلال إسهامها في تنمية شخصيته، خصوصا في ظل التطور السريع الذي يشهده العالم اليوم والثورة التكنولوجية التي جعلت الشباب يعيش في مجتمع متنوع أمام فرص وآفاق واسعة في كل مجالات الحياة.

وأيضا ضرورة وجود دراسات تجمع المتغيرين في ظل ندرة الدراسات التي درست المتغيرين معا سواء أجنبيا أم عربيا ، فالمستعرض لأدبيات جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية يجد نقصا واضحا من هنا كانت الحاجة ملحة للتعرف على مستوى كل من جودة الحياة الروحية والحصانة النفسة والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة في كل من الجزائر والعراق والمقارنة بينهما.

و على ضوء ما سبق نطرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى جودة الحياة الروحية لدى طلبة الجامعة في الجزائر والعراق؟
- ما مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة في الجزائر والعراق؟
- هل يوجد فروق في مستوى جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق؟
- هل يوجد فروق في مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق؟
- هل توجد علاقة بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق؟

فرضيات الدراسة:

يوجد فروق في مستوى جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق.

يوجد فروق في مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق.

توجد علاقة بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق.

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى كل من جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق، وكذا التعرف على الفروق في مستوى جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق وأخيرا معرفة العلاقة بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق.

أهمية الدراسة:

تعد الدراسة الحالية إضافة في مجال البحوث المتعلقة بجودة الحياة الروحية والحصانة النفسية، وتستمد أهميتها من الجدة التي تنطوي عليها متغيرات هذه الدراسة، كونها تتناول موضوعات لم تلقى الاهتمام الكافي من قبل الباحثين. إن متغير جودة الحياة الروحية يعني تطلعا للرفاهية الروحية، التي تسهم إسهاما كبيرا في الصحة النفسية والجسدية ومؤشرا هاما من مؤشرات الصحة النفسية، وكذا الحصانة النفسية التي تعتبر جانبا وقائيا من الامراض النفسية، كما تعتبر هذه الدراسة إضافة علمية في مجال علم النفس الايجابي.

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على معرفة العلاقة بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلاب الجامعة الجزائرية والعراقية.

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة بجامعة سعيدة الجزائر و جامعة الأنبار بالعراق.

الحدود الزمانية : العام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧)

- تحديد مفاهيم البحث نظرياً

الحياة الروحية :- عرفها كل من

-ستيورث "حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الشخص مدى واسع من المشاعر ، منها الحيوية ، الاقبال على الحياة ، الثقة في الذات ، الصراحة والامانة مع الذات ومع الاخرين ، البهجة والمرح ، والسعادة ، الهدوء والاهتمام بالاخرين (عكاشة وسليم ، ٢٠١١، ص٥).

-بيتون " تقييم معرفي انفعالي للحياه يشتمل على الحالة المزاجية للفرد وردود الافعال الانفعالية تجاه الاحداث ، او الحكم حول انجازاته في الحياة ، والرضا عن الحياة مع الشعور بالتوافق (عكاشة وسليم ،٢٠١٠، ص٥)

الحصانة النفسية : عرفها كل من

-**ختاتنة وابو سعد (٢٠١٠)** "امتلاك الفرد علي مواجهة، الازمات، والضغوطات النفسية، وتحمل المصاعب، والمتاعب، ومقاومة ماينتج عنها من مشاعر وأحاسيس، وافكار

تجعله في مامن يعاني منه أقرانة ممن واجهوا نفس الظروف والادحداث (ختاتنة، وابو اسعد، ٢٠١٠ ،ص٢٧٠) .

– **وعرف ألبرت** "بانها مجموعة من السمات الشخصية ، التي تجعل الفرد قادرا على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضعوط والانهاك النفسي، ودمج كافة الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في المواقف المشابهة، حيث ينتج أجسام مضادة نفسية تحمي الفرد من التأثيرات البيئية السبية (Albert,2012.p104).

– تحديد مفاهيم البحث إجرائيا:

جودة الحياة الروحية: هي الدرجات التي يتحصل عليها طلبة الجامعة على مقياس جودة الحياة الروحية، الذي يحتوي على ١٢ عبارة تتوزع على بعدين رئيسيين هما: الفعالية الذاتية وخطة الحياة. يعكس هذا المقياس تصورات الفرد لنوعية الحياة الروحية ، ويتم الاستجابة على البنود عن طريق مقياس ليكرت الخماسي الذي يتراوح من ١ (أوافق بشدة) إلى ٥ (لا أوافق بشدة)، بحيث يكون المتوسط الحسابي لمجموع الدرجات أكبر من المتوسط النظري، وذلك للمقياس ككل وبعديه.

الحصانة النفسية: هي الدرجات التي يتحصل عليها طلبة الجامعة على مقياس الحصانة النفسية للشباب ويحتوي ٤٥ فقرة تتوزع على خمسة أبعاد كالتالي: الالتزام الديني، التفاؤل، حل المشكلات، المبادرة الذاتية، الثقة بالنفس، تقع الإجابة على المقياس في أربع مستويات (دائما، غالبا ، أحيانا ، مطلقا)، ولا يحتوي المقياس أي عبارة سلبية.

طلبة الجامعة: هم الطلبة الذين يزاولون دراستهم بالجامعة.

الجانب الميداني للدراسة:

ثانيا– إجراءات الدراسة الميدانية:

تم إتباع المنهج الوصفي انطلاقا من طبيعة الدراسة التي تهدف إلى معرفة مستوى جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية وكذا العلاقة بينهما لدى طلبة الجزائر والعراق ، والمنهج المختار في هذا البحث وطبقا للأهداف سالفة الذكر، قام على الدراسة الاستكشافية من جهة، وعلى الدراسة الارتباطية والمقارنة من جهة أخرى.

١- **الإطار المكاني والزماني للدراسة:** بالنسبة للمجال الجغرافي فقد وقع اختيار الباحثين على جامعتي سعيدة والأنبار، وتم إجراء هذه الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠١٧.

٢- **مجتمع الدراسة:** تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الجزائر والعراق على مستوى جامعتي سعيدة والأنبار.

٣- **عينة الدراسة:** تألفت عينة الدراسة من (١٨٧) طالبا وطالبة ، تم اختيارهم بطريقة الصدفة، وفيما يلي خصائص عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس والبلد.

الجدول رقم(٠٥)

البلد	الجنس			المجموع
الجزائر	ذكور	التكرار	١٦	٨٨
		النسبة المئوية	%١٨,٢	
	إناث	التكرار	٧٢	
		النسبة المئوية	%٨١,٨	
العراق	ذكور	التكرار	٥٠	٩٩
		النسبة المئوية	%50,5	
	إناث	التكرار	٤٩	
		النسبة المئوية	%٤٩,٥	
ككل المجموع	ذكور	التكرار	66	١٨٧
		النسبة المئوية	%35,3	
	إناث	التكرار	121	
		النسبة المئوية	%64,7	

توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة(الجنس والبلد)

نلاحظ من خلال الجدول توزع العينة بشكل غير معتدل ين الذكور والاناث في العينة الجزائرية حيث بلغت نسبة الذكور١٨,٢% يقابلها نسبة ٨١,٨% من الاناث، فيما كانت العينة العراقية متوزعة بالتساوي بين الذكور والاناث أين بلغت نسبة الذكور ٥٠,٥% وكانت

نسبة الاناث ٤٩,٥%، وقد كانت نسبة الاناث أكبر بالنسبة للمجموع الكلي حيث بلغت٦٤,٧% وقد بلغت نسبة الذكور ٣٥,٣%.

أداتي الدراسة:

مقياس جودة الحياة الروحية: SPIRITUALITY INDEX OF WELL BEING (2004) Daaleman & Frey

تم الاعتماد على مقياس جودة الحياة الروحية ، الذي يحتوي على ١٢ عبارة تتوزع على بعدين رئيسيين هما: الفعالية الذاتية وخطة الحياة.

يعكس هذا المقياس تصورات الفرد لنوعية الحياة الروحية ، ويتم الاستجابة على البنود عن طريق مقياس ليكرت الخماسي الذي يتراوح من ١ (أوافق بشدة) إلى ٥ (لا أوافق بشدة).

مقياس الحصانة النفسية: من إعداد سويعد، ميرفت ياسر.(٢٠١٦)

يهدف المقياس إلى معرفة مستوى الحصانة النفسية للشباب ويحتوي ٤٥ فقرة تتوزع على خمسة أبعاد كالتالي: الالتزام الديني، التفاؤل، حل المشكلات، المبادرة الذاتية، الثقة بالنفس، تقع الإجابة على المقياس في أربع مستويات (دائما، غالبا ، أحيانا ، مطلقا)، ولا يحتوي المقياس أي عبارة سلبية.

التجربة الاستطلاعية:

تهدف التجربة الاستطلاعية إلى التأكد من صلاحية أدوات الدراسة ومعرفة إمكانية تطبيقها على عينة الدراسة الحالية، وقد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من ٤٠ طالبا وطالبة من جامعتي الجزائر والعراق(٢٠ طالب من الجزائر و ٢٠ طالب من العراق).

الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة الروحية بصورته الاصلية:

تم تقدير الثبات عن طريق ألفا كرونباخ وإعادة الاختبار فيما تم تقدير الصدق عن طريق التحليل العاملي التوكيدي، وقد أسفر التحليل العاملي التوكيدي عن المؤشرات التالية:

كا٢ = ٥٠٨.٣٥، P <.001؛مؤشر المطابقة المقارن CFI=٠.٩٨؛ مؤشر تاكر Tucker–Lewis لويس = ٠.٩٧؛ مؤشر جذر متوسط مربع خطأ التقريب RMSEA = ٠.٠١٣

فيما يتعلق بالثبات فقد بلغ معامل ألفا كرونباخ بالنسبة لبعد الفعالية الذاتية٠.٨٦ ، وبيرسون بعد إعادة الاختبار 0.77؛ فيما بلغ ألفا بالنسبة لبعد خطة الحياة ٠.٨٩ وبيرسون بعد إعادة الاختبار 0.86؛ وبالنسبة للمقياس الإجمالي بلغ ألفا = ٠.٩١ وبيرسون بعد إعادة الاختبار 0.79، مما يدل على تمتع المقياس بصدق وثبات جيد. Daaleman & (Frey ,2004, p499)

الخصائص السيكومترية لعينة التجربة الاستطلاعية لمقياس جودة الحياة الروحية:

صدق المقياس: من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة الروحية، تم تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية، وبعد تفريغ النتائج تم حساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي وذلك بعد ترجمة المقياس من طرف الباحثين.

جدول رقم(١):

معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل فقرة ودرجاتهم على أبعاد جودة الحياة الروحية

البعد الفرعي	ا لفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الفعالية الذاتية	١	,778٠	٠.٠١
	٢	,188٠	غير دالة
	٣	,775٠	٠.٠١
	٤	,454٠	٠.٠١
	٥	,682٠	٠.٠١
	٦	,811٠	٠.٠١
خطة الحياة	٧	,876٠	٠.٠١
	٨	,812٠	٠.٠١
	٩	,832٠	٠.٠١
	١٠	,877٠	٠.٠١

	١ ١	,880٠	٠.٠١
	١ ٢	,790٠	٠.٠١

نلاحظ أن كل العبارات دالة، وقد تراوحت مستوى الدلالة من ٠.٠٥ الى ٠.٠١ عدا العبارة ٢ غير دالة لذا تم حذفها.

جدول رقم(٢):

معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل بعد ودرجاتهم على مقياس جودة الحياة الروحية

البعد الفرعي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الفعالية الذاتية	,890٠	٠.٠١
خطة الحياة	,951٠	٠.٠١

ثبات المقياس:

يهدف قياس الثبات إلى التأكد من أن تطبيق أداة القياس عدة مرات يعطي نتائج متسقة، ومن أجل قياس ثبات مقياس جودة الحياة الروحية تم الاعتماد على معامل ألفا كرومباخ، حيث تم حسابه باستخدام برنامج (SPSS.20)، فأظهرت النتائج أن معامل الثبات لبعد الفعالية الذاتية بلغ ٠,٧٢، وبعد خطة الحياة ٠.٩١، فيما بلغ معامل الفا للمقياس ككل ٠.٩١ وهو معامل ثبات جيد.

بعد تقدير الصدق والثبات لأداة الدراسة تم التوصل إلى تقديرات مطمئنة وأصبحت جاهزة لتطبيقها على عينة الدراسة الاساسية.

الخصائص السيكومترية لمقياس الحصانة النفسية بصورته الاصلية:

تم تقدير الصدق عن طريق صدق الاتساق الداخلي ، حيث وجد ان كل العبارات دالة احصائيا عند ٠.٠١.

كما تم تقدير الثبات عن طريق ألفا كرونباخ حيث وجد أن معامل ألفا قد بلغ ٠.٩٤ـ للمقياس ككل، كذلك تم تقدير الثبات عن طريق التجزئة النصفية أين وجد ان معامل الارتباط بين الجزئين قد بلغ(٠,٨٨) (سويعد، ميرفت ياسر،٢٠١٦، ص ١٠٢)

الخصائص السيكومترية لعينة الدراسة الاستطلاعية لمقياس الحصانة النفسية :

صدق المقياس: من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس الحصانة النفسية، تم تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية، وبعد تفريغ النتائج تم حساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم(٣):

الالتزام الديني			التفاؤل			حل المشكلات			المبادرة الذاتية			الثقة بالنفس		
البند	الارتباط	مستوى الدلالة	البند	الارتباط	مستوى الدلالة	البند	الارتباط	مستوى الدلالة	البند	الارتباط	مستوى الدلالة	البند	الارتباط	مستوى الدلالة
١	,061	غير دالة	١٢	,799	0.01	١٩	,651	0.01	٢٨	,464	0.01	٣٧	,569	0.01
٢	,568	٠.٠١	١٣	,808	0.01	٢٠	,643	0.01	٢٩	,461	0.01	٣٨	,635	0.01
٣	,577	0.01	١٤	,416	0.01	٢١	,422	0.01	٣٠	,652	0.01	٣٩	,709	0.01
٤	,615	0.01	١٥	,778	0.01	٢٢	,500	0.01	٣١	,409	0.01	٤٠	,656	0.01
٥	,597	0.01	١٦	,564	0.01	٢٣	,724	0.01	٣٢	,581	0.01	٤١	,590	0.01
٦	,793	0.01	١٧	,685	0.01	٢٤	,686	0.01	٣٣	,757	0.01	٤٢	,715	0.01
٧	,708	0.01	١٨	,696	0.01	٢٥	,724	0.01	٣٤	,712	0.01	٤٣	,748	0.01
٨	,736	0.01				٢٦	,818	0.01	٣٥	,586	0.01	٤٤	,512	0.01
٩	,419	0.01				٢٧	,751	0.01	٣٦	,363	٠.٠٥	٤٥	,455	0.01
١٠	,411	٠.٠١												
١١	,282	غير دالة												

ارتباط الفقرات مع الأبعاد الفرعية الأربعة لمقياس الحصانة النفسية

نلاحظ من خلال الجدول أن هناك عبارتين غير دالتين إحصائيا ، لذا تم حذفهما ليصبح العدد النهائي لفقرات الاستبيان ٤٣ عبارة .

– **الارتباط بين الأبعاد والمقياس ككل:** تم حساب الاتساق الداخلي بين الأبعاد الفرعية والمجموع باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول التالي يبيّن النتائج.

جدول رقم(٤):

ارتباط الأبعاد الفرعية مع مقياس الحصانة النفسية

الأبعاد	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
الالتزام الديني	,797٠	0.01
التفاؤل	,870٠	0.01
حل المشكلات	,923٠	0.01
المبادرة الذاتية	,699٠	0.01
الثقة بالنفس	,842٠	0.01

نلاحظ من خلال الجدول أن كل الأبعاد الفرعية دالة إحصائيا، وعليه فقد آلت محاولة تقدير صلاحية هذه الأداة إلى الاطمئنان عليها.

الثبات:

من أجل قياس ثبات أداة الدراسة تم الاعتماد على معامل ألفا كرومباخ، تم حساب معامل الثبات ألفا كرومباخ باستخدام برنامج(SPSS.20)، فأظهرت النتائج أن معامل الثبات تقدر قيمته بـ ٠.٩٣ وهو معامل ثبات جيد.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

استخدمت الدراسة الأساليب الإحصائية التالية: التكرارات، المتوسط الحسابي، المتوسط النظري، اختبار(ت) لعينة واحدة، اختبار(ت) للفروق بين مجموعتين مستقلتين، اختبار(ف) للفروق بين أكثر من مجموعتين، معامل الارتباط بيرسون.

ثالثا: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

١. عرض نتيجة السؤال الأول:

- ما مستوى جودة الحياة الروحية لدى طلبة الجامعة في الجزائر والعراق؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسط الحسابي والمتوسط النظري، وكذا اختبار ت لعينة واحدة، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء :

الجدول رقم (٠٦):

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس جودة الحياة الروحية وأبعاده

ن=١٨٧						
		المقياس	القيمة المحكية(المتوسط النظري)	المتوسط الحسابي	قيمة (ت) المحسوبة لمجموعة واحدة	مستوى الدلالة
العراق	ن ٩٩	الفعالية الذاتية	١٨	25,5960	24,998	٠.٠١
		خطة الحياة	١٨	24,8485	22,993	٠.٠١
		المقياس ككل	٣٦	٥٠,٤٤٤٤	31,044	٠.٠١
الجزائر	ن ٨٨	الفعالية الذاتية	18	17,9393	-,132	,895
		خطة الحياة	18	11,9467	-10,458	0.01
		المقياس ككل	٣٦	29,8861	-6,854	0.01
العينة الكلية	ن١٨٧	الفعالية الذاتية	18	21,9928	10,279	,000
		خطة الحياة	18	18,7771	1,371	,172
		المقياس ككل	٣٦	40,7699	5,328	0.01

نلاحظ من خلال الجدول أن هناك مستوى مرتفع من جودة الحياة الروحية لدى طلبة العراق ، حيث أن الدرجة **الكلية لمقياس جودة الحياة الروحية وبعديه الرئيسيين** جاءت مرتفعة بمتوسط حسابي يقدر بـ ٥٠,٤٤٤٤ للمقياس ككل، و ٢٥,٥٩٦٠ لبعد الفعالية الذاتية، و٢٤,٨٤٨٥ لبعد خطة الحياة وكل هذه القيم أكبر من المتوسطات النظرية التي قدرت ب ٣٦ للمقياس كل و١٨للبعدين الرئيسيين وبدلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١ بعد مقارنة المتوسطين النظري والحسابي باستخدام اختبار ت لعينة واحدة.

تعكس هذه النتائج ارتفاع جودة الحياة الروحية لدى طلبة العراق، إذ أنهم ما زالوا يتمتعون بروحية مرتفعة رغم الظروف التي يمر بها طلبة العراق منذ أكثر من عقد من الزمن، من ضغوط وحروب وغيرها إلا أن مواجهة الضغوط تستلزم عددا من الموارد أهمها جودة الحياة الروحية العالية.

فجودة الحياة الروحية العالية تمنح الفرد فرصة للانفصال عن الظروف المحيطة به، بحيث تصبح نظرته للحياة نظرة تتميز بالوضوح ، وهكذا فإن جودة الحياة الروحية تعتبر عاملا إيجابيا تؤثر على تصرفات الشخص الذي يتمتع به بشكل ينعكس على ذاته وعلى من حوله فيتقبل الحياة كما هي، وهكذا فإن طلبة العراق رغم ظروف الحرب والدمار فإنهم يطمحون إلى تحسن أوضاعهم الحياتية ويحذوهم أمل كبير في المستقبل ما جعل جودة حياتهم مرتفعة.

فيما يتعلق بطلبة الجزائر فقد تم التوصل إلى أن هناك مستوى منخفض من جودة الحياة الروحية، فقد كانت قيم المتوسط الحسابي للمقياس ككل وبعدي الفعالية الذاتية وخطة الحياة التي بلغت على التوالي: ٢٩,٨٨٦١،١٧,٩٣٩٣، ١١,٩٤٦٧ أُقل من المتوسط النظري، وان كانت الفروق بين المتوسط النظري والحسابي لبعد الفعالية الذاتية لم ترق إلى مستوى الدلالة الاحصائية فقد جاءت الفروق لبعد خطة الحياة والمقياس ككل دالة عند مستوى ٠.٠٠١.

ويرجع هذا إلى طبيعة المرحلة التي يمر بها الطلبة ، فمرحلة نهاية المراهقة والشباب تعتبر مرحلة تشكيل الهوية ، أين يقضي المراهق جل وقته في التفكير، والمراجعة، والتأمل في الأفكار، والقيم السائدة، وكذلك الخيارات المهنية التعليمية المتاحة، وكيفية النجاح في الصداقات مع أقرانه، وتبني قيم معينة، وأدوار اجتماعية، وأفكار وخيارات متعددة، تمنحه الإحساس بوجوده المستقل المتميز، الذي يساعده في بناء المستقبل، لهذا يتعرض المراهقون إلى ما يعرف بأزمة الهوية. وتعد أزمة الهوية المشكلة الرئيسية في مرحلة المراهقة، تبدأ عندما يسأل المراهق نفسه: من أنا؟، من أكون؟، ما دوري في المجتمع؟، كيف اثبت وجودي؟، كيف أحقق النجاح ؟، ويجد المراهق نفسه أمام مطالب متعددة، وأفكار متناقضة، مما يجعله يعيش صراعات متعددة ، ويضاف إلى ذلك ضغوط الحياة الجامعية ومتطلباتها التي قد تؤثر على

نفسيته وأداءه الدراسي والاجتماعي وتنعكس افرازاتها بصورة واضحة على شخصيته ومفردات تعامله مع الاخرين، كل هذا يؤدي إلى انخفاض جودة الحياة الروحية وادراكهم لها.

بالنسبة للعينة الكلية طلبة الجزائر والعراق نجد أن مستوى جودة الحياة الروحية جاء مرتفعا بالنسبة للمقياس ككل حيث بلغ ٤٠,٧٦٩٩ وهو أكبر من المتوسط النظري عند مستوى دلالة ٠.٠١، فيما المتوسط الحسابي لبعد الفعالية الذاتية ٢١,٩٩٢ وهو أكبر من المتوسط النظري بدلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١، أما بعد خطة الحياة فقد جاء متوسطه الحسابي الذي بلغ ١٨,٧٧٧١ متقاربا مع المتوسط النظري وجاءت قيمة ت غير دالة.

من خلال هذا العرض لنتائج التساؤل الاول حول مستوى جودة الحياة الروحية لدى كل من طلبة العراق والجزائر نجد أن المستوى مرتفع في العموم فيما يتعلق بالمقياس ككل وكذا بعد الفعالية الذاتية بينما جاء مستوى خطة الحياة متوسطا.

وهذا يعكس جودة الحياة المرتفعة لدى الطلبة على العموم ، إذ بالرغم من الكم الهائل من المتغيرات السلبية التي يتعرض لها الطلبة اليوم في العالم العربي والجزائر والعراق على وجه الخصوص التي امتدت إلى كل نواحي الحياة إلا أن الطلبة مازالوا يتمتعون بجودة روحية عالية تعكس مميزات المجتمعين من عادات وتقاليد ومستوى تدين جعل الطلبة يشعرون بروحانية عالية.

٢. عرض ومناقشة التساؤل الثاني:

– ما مستوى الحصانة النفسية لدى طلبة الجامعة في الجزائر والعراق؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسط الحسابي والمتوسط النظري، وكذا اختبار ت لعينة واحدة، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

الجدول رقم (٠٧):

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس جودة الحياة الروحية وأبعاده

ن=١٨٧						
		المقياس	القيمة المحكية(المتوسط النظري)	المتوسط الحسابي	قيمة (ت) المحسوبة لمجموعة واحدة	مستوى الدلالة
العراق	ن ٩٩	الالتزام الديني	٢٢,٥	30,4242	24,582	0.01
		التفاؤل	١٧,٥	24,5051	35,361	0.01
		حل المشكلات	٢٢,٥	31,7677	35,276	0.01
		المبادرة الذاتية	٢٢,٥	30,3939	28,248	0.01
		الثقة بالنفس	٢٢,٥	30,6061	28,200	0.01
		المقياس ككل	١٠٧,٥	147,697	55,318	0.01
الجزائر	ن ٨٨	الالتزام الديني	22,5	25,5051	5,969	0.01
		التفاؤل	17,5	20,3688	6,271	0.01
		حل المشكلات	22,5	26,6547	8,216	0.01
		المبادرة الذاتية	22,5	30,9668	18,619	0.01
		الثقة بالنفس	22,5	27,4643	10,259	0.01
		المقياس ككل	107,5	130,959	12,089	0.01
العينة الكلية	ن١٨٧	الالتزام الديني	22,5	28,1093	16,385	0.01
		التفاؤل	17,5	22,5585	17,892	0.01
		حل المشكلات	22,5	29,3615	20,636	0.01
		المبادرة الذاتية	22,5	30,6636	31,367	0.01
		الثقة بالنفس	22,5	29,1275	22,365	0.01

		المقياس ككل	107,5	139,82	27,803	0.01

نلاحظ من خلال الجدول أن هناك مستوى مرتفع من الحصانة النفسية لدى طلبة العراق والجزائر وكذا العينتين معا، حيث أن الدرجة **الكلية لمقياس الحصانة النفسية لطلبة العراق** جاءت مرتفعة بمتوسط حسابي يقدر بـ 147,6970 ، وكذا ١٣٠,٩٥٩٢ بالنسبة لطلبة الجزائر ، فيما بلغ هذا الاخير ١٣٩,٨٢ للعينتين معا، وكل هذه القيم أكبر من المتوسط النظري التي قدر ب 107,5 للمقياس كل وبدلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١ بعد مقارنة المتوسطين النظري والحسابي باستخدام اختبار ت لعينة واحدة.

نفس الامر بالنسبة للأبعاد الخمسة فقد جاء المتوسط الحسابي لكل منها أكبر من المتوسط النظري بدلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١.

ويرجع ذلك إلى أن الحصانة النفسية تعتبر نظاما متكاملا من أبعاد شخصية معرفية وتحفيزية وسلوكية وغيرها من العوامل التي توفر المناعة ضد الإجهاد ومقاومة الضغوط الحياتية، ولعل من أهم هذه العوامل التي ساهمت في تعزيز الحصانة النفسية الالتزام الديني، فالدين يعتبر مصدرا للسعادة والصحة النفسية ويفيد في المواقف الضاغطة، وهذا ما يتفق مع ما توصلت إليه دراسة "سلمان و جاني" (٢٠١٥) التي أجريت على طلبة العراق ووجدت أنهم يتمتعون بمستوى عالي من التوجه الديني والمناعة النفسية.

كما يرجع ارتفاع مستوى الحصانة النفسية إلى تكرار الظروف الضاغطة التي تواجههم وكبر حجمها مما يزيد من مستوى الحصانة النفسية لديهم.

حيث تكرار هذه المواقف الضاغطة توفر للفرد القدرة على تحمل الإجهاد والتعامل مع التهديدات بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الأشكال، بل تشكل أساسا لتحسين وإثراء مناعته النفسية، ويرجع هذا التحسن إلى المعرفة والخبرة المكتسبة من خلال المشاركة النشطة في الأوضاع المجهدة والاستفادة من الموارد المتاحة. وطالب اليوم كما هو جلي يواجه الكثير من التحديات ، ويحتاج إلى مكونات الحصانة النفسية لمواجهة هذه الظروف والتحديات وزيادة القدرة على التكيف معها وبالتالي الاستمرار وتجاوز الصعوبات.

- عرض نتائج الفرضية الأولى :

والتي تنص على ما يلي: يوجد فروق في مستوى جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T test) للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء.

جدول رقم(٠٨):

نتائج اختبار (ت) للمقارنة الفروق في مستويات جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق.

البلد	المتوسط الحسابي		قيمة ت	مستوى الدلالة
الفعالية الذاتية	العراق	25,5960	١٤,١٦٨	0.01
	الجزائر	17,9393		
خطة الحياة	العراق	24,8485	٢٠,٤٦٥	0.01
	الجزائر	11,9467		
المقياس ككل	العراق	50,4444	٢١,٠٨٧	0.01
	الجزائر	29,8861		

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت ١٤,١٦٨ بالنسبة لبعد الفعالية الذاتية، وكذا ٢٠,٤٦٥ لبعد خطة الحياة ، وفيما يتعلق بالمقياس ككل فقد بلغت ٢١,٠٨٧ وكلها دالة عند مستوى ٠.٠١، وبالتالي نقبل الفرض القائل: يوجد فروق في مستوى جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق.

وقد جاءت المتوسطات الحسابية لطلبة العراق أكبر من متوسطات طلبة الجزائر لذلك فإن الفروق لصالح طلبة العراق، اذ بالرغم من الظروف الصعبة التي يمر بها طلبة العراق إلا أن مستوى جودة الحياة الروحية كانت مرتفعة ، وهذا يدل على أن الروحانية زادت من مواجهة الضغوط والصلابة النفسية والمناعة النفسية لدى الطلبة في الظروف القاسية.

- عرض نتائج الفرضية الثانية :

والتي تنص على ما يلي: يوجد فروق في مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T test) للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء.

جدول رقم(٠٩):

نتائج اختبار (ت) للمقارنة الفروق في مستويات مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق.

البلد		المتوسط الحسابي	قيمة ت	مستوى الدلالة
الالتزام الديني	العراق	30,4242	8,410	0.01
	الجزائر	25,5049		
التفاؤل	العراق	24,5051	8,623	0.01
	الجزائر	20,3687		
حل المشكلات	العراق	31,7677	9,261	0.01
	الجزائر	26,6546		
المبادرة الذاتية	العراق	30,3939	-1,100	0.01
	الجزائر	30,9669		
الثقة بالنفس	العراق	30,6061	5,727	0.01
	الجزائر	27,4641		

المقياس ككل	العراق	147,6970	8,433	0.01
	الجزائر	130,9592		

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت ٨,٤١٠ بالنسبة الالتزام الديني، و٨,٦٢٣ للتفاؤل، و٩,٢٦١ لحل المشكلات، و-١,١٠٠ للمبادرة الذاتية ، و٥,٧٢٧ للثقة بالنفس، و ٨,٤٣٣ للمقياس ككل ، وكلها دالة عند مستوى ٠.٠١.

وبالتالي نقبل الفرض القائل: يوجد فروق في مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق، وقد جاءت المتوسطات الحسابية لطلبة العراق أكبر من متوسطات طلبة الجزائر لذلك فإن الفروق لصالح طلبة العراق ، وقد يرجع ذلك إلى أن طلبة العراق يتمتعون بدرجة عالية من الحصانة النفسية نتيجة قدرتهم على التحمل خصوصا في ظل الوضع الذي يعيشون فيه ، فهذه المواقف الضاغطة والظروف الصعبة وفرت للطلبة القدرة على تحمل الإجهاد والتعامل مع التهديدات بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الأشكال وأثرت حصانتهم النفسية.

عرض نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة الجزائر والعراق

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون.

الجدول رقم :(١٠)

معامل الارتباط بيرسون بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة

الارتباطات بين المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية	٠,٣٨٣	٠.٠١

كما يتضح من الجدول ، فقد تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة حول جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية ، وقد جاء معامل الارتباط مساويا لـ ٠,٣٨٣ عند مستوى دلالة ٠.٠١ ، مما يعني وجود علاقة ارتباطيه طردية بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية.

وهذا يدل على العلاقة الوثيقة بين المتغيرين فكلاهما يصب في الصحة النفسية للفرد وإن كانت العلاقة ضعيفة لا تفسر سوى ٠,١٤ % من العلاقة بعد تربيع معامل بيرسون، إلا أن هذه العلاقة تبقى مؤشرا مثيرا للاهتمام ويدعو الى اجراء مزيد من الدراسات بين هذين المتغيرين.

الاستنتاجات

١. هناك مستوى مرتفع من جودة الحياة الروحية لدى طلبة العراق وبالعكس فقد تم التوصل إلى أن هناك مستوى منخفض من جودة الحياة الروحية لدى طلبة الجزائر. اما حول مستوى جودة الحياة الروحية لدى كل من طلبة العراق والجزائر نجد أن المستوى مرتفع في العموم فيما يتعلق بالمقياس ككل

٢. هناك مستوى مرتفع من الحصانة النفسية لدى طلبة العراق والجزائر وكذا العينتين معا.

٣. يوجد فروق في مستوى جودة الحياة الروحية بين طلبة الجزائر والعراق ولصالح طلبة العراق.

٤. يوجد فروق في مستوى الحصانة النفسية بين طلبة الجزائر والعراق، وقد جاءت المتوسطات الحسابية لطلبة العراق أكبر من متوسطات طلبة الجزائر لذلك فإن الفروق لصالح طلبة العراق.

٥. توجد علاقة ارتباطية طردية بين جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية

خاتمة:

لقد هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية لدى طلبة العراق والجزائر والعلاقة بينهما، وكذا معرفة الفروق في جودة الحياة الروحية والحصانة النفسية تبعا لمتغير البلد ، وقد تم التوصل إلى وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة الروحية لدى طلبة العراق ومستوى منخفض لدى طلبة الجزائر، فيما كان هناك مستوى مرتفع لكلا العينتين من الجزائر والعراق من الحصانة النفسية. وقد أظهرت النتائج وجود فروق في في كل من جودة الحياة النفسية والحصانة النفسية لصالح طلبة العراق، وكذا

وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين. إلا أن نتائج هذه الدراسة تبقى محدودة وتحتاج إلى دراسات أخرى لتدعيمها.

المراجع:

- ختاتنة ، سامي ، وابو اسعد ، احمد (٢٠١٠) ، علم النفس الاعلامي ، الاردن ، دار المسيرة

- عايش ، صباح (٢٠١٧) فاعلية برنامج ارشادي في تحسين جودة الحياة والعلاقات الاخوية لدى الاخوة العاديين واثره في تنمية السلوك التكيفي لاخيهم المصاب بمتلازمة داون ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة وهران ٢ .

- زرارقة، عطاء الله.(2008). املامح عن التيار التربوي الروحاني : الأسس والأهداف، دراسات –الجزائر، العدد :ع9 ، الصفحات 10 – 120 .

–سلمان، خديجة حسن و جاني، نوال جوحي .(2015). التوجه الديني وعلاقته بالمناعة النفسية لدى طلبة الجامعة، المجلد 4 :الاصدار 3 :الصفحات 212-163 :

–سويعد، ميرفت ياسر.(٢٠١٦).الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب فى مراكز الإيواء فى قطاع غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية غزة، فلسطين.

- عكاشة ، محمود وسليم ، عبد العزيز (٢٠١٠) : العلاقة بين جودة الحياة النفسية والاعاقة اللغوية ، بحث منشور، موقع (HTTPS://WWW.HAWAALIVE.COM/BROONZYAH/T199134.HTML

- Addison, N.E. (1997). Spirituality and religious affiliation among college students: Effects on psychological well-being and college adjustment. Dissertation Abstracts International, 57(9-A), 3807

-Daaleman, T. P. & Frey, B. B. (2004). The Spirituality Index of Well-Being: A new instrument for health-related quality of life research. Annals of Family Medicine, 2, 499-503.

-D'Andrea, J. T. (2004). An investigation of the relationship between early maladaptive schemas and psychological adjustment: The moderating effects of spiritual coping styles. Dissertation Abstracts International, 64(7-B), 3517

-Esa Jafaria, Gholam Reza Dehshirib, Hosein Eskandarib, Mahmoud Najafic, Rasoul Heshmatid , Jafar Hoseinifarb. (2010). Spiritual well-being and mental health in university students Procedia - Social and Behavioral SciencesVolume 5, 2010, Pages 1477-1481

- Gomez, R., & Fisher, J. W. (2003). Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. Personality and Individual Differences,35, 1975-1991

- Oláh, A. (2009) Psychological immunity: A new concept of coping and resilience. Proceedings from Coping & Resilience International Conference (2009). Abstract retrieved from http://www.psychevisual.com/Video_by_Attila_Olah_on_Psychological_immunity_A_new_concept_of_coping_and_resilience.html.

-Schaffner, A. D. (2005) Social, environmental, and spiritual factors in college.

-Younkyung Lee.(2014). The Relationship of Spiritual Well-Being and Involvement with Depression and Perceived Stress in Korean Nursing Students ;Glob J Health Sci; 6(4): 169-176.

- Albert-Lőrincz, E., Albert-Lőrincz, M., Kadar, A., Krizbai, T &Marton, R. (2012). Relationship between the characteristics of the. psychological immune system and the emotional tone of personalityin adolescents. The New Education Review, 23(1), 103- 115

مقياس الحصانة النفسية

ت	العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	مطلقا
١	أؤدي جميع الصلوات المفروضة				
٢	لي ورد يومي أحرص على قراءته				
٣	يجعلني التفكير في المستقبل متفائلا				
٤	تراودني فكرة بأنني سأصبح مهما في المستقبل				
٥	أستطيع تحديد المشكلة التي أواجهها				
٦	لدي القدرة على ايجاد حلول للمشكلات				
٧	أبقى في حالة يقظة ونشط ذهني قدر الامكان				

٨	أسبق الآخرين في التفكير والحركة				
٩	أثق بقدرتي على النجاح في الحياة				
١٠	أطرح رأيي الشخصي دون تردد في أي نقاش				
١١	أشارك بالحديث في المناقشات التي تثار أمامي				
١٢	لدي القدرة على مواجهة المواقف الصعبة والخروج منها بنتائج ترضيني				
١٣	أستثمر الافكار الجديدة أفضل استثمار				
١٤	آخذ بالاقتراحات القيمة التي يقدمها ذوو الخبرة لي				
١٥	أمتلك القدرة على ايجاد حلول بديلة للمشاكل التي أواجهها				
١٦	أستفيد من أخطاء الآخرين في حل المشكلات				
١٧	يخبئ المستقبل لي مفاجآت سارة				
١٨	يصفني الآخرون بأنني شخص متفائل				
١٩	أجتهد بصلاة قيام الليل				
٢٠	أصوم تطوعا				
٢١	أعترف بذنبي وأتوب الى الله عندما أخطئ				
٢٢	أصدق في حديثي				
٢٣	أرى أن المستقبل سيكون مشرقا وسعيدا ومبهجا				
٢٤	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم				
٢٥	أستشير ذوي الخبرة عند مواجهتي للمشكلات				
٢٦	أعمل على حل المشكلات التي تواجهني				
٢٧	أتحلى بالمرونة، وأتكيف مع المواقف التي تواجهني				
٢٨	أسعى لتحقيق أهدافي الواضحة في الحياة				

٢٩	أحمد الله في السراء والضراء				
٣٠	أتجنب ارتكاب المعاصي				
٣١	انظر للجانب الايجابي في المواقف الصعبة				
٣٢	ادعو الله ليخرجني من محنتي				
٣٣	أصبر عندما تواجهني المصاعب والشدائد				
٣٤	أقدم المساعدة لمن يحتاجها				
٣٥	أدافع عن آرائي بكل قوة ودون تعصب				
٣٦	أتقبل النقد البناء وأستفيد منه				
٣٧	أتقبل نصائح الآخرين عند وقوعي في أي مشكلة				
٣٨	مشاركة الآخرين يساعدني في حل المشكلات التي تواجهني				
٣٩	أتخذ القرار المناسب في الوقت المناسب				
٤٠	أمتلك القدرة على مواجهة المواقف الصعبة				
٤١	تعطيني خبراتي السابقة الثقة فيما أقوم به من أعمال				
٤٢	كل ما اقوم به ذو قيمة ومفيد				
٤٣	أحل المشكلات بطريقة واقعية				
٤٤	أبادر لطرح رأيي الشخصي في أي نقاش				
٤٥	أتحمل مسؤولية أقوالي وأفعالي بكل شجاعة				

مقياس جودة الحياة الروحية

ت	العبارة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة
١	لم استطع القيام بكل شيء بمفردي					
٢	يتوجب علي إنهاء بما بدأت					
٣	لا أستطيع أن أبدأ في فهم مشاكلي					
٤	أشعر بالقهر عندما يكون لدي صعوبات ومشاكل شخصية					
٥	أنا لا أعرف كيف أبدأ في حل مشاكلي					
٦	لم استطع تغيير حياتي كليا.					
٧	لم أجد الهدف من حياتي حتى الان					
٨	أنا لا أعرف من أنا، من أين أتيت، و إلى أين أنا ذاهب					
٩	لدي عدم وجود هدف في حياتي					
١٠	في عالمي هذا، أنا لم أعرف حدود قدراتي					
١١	أنا بعيد كل البعد عن فهم معنى الحياة					
١٢	هناك فراغ كبير في حياتي في هذا الوقت.					