



الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عُمان

Relationship Between Psychological Needs and the Quality
of Life among Youth in Sultanate of Oman

المهند بن خليفة بن سيف الجهوري

رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة

الماجستير في التربية

تخصص: الإرشاد النفسي

قسم علم النفس

كلية الآداب والعلوم الإنسانية

جامعة الشرقية

سلطنة عُمان

2023/2022م



الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان

Relationship Between Psychological Needs and the Quality of Life among Youth in Sultanate of Oman

المهند بن خليفة بن سيف الجهوري

رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية

تخصص: الإرشاد النفسي

لجنة الإشراف:

د. عامر الحبسي مشرفاً رئيسياً

د. أمينة بن قويدر مشرفاً ثانياً

2023/2022م

لجنة المناقشة:

الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان

أعدّها الطالب: المهندس بن خليفة بن سيف الجمهوري

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ 2023/05/17م

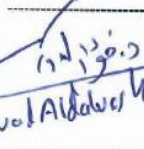
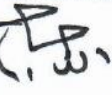


المشرف المساعد

المشرف الرئيس

الدكتورة أمينة بن قويدر

الدكتور عامر الحبسي

أعضاء لجنة المناقشة

م	صفته في اللجنة	الاسم	الدرجة العلمية	التخصص	الكلية/ المؤسسة	التوقيع
1	رئيس اللجنة	د. فؤاد الدواش	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي	كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة الشرقية	
2	المناقش الخارجي	د. حمد الغافري	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	كلية التربية - الجامعة العربية المفتوحة	
3	المناقش الداخلي	د. عصام اللواتي	أستاذ مشارك	علم النفس التربوي	كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة الشرقية	
4	المشرف الرئيس	د. عامر الحبسي	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي	كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة الشرقية	

إقرار الباحث

أقر بأن المادة العلمية الواردة في هذه الرسالة قد تم تحديد مصدرها العلمي، وأن محتوى الرسالة غير مقدم للحصول على أي درجة علمية أخرى، وأن مضمونها يعكس آراء الباحث الخاصة وهي ليست بالضرورة الآراء التي تتبناها الجهة المانحة

الباحث: المهندس بن خليفة بن سيف الجهوري

التوقيع:

إهداء

إلى منبع الطموح: والدي العزيز، وإلى منبع الإلهام: والدتي العزيزة .

إلى إخوتي وأخواتي الذين استمدُّ منهم طاقتي وقوتي .

إلى جميع أفراد عائلتي الأعزاء .

إلى من رافقوني في هذه الرحلة، إلى من كانوا سندًا متينًا لي في هذه الرحلة، إلى كل كلمة شجعتني في هذه الرحلة. إلى كل لحظة صعبة صنعت بها نفسي وحولتها إلى ذكرى جيدة في هذه الرحلة. إليكم جميعًا، قبل وبعد .

لكم مني كُـلُّ الحُبِّ والشكرِ والتقدير

شكر وتقدير

قال تعالى: ﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ﴾ (سورة إبراهيم، 7)

الحمد لله والشكر له كما ينبغي لجلال وجهه، وعظيم سلطانه، عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته على أن من عليّ بإنجاز هذه الرسالة، إنه لمن دلائل فضله تعالى علينا ورعايته وشواهد توفيقه، وعنايته التي وفقني لإنجاز هذه الدراسة، والصلاة والسلام على أفضل الخلق نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليمًا كثيرًا .

إذ أعبر عن تقديري العظيم وشكري الجزيل إلى الدكتور/ عامر الحبسي الذي تابع هذه الدراسة منذ بدايتها وحتى إتمامها وعلى ما بذله من جهد في سبيل إنجاح وإنجاز هذه الدراسة منذ بدايتها فكان خير مُشرف وخير ناصح أمين.

كما أتوجه بالشكر للدكتور / عصام اللواتي رئيس قسم علم النفس في كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة الشرقية على دعمه وتشجيعه.

وأقدم كذلك ببالغ كلمات ومعاني الشكر للدكتور / عبد الرحمن الشحي المدير العام لمديرية التنمية الاجتماعية بمحافظة الباطنة على تعاونه ومساندته ودعمه وتعزيزه.

كما أود أن أخص بالشكر والامتنان للمدقق اللغوي / ماجد بن سيف الجهوري لتعاونه الدائم. ولا يفوتني أن أتوجه بجزيل الشكر والمودة لعائلتي على دعمهم المستمر طيلة فترة الدراسة.

ملخص الرسالة

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من 500 شاب وشابة، واستخدم خلالها استخدام مقياس الحاجات النفسية من إعداد الباحث ومقياس جودة الحياة المعد من قبل منظمة الصحة العالمية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- هناك علاقة إيجابية بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، حيث مستوى اشباع الحاجات النفسية مرتفع. وكذلك مستوى جودة الحياة، وتوجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)، وهذا يشير إلى أنه كل ما ارتفع مستوى الحاجات النفسية ارتفع مستوى جودة الحياة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) وبالعودة للمتوسطات الحسابية اتضح أن هذه الفروق كانت لصالح الذكور.
- اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) وبالعودة للمتوسطات الحسابية اتضح أن هذه الفروق كانت لصالح أفراد العينة من المتزوجين، كما وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية بين أفراد العينة من حملة البكالوريوس وحملة الدراسات العليا، وكانت هذه الفروق لصالح الشباب الذين لديهم دراسات عليا.
- اتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية وجودة الحياة بين أفراد العينة الذين أعمارهم من (25-35) سنة والذين أعمارهم من (36-45) و (46-65) سنة وكانت هذه الفروق لصالح الفئتين الأخيرتين.

الكلمات المفتاحية: الحاجات النفسية، جودة الحياة

Abstract

This study aimed to investigate the relationship between psychological needs and quality of life among young people in the Sultanate of Oman. The study used the descriptive analytical method and was conducted on a sample of 500 young men and women. The researcher used a psychological needs scale specially designed for the study, and the World Health Organization's quality of life scale. The study found the following:

- There is a positive relationship between psychological needs and quality of life among young people in the Sultanate of Oman, where the level of psychological needs satisfaction is high. The study also found that the level of quality of life is high. There is a statistically significant negative relationship between psychological needs and quality of life among young people in the Sultanate of Oman at the ($\alpha=0.01$) level, indicating that as psychological needs satisfaction increases, quality of life also increases.
- There are statistically significant differences at the ($\alpha \leq 0.05$) level in psychological needs and quality of life according to gender, with the t probability value being less than the significance level ($\alpha \leq 0.05$). Returning to the means shows that these differences are in favor of males.
- There are statistically significant differences at the 0.05 level in psychological needs and quality of life according to marital status, with the t probability value being less than the significance level ($\alpha \leq 0.05$). Returning to the means shows that these differences are in favor of the married individuals in the sample. The study also found that there are statistically significant differences in psychological needs between those with bachelor's degrees and those with postgraduate degrees, and these differences are in favor of those with higher degrees.
- There are statistically significant differences in psychological needs and quality of life among the sample individuals who are aged 25-35 years, 36-45 years, and 46-65 years old. These differences are in favor of the last two age groups.

Key words: Psychological needs, Quality of life

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	قرار لجنة المناقشة
ب	إقرار الباحث
ج	إهداء
د	شكر وتقدير
هـ	ملخص الدراسة
و	Abstract
ز	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
ل	قائمة الملاحق

الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها

2	المقدمة
4	مشكلة الدراسة وأسئلتها
6	أهمية الدراسة
7	أهداف الدراسة
7	حدود الدراسة
7	مصطلحات الدراسة

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

9	أولاً: الإطار النظري
10	المحور الأول : الحاجات النفسية
10	مفهوم الحاجات النفسية
11	خصائص الحاجات النفسية

الصفحة	الموضوع
12	تصنيف الحاجات النفسية
13	الحاجات النفسية التي تميز الإنسان
14	اختلاف ترتيب وشدة الحاجات النفسية
15	النظريات المفسرة للحاجات النفسية
15	نظرية ماسلو للاحتياجات الإنسانية Abraham Maslow (1908 – 1970)
17	مميزات نظريه ماسلو Maslow للحاجات النفسية
17	أنواع الحاجات النفسية
18	أبعاد الحاجات النفسية
19	أهمية إشباع الحاجات النفسية
21	المحور الثاني: جودة الحياة
21	مفهوم جودة الحياة
22	أهمية جودة الحياة
23	أبعاد مكونات جودة الحياة
25	مكونات جودة الحياة
26	قياس جودة الحياة
28	العوامل المؤثرة على جودة الحياة
31	النظرية التكاملية لتفسير جودة الحياة
32	الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة
35	ثانيا: الدراسات السابقة
35	المحور الأول: الدراسات السابقة المرتبطة بالحاجات النفسية
42	المحور الثاني: الدراسات السابقة المرتبطة بجودة الحياة
50	التعقيب على الدراسات السابقة

الموضوع	الصفحة
الفصل الثالث: منهجية الدراسة	
منهج الدراسة	53
مجتمع الدراسة	53
عينة الدراسة	53
أدوات الدراسة	54
إجراءات الدراسة	62
معيار الحكم على استجابات أفراد العينة	63
الأساليب الإحصائية	64
الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها	
أولاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول	66
ثانياً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثاني	75
ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثالث	81
رابعاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الرابع	83
الاستنتاج العام	91
التوصيات	92
المقترحات	92
المصادر والمراجع	
المراجع باللغة العربية	93
المراجع باللغة الإنجليزية	102

قائمة الجداول

م	عنوان الجدول	الصفحة
1	توزيع أفراد العينة وفقا لمتغيرات الدراسة	54
2	معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والمحور الذي تنتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس	56
3	الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية	57
4	معاملات ثبات ألفا لكرو نباخ لمحاور مقياس الحاجات النفسية	58
5	معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والمحور الذي تنتمي إليه	60
6	الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية	61
7	معاملات ثبات ألفا لكرو نباخ لمحاور مقياس جودة الحياة	62
8	معيار الحكم على متوسطات استجابات أفراد العينة	63
9	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الحاجات النفسية	66
10	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات الأمان	68
11	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور الحاجات الاجتماعية	70
12	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات تقدير الذات	71
13	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات تحقيق الذات	73
14	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور جودة الحياة	75
15	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة النفسية	76
16	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة البيئية	77

م	عنوان الجدول	الصفحة
17	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة الجسمية	79
18	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة الاجتماعية	80
19	بوضوح قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة	81
20	مؤشرات النزعة المركزية والالتواء والتقلطح لبيانات عينة الدراسة	83
21	يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الجنس	84
22	يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية	85
23	المتوسطات الحسابية والانحرافات في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير المؤهل العلمي	86
24	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير المؤهل العلمي	86
25	نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين أزواج المتوسطات الحسابية في الحاجات النفسية وفقا لمتغير المؤهل العلمي	87
26	المتوسطات الحسابية والانحرافات في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الفئة العمرية	88
27	نتائج تحليل التباين الأحادي في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الفئة العمرية	89
28	نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين أزواج المتوسطات الحسابية في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الفئة العمرية	89

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	م
106	رسالة مخاطبة للمحكمين	1
107	الصورة النهائية لمقياس الحاجات النفسية	2
111	الصورة النهائية لمقياس جودة الحياة	3
113	المحكمون	4

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

- المقدمة
- مشكلة الدراسة
- أسئلة الدراسة
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

مقدمة:

تعد الحاجات النفسية من أهم المفاهيم والأبعاد النفسية التي تناولتها النظريات الإنسانية في علم النفس ، ويعود الفضل في ذلك لنظرية تدرج الحاجات النفسية والاجتماعية أبراهام ماسلو Abraham Maslow التي تعد من أفضل النظريات التي غطت الحاجات النفسية ، كما أن الحاجات النفسية ذاتها تعد مدخلا مهما للصحة النفسية، إذ إن إشباع الاحتياجات الفسيولوجية وحاجات الأمان والحاجات الاجتماعية والحاجة للتقدير والحاجة إلى تحقيق الذات والحاجة للجمال والحاجة للمعرفة يضمن للإنسان الوصول إلى مستوى رفيع من جودة الحياة ، أما في حالة عدم إشباعها فإن الإنسان سيكون معرضا للتوتر والتأزم النفسي الذي من شأنه أن يخل بجودة الحياة ويقلل من الشعور بالسعادة والصحة النفسية ، وتعد الحاجة أحد الدوافع التي تدفع الإنسان للقيام بسلوك ما (المفدى، 1993).

ومما يجدر ذكره أن الحاجات النفسية تصنف ضمن الدوافع المكتسبة ذات التأثير العميق على سلوك الإنسان، وتحريك نشاطه ، وتفاعله مع الآخرين، وتكوين شخصيته على نحو إيجابي أو سلبي، وهي تعبر عن الوضع الداخلي للفرد الذي يتسم بالتوتر نتيجة نقص شيء ما سواء أكان حسياً أو معنوياً، ويزول هذا التوتر بمجرد توفير أو تحقيق هذا الشيء، من هنا تكمن أهمية إشباع الحاجات النفسية للحصول على النمو الصحي والفاعلية الوظيفية، فإشباع الحاجات النفسية بصفة مستمرة سيحقق النمو المتكامل للفرد ، وسيشعر الفرد بنعيم الصحة والرفاه النفسي (بركات، 2014).

ويشير منسي (2005) إلى أن مرحلة الشباب تتميز بطبيعة خاصة من ناحية نفسية وتطورية تتماشى مع متطلبات تدرجه في سلم الاحتياجات النفسية الإنسانية، وخلال هذه المرحلة يسعى إلى تأهيل نفسه والحصول على فرصة عمل ومن ثم يطمح بالزواج والاستقرار وتكوين

أسرة، وفي حالة التأخر أو عدم الحصول على إشباع هذه الحاجات الضرورية فقد يحدث خلل ما في مستوى جودة الحياة لديه.

ولجودة الحياة أبعادها الرئيسية في تحقيق التوافق وإشباع الحاجات من جميع الجوانب التي يسعى لتحقيقها الشباب في سبيل تحقيق أهدافهم ، خاصة وأن مفهوم جودة الحياة أصبح من مرتكزات علم النفس الإيجابي إذ استطاع تحويل اهتمامات علماء النفس إلى جوانب أخرى غير معتادة ، كالاهتمام بالجوانب الحياتية مثل : المشاعر الإيجابية، والسعادة والتفاؤل والرضا الذاتي والحياة الجيدة ، يشار إلى إن جودة الحياة كخاصية إنسانية تعبر عن درجة الرضا التي يشعر بها الفرد عن حالته النفسية والموضوعية ، وتصنف المتغيرات المؤثرة في جودة الحياة على محورين رئيسين: أولهما: الظروف الموضوعية، وثانيهما: المكونات الذاتية، وتأتي الحاجات النفسية ضمن هذين المحورين، وفي حالة عدم إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية ، وعدم اشتغال المجتمع على تحقيق وتفهم أهمية هذه الحاجات لدى الشباب ، فإن ذلك سيؤثر سلبا على مستوى جودة الحياة لديهم ، وقد ينعكس ذلك على قدرة هؤلاء الشباب على التكيف والتوافق النفسي مع أنفسهم ومع الآخرين (جمال،2016).

ومن واقع التطور الذي تشهده مجالات الحياة المختلفة، وما تفرضه من تحديات لتحقيق الاحتياجات الإنسانية المتعددة، يتضح أن جودة الحياة أصبحت من المطالب الأساسية، فمن منظور نفسي تكمن أهميتها في إدراك المؤسسات والمجتمع لأهمية إشباع الحاجات النفسية للحصول على السعادة والرضا نتيجة لتحقيق أبعاد جودة الحياة (المفدى، 1993).

ومن منظور أكاديمي تعد جودة الحياة حاليا واحدة من مجالات البحوث والسياسات الأسرع نموا واهتماما في العالم، وهي مفهوم يعد مقياسا لرفاه الأفراد والمجتمعات والشعوب (اليامي، 2014).

هذا الرفاه الذي لن يتحقق إلا بحياة كريمة تشبع فيها حاجات الإنسان ومتطلباته، من ذلك نستطيع قراءة الترابط بين إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة وهو ما تسعى لإثباته هذه الدراسة من خلال عينة من الشباب في سلطنة عمان.

مشكلة الدراسة:

ظهرت مشكلة الدراسة من واقع ممارسة الباحث لأدواره الوظيفية في مجال الإرشاد النفسي والأسري كأخصائي نفسي بوزارة التنمية الاجتماعية إذ سنحت له الفرصة من خلال طبيعة عمله الالتقاء بمجموعات من الشباب العماني من الجنسين ومن مختلف الأعمار، حيث يقوم الباحث بدراسة عدد (5) حالات يوميا ممن لديهم مشكلات أسرية واجتماعية ومجتمعية نتيجة لعدم إشباع الحاجات النفسية التي تطرق إليها ابراهام ماسلو Abraham Maslow في نظرية الاحتياجات الإنسانية، مما أدى إلى ظهور آثار نفسية وأنماط حياة غير طبيعية أثرت على جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وضمن عمل الباحث في وزارة التنمية الاجتماعية ، تمكن من الالتقاء والتواصل مع أكثر من (396) شابا وشابة خلال الفترة (يناير - يونيو 2022)، تتمركز حالتهم في عدم إشباع احتياجاتهم النفسية المختلفة وخاصة الاحتياجات الأساسية / الفسيولوجية ، وانعكاس ذلك على مستوى جودة الحياة لديهم حيث تحدث معظم أصحاب هذه الحالات عن مشاعر متدنية من الرضا والسعادة في حياتهم.

وفي دراسة استطلاعية بهدف التأكد من وجود ارتباط فعلي بين إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، قام الباحث بتطبيق استطلاع للرأي على عينة عشوائية بلغت (100) شخصا من الشباب العماني من الجنسين من المراجعين لوزارة التنمية الاجتماعية خلال عام 2022م، وقد اتضح من نتيجة الاستطلاع أن 90% من أفراد العينة يشيرون إلى وجود علاقة بين اشباع حاجاتهم النفسية وجودة الحياة لديهم.

الأمر الذي عزز للباحث لتبني موضوع هذه الدراسة، خاصة في ضوء الجهود الوطنية التي تبذلها المؤسسات المختصة في سلطنة عمان ومنها وزارة التنمية الاجتماعية في تمكين الشباب العماني والقدرات الوطنية وتعزيز الرفاه والحماية الاجتماعية.

كما عزز الباحث تبنيه لموضوع الدراسة اهتمام قطاعات حكومية مختلفة معنية بإشباع الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان كاللجنة الوطنية للشباب، ووزارة الثقافة والرياضة والشباب ووزارة الإعلام والهيئة العامة للكشافة والمرشدات، حيث تقوم هذه المؤسسات بأدوار

رئيسة في سبيل تحقيق الشباب في سلطنة عمان لاحتياجاتهم المختلفة خاصة وأن مرحلة الشباب تتميز بخصائص وسمات مميزة تتطلب عناية خاصة.

ومما عزز الباحث لتبني مشكلة الدراسة ما أشارت إليه دراسات سابقة لكل من (حرارة، 2017 ؛ العاني والظفري، 2013) عن وجود علاقة بين إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة في مجتمعات مختلفة.

ورغم عدم وجود دراسات مباشرة عن موضوع الدراسة في المجتمع العماني إلا أن دراسة بركات (2014)، عن الحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعات الخاصة بسلطنة عمان، أشارت إلى أهمية تحقيق الحاجات النفسية ضمن الحاجات الإرشادية لذات الفئة العمرية لا سيما أن هذه العملية تسعى لتحقيق جودة الحياة الجامعية من خلال مساعدة الطلبة على فهم أنفسهم وإدراك مشاكلهم والانتفاع بقدراتهم ومواهبهم في التغلب على المشكلات التي تواجههم بغية التكيف والتوافق مع متطلبات الحياة.

وانطلاقاً مما سبق، وفي ظل ندرة الدراسات التي تناولت الموضوع فقد جاءت هذه الدراسة لتجيب على التساؤل الرئيسي الآتي:

• هل هناك علاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

وينبثق عن هذا السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؟
- ما مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان تعزى للمتغيرات التالية: (نوع الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، الفئة العمرية)؟

أهمية الدراسة:

ويمكن تقسيمها إلى أهمية نظرية وأهمية تطبيقية على النحو التالي:

على المستوى النظري : تكمن أهمية هذه الدراسة في عدم وجود دراسات سابقة في المجتمع العماني - على حد علم الباحث - تناولت الحاجات النفسية لدى الشباب العماني وعلاقتها بجودة الحياة، خاصة في ضوء التحديات التي تواجه الشباب العماني في ظل الزيادة المطردة للباحثين عن فرص عمل، وما يمثله ذلك من عدم تحقيق أبسط الاحتياجات الإنسانية التي تأتي في قاعدة هرم إبراهيم ماسلو Abraham Maslow للاحتياجات الإنسانية، عليه تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها الدراسة الأولى من نوعها في سلطنة عمان، وهذا يعد إسهاماً من الباحث في إثراء البحث العلمي، والحصول على مؤشرات ونتائج علمية مدروسة تساعد المعنيين في تحقيق الأولويات ذات العلاقة.

كما أن الدراسة الحالية تتناول فئة الشباب ومرحلة الشباب تُعد من المراحل المهمة في حاضر ومستقبل الإنسان حيث تُعد المرحلة الأولى التي يضع فيها الإنسان قدمه على عتبة الحياة، كما تصقل قدراته التي يكتسبها ويتم إرساء دعائم مستقبله بما يكتسبه من العلم والصبر والايمان وقوة العزيمة والرغبة.

على المستوى التطبيقي: يأمل الباحث في تحفيز الباحثين بموضوع الدراسة، وتشجيعهم على إجراء دراسات أخرى مشابهة وذات علاقة بالموضوع على مستويات أخرى من العينات، مما يؤدي إلى تعميق البحث والتقصي العلمي في هذا الجانب.

وقد ساهمت الدراسة الحالية في إضافة علمية مهمة في مجال القياس النفسي لمستوى إشباع الحاجات النفسية من خلال المقياس الذي قام الباحث بإعداده وتصميمه وقننه على البيئة العمانية والذي من خلال العينة الاستطلاعية والفعلية تمتعه بمواصفات سيكو مترية عالية.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

1. التعرف على مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان.
2. الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.
3. تحديد العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.
4. استنباط الفروقات بين الحاجات النفسية وجودة الحياة للمتغيرات الديمغرافية.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: تتمثل في حدود تطبيق مقاييس الدراسة.
- الحدود المكانية: الشباب في سلطنة عمان (الفئة العمرية 25-65 سنة وفقا لتصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب).
- الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على فئة الشباب في سلطنة عمان.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في العام الأكاديمي 2023/2022م

مصطلحات الدراسات:

الحاجة: يُعرف أبراهام ماسلو Abraham Maslow بالدافع الذي يثير الكائن الحي لتسخير كافة جهوده وتركيزه لتحقيق غايات أو أهداف معينة. (مكي، 1996)

الحاجات النفسية Psychological needs:

"هي المطالب النفسية الفطرية التي تُعد الأساس للوصول إلى السعادة ولتحقيق التكامل والالتزان الداخلي، والنمو النفسي السليم" (بوناب، 2014).

يعرف الباحث الحاجات النفسية إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الحاجات النفسية والذي تم إعداده من قبل الباحث ويتكون من الأبعاد التالية: (حاجات الأمن، تقدير الذات، تحقيق الذات، الحاجات الاجتماعية).

جودة الحياة Quality of life :

"جودة الحياة هي معرفة الأفراد بإمكانياتهم سواءً من خلال الثقافة أو القيم أو حتى النظام ذاته، والتي ترتبط ارتباطاً مباشراً باهتماماتهم وتطلعاتهم ورضاهم حول جوانب حياتهم اليومية وأنشطتها المختلفة" (اليوبي، 2020).

ويعرف الباحث جودة الحياة إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من مقياس جودة الحياة والذي يتكون من أربعة أبعاد هي: جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة البيئية، وجودة الحياة الجسمية، وجودة الحياة الاجتماعية.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري:

- الحاجات النفسية
- جودة الحياة

ثانياً: الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول: الحاجات النفسية:

مفهوم الحاجات النفسية:

عرف عطية (2017) الحاجات النفسية بأنها: "حالة من التوتر وعدم الاتزان النفسي الذي يشعر بها الفرد نتيجة فقدان شيء معين يكون في نظره ضرورياً لاتزانه النفسي، تدفعه هذه الحالة إلى النشاط والاستمرار فيه حتى يحصل على ما ينقصه ويشبع حاجته كما تدفع صاحبها إلى التفاعل مع بيئته من أجل إشباع حاجاته وتخلصه من القلق والتوتر فهي بذلك تمثل قوة دافعة وموجهة للسلوك" (ص. 387).

و عرف القواسمة (2019) الحاجات النفسية بأنها "افتقار الفرد لشيء نفسي واجتماعي كالحاجة إلى الأمان والحب والانتماء وتقدير الذات والانجاز والاستقلال وحب الاستطلاع ويؤدي به إلى الشعور بالتوتر مما يدفعه للقيام بسلوك معين، لإشباع حاجاته وخفض التوتر وتحقيق الاستقرار والتوازن النفسي" (ص. 16).

كما عرف خوان (2019) الحاجات النفسية بأنها "عبارة عن مطالب نفسية فطرية وأساسية للوصول إلى السعادة والتكامل والنمو النفسي، ومن أهمها الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى الكفاءة والحاجة إلى الانتماء" (ص. 62).

في حين عرف الزهراني (2021) الحاجات النفسية بأنها "الحاجة إلى التعبير عن الشعور والعواطف، والحاجة للتعرف إلى النظم الدفاعية له وللآخرين، والحاجة إلى توظيف إدراكه للحساسية المفرطة للوصول إلى إدراك حاجاته وحاجات الآخرين، والحاجة إلى تحقيق الرضا عن الذات، والحاجة إلى مساعدة المتفوق على التفاعل مع قيم مجتمعه بواقعية كي يستطيع الوصول إلى القيم التي يؤمن بها. أما إجرائياً: فهي الدرجة التي يحصل عليها الطالب في المقياس الذي تم تطويره في هذه الدراسة" (ص. 5).

وعرف عيسى (2022) الحاجات النفسية بأنها هي "تلك التي يؤدي تحقيقها إلى الرفاهية النفسية، والسلوك الأمثل للفرد، فهي تشير إلى الرغبة بتحقيق الذات والتفاعل الكبير مع الجماعة وغيرها، تمثل الحاجات النفسية الفسيولوجية محورا مهما للبقاء على قيد الحياة كالغذاء، والماء، والمأوى، والتكاثر، بالإضافة إلى احتياجات أخرى سلطة، والانتماء، والحرية، والمرح" (ص. 7).

ويعرف الباحث الحاجات النفسية: بأنها تحقيق مجموعة من المطالب النفسية والفطرية الأساسية المحققة لإشباع الحاجات النفسية الضرورية لدى الإنسان وفقا لما تناولته نظرية إبراهيم ماسلو Abraham Maslow للاحتياجات الإنسانية.

أما التعريف الإجرائي: تعرف الحاجات النفسية بأنها متوسط الدرجة التي يحصل عليها الشباب على مقياس الحاجات النفسية والمكون من أربعة أبعاد هي: حاجات الأمان، حاجات تقدير الذات، وحاجات تحقيق الذات، والحاجات الاجتماعية.

خصائص الحاجات النفسية:

تقدم الحاجات النفسية العديد من التفسيرات لما يمر به الإنسان من سلوك، ولا تقتصر فقط على مجتمع بعينه فهي تتميز بأنها منتشرة وعالمية من خلال وجودها لدى جميع البيئات والمجتمعات الإنسانية المختلفة دون استثناء، وتكتسب خصائصها من ثقافة البيئة التي يتواجد فيها الفرد (علي، 2018).

وقد أشار القواسمة (2019) إلى أنه يمكن تحديد مجموعة من الخصائص المهمة التي تتميز بها الحاجات النفسية والتي يمكن توضيحها على النحو التالي:

- **الحاجات اللانهائية:** تتمثل في أنها لا تنتهي أبدا فالحاجات تبقى مستمرة وتظهر بشكل مستمر، ففي حالة إشباع حاجة معينة لدى الفرد، فتبدأ حاجة أخرى في الظهور حتى يتم إشباعها.
- **الحاجات المتجددة:** ويعني ذلك أنها لا تزول بل تتجدد باستمرار فمثلا نجد أن حاجة الفرد إلى الطعام يتم إشباعها عند الأكل ولكنها تعود للتجدد مرة أخرى فيما بعد.

- **الحاجات المتنوعة:** بمعنى أن الحاجات لا تقتصر فقط على الحاجات النفسية أو الاجتماعية بل تتعدى ذلك لوجود حاجات فسيولوجية وغيرها من الحاجات التي تم ذكرها من قبل.
- **تختلف أهمية الحاجات من حاجة إلى حاجة أخرى:** فنجد أن الحاجات الأساسية كالماء والطعام أو الهواء لا يمكن الاستغناء عنها، فهي أساس طبيعي للحياة، وهناك حاجات ثانوية كالحاجة إلى المكانة الاجتماعية مثلا فهذه يمكن الاستغناء عنها لدى بعض الأفراد.

تصنيف الحاجات النفسية:

يعود الاختلاف في تصنيف الحاجات النفسية إلى أن هذه الحاجات مكتسبة ومتعلمة من المجتمع، ويمكن التعبير عنها بالطريقة التي يسمح بها هذا المجتمع، وقد تؤدي عملية سلوكية واحدة إلى إشباع عدة حاجات اجتماعية، ويرجع الاختلاف أيضاً إلى الطريقة التي تعبر عن الحاجات نفسها حيث تكون مختلفة من شخص إلى آخر (علي، 2018).

وفي هذا السياق أشار المفتي (2017) إلى بعض تصنيفات العلماء للحاجات النفسية والتي يمكن توضيحها على النحو التالي:

- **تصنيف كاتل:** صنفها هذا العالم إلى فئتين تتمثل فيما يلي:
 - **الطاقة الحيوية المحركة:** وهي المسؤولة عن الاستجابة للحاجات الإنسانية الحيوية وهي التي تتمثل في الحاجة إلى الطعام والشراب والتزواج والتملك والخوف.
 - **حاجات عاطفية:** هي حاجات مكتسبة من خلال التفاعل مع الآخرين وتتمثل في عاطفة تقدير الذات والحاجة إلى النجاح المهني وعاطفة الأبوة والأمومة. فالحاجات العاطفية هي شيء ضروري لاستقرار الحياة.
- **تصنيف إريكسون:** هي حاجات الفرد الشخصية والنفسية من كل مرحلة من مراحل عمر الفرد، وأشد إشباع هذه الحاجات في النمو وفي سير فترة المراهقة عند الفرد، فالحاجات الأساسية للنمو الصحي للشخصية تتصل بالمراحل الاجتماعية في تكوين وتكامل الأنا

لدى الفرد، وهذه الحاجات تتمثل في الحاجات الخاصة بفترة المراهقة وهي الحاجة للشعور بالهوية إلى أن يشعر الفرد بأن يكون متوسطاً بين كونه طفلاً وبين كونه راشداً، فهو يحاول جاهداً إلى تحديد موقفه ومحاولة رسم صورة لنفسه تكون مُتسقة مع القيم التي حصل عليها من الآخرين.

➤ **تصنيف برسكوت:** تقع الحاجات الضرورية لنمو الفرد في ثلاثة أنواع رئيسية تمثل ثلاث نقاط أساسية في حياة الفرد وهذه الأنواع الرئيسية للحاجات النفسية هي الحاجات الفسيولوجية وهي الحاجات الخاصة بالمحافظة على التوازن الفسيولوجي الضروري للجسم. والحاجات الاجتماعية التي تتمثل في الحاجة إلى الشعور بالرضا والسعادة الشخصية والحاجات الاجتماعية التي تتمثل في الحاجة إلى القبول والتفاعل الاجتماعي.

الحاجات النفسية التي تميز الإنسان:

قسم أبراهام ماسلو Abraham Maslow الحاجات النفسية إلى خمس حاجات يتم توضيحها كما ورد في (بلخير، 2022 ؛ الزبيري وأحمد، 2022) على النحو التالي :

✓ **الحاجات الفسيولوجية (المادية):** تتمثل في الحاجات الأساسية للإنسان التي تقوم بدور فعال وواضح في دفعه، والحاجات ذات العلاقة بتكوين الإنسان البيولوجي والفسيولوجي منها؛ الماء والهواء والأكل والجنس، وتساعد هذه الحاجات على حفظ التوازن الجسدي وصيانة الفرد للبقاء والاستمرارية في الحياة.

✓ **الحاجة إلى الأمن والأمان:** تتمثل في حاجة الفرد لتوفير الأمان سواء كان من الناحية المادية أو من الناحية المعنوية والنفسية أو الأمان ضد الأضرار الجسدية.

✓ **الحاجات الاجتماعية (حاجات الحب والانتماء):** هي عبارة عن حاجات متبادلة بين الأفراد، تركز على مبدأ الأخذ والعطاء، وعدم إشباعها يؤدي إلى شعور الفرد بالعزلة والوحدة، حيث يسعى الفرد إلى تكوين علاقات اجتماعية والحصول على القبول والتقبل في الجماعة التي ينتمي إليها.

✓ **حاجات التقدير واحترام الذات:** تتمثل في حاجة الفرد ورغبته في تكوين صورة إيجابية عن ذاته، واعتراف الآخرين بأهميته بينهم، ويقسمها ماسلو Maslow إلى نوعين: الأول يتمثل في؛ الرغبة في القوة، والرغبة في الإنجاز، والرغبة في الاستقلال والحرية، والنوع الثاني يتمثل في: الرغبة في السمعة الحسنة، كسب احترام الغير، المكانة الاجتماعية، اعتراف الآخرين.

✓ **الحاجة إلى تحقيق الذات:** تتمثل في البحث عن النجاح، والمكانة، والسمة المستحقة من أجل تحقيق الرضا، حيث يسعى الفرد إلى الوصول لدرجة عالية من تحقيق الذات من أجل الوصول بنفسه إلى الوحدة والتكامل، وبأشبه هذه الحاجة يشعر الفرد بالرضا ويصبح مميزاً في المجتمع الذي يعيش فيه.

اختلاف ترتيب وشدة الحاجات النفسية:

أشار أبراهام ماسلو Abraham Maslow على أن الفرد لا يمكن أن ينتقل إلى مستوى أعلى من الحاجات إلا بعد تلبية الحاجات الخاصة بالمستوى الذي يوجد فيه، وذلك نتيجة أثرها على الدافعية التي تنقله من مستوى إلى آخر، والفرد الذي يمر صعوداً في سلم الحاجات حتى يصل إلى مستوى الحب والانتماء، ثم الاعتزاز بالذات وتقديرها يبيح أكثر تفهما لذاته، ولديه القدرة على التفاعل والاندماج مع الآخرين، وتختلف قوة الحاجة وشدة إلحاحها بعاملين أساسيين كما ذكرها (الفرجات، 2019) على النحو التالي:

- **العامل الأول:** مستوى الإشباع: يشير إلى أنه كلما ارتفع مستوى إشباع إلحاح الحاجة عند الفرد قلّت قوة وشدة هذه الحاجة كدافع وموجه لسلوكه.
- **العامل الثاني:** مستوى قوة المثير: تتفاوت درجة إلحاح الحاجات وشدتها تبعاً لأهميتها النسبية، حيث إنه كلما ارتفعت قوة إثارة الحاجة لدى الفرد نتيجة لمثيرات خارجية، ارتفعت شدة إلحاح هذه الحاجة لديه.

النظريات المفسرة للحاجات النفسية:

يرى الجبوري (2019) أن علماء علم النفس اختلفوا بشأن موضوع الحاجات النفسية، حيث تعددت وتوعدت النظريات التي تفسر الحاجات النفسية، ومنهم ماسلو Maslow الذي يرى بأن الحاجة هي كل ما يثير الفرد داخلياً مما يجعله يعمل إلى إعادة توازنه بغرض القيام بنشاط ما لتحقيق رغباته وأهدافه، ويرى موراي بأن الحاجة هي القوة الدافعة للسلوك البشري، ويرى سبنسر أن الحاجة هي التي تدفع الفرد إلى تحقيق أهدافه سواء كانت داخلية أو خارجية، أو شعورية أم لا شعورية.

وأشار صابر (2018) إلى النظريات المفسرة للحاجات النفسية وهي عبارة عن أربع نظريات وتتمثل في: نظرية الدافعية (الحاجات) الإنسانية لماسلو، نظرية الدافعية لهنري موراي، ونظرية كارين هورني، ونظرية محددات الذات.

كما تعد نظرية ماسلو Maslow من أهم النظريات التي تناولت الحاجات النفسية والتي تتمثل في: الحاجات الفسيولوجية، وحاجات الأمن، وحاجات الانتماء والحب (العلاقات الاجتماعية والعاطفية) ، والحاجة للتقدير، والحاجة إلى تحقيق الذات، والحاجة إلى النمو الذاتي، وتوجد هذه الحاجات مرتبة على شكل هرمي وفق قوة الحاجة وفعاليتها، ويبدأ التسلسل الهرمي بالحاجات الفسيولوجية وينتهي بالحاجة إلى تحقيق الذات (Kurth, et al, 2020) ، وسوف يتم تناول نظرية ماسلو للاحتياجات الإنسانية في الدراسة الحالية بشيء من التفصيل على النحو التالي :

نظرية ماسلو للاحتياجات الإنسانية Abraham Maslow (1908 – 1970):

يعد أبراهام ماسلو من أبرز المؤسسين للمدرسة الإنسانية والمهتمين بالحاجات الإنسانية للفرد، حيث كرس حياته وجهوده في دراسة العلاقات الدنيا المكتسبة والتي تنتج أنماطاً سلوكية من أجل وصف حياة الإنسان بصورة متكاملة، وافترض ماسلو أن الحاجات الإنسانية هي نزعة غريزية وأضافها إلى نموذج الحاجات المعرفية كأبعاد جديدة (الريح، 2018).

ووضع أبراهام ماسلو Abraham Maslow ترتيباً هرمياً للحاجات يتوافق مع ما يدفع الأفراد للعمل ؛ في المستوى الأدنى توجد الحاجات الفسيولوجية Psychological Needs وتتمثل في : الحاجة إلى الطعام والماء والأكسجين والنوم والراحة والنشاط والجنس والإشباع الحسي، وفي المستوى الأعلى توجد الحاجة إلى الأمن Safety Needs بمختلف فروعها جسمياً و نفسياً في الحاضر والمستقبل، يأتي بعد ذلك الحاجة إلى الحب و الانتماء و التفاعل The Belonging And Love Needs ، ثم يأتي بعد ذلك الحاجة إلى المكانة والنجاح والتقدير واحترام الذات والثقة بالنفس وتقبل الذات The Esteem Needs . وأخيراً يأتي بعد ذلك مستوى الحاجة إلى تحقيق الذات Self- Actualization ، حيث يؤكد إبراهيم ماسلو على أنه لا يمكن الاستغناء عن هذه الحاجات وبناءً على ذلك فإن عدم إشباعها قد يسبب توتراً في حياة الفرد (صابر، 2018).

كما تعد نظرية ماسلو من أشهر النظريات التي اهتمت بحاجات الفرد وتصنيفها، حيث افترض ماسلو أن الحاجات وإشباعها يعد أساساً ضرورياً لصحة الفرد النفسية والجسمية فيفترض أن الفرد في حال نشأ في بيئة لا تشبع حاجاته سيكون حتماً أقل توازناً وأكثر توتراً (القواسمة، 2019).

ويعتقد ماسلو Maslow بوجود هرمية للحاجات وهي متفاوتة في الأهمية وفق مستوياتها فبعضها يبقى غير مهم إلى حد ما، ولا يمثل مصدر إثارة للفرد إلا بعد أن يتوفر للبعض الآخر منها الحد الأدنى من الإشباع، وبذلك يجب على الفرد إشباع الحاجات الدنيا في الهرم، يقدم ماسلو مفهوم التصاعد الهرمي: قبل إشباع الحاجات العليا للغلبة أو للسيطرة لتيسير فهم نظام الدوافع وعملها المركب المتشابك، ويقصد بهذا المفهوم أن الحاجة ذات المستوى الأرقى لا تظهر حتى يتم إشباع حاجة أخرى أكثر غلبة وسيطرة، والحاجة التي تُشبع لا تُعد حاجة بعد ذلك لان تم إشباعها، وذلك يؤدي إشباع حاجة من الحاجات إلى قيام الفرد لمحاولة إشباع حاجة أخرى (كروم، 2020).

وتوصل ماسلو Maslow في نظريته في الحاجات النفسية إلى أن فهم الكائنات البشرية لا يكون بالأسلوب الذي أخذ به فرويد بدراسة العصبيين والذهانيين، حيث يرى أن دراسة الأشخاص غير الأسوياء والمتخلفين وغير الأصحاء تُنتج علم نفس غير سوي (المحمد، 2019).

مميزات نظريه ماسلو Maslow للحاجات النفسية:

أشار أبو دواية (2013) إلى مميزات نظرية ماسلو Maslow للحاجات النفسية وتتمثل بالآتي:

- ركزت النظرية على المبادئ الإنسانية التي أغفلها ما قبلها من نظريات.
- اتفقت نظريه ماسلو Maslow مع ما أنزل في الديانات السماوية.
- اهتمت النظرية بالجانب المعرفي للفرد وهو حاجة الإنسان لإشباع قدراته العقلية، وهي ما تميزه عن سائر المخلوقات.
- أوضحت النظرية أنه يمكن فهم الفرد خارج إطار الأمراض النفسية، أي أنه يمكن فهم الإنسان من دراسة الأشخاص الأسوياء والمثاليين.
- تعاملت النظرية بإنسانية واحترام أكثر مع الفرد، فأشار ماسلو Maslow بأن الأفراد يقومون بأفعال عدوانية فقط عندما تحبط حاجاتهم وخاصة حاجات الحب والقبول.

أنواع الحاجات النفسية:

تظهر أهمية الحاجات النفسية الظاهرة والكامنة في حياة الفرد عندما يتعرض لتحديات أو عقبات أو مشكلات تقف عائق دون إشباع هذه الحاجات لديه، الأمر الذي يؤدي إلى ظهور علامات الاضطراب والقلق وعدم الشعور بالسعادة، حيث يرى موراي Murray في نظريته التي تفسر الحاجات النفسية الظاهرة والكامنة أن الحاجة هي نقطة البداية في أي سلوك مرتبط بها، ويصف هذه الحاجات الأساسية لدى الفرد وفقاً لطريقة التعبير عنها في السلوك، حيث قسم موراي Murray الحاجات النفسية إلى نوعين الحاجات النفسية الظاهرة والحاجات النفسية الكامنة وذلك كما ورد في (خليفة، 2022 ؛ عبدالجواد، 2018) على النحو التالي :

- **الحاجات النفسية الظاهرة:** هي الحاجات التي تعبر عن نفسها بطريقة مباشرة في سلوك الفرد، وتظهر في صورة أفعال أو تعبيرات موضوعية وتشمل مجموعة من الحاجات تتمثل في: الخضوع، النظام، الاستعراض، الاستقلال الذاتي، التواد، التأمل الذاتي، المعاضدة، السيطرة، لوم الذات، العطف، التغيير، التحمل، الجنسية الغيرية، العدوان.
- **الحاجات النفسية الكامنة:** هي الحاجات المكبوتة التي لا يستطيع الفرد التعبير عنها بطريقة مباشرة وصريحة بل أنه يجد الطريق أمامه مغلقاً، وتشمل مجموعة من الحاجات تتمثل في: العدوان المكبوت، المعرفة المكبوتة، السيطرة المكبوتة، الاستعراض المكبوت، والأحلام والإسقاطات، الاستجداد المكبوت.

أبعاد الحاجات النفسية:

أشارت دراسات كل من (مروى وعبد الحكيم، 2022 ؛ صابر، 2018 ؛ كوثر، 2017) بأن أبعاد الحاجات النفسية ثلاثة وتوضحها على النحو التالي:

- **الحاجة الى الاستقلالية:** عرفها مروى وعبد الحكيم (2022) على أنها " قدرة الفرد في الاعتماد على نفسه واتخاذ قراراته وامتلاكه لعنصر المبادرة و قدرته على تحمل المسؤولية وتنظيم الأنشطة التي يقوم بها والتي تتكون من أربعة مجالات تتمثل في: (التنظيم الخارجي، التنظيم الاستيطاني، تنظيم تحقيق الهوية، التنظيم الداخلي). ويرى (صابر، 2018 ؛ وكوثر، 2017) أنها الحاجة إلى الشعور بأن أنشطة وأهداف الفرد من اختياره هو وتكون متفقة مع قيمه ومبادئه واهتماماته الداخلية.
- **الحاجة إلى الكفاءة:** عرفها مروى وعبد الحكيم (2022) بأنها بُعد من أبعاد الشخصية تتمثل في قدرة الفرد على مواجهه المهمات والمشكلات الصعبة التي تدفعه لاختيار المتطلبات والقرارات المتعلقة باستراتيجيات التغلب على المشكلات التي تؤثر على الجهود المبذولة ومدى الاستهلاك المادي والمعنوي الذي سيبدله لمواجهة هذه المشكلات ". وذكر (صابر، 2018 ؛ وكوثر، 2017) أنها هي استعداد نفسي ينطوي على تقدير الذات والثقة بالنفس ومحاولة الوصول إلى الأهداف المنشودة، حيث أن الفرد يشعر بإشباع

الحاجة للكفاءة من خلال تلبية سلوكياته للنتائج والأهداف المرجو تحقيقها، ويصاب الفرد بالإحباط عندما يجد أفعاله غير فعالة بالشكل الذي يصل إلى تحقيق النتائج المرجوة.

■ **الحاجة الى الانتماء:** عرفها مروى وعبد الحكيم (2022) بأنها الشعور بالارتباط مع الآخرين مع وجود الاهتمام المتبادل بينهم والإحساس بالطمأنينة اتجاه الأفراد والمجتمع مع الشعور بالأمن والحماية في البيئة التي يعيش فيها. ويرى (صابر، 2018 ؛ وكوتر، 2017) بأنها الحاجة إلى الشعور بأمن الناتج عن الارتباط بالآخرين والعمل معهم بأسلوب تعاوني يرتبط بروابط انفعالية معهم. حيث أن إشباع الحاجة إلى الانتماء تتطلب مشاعر الاهتمام والحب الحقيقي، وإنشاء علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين.

أهمية إشباع الحاجات النفسية:

إشباع الحاجات النفسية هي من أهم الجوانب الضرورية في مرحلة الشباب حيث يسهم إشباع الحاجات النفسية بشكل كبير في تشكيل سماتهم وصفاتهم النفسية وقد أشار الكثير من علماء النفس إلى أهمية إشباع الحاجات النفسية في توجيه السلوك الإنساني ومن أشهر من تناولوا هذا المصطلح هو أبراهام ماسلو Abraham Maslow أحد رواد المدرسة الإنسانية، حيث قام بتفسير ذلك من خلال نظريته في الحاجات وتُعد هذه النظرية من أهم النظريات الإنسانية حول إشباع الحاجات النفسية (بن طاطة، 2021).

وقد عرف حلمي (2022) إشباع الحاجات النفسية الأساسية: على أنها "مطالب نفسية فطرية تتمثل في الحاجة للاستقلال والكفاءة والانتماء"، وتعد هذه الحاجات جزءاً رئيسياً من تكوين الفرد النفسي وذلك بتأثيرها في الشخصية ودفعه إلى السلوك الذي يؤدي إلى الوصول إلى إشباعها، ويمكن توضيحها على النحو الآتي:

- إشباع الاستقلال: يتمثل في تعزيز الشعور بالحرية النفسية، والاستعداد والإرادة الكاملة عند تنفيذ النشاط.
- إشباع الانتماء: يتمثل في تعزيز الشعور بالألفة والاهتمام الحقيقي والعلاقة الصادقة والاتصال الآمن مع الآخرين.

وترى كوثر (2017) أن هناك بعض الحاجات التي ينبغي على الفرد إشباعها كي يشعر بالسعادة كالحاجة إلى التفوق والسيطرة على الأشياء أو الأفراد أو الأفكار، والحاجة للتحصيل والتغلب على التحديات، والحاجة للشهرة والتقدير والمدح، والحاجة لعرض مؤهلاته ومهاراته وقدراته حتى يشعر بالتميز في مجتمعه، فإشباع كل هذه الحاجات يؤكد على الصحة النفسية لدى الفرد ويحقق طموحه. ويشير أيضاً إلى أن أهمية إشباع الحاجات النفسية تنبثق من أمرين رئيسيين، ويمكن توضيح ذلك فيما يلي:

- الأمر الأول: يتمثل في نجاح الفرد في تحقيق أغراضه وأهدافه، الأمر الذي يؤدي إلى إشباع الدافع وإرضاء الحاجة لديه وتحقيق التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي لديه.
- الأمر الثاني: يتمثل في فشل الفرد في تحقيق أغراضه وأهدافه نتيجة لعقبات وتحديات مختلفة يؤدي ذلك إلى حدوث صراع لدى الفرد، وظهور أعراض سوء التكيف.

ويرى (Mesurado, et al (2016) أن إشباع الحاجات النفسية الأساسية يشكل العملية النفسية المركزية التي من خلالها تيسر وتسهل الدافعية الداخلية التي تؤدي إلى الأداء الأمثل والازدهار في مجالات الحياة المختلفة .

كما يرى (Guo, et al (2021) أن إشباع الحاجات النفسية يتأثر بمتغيرات مختلفة وكبيرة منها ما يخص الفرد، ومنها ما يتعلق بالسياق الاجتماعي.

وذكر (De Oliveira & Borges (2019) أن أحد أهم متغيرات الفرد التي يمكن أن تؤدي دوراً مهماً في إشباع الحاجات النفسية هو التركيز التنظيمي الذي يتضح من خلال التأثير على كيفية إدراك الأفراد للبيئة واستخدام الموارد التنظيمية، لإشباع الحاجات وتحقيق الأهداف المنشودة.

وأشار علي (2018) إلى أن عدم إشباع الحاجات النفسية قد يؤدي إلى إضعاف الدافعية الداخلية للفرد، ومن الممكن تيسير وتسهيل الدافعية الداخلية عن طريق إيجاد الظروف التي تشبع حاجات الفرد النفسية الأساسية.

المحور الثاني: جودة الحياة:

مفهوم جودة الحياة:

يُستخدم مفهوم جودة الحياة من أجل التعبير عن رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما تعبر جودة الحياة عن رغبة وشعور تجاه نمط الحياة التي تتميز بالترف، هذا النمط من الحياة الذي لا يستطيع تحقيقه سوى مجتمع الوفرة ، وذلك المجتمع الذي استطاع أن يحل كافة المشاكل المعيشية لغالبية أفرادها، وتعني جودة الحياة لدى البعض هي أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على مستوى عالٍ من القبول والرضا، وأن يكون قوي الإرادة، صامداً أمام الضغوط التي تواجهه، يتمتع بكفاءة ذاتية واجتماعية عالية، راضياً عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققاً لحاجاته وطموحاته ، واثقاً من نفسه غير مغرور ومقدراً لذاته بما يجعله يشعر بالسعادة بشكل مستمر (معشي، 2018).

كما يُعد مفهوم جودة الحياة من المفاهيم المهمة من الناحية النفسية، نظراً للدور الذي يقوم به هذا المفهوم في تكوين الشخصية الإنسانية، ومدى تأثيره على جوانب الفرد المتنوعة من قدرات عقلية وجسمية ومهارات اجتماعية، ومدى نظرة الفرد للحياة التي يعيشها ومدى رضاه عن حياته (رشيد، 2017).

عرف محمد (2015) جودة الحياة على أنها "المشاعر الذاتية بالسعادة الشخصية، والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص، ويضيفوا أيضاً بأنه يجب التأكيد على مفهوم الذاتية باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي لمدى سعادته ورضاه عن حياته هو أساس في الحكم على حياته" (ص. 310).

وعرف أبو بكر (2019) جودة الحياة بأنها "هي أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا، وأن يكون قوي الإرادة صامداً أمام الضغوط التي تواجهه في جوانب الحياة المختلفة، يتمتع بكفاءة ذاتية واجتماعية مرتفعة، راضياً عن حياته

الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققاً لحاجاته وطموحاته، واثقاً من نفسه، مما يجعله يعيش شعور السعادة" (ص. 435).

وعرف اليوبي والحربي (2020) جودة الحياة بأنها "إدراك الأفراد لمراكزهم في الحياة في سياق الثقافة ونسق القيم الذي يعيشون فيه وعلاقة ذلك بأهدافهم وتوقعاتهم ومستوياتهم واهتماماتهم، إنه مفهوم واسع ويتأثر بصحة الفرد من كافة جوانبه وعلاقاته الاجتماعية والأسرية" (ص. 90).

كما عرف بن عيسى (2020) جودة الحياة بأنها "درجة رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، وإدراك هؤلاء الأفراد لقدرة الخدمات التي تقدم لهم على إشباع حاجاتهم المختلفة، ولا يمكن أن يدرك الفرد جودة الخدمات المقدمة له بمعزل عن الآخرين سواء (أقارب، أشقاء، زملاء، أصدقاء....)" (ص. 23).

ويرى ميروح وهاروني (2021) أن جودة الحياة هي "توعية الحياة التي يرغب الفرد في أن يحققها، فإذا كان معنى الحياة واضحاً ومرتفعاً لديه فإن الحياة تبدو بالنسبة له مثيرة جداً، وأن كل يوم يكون جديد تماماً، ويلزمه شعور أنه وجد ما ظل يبحث عنه طيلة حياته، ويستطيع أن يحدد الأشياء المفقودة من حياته بدقة ووضوح" (ص. 417).

ويعرف الباحث جودة الحياة: بأنها حالة الرضا التي يصل إليها الإنسان عن نفسه وعن الجوانب ذات الأهمية في حياته، فضلاً عن تقدير الشخص لذاته ومدى سعادته والقدرة على الحكم عليها.

أما التعريف الإجرائي: تعرف جودة الحياة بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من مقياس جودة الحياة والذي يتكون من أربعة أبعاد هي: جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة البيئية، وجودة الحياة الجسمية، وجودة الحياة الاجتماعية.

أهمية جودة الحياة:

تمثل جودة الحياة أهمية كبيرة في حياة الفرد والمجتمع، فهي مؤشر حقيقي للتنمية الشاملة على جميع الأصعدة، وتلعب دورا كبيرا في تحقيق التقدم والاستقرار في حياة الفرد، وأشار ضيف الله وآخرون (2020) إلى أهمية جودة الحياة التي يمكن حصرها في العناصر التالية:

- تساهم جودة الحياة في تقدير التنمية سواء كانت اقتصادية أو اجتماعية أو بشرية.
- تتضح أهمية جودة الحياة بشكل كبير وفعال في التنمية البشرية، من خلال التركيز على ما حققته من إشباع للحاجات الإنسانية لدى الفرد.
- تظهر أهمية جودة الحياة في المحافظة على سعادة الأفراد في هذا العصر.
- تهتم جود الحياة بقياس ومعرفة درجة الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه أنماط حياته عامة.
- تغطي جودة الحياة العديد من المجالات منها الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية والنفسية والجغرافية والتاريخية والطبية وقضايا البيئة والتسوق والتجارة والدخل والتوظيف وكافة جوانب الحياة الأخرى.

أبعاد مكونات جودة الحياة:

أشارت دراسات كل من (اعقاب وزرمان، 2021 ؛ اليوبي والحربي، 2020 ؛ بو عمامة، 2019) إلى أبعاد جودة الحياة والتي يمكن توضيحها على النحو التالي :

- **جودة الحياة الموضوعية:** وتتمثل فيما يوفره المجتمع من إمكانيات مادية، بالإضافة إلى الحياة الاجتماعية لحياة الفرد. ويعد تقييم الفرد لجودة الحياة الموضوعية في حياته كالدخل والمسكن والعمل والتعليم والصحة، يمثل في إحدى مستوياته الأساسية انعكاسا مباشرا لإدراك الفرد لجودة حياته.
- **جودة الحياة الوجودية:** تتمثل في الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد البيولوجية والنفسية وقدرته على العيش بتوافق مع الأفكار والقيم الروحية والدينية السائدة في المجتمع.

▪ **جودة الحياة الذاتية:** تتمثل في مدى الرضا الشخصي عن الحياة ومن ثم الشعور بالسعادة وجودة الحياة. حيث إنها تمثل دوراً مهماً في تفسير مفهوم جودة الحياة لدى الفرد، فهي تقوم على تقييم جودة الحياة كما يدركها، ويستجيب لها الأفراد وما تحققه لهم من إشباع، الأمر الذي يؤدي إلى شعورهم بالرضا أو السعادة، وبالتالي فإن سعادة الأشخاص ورضاهم أو تعاستهم، يُعد أفضل مؤشر لجودة الحياة.

وأشار كمال ولخضر (2016) إلى سبعة أبعاد أخرى تمثل جودة الحياة وفقاً لما حددته موسوعة علم النفس والتي تتمثل فيما يلي:

- الرضا عن المظهر والشكل العام.
- الحالة الصحية للجسم.
- التوازن الانفعالي: والذي يتمثل في ضبط الانفعالات الإيجابية والسلبية.
- التوافق الجنسي.
- الاستقرار المهني.
- الاستقرار الأسري والاجتماعي.
- الاستقرار الاقتصادي.

كما أورد بو عمارة (2019) إلى العديد من الأبعاد الأخرى التي ترتبط بجودة حياة الفرد والتي تتمثل فيما يلي:

- **البعد البيولوجي (البدني):** وهو البعد الذي يتعامل مع تنمية الفرد من خلال طاقاته البدنية والجسمية، ويساعد على ضمان صحته واستمرارها مدى حياته.
- **البعد المعرفي (القدرات العقلية):** وهو البعد الذي يتعامل في تنمية قدرات الفرد الأدائية والعقلية والمعرفية والمهارة، ويجعلها في تطور وتجدد مستمر.
- **البعد السيكلوجي (النفسي):** وهو البعد الذي يتعامل مع تنمية قدرات الفرد الروحية والنفسية والثقة وتقدير الذات.

➤ **البعد السوسولوجي (الاجتماعي):** وهو البعد الذي يتعامل مع تنمية المهارات الاجتماعية المختلفة لدى الفرد من تقدير المجتمع، والذات الاجتماعية الفردية، وتقدير العلاقات البيئية مع الآخرين.

مكونات جودة الحياة:

يؤكد كيمينج Keming على أن مكونات جودة الحياة تشير إلى الكمال الذي يحققه الفرد في حياته، ويمكن توضيحها كما ذكرها غريب (2021) في دراسته على النحو التالي:

➤ **البعد الأكاديمي:** يتمثل في الرضا فيما يتعلق بالحياة الأكاديمية وذلك من خلال وجود مشاعر إيجابية خلال الفترة التي يقضيها في المدرسة أو الحياة الجامعية.

➤ **البعد الاجتماعي:** يتمثل في المشاعر والسلوك الإيجابي، وتركيز الانتباه، والرغبة في التعلم والتفكير، وتقدير الذات، ومظهر الإنسان، وصورة الجسم، ومواجهة المشاعر السلبية.

➤ **البعد الصحي:** يتمثل في كيفية التعامل مع الألم وعدم الراحة، والنوم، والتخلص من التعب، والطاقة، والحركة العامة.

➤ **البعد الأسري:** يتمثل في التمتع بحياة أسرية مترابطة ومستقرة تسودها مشاعر الحب والود والتفاهم والثقة والمساندة والشعور بالسعادة والتوافق الأسري والزواج الناجح.

مظاهر جودة الحياة:

أشار كل من (الراجحي، 2017 ؛ حماد، 2015) إلى خمسة مظاهر رئيسية لجودة الحياة، يتضمن كل مظهر من هذه المظاهر بعض المكونات الفرعية والتي يمكن تلخيصها فيما يلي :

✓ **العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال:** يتمثل هذا المظهر في العوامل المادية وحسن الحال.

✓ **إشباع الحاجات والرضا عن الحياة:** يتمثل في إشباع وتحقيق الحاجات والرضا عن الحياة.

- ✓ إدراك الفرد للقوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بمعنى الحياة: يتمثل هذا المظهر في القوى والمتضمنات الحياتية ومعنى الحياة.
- ✓ الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الفرد بالسعادة: يتمثل هذا المظهر في الصحة والبناء البيولوجي والسعادة.
- ✓ جودة الحياة الوجودية: يتمثل هذا في الوحدة الموضوعية والذاتية لجودة الحياة، ويمثل أيضاً جودة الحياة الأكثر عمقاً داخل ذات الفرد.

قياس جودة الحياة

أشار اعقاب وزرمان (2021) إلى أن قياس جودة الحياة من أهم المجالات التي ما زالت تحتاج لمجهود كبير من المتخصصين والباحثين في علم النفس حيث تصنف إلى ثلاثة مقاييس يتم توضيحها على النحو التالي:

- **المقاييس النوعية:** تتمثل في المقاييس المتعلقة بمواقف وظروف معينة، وأهداف محددة.
- **المقاييس العامة أو الشاملة:** هي مقاييس تتضمن أسئلة حول الصحة العامة للفرد، ومجالات حياته المختلفة.
- **المقاييس المؤسسة على النفع والفائدة:** هي مقاييس تتضمن تفضيلات الفرد في فترات معينة.

وذكر جديدي وبنين (2020) أن مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع جدا ومتعدد الأبعاد، فعدم وجود اتفاق حول تعريف هذا المفهوم يجعل من طريقة قياسه تواجه صعوبة، فيوجد اتفاق بين الباحثين على أن مفهوم جودة الحياة هو مفهوم يمكن قياسه من خلال عدة أبعاد، لكن لم يتفقوا على عدد هذه الأبعاد، فقد تعددت المقاييس المستخدمة في قياس جودة الحياة ومن أهم هذه المقاييس ما يلي:

- **مقياس جودة الحياة لفريتش:** يستخدم لقياس الرضا عن الحياة، ويتضمن مقياس الجودة الذاتية (14) مجالاً للحياة منها: العمل والصحة، ووقت الفراغ، العلاقات مع الأصدقاء أو الأبناء، ومستوى المعيشة، وفلسفة الحياة والعلاقات مع الأقارب والجيران والعمل، حيث

يتطلب المقياس من الفرد تقدير الرضا في مجال معين من الحياة وكذلك قيمة أو أهمية ذلك المجال بالنسبة للسعادة العامة له.

○ **المقياس العالمي:** وضع هذا المقياس من أجل قياس جودة الحياة بصورة متكاملة وشاملة، وهذا قد يكون السؤال الوحيد الذي يتم سؤاله للفرد لحساب مقياس جودة الحياة بصورة عامة له مثل مقياس " فلنجان " لجودة الحياة الذي يسأل الأفراد عن مدى رضاهم عن (15) مجالاً من مجالات الحياة.

○ **المقياس العام:** لديه أمور مشتركة مع المقياس العالمي وقد وضع من أجل مهام وظيفية في الرعاية الصحية، وقد تم تحديده ليكون بصورة شاملة مثل احتمالية تأثير المرض أو أعراضه على حياة المرضى، ويطبق هذا المقياس على مجموعة كبيرة من الأفراد، والميزة الكبرى لهذا القياس هي تغطيته الواسعة.

○ **المقياس الخاص:** تم تطويره من أجل مراقبة ردود الفعل للعلاج في حالات خاصة وهذه الخطوات مقتصرة لمشاكل تميز مجموعة خاصة من الأفراد، حيث يكون لهؤلاء حساسية التغيير وكذلك قلة التصور لديهم في الربط مع تعريف معنى جودة الحياة.

ويرى بوزيدي (2017) أن قياس جودة الحياة يتكون من ثلاثة مقاييس يمكن عرضها على النحو التالي:

▪ **مقياس قيم الجودة لهرتوني:** يتضمن هذا المقياس من (15) مفردة تقيس خمسة أبعاد لجودة الحياة المتعلقة بالصحة وهي الأمراض، والحياة المستقلة، والعلاقات الاجتماعية، والنواحي الجسمية والصحة النفسية والاستجابة كلها بنعم أو لا، حيث تعطي لجودة الحياة السيئة درجة الصفر وتعطي جودة الحياة العادية درجة الواحد.

▪ **مقياس جودة الحياة (Qopos):** يتضمن مقاييس فرعية تتمثل في: الشخصية الاجتماعية والأسرة والعمل وتتعلق هذه العوامل بالحالة النفسية الجيدة.

▪ **مقياس " ماك جيل":** يتضمن ثلاثة مجالات تتمثل في أسلوب الحياة والمجال الفيزيائي والاهتمامات الإيجابية لجودة الحياة.

كما أشار كل من (معمرية، 2020 ؛ معشي، 2018) إلى مؤشرات قياس جودة الحياة والتي تتمثل فيما يلي :

✓ **المؤشرات النفسية:** تتمثل في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

✓ **المؤشرات الاجتماعية:** تظهر من خلال القدرة على تكوين علاقات شخصية ونوعيتها، ومن خلال مدى ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

✓ **المؤشرات المهنية:** تتمثل في مدى رضا الفرد عن مهنته وحبها، ومدى سهولة تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.

✓ **المؤشرات الجسمية والبدنية:** تتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، وقدرته على التكيف مع الآلام، والنوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية.

العوامل المؤثرة على جودة الحياة:

أشار القحطاني (2020) إلى العديد من العوامل التي تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة والتي يمكن توضيحها فيما يلي:

❖ **تحقيق الفرد لذاته وتقديرها:** من خلال إدراك الفرد بأنه يمتلك طاقات وقدرات ينبغي استثمارها، كما عليه أن يقدر ذاته ويحترمها، وألا يقلل من قيمة نفسه، فتحقيق الذات يعزز الشعور بالرضا عن الذات، ومن ثم الشعور بجودة الحياة.

❖ **إشباع الحاجات الأساسية:** يعد إشباع هذه الحاجات ضرورة لكل فرد من أفراد المجتمع، وقد تختلف من فرد لآخر من حيث درجة تحقيقها وإشباعها، ولكنها حاجات يسعى إليها الكل، ويتم تحقيقها من خلال عملية متكاملة بين الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه للشعور بجودة الحياة.

- ❖ **المعنى الإيجابي للحياة:** لا يسعى الفرد فقط لإشباع غرائزه، أو لتهيئة أفضل الظروف الاجتماعية ليعيشها، لكنه يسعى ويهتم بأن يكون لحياته معنى ومغزى، وهدفاً وقيمة، ومن خلال هذا المعنى وتلك القيمة يشعر بجودة الحياة.
- ❖ **المساندة والعلاقات الاجتماعية:** من خلال هذه المساندة والعلاقات الاجتماعية المتبادلة يشعر الفرد بالأهمية والاحترام والتقدير وكذلك الشعور بالثقة بالنفس وبالآخرين، والشعور بالتفاؤل تجاه الحياة والمستقبل مما يشعرهم بجودة الحياة.
- ❖ **الرضا عن الحياة:** هو عبارة عن تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها وفقاً لنسقه القيمي، ويعد الشعور بالرضا عن الحياة مؤشراً مهماً من مؤشرات الصحة النفسية السليمة، فالرضا يدفع الفرد إلى الحياة ويزيد من رغبته فيها مما يشعره بجودة الحياة.
- ❖ **الصلابة النفسية:** وهي مجموعة من السمات الشخصية ذات الطابع النفسي الاجتماعي، وهي سمات تشمل الالتزام والتحدي والتحكم، وكذلك الضغوط النفسية، والتي تمكنه من التعايش معها وتشعره بجودة الحياة.
- ❖ **الالتزام الديني:** يعد من العوامل المؤثرة فيما يشعر به الفرد من رضا عن حياته، ويمكن أن يتخذ كقيمة تنمي لدى الفرد جودة الحياة، مما يجعله أكثر قدرة على مواجهة الضغوط والتكيف معها.
- ❖ **السعادة:** هي حالة من المرح والإشباع، والتي تنشأ من خلال إشباع الدوافع، وتسمو إلى مستوى الرضا النفسي الذي يصاحب تحقيق الذات، وتؤثر السعادة على صحة الفرد النفسية والجسمية، وتتأثر بالسمات الشخصية، وتُعد جزءاً من شعور الفرد بجودة حياته.
- ❖ **التوجه نحو المستقبل:** يُعد قلق المستقبل أحد أنواع القلق، والذي يمثل الخوف من مجهول ينتج عن خبرات ماضية وحاضرة يعيشها الفرد، وتجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر، ومن ثم شعوره بعدم الاستقرار، وقد تسبب له هذه الحالة شيئاً من عدم الثقة بالنفس، وعدم القدرة على مواجهة المستقبل مما يشعره بعدم جودة الحياة.

طرح زهان Zhan نموذجاً نظرياً لجودة الحياة ويرتكز هذا النموذج على المعنى المدرك لجودة الحياة، ويتأثر إدراك الفرد بجودة الحياة بالعوامل الذاتية الخاصة به، كالعوامل الاجتماعية والثقافية والديمغرافية، وحدد في هذا النموذج العوامل المتعلقة بجودة الحياة والتي يمكن توضيحها كما ذكرها مصطفى (2018) على النحو التالي:

- العوامل البيئية والاجتماعية والثقافية.
- العوامل المرتبطة بالصحة.
- العوامل الشخصية.
- العوامل المعرفية لإدراك معنى الحياة.

أورد الحايك (2021) إلى بعض العوامل الأخرى التي تؤثر على جودة الحياة والتي تتمثل فيما يلي:

- ✓ حاجات الفرد مثل (الحب والتقبل والجنس والصدقة والصحة والأمن).
- ✓ توقعات بأن هذه الحاجات خاصة بالمجتمع الذي يعيش فيه الفرد.
- ✓ المصادر المتاحة لإشباع هذه الحاجات بصورة مقبولة اجتماعياً.
- ✓ النسيج البيئي المرتبط بإشباع هذه الحاجات.

كما أشار بوزيدي (2017) إلى العديد من العوامل التي تؤثر على مقومات جودة الحياة والتي يمكن توضيحها على النحو التالي:

- ✓ القدرة على التحكم.
- ✓ الصحة الجسمانية والعقلية.
- ✓ الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- ✓ القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- ✓ الأوضاع المالية والاقتصادية.
- ✓ المعتقدات الدينية والقيم الثقافية.

النظرية التكاملية لتفسير جودة الحياة:

يعد فينتدجودت وميريك اندرسون (Ventegodt & Merrick Anderson) هما صاحبا هذه النظرية التي تقوم على أن جودة الحياة تتمثل في ثلاث مجموعات منفصلة هي الذاتية والموضوعية والوجودية، وتتضمن جودة الحياة أربعة مكونات تتمثل في: السلامة، والرضا عن الحياة، والسعادة، ومعنى الحياة وكل مجموعة تهتم ببعد من أبعاد الجودة، ويمكن توضيحها كما ذكرها كل من عبد الله (2020) على النحو التالي:

- **جودة الحياة الذاتية:** تشير هذه المجموعة إلى طبيعة الحياة التي يشعر الفرد أنه يحيا فيها، إذ إن درجة رضا الفرد وسعادته بالحياة هي مجرد انعكاس لرؤيته الذاتية، وتتضمن أربعة أبعاد فرعية هي السلامة، الرضا عن الحياة، والسعادة، ومعنى الحياة.
- **جودة الحياة الوجودية:** تشير إلى كيفية الحياة الجيدة على المستوى العميق، فالفرد له طبيعة أعمق لا بد أن يشعر الفرد معها بانسجام وذلك من خلال إشباع الحاجات البيولوجية، ومراعاة مرحلة النمو ومحاولة إشباع الجوانب الروحية والدينية.
- **جودة الحياة الموضوعية:** تهتم هذه المجموعة بالظروف الخارجية، ويقصد بها إدراك الفرد للعالم الخارجي، يتأثر هذا الإدراك بالثقافة التي يحيا فيها الفرد.

ويرى أندرسون Anderson أن إدراك الفرد لحياته يجعله يقيم كل ما يدور حوله بشكل شخصي، كما يجعله قادراً على تكوين أفكارٍ كي يحقق الرضا عن حياته في ضوء ما يحمله من مفاهيم ومعتقدات واتجاهات تطورت لديه في ظل الثقافة الاجتماعية التي يعيش في إطارها، فإحساسه تجاه الحياة ورضاه عن تحقيقه لغاياته الشخصية وانسجامه مع البيئة الاجتماعية التي يعيش في إطارها (عرعار، 2021).

ويرى أندرسون أن هناك ثلاث سمات مجتمعه تؤدي إلى شعور الفرد بجودة الحياة كما ذكرها صبرين وأحلام (2020) على النحو التالي:

- **السمة الأولى:** ترتبط بالأفكار، والتي تعبر عن العلاقة بالهدف الشخصي الذي يسعى الفرد لتحقيقه.

- **السمة الثانية:** تتمثل في المعنى الوجودي الذي ينتصف العلاقة بين الأفكار والأهداف

- **السمة الثالثة:** تتمثل في الشخصية والعمق الداخلي.

وفي ضوء هذه السمات أشار شيخي (2014) إلى شرح أندرسون Anderson لمفهوم جودة الحياة والذي اتخذ من مفاهيم السعادة ومعنى الحياة ونظام المعلومات البيولوجي والحياة الواقعية، وتحقيق الاحتياجات بالإضافة إلى العوامل الموضوعية الأخرى إطاراً نظرياً متكاملًا من أجل تفسير مفهوم جودة الحياة، حيث تضع النظرية التكاملية مؤشرات جودة الحياة من خلال ما ذكرها (شيخي، 2014 ؛ جديدي وبنين، 2020) في دراستهم والتي تتمثل فيما يلي :

- ان شعور الفرد بالرضا هو الذي يشعره بجودة الحياة وأن هذا الشعور يتحقق من خلال النقاط التالية:

- وضع أهداف واقعية يكون الفرد قادر على تحقيقها.

- السعي إلى تغيير ما حولك لكي يتلاءم مع أهدافك.

- إشباع الحاجات لا يؤدي بالضرورة إلى رضا الفرد أو إلى شعوره بجودة الحياة.

- استغلال الفرد لإمكانياته في نشاطات إبداعية، وعلاقات اجتماعية جيدة، وأهداف ذات معنى، وبعائلة تعزز فيه الإحساس بالحياة الأمر الذي يشعره بجودة الحياة.

الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة:

نظرا لتعدد وتنوع مفهوم جودة الحياة من قبل الكثير من الباحثين الأمر الذي أدى إلى تعدد وظهور العديد من الاتجاهات المختلفة التي تفسر جودة الحياة والتي يمكن توضيحها كما ورد في دراسات كل من (بوتي وبرريقة، 2020 ؛ صبرين وأحلام، 2020 ؛ شيخي، 2014) على النحو التالي :

✓ **الاتجاه النفسي :** يمثل تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، المسكن،

العمل، والتعليم انعكاس مباشر لإدراكه لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات وذلك في

وقت محدد وظروف معينة ويتضح ذلك في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه الفرد، ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية من أهمها : القيم، والإدراك الذاتي، والحاجات، ومفهوم الاتجاهات، ومفهوم الطموح، ومفهوم التوقع علاوة على مفاهيم الرضا، والتوافق، والصحة النفسية ويكمن جوهر جودة الحياة في إشباع الحاجات النفسية كمكون رئيسي لجودة الحياة، وذلك طبقاً لمبدأ إشباع الحاجات المتبع في نظرية أبراهام ماسلو.

✓ **الاتجاه الاجتماعي:** بدأ الاهتمام بدراسات جودة الحياة منذ زمن بعيد وقد ركزت هذه الدراسات على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، ومعدلات الوفيات، ومعدل ضحايا المرض، ونوعية السكن، والمستويات التعليمية لأفراد المجتمع، ومستوى الدخل، وتختلف هذه المؤشرات من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يحققه الفرد من عائد مادي من عمله والمكانة المهنية التي يحصل عليها الفرد وتأثيره على الحياة.

✓ **الاتجاه الطبي:** يهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة أو النفسية أو العقلية وذلك من خلال البرامج الإرشادية والعلاجية، ويُعد تطوير جودة الحياة الهدف المتوقع لمقدمي الخدمة الصحية، وتقييم حاجة الأفراد لجودة الحياة يتضمن أيضاً تقييم احتياجاتهم وتوفير البدائل لهذه الاحتياجات حتى لو لم يكن هناك تشخيص لمرض معين أو مشكلة معينة، تعطي جودة الحياة مؤشراً للمخاطر الصحية والتي من الممكن أن تكون جسدية أو نفسية، وذلك في غياب علاج حالي أو الاحتياج للخدمات.

✓ **الاتجاه الفلسفي:** ينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي على أنها هي السعادة المأمولة التي لا يمكن للفرد الحصول عليها إلا بتحرير نفسه من أسر الواقع والتخليق في فضاء مثالي يدفع الفرد إلى الترفع على ذلك الواقع الخائق وترك العنان لخياله الإبداعي، وبالتالي فجودة الحياة من هذا المنظور تعنى " مفارقة للواقع تلمسًا لسعادة خيالية يعيش

فيها الفرد حالة من التجاهل التام لآلام ومصاعب الحياة والذوبان في صفاء روعي مفارق
لكل قيمة مادية“.

ثانياً: الدراسات السابقة:

تتضمن الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث ذات أهمية حتى تتيح للباحث التعرف على المناهج المناسبة لموضوعه كما تساعد على اختيار العينة وأدوات جمع البيانات وطرق المعالجة الإحصائية عليه سيتم استعراض عددٍ من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الموضوع وتندرج الدراسة في إطارها، وفي المحاور التالية استعراض للدراسات الأكثر صلة وقرباً بعنوان الدراسة وأهم نتائجها، وهي مرتبة من الأحدث إلى الأقدم:

المحور الأول: الدراسات السابقة المرتبطة بالحاجات النفسية:

دراسة موزي وبوفاتح (2022) بعنوان: الحاجات النفسية لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثلجي بالأغواط. هدفت الدراسة إلى معرفة ترتيب الحاجات النفسية الأكثر اهتماماً لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثلجي بالأغواط، وأيضاً معرفة الفروق في الحاجات النفسية تبعاً للمتغيرات التصنيفية (الجنس، التخصص). أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) طالبا وطالبة، واتبعنا المنهج الوصفي، وطبقنا مقياس الحاجات النفسية من إعداد أحمد محمد الزعبي (1997)، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت الدراسة على النتائج التالية: جاء ترتيب الحاجات النفسية لدى أفراد عينة الدراسة كالتالي: الحاجة إلى إشباع النواحي الاجتماعية في الترتيب الأول، ثم تليها الحاجة إلى تحقيق الذات، واحتلت الحاجة إلى المعرفة والثقافة الترتيب الثالث، وفي الأخير جاءت الحاجة إلى إشباع النواحي الاقتصادية. لا توجد فروق دالة إحصائية في الحاجات النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس. لا توجد فروق دالة إحصائية في الحاجة إلى (إشباع النواحي الاجتماعية وتحقيق الذات والمعرفة والثقافة) لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص. توجد فروق دالة إحصائية في الحاجة إلى إشباع النواحي الاقتصادية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص.

دراسة Ihan and Gümüşdağ (2022) بعنوان: فحص مستويات النشاط البدني

والاحتياجات النفسية الأساسية لطلبة الجامعة. هدفت الدراسة إلى دراسة مستويات النشاط البدني والاحتياجات النفسية الأساسية لطلبة الجامعة وفق متغيرات مختلفة. تكونت عينة الدراسة من

558 طالبًا اشتملت أدوات الدراسة على استبيان النشاط البدني، ومقياس الاحتياجات النفسية الأساسية. وتمثل منهج الدراسة في المنهج الوصفي. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كل من النشاط البدني ودرجة الاحتياجات النفسية الأساسية لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة حسب الجنس. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين درجة النشاط البدني ودرجة الحاجة النفسية لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة.

دراسة المسعودي (2021) بعنوان: الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى

الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري وطرق الحد منه. هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، ومعرفة أساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وأيضاً معرفة العلاقة بين الحاجات النفسية وأساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، توصلت نتائج الدراسة إلى أن الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري لديهم مستوى ضعيف جداً في إشباع الحاجات النفسية (الانتماء والكفاءة والاستقلالية)، كما أنهم يفضلون أسلوب التعلم السطحي ولديهم ضعف في أسلوب التعلم العميق والاستراتيجي، كما يوجد ارتباط بين انخفاض إشباع الاستقلالية والانتماء والكفاءة بزيادة أسلوب التعلم السطحي وانخفاض أسلوب التعلم العميق والاستراتيجي لدى الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وأوصت الدراسة بضرورة العمل على إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري، وإجراء بحوث ودراسات تتعلق بالحاجات النفسية، وأساليب التعلم وقدرتهما التنبؤية بالاتجاه نحو الانحراف الفكري.

دراسة بن هديان (2021) بعنوان: الفروق في مصادر إشباع الحاجات النفسية

المدركة لدى مرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة. هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر إشباع الحاجات النفسية كما تدركها عينة الدراسة، وإيجاد الفروق بين الذكور والإناث، ومرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة في مصادر إشباع الحاجات النفسية. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: لا توجد فروق بين مرتفعي الرضا عن الحياة ومنخفضي الرضا عن الحياة في

مصادر إشباع الحاجة لمساعدة الآخرين والحاجة للحب والعطف والحاجة للجنس، ووجود تأثير دال إحصائياً لتفاعل متغير النوع (ذكور، إناث)، ومستوى الرضا (مرتفع، ومنخفض) في مصادر إشباع الحاجة للفهم والمعرفة والحاجة للأمن والحاجة للتقرب من الله والحاجة للحصول على الحقوق والحاجة للترفيه والحاجة للاحترام والحاجة للتملك والحاجة إلى رضا الوالدين. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: أن تعمل مؤسسات المجتمع على معالجة الصعوبات التي تواجه إشباع الحاجات النفسية بطريقة سليمة، ضرورة الاهتمام ببرامج الصحة النفسية وذلك من أجل إشباع الحاجات النفسية للطلبة داخل الجامعة وخارجها، إتاحة بعض الأنشطة التي يشبع فيها الطلبة حاجاتهم النفسية التي تمثل درجة عالية من الأهمية.

دراسة (Antunes, et al, 2020) بعنوان : استكشاف عادات نمط الحياة والنشاط

البدني والقلق والحاجات النفسية الأساسية في عينة من البالغين البرتغاليين أثناء COVID-19. هدفت هذه الدراسة الشاملة إلى وصف عادات نمط الحياة ومستويات القلق والحاجات النفسية الأساسية (BPN) لدى الشباب البالغين البرتغاليين خلال جائحة مرض فيروس كورونا (COVID-19)، كما هدفت إلى استكشاف مستويات القلق والرضا عن الحاجات النفسية الأساسية خلال هذه الفترة بالذات. توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: تؤكد نتائج الدراسة على أهمية الاستمرار في نشر رسالة النشاط البدني أثناء هذا الوباء، مع الأخذ في الاعتبار على وجه التحديد أن التفاعل مع البيئة محدود بشكل واضح خلال COVID-19. علاوة على ذلك تشير النتائج إلى أهمية العمل على وضع استراتيجيات لتعزيز عادات الأكل الصحية، من خلال عدم تناول الطعام كثيراً أو أكثر ومن خلال اختيار ما تأكله بعناية. وتسلط النتائج الضوء على أهمية تحديد المجموعات التي قد تواجه المزيد من الطوائف التي تتبنى سلوكيات صحية. كما تسلط النتائج الضوء على أهمية تحديد المجموعات التي قد تواجه المزيد من حالات الانتشار التي تتبنى نشاط السلوكيات الصحية وخيارات الطعام الصحي وروتين النوم). ومن خلال تحديد هذه الفئات الضعيفة، قد تكون استراتيجيات التدخل أكثر استهدافاً، ويمكن تحسين فعالية الاستراتيجيات الصحية في الواقع، ووفقاً للنتائج توصي الدراسة بضرورة حاجة الشباب إلى مزيد من الاهتمام، أولاً لأنهم يمارسون نشاطاً بدنياً أقل وثانياً نظراً لوجود مستويات أعلى من القلق.

دراسة Anja, et al (2018) بعنوان: الحاجات النفسية الأساسية ودافع العمل: اختبار طولي للاتجاهية. هدفت الدراسة إلى التعرف على الاحتياجات النفسية الأساسية ودافع العمل: اختبار طولي للاتجاهية. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أشار التحليل الطولي إلى أن دعم الحاجة الإدارية يرتبط بشكل مباشر برضا الحاجة النفسية الأساسية ولكنه لا يرتبط مباشرة بدافع العمل، كما أشارت النتائج إلى أن رضا الحاجة النفسية الأساسية يرتبط بدافع العمل مع مرور الوقت، تم العثور على علاقة غير مباشرة بين الدعم في الحاجة الإدارية ودافع العمل من خلال رضا الحاجة النفسية الأساسية. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: يجب أن تشمل الدراسات المستقبلية نتائج عمل مختلفة، على سبيل المثال، في الفئة الواسعة من رفاهية الموظفين وأداء العمل لتقييم الاتجاه والروابط المباشرة وغير المباشرة بين نتائج هذا العمل والمفاهيم الأساسية للحاجات النفسية.

دراسة حرارة (2017) بعنوان: الحاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى اللاجئين السوريين في محافظة غزة. هدفت الدراسة إلى معرفة الحاجات النفسية والاجتماعية لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة، ومعرفة مستوى إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية، وجودة الحياة إضافة إلى معرفة أثر المتغيرات الديموغرافية على حاجاتهم النفسية والاجتماعية وجودة الحياة لديهم. وعن عينة الدراسة فقد بلغت (103) لاجئ سوري من أصل (798) لاجئ سوري في كافة محافظات غزة، وتحقيقاً لهذه الأهداف استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم مقياس الحاجات النفسية والاجتماعية، المُعد من قِبَل الباحث ، ومقياس جودة الحياة، المُعد من قبل منظمة الصحة العالمية WHO ومن أهم نتائج الدراسة:

- مستوى إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة جيّد، ولأن المقياس لديه أربعة أبعاد، فقد احتل بعد تحقيق الذات المرتبة الأولى بوزن نسبي مقداره (77.3%)، يليه بعد الحاجات الاجتماعية بوزن نسبي (76.8%)، ثالثاً بُد تقدير الذات بوزن نسبي (74.0%) وأخيراً بعد إشباع حاجات الأمان بوزن نسبي (61.5%).

- مستوى جودة الحياة لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة متوسط، ولأن المقياس يحمل أربعة أبعاد، فقد احتل بُعد جودة الحياة الاجتماعية المرتبة الأولى بوزن نسبي بلغ (66.4%)، ويليه بُعد جودة الحياة البيئية بوزن نسبي (63.7%)، ويأتي بُعد جودة الحياة الجينية بوزن نسبي (58.3%)، في حين جاء بُعد جودة الحياة النفسية في المرتبة الرابعة والأخيرة بوزن نسبي (57.8%).
- لوحظ وجود علاقة طردية تحمل دلالة إحصائية ($0.01 > a$) بين درجات إشباع الحاجات الاجتماعية وبين الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة وأبعاده (إشباع حاجات الأمان، تقدير الذات، تحقيق الذات) وبين الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة وأبعاده (جودة الحياة النفسية، جودة الحياة البيئية، جودة الحياة الجسمية، جودة الحياة الاجتماعية) لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة.
- لوحظ عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية ($0.05 < a$) بين درجات إشباع الحاجات الاجتماعية وبين الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة وأبعاده التالية (جودة الحياة النفسية، جودة الحياة البيئية، جودة الحياة الجسمية) لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة.

دراسة (Akbağ & Ümmet, 2017) بعنوان : الدور التنبؤي لإشباع العزيمة

والحاجات النفسية الأساسية في الرفاهية الذاتية للشباب. هدفت هذه الدراسة إلى التحقيق في الدور التنبؤي للعزيمة كسمة شخصية وإشباع الحاجات النفسية الأساسية في الرفاهية الذاتية بين الشباب. المشاركون في هذا البحث هم الشباب المتطوعون، توصلت نتائج الدراسة إلى تتمتع المشاركات بمستويات رفاهية ذاتية أعلى من الذكور. وجد أن درجة الرضا عن الارتباط على نطاق فرعي من مقياس الرضا عن الحاجات النفسية الأساسية والدرجة الإجمالية لتلبية الحاجات النفسية الأساسية تظهر اختلافًا كبيرًا لصالح الإناث. خلص تحليل الانحدار إلى أن العزيمة والإشباع لثلاثة حاجات نفسية أساسية (الاستقلالية والكفاءة والارتباط) تعزي لمتغير الجنس هي المؤشرات الهادفة للرفاهية الذاتية للشباب. يتنبأ تلبية الحاجات الأساسية الثلاثة برفاهية ذاتية

أقوى من العزيمة تعزي لمتغير الجنس وبالإضافة إلى ذلك، تم التوصل إلى علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين تلبية الاحتياجات الأساسية الثلاثة واتجاه العزيمة. وأوصت هذه الدراسة بضرورة عمل المزيد من الأبحاث للمستشارين المدرسين والمهنيين في مجال الصحة العقلية.

دراسة (المفتي، 2016) بعنوان: الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التنشئة الأسرية

كما يدركها الأبناء لدى المراهقين. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين الحاجات النفسية وأساليب التنشئة الأسرية لدى المراهقين وكذلك معرفة الفروق بين المراهقين والمراهقات في الحاجات النفسية وكذلك معرفة الفروق بين المراهقين الأكبر سناً والمراهقين الأصغر في الحاجات النفسية. تكونت عينة الدراسة من (200) مراهق ومراهقة بالمرحلة الثانوية والجامعية. منهم (100) مراهق. تراوحت أعمارهم بين (16- 21 سنة) و(100) مراهقة. تراوحت أعمارهن بين (14- 20 سنة). وتوصلت الدراسة على النتائج الآتية: 1- وجود علاقة ارتباطية بين الحاجات النفسية وأساليب التنشئة الأسرية لدى المراهقين. 2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين والمراهقات في الحاجات النفسية. 3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الأكبر سناً والمراهقين الأصغر سناً في الحاجات النفسية. وتوصلت الدراسة إلى عدة توصيات أهمها: زيادة الاهتمام بالمراهقين وتحقيق حاجاتهم النفسية والاجتماعية والثقافية، والعمل على توفير متطلبات المراهقين النفسية والمادية والاجتماعية.

دراسة (الغول، 2015) بعنوان: الحاجات النفسية، والاجتماعية، والأمنية التي تكمن

وراء استخدام الشباب السعودي لشبكات التواصل الاجتماعي. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الحاجات النفسية، والاجتماعية، والأمنية التي تكمن وراء استخدام الشباب السعودي لبعض شبكات التواصل الاجتماعي. وطبقت الدراسة على عينة قوامها (709) شاب وشابة تتراوح أعمارهم بين 18-29 سنة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أهم ثلاث حاجات اجتماعية تدفع الشباب السعودي إلى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي هي: تبادل الأخبار والمعلومات، وتبادل الخبرات مع الآخرين، ولتحقيق وسيلة سريعة للتواصل مع الآخرين، بينما جاءت أهم ثلاث حاجات نفسية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي: لكسر حالة الملل، وللشعور بالوجود كجزء

من العالم، وللتخلص من ضغوط الحياة، في حين جاءت الحاجات الأمنية الأهم لديهم: لمعرفة ما يدور حولهم بسرعة، ولمعرفة صورة بلدي في عيون الآخرين، ولتكوين رأي عام يشعر به المسؤولين، كما تبين من نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط دالة (0.01) بين الحاجات الاجتماعية والنفسية والأمنية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الحاجات الاجتماعية والنفسية والأمنية تتعلق بمتغير النوع وذلك لصالح الذكور. وأوصت الدراسة بعدة توصيات أهمها: العمل على تقوية جانب التفاعل الاجتماعي لدى الشباب ضمن محيطهم، وعدم تركهم ضمن دائرة العزلة في العالم الافتراضي. وتدريبهم على عملية اتخاذ القرار الرشيد ضمن دائرة الثقة والمسؤولية تجاه المجتمع والوطن. وتدريبهم على عملية النقد البناء للسلوكيات الدخيلة على المجتمع.

دراسة الظفري، العاني (2013) بعنوان: الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمانية العاملة. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الحاجات النفسية والاجتماعية لدى المرأة العمانية العاملة في جميع المؤسسات، وبذلك التعرف على الفروق في مستوى تلك الحاجات وفق عدد من المتغيرات (الحالة الاجتماعية - المؤهل الدراسي - العمر - سنوات الخدمة - عدد الأبناء - الراتب - نوع العمل من حيث "حكومي/خاص")، حددت الباحثة البحث بالمرأة العاملة في مؤسسات القطاع العامي والخاص بمحافظة مسقط، وتحقيقاً لأهداف البحث أعدت أداة لقياس الحاجات النفسية مكونة من ستين فقرة. ومن أهم نتائج الدراسة إلى أن المرأة العُمانية لديها إشباع في الحاجات النفسية والاجتماعية بمختلف محاورهما؛ مع التوصل أيضاً بأن أكثر أبعاد الحاجات الإنسانية إشباعاً هو بُعد قبول الذات والأقل إشباعاً هو الأمن النفسي، وفي مجال الحاجات الاجتماعية أظهرت النتائج بأن الحاجات الأسرية هي الأكثر إشباعاً بينما بُعد المسؤولية الاجتماعية هو الأقل، إضافةً إلى ذلك فقد أشارت النتائج إلى وجود فروقات في مستوى الحاجات النفسية بحسب إجمالي الراتب الذي تتقاضاه المرأة العُمانية العاملة، وأن مستوى الإشباع لدى العاملات في القطاع الحكومي أعلى من العاملات في القطاع الخاص، ولم تتأثر مستويات الحاجات بالمتغيرات الأخرى كالعمر والخبرة وعدد الأبناء وأيضاً المؤهل الدراسي.

المحور الثاني: الدراسات السابقة المرتبطة بجودة الحياة:

دراسة (المطيري، 2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها باتجاه الشباب نحو تعاطي المخدرات لدى عينة من الشباب السعودي. هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الاتجاهات التي يكونها الشباب نحو تعاطي المخدرات في المملكة العربية السعودية، وما طبيعة العلاقة بين جودة الحياة واتجاهات الشباب السعودي نحو التعاطي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. ومعرفة دلالة تأثير جودة الحياة في تكوين الاتجاه نحو تعاطي المخدرات. وتكونت عينة الدراسة من (437) فرداً، وتم استخدام مقياس جودة الحياة الصادر عن منظمة الصحة العالمية WHOQOL-100 بصورته المختصرة، من تعريب بشرى أحمد (2008)، ومقياس الاتجاه نحو تعاطي المخدرات من إعداد مرسي (1994) وتم تقنينه على المجتمع السعودي من قبل محمد الليل (2003). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة لدى العينة مرتفع، وانخفاض اتجاههم نحو التعاطي. مما يشير إلى وجود علاقة بين جودة الحياة والاتجاهات، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين جودة الحياة واتجاه الشباب نحو التعاطي، فكلما ارتفع مستوى جودة الحياة انخفض الاتجاه نحو تعاطي المخدرات والعكس صحيح، وأشارت النتائج أيضاً إلى إمكانية التنبؤ بالاتجاه نحو التعاطي وذلك من خلال جودة الحياة، كما أوضحت عدم وجود فروق بين الجنسين في جودة الحياة حيث أظهرت تكافؤ بين الذكور والإناث في عينة البحث، مع وجود فروق بين الجنسين في الاتجاه نحو التعاطي لصالح الذكور. وأشارت إلى وجود فروق دالة في متغير عدد أفراد الأسرة لصالح عدد أفراد الأسرة من 4 فأقل في جودة الحياة مع وجود فروق دالة في متغير الدخل لصالح الأعلى دخلاً في جودة الحياة مما يظهر مدى تأثير المستوى الاقتصادي على الرضا عن الحياة.

دراسة (Darwin et al, 2022) بعنوان: أهمية جودة الحياة والعمل على سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين: عواقب التبادل القائد والالتزام التنظيمي. هدفت الدراسة إلى تحليل جودة حياة العمل، وتبادل القادة، والالتزام التنظيمي بسلوك المواطنة التنظيمية لمعلمي المدارس الثانوية الخاصة. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أن جودة حياة العمل، وتبادل

الأعضاء القائد، والالتزام التنظيمي لها تأثير إيجابي وهام على سلوك المواطنة التنظيمية، وتؤكد نتائج الدراسة أيضاً على جودة حياة العمل، علاوة على ذلك، هناك التزام تنظيمي قوي للفرد، كما أشارت إلى أن جودة حياة العمل جاءت إيجابية وهامة، وتعزز جودة العمل والحياة أيضاً رغبة المعلم في البقاء في المنظمة. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: على القائد الذي يتعامل مع مرؤوسيه كزملاء في العمل أو الشركاء، أن يوفر الدعم والثقة والمسؤوليات المهمة، ويعزز مشاركتهم في اتخاذ القرارات ودعم الأدوار، هذا بالطبع سيكون له تأثير إيجابي بشكل غير مباشر على المعلمين، أي أنه سيجعل المعلمين أكثر استعداداً للتغيير أو الاستعداد للتغيير، بحيث سيوافق المعلمون على أي تغييرات وتنفيذها ودعمها بالكامل تحدث في المدرسة.

دراسة المحمدي (2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات الجامعة. هدفت الدراسة إلى التعرف إلى علاقة جودة الحياة بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات المرحلة الجامعية، ومدى وجود فروق في جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي تعزى لاختلاف التخصص كليات علمية- إنسانية والمستوى الدراسي السنة الثانية، والرابعة والمعدل الأكاديمي، كما هدفت إلى إمكانية التنبؤ بجودة الحياة من خلال مهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات الجامعة. حيث تكونت عينة البحث من (442) طالبة من طالبات جامعة الملك سعود، منهن: (242) طالبة تخصصهن علمي، و (201) طالبة تخصصهن إنساني. تم تطبيق مقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم (2006)، ومقياس ما وراء المعرفة من إعداد المساعيد (2008) على العينة، واتضح من نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة شغل الوقت وإدارته باختلاف متغير التخصص لصالح الكليات الإنسانية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة شغل الوقت وإدارته باختلاف متغير المستوى الدراسي لصالح طالبات السنة الرابعة كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي لصالح الطالبات ذوات المعدلات التراكمية المرتفعة ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد جودة الحياة ومهارات التفكير ما وراء المعرفي، كما تبين أنه

يمكن تفسير ما يقرب من (11%) في التباين في جودة الحياة بمعرفة مكونات التفكير ما وراء المعرفي.

دراسة (Sprague & Ekenga, 2021) بعنوان: أثر التعليم القائم على الطبيعة

على نوعية الحياة المتصلة بالصحة في أوساط الشباب المنخفض الدخل: نتائج دراسة التدخل. هدفت هذه الدراسة إلى تقييم تأثير التدخل التعليمي القائم على الطبيعة لمدة 15 أسبوعاً (NBE) على جودة الحياة المتعلقة بالصحة (HRQoL) للشباب ذوي الدخل المنخفض. شارك في هذه الدراسة عينة من 362 شاباً من ذوي الدخل المنخفض (تتراوح أعمارهم بين 9 و 15 عاماً) في سانت لويس، ميزوري، الولايات المتحدة الأمريكية. أكمل المشاركون في الدراسة دراسة استقصائية ما قبل التدخل والتي تضمنت مقاييس تم التحقق منها لستة مجالات HRQoL (النشاط البدني، والأداء الصحي العاطفي، والأداء المدرسي، والأداء الاجتماعي، وأداء الأسرة، و HRQoL بشكل عام). تم استخدام تحليل التأثيرات العشوائية للتغايير لاختبار الاختلافات الكبيرة في درجات HRQoL بين مجموعات التدخل والتحكم، بعد ضبط المدرسة والعمر والتعرض للطبيعة السابقة والعلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات. بعد فترة التدخل، شهد الشباب في مجموعة التدخل NBE تحسينات في جميع درجات مجال ($P < 0.001$) HRQoL، في حين شهد الشباب في المجموعة الضابطة انخفاضاً في درجات مجال ($P < 0.001$) HRQoL. وقد يكون للإحصاءات الوطنية أثر إيجابي على الموارد البشرية للشباب ذوي الدخل المنخفض. وأوصت الدراسة بضرورة إجراء مزيد من التحقيقات لدراسة تأثير الأنشطة القائمة على الطبيعة على النتائج الصحية للشباب.

دراسة (الرفاعي، 2021) بعنوان: مستوى الحصانة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة

لدى عينة من الشباب. هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين درجة تقدير أفراد العينة لمستوى الحصانة النفسية لديهم ودرجة تقديرهم لمستوى جودة الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (313) طالباً وطالبة من الكلية الجامعية بدولة الكويت، وشملت أداة الدراسة مقياسين من إعداد الباحثة، الأول للحصانة النفسية، ويتكون من (38) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات، والثاني يتكون من

(35) فقرة موزعة على أربعة مجالات متعلقة بجودة الحياة وهي: (جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة الاجتماعية، وجودة الحياة الأسرية، وجودة الصحة العامة). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن درجة التقدير الكلية لمستوى الحصانة النفسية من وجهة نظر أفراد العينة كانت عند مستوى متوسط بوزن نسبي (57.5%). جاء مجال (الحصانة النفسية (الاجتماعية)) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (60.4%)، ومجال (الحصانة النفسية (الذاتية)) في المرتبة الأخيرة، بوزن نسبي (54.7%)، وجميعها بدرجات متوسطة. - درجة التقدير الكلية لمستوى جودة الحياة كانت متوسطة عند وزن نسبي (54.9%). جاء مجال (جودة الحياة النفسية) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (56.3%)، ومجال (جودة الحياة الأسرية) في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (54.2%) وجميعها متوسطة. كما أشارت إلى وجود علاقة موجبة قوية دالة إحصائياً بين جميع المجالات والدرجة الكلية لمقياس الحصانة النفسية، وبين درجة جودة الحياة، إذ بلغ معامل الارتباط الكلي (0.734). أوصت الدراسة بضرورة تفعيل دور المؤسسات التعليمية في التحصين النفسي للشباب، ليتمكنوا من الفهم الصحيح لجودة الحياة ومقوماتها.

دراسة (Fabián et al,2020) بعنوان: العلاقة بين عادات الأكل وجودة الحياة بين طلاب الجامعات التشيلية. هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين عادات الأكل وجودة الحياة لدى عينة من طلاب الجامعات التشيلية. تكونت عينة الدراسة من (1212) من طلاب الجامعات التشيلية. اشتملت أدوات الدراسة على استبيان الصحة العالمية لجودة الحياة ومقياس عادات الأكل. تمثل منهج الدراسة في المنهج الوصفي. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين عادات الأكل وجودة الحياة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن تناول وجبة الإفطار وتناول وجبات مطبوخة في المنزل يعد عاملاً وقائياً لجودة الحياة في كل مجال. كما تبين أن استهلاك الوجبات الخفيفة الحلوة عامل خطر على الصحة البدنية والمجالات البيئية. يظهر استهلاك الوجبات السريعة باعتباره أكبر عامل خطر في المجال المادي.

دراسة (Meriem and Mohamed 2020) بعنوان: علم النفس الإيجابي وجود الحياة. هدفت الدراسة إلى التعرف على تطبيقات علم النفس الإيجابي وتأثيره على جودة الحياة

البشرية. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: وجود علاقة ترابطية بين جودة الحياة وعلم النفسي الإيجابي، حيث يؤثر علم النفس تأثيراً إيجابياً وقوياً على جودة الحياة، كما أشارت إلى أن علم النفس الإيجابي يركز على الاهتمام بالعلوم الذاتية الإيجابية للبشر مثل السعادة ونوعية الحياة البشرية. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: تحسين مستوى الخدمات المادية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع والتحرك نحو أسلوب حياة أكثر رفاهية، القدرة على تبني نمط حياة يرضي رغبات الفرد واحتياجاته، الشعور الشخصي بالفعالية الذاتية والكفاءة في التعامل مع التحديات التي تواجهه في الحياة، الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والشعور بالرضا عن الحياة، وتصور نقاط القوة والآثار المترتبة على حياته، وشعوره بالسعادة لوجوده في الحياة بشكل يتوافق مع جوهر القيم الانسانية السائدة في المجتمع.

دراسة القحطاني (2022) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى

الطلاب الجامعيين. هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة، والتعرف على السمات الشخصية المرتبطة بجودة الحياة لدى الطلاب الجامعيين. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أوضحت النتائج أن العلاقة منعدمة أو شبه منعدمة بين درجات أبعاد مقياس جودة الحياة وبين درجة بعد الصفاوة لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، أنه لا توجد علاقة بين درجات عينة البحث في هذا البعد لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وبين درجتهم في أبعاد مقياس جودة الحياة، كما أشارت إلى أن هناك علاقة طردية (موجبة) بين درجات أبعاد مقياس جودة الحياة وبين درجة أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: (الانبساط، الطيبة، يقظة الضمير). وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: تقديم برامج تدريبية لفهم السمات الشخصية لطلاب الجامعة والتعامل معها وتنمية الثقة في النفس وتقدير الذات مما يساعدهم على الشعور بجودة الحياة، إعداد برامج إرشادية لأسر الطلاب حول كيفية التعامل مع السمات الشخصية لأبنائهم ومساعدتهم للشعور بجودة الحياة، تهيئة البيئة الجامعية التي يشعر من خلالها الطالب بقيمته وأهميته في المجتمع الذي يعيش فيه مما يساهم في تحسين مستوى جودة الحياة لديه، يوصي الباحث بإجراء دراسات مشابهة تتناول جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطالبات.

دراسة نصر (2020) بعنوان: تحسين جودة الحياة الوظيفية لقادة مدارس التعليم العام بمصر: آليات مقترحة. هدفت الدراسة إلى تحسين جودة الحياة الوظيفية لقادة مدارس التعليم العام بمصر، واستكشاف المنطلقات الفكرية لجودة الحياة الوظيفية لدى القيادات المدرسية، والوقوف على الوضع الراهن لدى قيادات المدارس. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: ضعف القدرة على تحقيق التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية، قلة برامج التنمية المهنية التي يحصلون عليها، والتي تشعرهم دائماً بعدم الرضا على مستوى أدائهم في العمل، وخاصة التي تتعلق بالمستجدات على الساحة التعليمية. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: إعداد قاعدة من نظم المعلومات ودعم القرار، تمكن القيادات المدرسية من اتخاذ القرارات في الوقت المناسب، تفعيل وحدة التدريب بالمدرسة والتي تتيح تنمية قدرات القيادات المدرسية، ضرورة إعداد برامج لتحسين الحياة الوظيفية للقيادات المدرسية تتضمن جميع أبعاد جودة حياة العمل، وتتضمن الفترة الزمنية المقترحة لتطبيق هذه البرامج.

دراسة وناسة تيته (2019) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين جودة الحياة والحاجات الإرشادية لطلبة الجامعة. وتحقيقاً لهذا الهدف اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، بأسلوبيه الارتباطي والمُقارن وهذا ما يتناسب مع طبيعة هذه الدراسة، وقد طبقت هذه الدراسة بجامعة الشهيد حمه لخضر في ولاية الوادي بالجزائر على عينة قوامها (189) حيث تم اختيارهم بالطريقة العينة العشوائية البسيطة وقد استُخدم مقياسان هما: مقياس جودة الحياة (إصالح الشعراوي)، ومقياس الحاجات الإرشادية (حمدي عبد الله، عبد العظيم) (2013). وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- يوجد هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية؛ في جودة الحياة بين طلبة الجامعة وذلك تبعاً لمتغير "الجنس".

- لا وجود لفروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير "التخصص".
- لا وجود لفروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات الإرشادية بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير "الجنس".

دراسة (عبد العزيز، 2019) بعنوان: كفاءة نظام المناعة والثقة بالنفس كمنبئات

لجودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة إمكانية التنبؤ بجودة الحياة لشباب الجامعي من خلال كفاءة نظام المناعة النفسي لديهم والثقة بالنفس، وقد تكونت عينة الدراسة من (386) طالباً وطالبة من كلية التربية - جامعة عين شمس 157 من الذكور بمتوسط عمري (19887) وانحراف معياري (1268)، و229 إناثاً بمتوسط عمري (19640) وانحراف معياري (1387)، واستخدمت الدراسة مقياس كفاءة نظام المناعة النفسي (إعداد أولاه، 2005: ترجمة وإعداد الباحث)، ومقياس الثقة بالنفس (إعداد الباحث)، ومقياس جودة الحياة (إعداد الباحث). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة وكل من كفاءة نظام المناعة النفسي والثقة بالنفس، بالإضافة لعدم وجود تأثير لمتغير النوع (ذكور وإناث) والتخصص الدراسي (علمي وأدبي) في الأبعاد والدرجة الكلية على أدوات الدراسة كما اتضح أنه يمكن التنبؤ بمستوى جودة الحياة من خلال درجات أفراد العينة في كفاءة نظام المناعة النفسي والثقة بالنفس.

دراسة جاسم (2018) بعنوان: جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة

إلى التعرف على جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، وأيضاً التعرف على الفروق وفق متغيري الجنس والتخصص. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها: أن طلبة الجامعة يتمتعون بجودة الحياة النفسية، وتوصلت أيضاً إلى وجود فروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير الجنس وكان لصالح الذكور، وأشارت إلى عدم وجود فروق بين التخصص العلمي والإنساني في جودة الحياة النفسية. وأوصت هذه الدراسة بعدة توصيات أهمها: ضرورة تعزيز

جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة لمساعدتهم في حل مشاكل الحياة اليومية، ضرورة الاهتمام بمقياس جودة الحياة والاستفادة منه وتطبيقه على عينات مختلفة.

دراسة (Abdullah, 2014) بعنوان: التصديق على أداة لقياس جودة الحياة لدى

الشباب الماليزي. هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من صحة أداة أبحاث جودة الحياة التي تم اختبارها للشباب الماليزي. الهدف من هذه الورقة هو تقديم تحليل لخصائص القياسات النفسية للأداة WHOQOL-BREF، بناءً على 435 استبيانًا صحيحًا تم جمعها في الدراسة. وقد تم اختبار تحليلات القياسات النفسية هذه، التي تشمل الموثوقية الداخلية، وهيكل العوامل، وعنصر التحميل، والعلاقات بين المجالات، على البيانات التي تم الحصول عليها من 15 إلى 40 عامًا للشباب الماليزيين الذين أكملوا استبيانًا من 25 عنصرًا حول نوعية الحياة. تم ضم الاستبيان لقياس أربعة مجالات مختلفة، اثنان منها يشملان الصحة البدنية والعامل النفسي. استوفت العناصر موثوقية الاتساق الداخلي بينما استخرج تحليل العوامل ما يقرب من 65 بالمائة من العناصر باعتبارها العوامل السبعة الرئيسية. اعترفت عناصر التحميل بمجال البيئة كأعلى حمولة من العناصر يليها مجال الصحة الفيزيائية. تم قياس الارتباطات بين المجالات وتزاوجت معاملات رو سبيرمان من 0.554 إلى 0.613 لإثبات اتصال المجالات الأربعة. تدعم الأدلة الإحصائية المستمدة من بيانات الشباب الماليزي استنتاجات WHOQOL-BREF كأداة قياس نفسي مناسبة لقياس نوعية الحياة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

إن أهم ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة يمكن تلخيصه فيما يلي:

من حيث المحددات المكانية للدراسة: أجريت الدراسات السابقة على المؤسسات العربية وبعض المؤسسات الأجنبية، بينما أجريت الدراسة الحالية على عينة من الشباب في سلطنة عمان.

من حيث هدف الدراسة: تنوعت الأهداف والاتجاهات البحثية للدراسات السابقة، والتي هدفت إلى دراسة الحاجات النفسية وجودة الحياة من قبل الباحثين على متغيرات أخرى مثل قياس إشباع الحاجات النفسية لدى منخفضي ومرتفعي الرضا عن الحياة، وتأثير الحاجات النفسية على الشباب، وكذلك علاقة الحاجات النفسية بدوافع العمل، وتأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية للطلاب، وأيضاً جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب بالجامعة، وجودة الحياة وتأثيرها على سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين، وعلاقة علم النفس بجودة حياة الشباب، وجودة الحياة النفسية للطلاب الشباب بالجامعة، في حين هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، وهدفت أيضاً إلى معرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان، والتعرف على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.

من حيث متغيرات الدراسة: ركزت معظم الدراسات السابقة على دراسة الحاجات النفسية، وأيضاً جودة الحياة، بشكل جيد وواضح ولكن على متغيرات مختلفة تختلف عن مجال تطبيق الدراسة الحالية، حيث تميزت الدراسة الحالية بمتغيراتها التي لم يتم تناولها في أي من الدراسات السابقة - في حدود علم الباحث - لا من حيث العينة أو المجتمع أو متغيرات الدراسة، أو المنهج المستخدم.

أما أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة تمثلت في بناء فكرة الدراسة بالتركيز على الموضوع المراد دراسته كذلك في صياغة مشكلة الدراسة بالإضافة إلى بناء الأدب النظري وتحديد محاوره،

أيضا في تعريف المصطلحات كما تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في كيفية اختيار منهج الدراسة وبناء وصياغة الأداة.

أما أوجه اختلاف هذه الدراسة عن الدراسات السابقة في موضوع الدراسة وكذلك مجتمع الدراسة وعينة الدراسة بالإضافة إلى تطبيق متغيرات الدراسة والمنهج المستخدم وحتى أدوات الدراسة.

الفصل الثالث

منهجية الدراسة

- منهج الدراسة
- مجتمع وعينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- إجراءات الدراسة
- الأساليب الإحصائية

الفصل الثالث

منهجية الدراسة

يتضمن هذا الفصل من الدراسة على عرض المنهجية المتبعة في الدراسة، وكذلك مجتمع الدراسة والعينة، بالإضافة للأدوات المستخدمة في الدراسة ومن أبرزها التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة.

منهج الدراسة:

اتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي (الكمي الارتباطي) والذي يعتمد على وصف وتحليل المشكلة وبيان العلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان وذلك من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الشباب العماني من الفئة العمرية (25 - 65) سنة وتم اختيار الفئة العمرية وفقا لتصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب (منظمة الصحة العالمية، 2018). حيث إنه وفقا للتعداد الإحصائي الإلكتروني لسلطنة عمان 2020م فإن عدد الشباب العماني من الفئة التي تم تحديدها حوالي (800000) نسمة (المركز الوطني للإحصاء والمعلومات، 2022).

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من عدد (500) مفحوص من الذكور والإناث وتم تحديد العينة وفقا لجدول مورغان، والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة على متغيرات الدراسة.

الجدول (1) توزيع أفراد العينة وفقا لمتغيرات الدراسة

المتغير	الفئة	العدد	النسبة المئوية
الجنس	نكر	316	63%
	أنثى	184	37%
	المجموع	500	100%
الحالة الاجتماعية	أعزب	123	25%
	متزوج	377	75%
	المجموع	500	100%
المؤهل العلمي	دبلوم التعليم العام فأقل	45	9%
	دبلوم بعد التعليم العام	88	18%
	بكالوريوس	263	53%
	دراسات عليا	104	21%
	المجموع	500	100%
العمر*	من (25-35) سنة	171	34%
	(36-45) سنة	206	41%
	من (46-65) سنة	123	25%
	المجموع	500	100%

*وفقا لتصنيف منظمة الصحة العالمية لفئة الشباب الصادر 2018

أدوات الدراسة:

طبقت أداتان في هذه الدراسة هما:

- مقياس الحاجات النفسية (إعداد الباحث).
- مقياس جودة الحياة (إعداد منظمة الصحة العالمية).

مقياس الحاجات النفسية (اعداد الباحث):

بهدف التعرف على الحاجات النفسية لدى عينة الدراسة، ونظرا لخصوصية عينة الدراسة (الشباب في سلطنة عمان) وعدم حصول الباحث على أداة جاهزة تتناسب مع عينة الدراسة فقد قام بتصميم مقياس الحاجات النفسية وفقا للخطوات التالية:

مراجعة المقاييس السابقة:

للاستفادة من الأفكار الواردة في فقرات مقاييس الحاجات النفسية السابقة، والأدبيات ذات الصلة قام الباحث بالاطلاع ومراجعة عدد من مقاييس الحاجات النفسية التي تم تصميمها وتطبيقها في الدراسات السابقة: منها مقياس الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمانية الظفري، العاني (2013)، ومقياس الحاجات النفسية لكواردي وآخرون (2000) والذي عربه أبو أسعد (2005)، ومقياس الحاجات النفسية والاجتماعية لحراره (2017).

الصورة الأولية للمقياس:

بعد تحليل استجابات الاستبانة المفتوحة، ومراجعة المقاييس والأدبيات السابقة، تمكن الباحث من صياغة (60) فقرة للمقياس في صورته الأولية.

الصدق الظاهري للمقياس:

للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس (Face validity) فقد تم عرضه على (10) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والإحصاء التربوي والتدقيق اللغوي، والملحق (4) يوضح قائمة المحكمين، وقد طلب منهم الحكم على مدى ملاءمة التعليمات، ومدى وضوح الفقرات وملاءمتها لقياس الحاجات النفسية وأية تعديلات مقترحة.

وبعد تحليل استجابات الخبراء تم الإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (90%)، أي حصلت على موافقة (9) خبراء، وبهذا تم الإبقاء على (53) فقرة، وإلغاء (7) فقرات. والملحق (2) يتضمن الصورة النهائية لمقياس الحاجات النفسية في البيئة العمانية.

العينة الاستطلاعية:

تم التحقق من الصدق والثبات لأدوات الدراسة بتطبيقها على عينة استطلاعية تكونت من (60) فردا من خارج عينة الدراسة، وفيما يلي عرضا لخصائص مقياس الحاجات النفسية:

صدق الفقرات:

تحقق الباحث من الصدق البنائي لمقياس الحاجات النفسية من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، والجدول (2) يوضح قيم معاملات الارتباط لمقياس الحاجات النفسية.

الجدول (2) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والمحور الذي تنتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	الارتباط مع المحور	الارتباط مع الدرجة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	الارتباط مع الدرجة	الارتباط مع المحور	رقم الفقرة
1	0.49**	0.30*	19	0.39*	37	0.71**	0.67**	1
2	0.51**	0.43**	20	0.50*	38	0.30*	0.30*	2
3	0.62**	0.62**	21	0.36*	39	0.77**	0.70**	3
4	0.44**	0.42**	22	0.39*	40	0.48**	0.34**	4
5	0.51**	0.61**	23	0.56**	41	0.75**	0.63**	5
6	0.53**	0.53**	24	0.77**	42	0.62**	0.58**	6
7	0.37**	0.46**	25	0.72**	43	0.76**	0.65**	7
8	0.35**	0.35**	26	0.30*	44	0.59**	0.59**	8
9	0.39**	0.35**	27	0.45**	45	0.53**	0.58**	9
10	0.60**	0.60**	28	0.37**	46	0.62**	0.53**	10
11	0.47**	0.47**	29	0.49**	47	0.47**	0.47**	11
12	0.49**	0.51**	30	0.31*	48	0.61**	0.48**	12
13	0.60**	0.53**	31	0.35**	49	0.67**	0.57**	13
14	0.46**	0.33**	32	0.52**	50	0.51**	0.45**	14
15	0.60**	0.35**	33	0.61**	51	0.47**	0.50**	15
16	0.60**	0.59**	34	0.65**	52	0.60**	0.61**	16
17	0.63**	0.34**	35	0.62**	53	0.53**	0.31*	17
18	0.36**	0.36**	36	0.51**				18

*دالة عند مستوى (α=0.05)، ** دالة عند مستوى (α=0.01)

يتبين من الجدول (2) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والمحاور التي تنتمي إليها وكذلك مع الدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.30-0.77)، وهذه الارتباطات جميعها طردية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من أو يساوي ($\alpha=0.05$). كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس والجدول (3) يوضح هذه النتائج.

الجدول (3) الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	محاور المقياس
0.59**	حاجات الأمان
0.71**	الحاجات الاجتماعية
0.87**	حاجات تقدير الذات
0.89**	حاجات تحقيق الذات

** دالة عند مستوى ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين ما بين (0.59-0.89)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.01$) مما يدل ذلك على اسهام كل محور في التعبير عن الدرجة الكلية للمقياس وهذا يدل على ان المحاور تشترك جميعها في قياس ما وضعت لقياسه. وفي ضوء ما تم عرضه من مؤشرات نستدل على أن مقياس الحاجات النفسية يتمتع بدلالات صدق مناسبة لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الحاجات النفسية تم حساب معامل ثبات ألفا لكرونباخ (Cronbach's Alpha Coefficient) لجميع المحاور وللأداة ككل، والجدول (4) يوضح هذه النتائج.

الجدول (4) معاملات ثبات ألفا لكترو نباخ لمحاور مقياس الحاجات النفسية

محاور الاستبانة	عدد المفردات	معامل ألفا لكترو نباخ
حاجات الأمان	11	0.66
الحاجات الاجتماعية	11	0.65
حاجات تقدير الذات	15	0.82
حاجات تحقيق الذات	16	0.87
الاستبانة ككل	53	0.90

يتضح من الجدول (4) أن قيم معامل ألفا لكترو نباخ لمحاور مقياس الحاجات النفسية جاءت ما بين (0.65 - 0.87)، وبلغ الثبات الكلي للمقياس (0.90)، وجميع هذه القيم تدل على أن مقياس الحاجات النفسية يتمتع بمستوى مناسب من الثبات.

وصف المقياس في صورته النهائية

بعد عرض المقياس على المحكمين وتطبيقه على العينة الاستطلاعية، تكون المقياس في صورته النهائية من (53) فقرة موزعة على أربعة أبعاد (حاجات الأمان، تقدير الذات، تحقيق الذات، الحاجات الاجتماعية)، ووضع أمام كل فقرة مقياس خماسي متدرج الإجابات، وعلى المفحوص وضع إشارة (✓) على الإجابة التي تعبر عن مشاعره والعبارات كلها صحيحة، وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق وينتهي بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر، وتراوحت درجات المقياس ما بين (53 - 265) درجة، و تراوحت الدرجات لكل فقرة بين (1 - 5) درجة حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع مستوى الحاجات النفسية.

ثانياً: مقياس جودة الصحة النفسية (منظمة الصحة العالمية WHO).

وصف المقياس:

بهدف التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة، اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس جودة الحياة الذي تم إعداده من قبل منظمة الصحة العالمية، ومن تعريب بشرى أحمد (2008)، حيث تناول المقياس أبعاد جودة الحياة النفسية والبيئية والجسدية والاجتماعية ويتناسب المقياس مع الفئة العمرية لعينة الدراسة، كما أنه تم استخدامه في العديد من الدراسات العربية مثل دراسة (المطيري، 2022) مما يدل على مناسبه للبيئة العربية.

تكون المقياس في صورته النهائية من (24) فقرة موزعة على أربعة أبعاد (البعد النفسي، البعد البيئي، والبعد الجسدي، والبعد الاجتماعي)، ووضع أمام كل فقرة مقياس خماسي متدرج الإجابات، وعلى المفحوص وضع إشارة (✓) على الإجابة التي تعبر عن جودة حياته التي يراها مناسبة، حيث تراوحت درجات المقياس ما بين (24 - 120) درجة، وتتراوح الدرجات لكل فقرة بين (1 - 5) درجة حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع جودة الحياة.

الصدق الظاهري للمقياس:

بهدف تقنيه على البيئة العمالية وللتحقق من الصدق الظاهري للمقياس (Face validity) فقد عرضه الباحث على (10) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والإحصاء التربوي والتدقيق اللغوي، والملحق (4) يوضح قائمة المحكمين، وقد طلب منهم الحكم على مدى ملاءمة التعليمات، ومدى وضوح الفقرات وملاءمتها لمقياس جودة الحياة وأية تعديلات مقترحة.

وبعد تحليل استجابات الخبراء تم الإبقاء على الفقرات التي نالت نسبة اتفاق (90%)، أي حصلت على موافقة (9) خبراء، وبهذا تم الإبقاء على (24) فقرة، وإلغاء الفقرتين العامتين وذلك لعدم ارتباطهما بالأبعاد الأربعة التي تهدف الدراسة لقياسها. والملحق (3) يتضمن الصورة النهائية لمقياس جودة الحياة المطور للبيئة العمالية.

العينة الاستطلاعية:

بهدف التحقق من الصدق والثبات لأدوات الدراسة فقد طُبقت على عينة استطلاعية تكونت من (60) فردا من خارج عينة الدراسة، وفيما يلي عرضا لخصائص مقياس جودة الحياة:

صدق الفقرات:

للتحقق من صدق البناء لمقياس جودة الحياة تم حساب معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient) بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، والجدول (5) يوضح هذه النتائج.

الجدول (5) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والمحور الذي تنتمي إليه

رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.80**	0.69**	13	0.55**	0.42**
2	0.80**	0.75**	14	0.59**	0.68**
3	0.73**	0.69**	15	0.54**	0.54**
4	0.61**	0.51**	16	0.56**	0.32*
5	0.74**	0.64**	17	0.37**	0.37**
6	0.71**	0.66**	18	0.69**	0.60**
7	0.75**	0.74**	19	0.54**	0.55**
8	0.66**	0.65**	20	0.67**	0.70**
9	0.69**	0.57**	21	0.61**	0.65**
10	0.68**	0.66**	22	0.78**	0.74**
11	0.57**	0.55**	23	0.79**	0.59**
12	0.61**	0.55**	24	0.73**	0.60**

*دالة عند مستوى ($\alpha=0.05$)، ** دالة عند مستوى ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (5) أن معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمحاور وكذلك مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.32-0.80)، وكانت هذه الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من أو يساوي ($\alpha=0.01$). كما تم حساب معامل الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس والجدول (6) يوضح النتائج.

ثبات مقياس جودة الحياة

للتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة تم استخراج معامل ثبات ألفا لكرول نياخ (Cronbach's Alpha Coefficient) لجميع المحاور ولأداة ككل، والجدول (6) يوضح هذه النتائج.

الجدول (6) الارتباط بين محاور المقياس والدرجة الكلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	محاور المقياس
0.90**	جودة الحياة النفسية
0.87**	جودة الحياة البيئية
0.82**	جودة الحياة الجسمية
0.82**	جودة الحياة الاجتماعية

** دالة عند مستوى ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (6) أن قيم معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين ما بين (0.82-0.90)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.01$) مما يدل ذلك على إسهام كل محور في التعبير عن الدرجة الكلية للمقياس وهذا يدل على أن المحاور تشترك جميعها في قياس ما وضعت لقياسه. وجميع هذه المؤشرات تدل على أن مقياس جودة الحياة يتمتع بدلالات صدق مناسبة لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

ثبات مقياس جودة الحياة

للتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة تم استخراج معامل ثبات ألفا لكرول نباح (Cronbach's Alpha Coefficient) لجميع المحاور وللأداة ككل، والجدول (7) يوضح هذه النتائج.

الجدول (7) معاملات ثبات ألفا لكرول نباح لمحاور مقياس جودة الحياة

محاور الاستبانة	عدد المفردات	معامل ألفا لكرول نباح
جودة الحياة النفسية	6	0.82
جودة الحياة البيئية	7	0.74
جودة الحياة الجسمية	8	0.69
جودة الحياة الاجتماعية	3	0.64
الاستبانة ككل	24	0.90

يتضح من الجدول (7) أن قيم معامل ألفا لكرول نباح لمحاور مقياس جودة الحياة جاءت ما بين (0.64 - 0.82)، وبلغ الثبات الكلي للاستبانة (0.90)، وهذه القيم تدل على أن مقياس جودة الحياة يتمتع بمستوى مناسب من الثبات ويصلح لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة:

تم القيام بمجموعة من الإجراءات أثناء إجراء الدراسة حيث تتمثل في:

- الاطلاع على الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة
- اختيار أداتان في هذه الدراسة هما: مقياس الحاجات النفسية (إعداد الباحث)، مقياس جودة الحياة (إعداد منظمة الصحة العالمية).
- تحديد مجتمع الدراسة التي سيطبق عليها المقاييس.
- تطبيق العينة الاستطلاعية ثم التحقق من صدق الأدوات وثباتها.
- تطبيق أدوات الدراسة بعرضها على أفراد العينة من فئة الشباب في سلطنة عمان.
- جمع البيانات التي تتعلق بنتائج الدراسة وتحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.
- عرض ومناقشة وتحليل النتائج التي تم التوصل إليها وضع التوصيات والمقترحات حول الدراسة.

معيار الحكم على استجابات أفراد العينة:

لتصنيف استجابات أفراد العينة على أدوات الدراسة اعتمد الباحث معيارا للحكم حيث صنف المتوسطات الحسابية إلى فئات تم تحديدها باستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{المدى}}{\text{عدد الفئات المطلوبة}}$$

$$\text{المدى} = (\text{أعلى قيمة} - \text{أدنى قيمة}) = 5 - 1 = 4$$

وعليه فإن طول الفئة = $5 \div 4 = 0.80$ ، وبناءً عليه تم تحديد الفئات جميعها

والجدول رقم (8) يوضح معيار الحكم على متوسطات استجابات أفراد العينة.

الجدول (8) معيار الحكم على متوسطات استجابات أفراد العينة

الفقرات السلبية		فئات المتوسط الحسابي	الفقرات الايجابية	
الدرجة	مستوى الإشباع		الدرجة	مستوى الإشباع
مرتفع جدا	5	من 1 - 1.80	منخفض جدا	1
مرتفع	4	من 1.81 - 2.60	منخفض	2
متوسط	3	من 2.61 - 3.40	متوسط	3
منخفض	2	من 3.41 - 4.20	مرتفع	4
منخفض جدا	1	من 4.21 - 5	مرتفع جدا	5

الأساليب الإحصائية:

استخدم الباحث لتحليل بيانات الدراسة حزمة التحليلات الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Social Sciences Statistical Package for the حيث تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية (Mean and Standard Deviation) للإجابة عن السؤالين الأول والثاني.
- معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient) للإجابة عن السؤال الثالث.
- اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent-Samples T-Test) للإجابة عن السؤال الرابع فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في الحاجات النفسية وجودة الحياة.
- تحليل التباين الأحادي (One-Way Anova) للإجابة عن السؤال الرابع فيما يتعلق بالفروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغيرات المستوى التعليمي والفئة العمرية.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها

- عرض وتحليل نتائج الدراسة

- مناقشة نتائج الدراسة

- استنتاج عام

- التوصيات والمقترحات

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل من الدراسة عرض نتائج الدراسة وتحليل ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها والتي هدفت إلى معرفة مستوى إشباع الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان، كما هدفت إلى معرفة الفروق بين مستوى إشباع الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لبعض المتغيرات، ويتكون من عرض وتفسير نتائج الأسئلة ثم الاستنتاج العام والتوصيات والمقترحات.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول:

ينص السؤال الأول على: ما مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؟

لمعرفة مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على محاور مقياس الحاجات النفسية، والجدول (9) يوضح النتائج.

الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الحاجات النفسية

م	الرتبة	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	4	حاجات الأمان	3.76	0.46	مرتفع
2	2	الحاجات الاجتماعية	4.12	0.44	مرتفع
3	3	حاجات تقدير الذات	3.99	0.43	مرتفع
4	1	حاجات تحقيق الذات	4.29	0.45	مرتفع جدا
		المتوسط الحسابي ككل	4.06	0.36	مرتفع

يتضح من الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة على محاور الحاجات النفسية الأربعة تراوحت بين (3.76-4.29)، وبلغ المتوسط الحسابي الكلي (4.06) حيث جاء في المرتبة الأولى محور حاجات تحقيق الذات بمتوسط حسابي (4.29) وبمستوى

إشباع مرتفع جدا، وجاء في المرتبة الثانية محور الحاجات الاجتماعية بمتوسط حسابي (4.12) وبمستوى إشباع مرتفع، وحل محور حاجات تقدير الذات في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.99) وبمستوى إشباع مرتفع وجاء في المرتبة الأخيرة محور حاجات الأمان بمتوسط حسابي (3.76) وبمستوى إشباع مرتفع؛ ويعني ذلك أن مستوى إشباع الحاجات النفسية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **وتتفق هذه النتيجة** مع دراسات كل من ((حرارة، 2017) ؛ (صابر، 2018) ؛ (الظفري، العاني، 2013) ؛ (موري، وبوفانج 2022) ؛ (Akbağ & Ümmet, 2017) التي خلصت جميعها إلى ارتفاع إشباع الحاجات النفسية لدى العينات التي تناولتها هذه الدراسات. **ويعزو الباحث** هذه النتيجة إلى برامج الرعاية الشبابية وتنوع ورقي برامج التعليم والتنشئة الأسرية والاجتماعية، وتماسك المجتمع وتوافر مقومات الأمن والاستقرار، وما تقوم به المؤسسات التربوية والاجتماعية والثقافية والرياضية من إعداد وتأهيل للشباب العماني، وصناعة أجيال طموحة ومبتكرة ومستقرة نفسيا ومعنويا، طامحة لتحقيق الذات والوصول لأعلى المراتب، الأمر الذي أدى إلى ارتفاع مستوى إشباع الحاجات بصورة عامة لدى الشباب العماني. وللوقوف على مستوى الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان بتوسع أكثر من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة؛ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع الفقرات، وفيما يلي عرضها وفقا لكل محور:

المحور الأول: حاجات الأمان

الجدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات الأمان

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	3	أعيش بسلام وحب في سلطنة عمان	4.57	0.63	مرتفع جدا
2	4	أشعر بالطمأنينة اتجاه مجتمعي و وطني	4.44	0.72	مرتفع جدا
3	7	أخشى الخروج من المنزل في ساعات متأخرة*	3.58	1.36	منخفض
4	1	أشعر بالأمان عند وجود عائلتي بجانبني	4.74	0.54	مرتفع جدا
5	2	أشعر بالاطمئنان نتيجة احترامي للجميع	4.69	0.58	مرتفع جدا
6	10	أتجنب الحضور في الأماكن المظلمة*	2.66	1.24	متوسط
7	5	أطمئن بحب الناس لي	4.38	0.71	مرتفع جدا
8	11	أخاف من حدوث الكوارث الطبيعية في وطني*	2.00	1.09	منخفض
9	6	أتغلب على مخاوفي النفسية بنفسني	4.24	0.78	مرتفع جدا
10	8	أشعر بالخوف والقلق عندما أكون وحيدا بالطريق*	3.41	1.21	منخفض
11	9	أخشى صدور إجراء قانوني بحقي	2.68	1.38	متوسط
		المتوسط الحسابي ككل	3.76	0.46	مرتفع

*فقرات سلبية

يتضح من الجدول (10) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور حاجات الأمان تراوحت بين (2.00-4.74) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (3.76) وهذا يدل على أن الفقرات جاءت بين مستوى إشباع منخفض وإشباع مرتفع جدا حيث جاءت أعلاها الفقرة (4) التي نصها " أشعر بالأمان عند وجود عائلتي بجانبني" بمتوسط حسابي (4.74) وبمستوى إشباع مرتفع جدا، وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (8) التي نصها " أخاف من حدوث الكوارث الطبيعية في وطني " بمتوسط حسابي بلغ (2.00) وبمستوى إشباع منخفض. وبناءً على المتوسط الحسابي ككل للمحور فإن هذا يدل على أن مستوى إشباع حاجات الأمان مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الظفري، العاني، 2013) عن احتياجات المرأة العمانية من حيث أن المرأة العمانية لديها إشباع في الحاجات النفسية والاجتماعية بمختلف محاورها ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى حالة الأمن والسلام والاستقرار التي يعيشها العمانيون بصفة عامة،**

حيث يتوفر الأمان الصحي للجميع وبالمجان ، وتسعد الأسرة العمانية بأمان أسري محكوم بقانون الأحوال المدنية وقانون الطفل وضمان الحقوق على أساس المواطنة، كما تتبوأ سلطنة عمان مكانة عالمية مرموقة كدولة سلام ووسيط عالمي للسلام والمحبة والاستقرار، وسجلت لسنوات عديدة مؤشر (صفر) في الإرهاب على المستوى العالمي ، لذلك من الطبيعي أن تأتي الفقرات ذات العلاقة في هذا المحور بدرجات إشباع مرتفعة جدا ومرتفعة ، وهي نتيجة لا تتسق مع واقع المجتمع العماني فحسب ، بل تتسق أيضا مع هرم ماسلو للاحتياجات الإنسانية حيث تتدرج إشباع حاجات الأمان بعد تحقيق إشباع الحاجات الفسيولوجية التي تأتي في قاعدة الهرم والتي تجاوزها الشباب العماني بفضل منجزات النهضة العمانية وتعزيزها بجهود النهضة المتجددة. أما انخفاض مستوى الأمان في الفقرة “أخاف من حدوث الكوارث الطبيعية في وطني” فإن ذلك كما يعزوه الباحث يعد أمراً طبيعياً في ظل المخاطر المحتملة للكوارث الطبيعية التي قد تتعرض لها سلطنة عمان، حيث تعرضت للعديد من الانواء المناخية بدء من جونو 2007م إلى إعصار شاهين 2021م ، وما تمثله هذه المخاطر من تهديد لإشباع الحاجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان، خاصة في ظل التقارير العالمية التي صنفت سلطنة عمان في المركز الرابع عشر عربيا من حيث خطر التعرض للكوارث الطبيعية و آثار تغير المناخ كما ورد ذلك في تقرير مؤشر المخاطر العالمية 2022 (شبكة CNN، 2022).

المحور الثاني: الحاجات الاجتماعية

الجدول (11) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور الحاجات الاجتماعية

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
12	4	أشعر بالسعادة عندما أكون مع الآخرين	4.26	0.73	مرتفع جدا
13	6	أقوم بمشاركة أفراد أسرتي أفكاري	4.18	0.81	متوسط
14	2	متعاطف مع الآخرين بغية التخفيف من آلامهم	4.46	0.63	مرتفع جدا
15	9	أسعى للحصول على حب الآخرين	4.02	0.97	مرتفع
16	1	أشارك الآخرين في أفراحهم وأحزانهم	4.47	0.61	مرتفع جدا
17	5	أسعى لإقامة علاقات وطيدة مع الآخرين	4.26	0.77	مرتفع جدا
18	3	أتجنب النقاشات العنيفة عند الحديث مع الآخرين	4.32	0.75	مرتفع جدا
19	8	سريع الانسجام مع الناس من حولي	4.08	0.80	مرتفع
20	7	أشعر بالكراهية نحو الآخرين دون سبب*	4.14	1.09	منخفض
21	10	سريع الانفعال عند لقائي أشخاصا جددا*	3.74	1.14	منخفض
22	11	متسرع في تكوين الانطباع عن الآخرين*	3.43	1.12	منخفض
		المتوسط الحسابي ككل	4.12	0.44	مرتفع

*فقرات سلبية

يتضح من الجدول (11) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور الحاجات الاجتماعية تراوحت بين (3.43- 4.47) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (4.12) حيث جاءت الفقرة (16) التي نصها " أشارك الآخرين في أفراحهم وأحزانهم " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.47) وبمستوى إشباع مرتفع جدا، وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (22) التي نصها " متسرع في تكوين الانطباع عن الآخرين " بمتوسط حسابي بلغ (3.43)، وبناءً على المتوسط الحسابي ككل للمحور فإن مستوى إشباع الحاجات الاجتماعية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (حرارة، 2017) حيث جاءت الحاجات الاجتماعية بمستوى مرتفع من الإشباع، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (موزي، وبوفاتح، 2022) التي جاءت فيها الحاجات الاجتماعية بمستوى منخفض. ويعزو الباحث هذه النتيجة بوجود مستوى مرتفع لإشباع الحاجات الاجتماعية لدى الشباب في سلطنة عمان إلى طبيعة الأسرة العمانية القائمة**

على التآلف والتماسك الداخلي والعائلي، مما يخلق روابط اجتماعية قوية تؤدي إلى شعور الفرد المستمر بتحقيق وإشباع حاجاته، فضلا عن طبيعة المجتمع العماني القائمة على الترابط والمساندة الاجتماعية والنفسية، كما أن الثقافة السائدة بصورة عامة لدى المجتمع ولدى مؤسسات التنشئة الاجتماعية والتربوية قائمة بأدوارها على أكمل وجه، ناهيك عن حراك التطور الاجتماعي والمؤسسي. **ويمكن أن نعزو** هذا النتيجة أيضا إلى حالة الرضا الداخلي والقناعات الاجتماعية لدى الشباب في سلطنة عمان، وإلى سلوك القدوة والشخصية الملهمة لجلالة السلطان قابوس - طيب الله ثراه - الذي كان بمثابة الروح الملهمة والوقادة للشباب في استلهام القيم الاجتماعية وتبنيها وترجمتها شعوراً وسلوكاً لدى أجيال الشباب المتعاقبة.

المحور الثالث: حاجات تقدير الذات

الجدول (12) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات تقدير الذات

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
23	3	أتقبل نفسي كما عليها الآن	4.29	0.74	مرتفع جدا
24	2	أشعر بأن لي قيمتي وأهميتي في المجتمع	4.32	0.75	مرتفع
25	8	أشعر أنني من المتفوقين والمتميزين	4.06	0.82	مرتفع
26	1	أستحق أن أتلقي الاحترام من الآخرين	4.45	0.65	مرتفع جدا
27	15	لا أسامح نفسي على أخطائي	2.92	1.18	متوسط
28	13	أشعر بأن الآخرين بحاجة لي	3.52	0.93	مرتفع
29	5	ناجح في تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين	4.23	0.69	مرتفع جدا
30	6	أتقبل النقد البناء من الآخرين بصدر رحب	4.20	0.69	مرتفع جدا
31	10	أعترف بأخطائي بكل جرأة	4.01	0.78	مرتفع
32	11	أشعر بأنني سعيد مثل بقية أفراد المجتمع	3.95	0.87	مرتفع
33	4	لدي الثقة بنفسني عندما أقول شيئا ما	4.28	0.63	مرتفع جدا
34	12	أستطيع التعبير عن مشاعري بسهولة	3.95	0.94	مرتفع
35	9	أشعر بسعادة الآخرين بوجودي معهم	4.06	0.74	مرتفع
36	14	أقارن نفسي بالآخرين*	3.45	1.14	منخفض
37	7	أشعر بأنه لا قيمة لي*	4.17	1.10	منخفض
		المتوسط الحسابي ككل	3.99	0.43	مرتفع

*فقرات سلبية

يتبين من الجدول (12) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور حاجات تقدير الذات تراوحت بين (2.92- 4.45) وبلغ المتوسط الحسابي ككل (3.99) حيث كانت أعلاها الفقرة (26) التي نصها " أستحق أن ألقى الاحترام من الآخرين " بمتوسط حسابي (4.45) وبمستوى إشباع مرتفع جدا. وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (27) التي نصها " لا أسامح نفسي على أخطائي " بمتوسط حسابي بلغ (2.92) وبمستوى إشباع متوسط. وبناءً على المتوسط الحسابي ككل للمحور فإن مستوى إشباع حاجات تقدير الذات مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة حرارة (2017) التي جاء فيها تقدير الذات بمستوى مرتفع. ويعزو الباحث ارتفاع مستوى إشباع تقدير الذات في الدراسة الحالية إلى الهيبة والمكانة والثقة والتقدير الاجتماعي من قبل العائلة ومن قبل المؤسسات الرسمية المعنية بالشباب في سلطنة عمان، فضلا عن المكانة العلمية والثقافية للمكونات الشخصية للشباب العماني التي استطاعت إثبات وجودها على مختلف المستويات المحلية والخليجية والدولية وحصد الجوائز والمراكز المتقدمة في مجالات الإبداع المختلفة.**

المحور الرابع: حاجات تحقيق الذات

الجدول (13) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور حاجات تحقيق الذات

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
38	4	أعتز بنفسي عندما أقوم بإنجاز عمل ما	4.42	0.72	مرتفع جدا
39	16	أحاول الاستفادة من أوقات فراغي من خلال القيام بأنشطة مفيدة	4.05	0.84	مرتفع
40	2	العمل يعزز شعوري بالاعتماد على النفس	4.47	0.62	مرتفع جدا
41	6	أثق في قدراتي الذاتية للوصول إلى طموحاتي	4.36	0.64	مرتفع جدا
42	3	أستطيع الاعتماد على نفسي في ما يطلب مني	4.44	0.60	مرتفع جدا
43	10	أحب التعبير عن رأبي	4.29	0.73	مرتفع جدا
44	14	متمكن من طرح أفكارى أمام الآخرين	4.12	0.77	مرتفع
45	15	أشعر بأننى إنسان مهم بين أصدقائى	4.11	0.77	مرتفع
46	11	ثقتى بنفسى تساعدنى كثيرا فى إبداء رأبى	4.23	0.71	مرتفع جدا
47	13	أرى أننى حققت بعض أهدافى فى الحياة	4.16	0.76	مرتفع
48	12	أدافع عن وجهة نظرى بطريقة منطقية	4.23	0.66	مرتفع جدا
49	1	أشعر بأهميتى فى عائلتى	4.50	0.64	مرتفع جدا
50	5	أشعر بالسعادة والمتعة بتأدية مهامى فى العمل	4.40	0.69	مرتفع جدا
51	9	يثق الآخرون بقدراتى فى مساعدتهم	4.30	0.67	مرتفع جدا
52	8	أشعر بالرضا عن مستوى الأعمال التى أقوم بها	4.31	0.66	مرتفع جدا
53	7	أبحث دائما عن حلول جديدة لحل المشكلات	4.32	0.68	مرتفع جدا
		المتوسط الحسابى ككل	4.29	0.45	مرتفع جدا

يتبين من الجدول (13) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور حاجات تحقيق الذات تراوحت بين (4.05- 4.50) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (4.29) حيث جاءت الفقرة (49) التي نصها " أشعر بأهميتي في عائلتي " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.50) وبمستوى إشباع مرتفع جدا، كما يتضح أن جميع الفقرات جاءت بين مستوى إشباع مرتفع ومرتفع جدا حيث جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (39) التي نصها " أحاول الاستفادة من أوقات فراغي من خلال القيام بأنشطة مفيدة " بمتوسط حسابي (4.05) وبمستوى إشباع مرتفع. وهذا يدل

على أن مستوى إشباع حاجات تحقيق الذات مرتفع جدا لدى الشباب في سلطنة عمان. **تتفق** هذه الدراسة مع دراسة حرارة (2017) التي جاء فيها تحقيق الذات بمستوى مرتفع. **ويعزو الباحث** مستوى الإشباع المرتفع جدا في الدراسة الحالية في محور تحقيق الذات إلى الأمل المتقد والطموح الذي يتمتع به الشباب في سلطنة عمان حيث يستمد هؤلاء الشباب دافعيتهم ورؤاهم المستقبلية من معطيات وأولويات رؤية عمان 2040 وأهدافها الملهمة للمستقبل الواعد للأجيال القادمة ، وتنسق هذه النتيجة مع نظرية ماسلو للاحتياجات الانسانية حيث تأتي الحاجة لتحقيق الذات في قمة الهرم بعد أن تتحقق الحاجات الأخرى تدريجيا ، ووصول الشباب العماني إلى درجة مرتفعة جدا في إشباع تحقيق الذات مؤشر ذو دلالة على سلامة البناء النفسي خاصة وأن الأبعاد الثلاثة الأخرى حاجات الأمان والحاجات الاجتماعية وحاجات تقدير الذات كلها جاءت مرتفعة الإشباع ، وهي بمثابة لبنات أساسية وصولا لتحقيق الذات ، والذي بلا شك أظهره هؤلاء الشباب من خلال إسهاماتهم المجتمعية و حضورهم المتميز في المبادرات الوطنية والمشاركات الدولية رغبة منهم في تحقيق ذواتهم والوصول إلى أعلى درجات الإشباع النفسي.

ثانيا: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثاني:

ينص السؤال الثاني على: ما مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

للتعرف على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على محاور مقياس جودة الحياة في أداة الدراسة، والجدول رقم (14) يوضح هذه النتائج.

الجدول (14) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور جودة الحياة

م	الرتبة	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	جودة الحياة النفسية	4.07	0.62	مرتفع
2	3	جودة الحياة البيئية	4.04	0.58	مرتفع
3	4	جودة الحياة الجسمية	3.78	0.50	مرتفع
4	1	جودة الحياة الاجتماعية	4.10	0.61	مرتفع
		المتوسط الحسابي ككل	3.97	0.48	مرتفع

يتضح من جدول (14) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة على محاور مقياس جودة الحياة تراوحت بين (3.78- 4.10) وبلغ المتوسط الحسابي الكلي (3.97)، حيث جاء في المرتبة الأولى محور جودة الحياة الاجتماعية بمتوسط حسابي (4.10) وبمستوى مرتفع. وجاء في المرتبة الثانية محور جودة الحياة النفسية بمتوسط حسابي (4.07) وبمستوى مرتفع، وجاءت في المرتبة الثالثة محور جودة الحياة البيئية بمتوسط حسابي (4.04) وبمستوى مرتفع، وجاء في المرتبة الأخيرة محور جودة الحياة الجسمية بمتوسط حسابي (3.78) وبمستوى مرتفع؛ مما يدل ذلك على أن مستوى جودة الحياة مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **تنفق هذه الدراسة** مع دراسة كل من ((جاسم ، 2018) ؛ (حرارة، 2017) ؛ (المطيري، 2022))، من حيث مستوى جودة الحياة المرتفع لدى أفراد العينة بهذه الدراسات. **ويعزو الباحث** ارتفاع مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان نتيجة لارتفاع مستويات الحياة الاجتماعية والاقتصادية في المجتمع العماني بشكل عام، وتطور مستويات الرعاية الصحية والنفسية والأسرية

لدى الشباب، وتتسق هذه النتيجة مع تصنيف مؤشر Numbeo لجودة الحياة لعام 2023، الذي صنف سلطنة عمان في المرتبة الأولى عربيا وآسيويا والثامنة عالميا في جودة الحياة (أثير، 2023). وللتوسع في معرفة مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع فقرات أداة الدراسة، وفيما يلي عرض لهذه النتائج وفقا لكل محور:

المحور الأول: جودة الحياة النفسية

الجدول (15) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة النفسية

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	4	مستمتع بحياتي	4.13	0.84	مرتفع
2	1	أشعر بوجود معنى لحياتي	4.30	0.73	مرتفع جدا
3	3	أستطيع التركيز ذهنيا في موضوع ما	4.17	0.75	مرتفع
4	5	متقبل بنائي الجسمي	3.94	0.95	مرتفع
5	2	راضٍ عن نفسي	4.28	0.72	مرتفع جدا
6	6	أشعر بالحزن والاكتئاب والقلق*	3.60	1.21	منخفض
		المتوسط الحسابي ككل	4.07	0.62	مرتفع

*فقرات سلبية

يتبين من الجدول (15) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور جودة الحياة النفسية تراوحت بين (3.60 – 4.30) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (4.07)، حيث جاءت في المرتبة الأولى الفقرة (2) التي نصها " أشعر بوجود معنى لحياتي " بمتوسط حسابي (4.30) وبمستوى مرتفع جدا، وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (6) التي نصها " أشعر بالحزن والاكتئاب والقلق " جاءت بمتوسط حسابي (3.60)، مما يعني ذلك وبناءً على المتوسط الحسابي ككل للمحور فإن مستوى جودة الحياة النفسية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **تتنفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (المطيري ، 2022) ؛ (الرفاعي، 2021))، من حيث ارتفاع**

مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينات الدراسة. ويعزو الباحث ارتفاع جودة الحياة النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان إلى التنشئة الدينية والاجتماعية السائدة كثقافة راسخة لدى العمانيين بصورة عامة، حيث تقل هذه الثقافة من مستوى الضغوط النفسية لدى الشباب، وتسود في المجتمع ثقافة إيجابية تنشر التفاؤل وتفهم متطلبات الأشخاص، كما أن برامج الصحة النفسية والسلوكية التي تتبناها وزارة الصحة ووزارة التنمية الاجتماعية تعمل على تحقيق أعلى مستويات التوافق الذاتي والمجمعي، الأمر الذي يعزز الحصانة النفسية ويحافظ على التوازن النفسي للأشخاص ويسهم في خلق شعور عام بالرضا وارتفاع مستوى جودة الحياة النفسية.

المحور الثاني: جودة الحياة البيئية

الجدول (16) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة البيئية

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
7	2	أشعر بالأمن في الحياة	4.20	0.72	مرتفع جدا
8	6	هناك اهتمام صحي في بيئتي الطبيعية	3.92	0.82	مرتفع
9	4	لدي الكفاءة لإشباع احتياجاتي الشخصية	4.05	0.75	مرتفع
10	3	تتوفر لدى المعلومات اللازمة التي احتاجها في حياتي اليومية	4.12	0.66	مرتفع
11	5	تتوفر لدي الفرصة للراحة والاسترخاء	4.01	0.86	مرتفع
12	1	راضٍ عن المسكن والمكان الذي أعيش فيه	4.24	0.89	مرتفع جدا
13	7	راضٍ عن الخدمات الصحية التي يقدمها لي المجتمع	3.73	1.02	مرتفع
		المتوسط الحسابي ككل	4.04	0.58	مرتفع

يتضح من الجدول (16) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور جودة الحياة البيئية

تراوحت بين (3.73- 4.24) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (4.04) حيث جاءت في

المرتبة الأولى الفقرة (12) التي نصها " راضٍ عن المسكن والمكان الذي أعيش فيه " بمتوسط

حسابي (2.46) وبمستوى مرتفع جدا، وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (13) التي نصها " راضٍ عن الخدمات الصحية التي يقدمها لي المجتمع " بمتوسط حسابي بلغ (3.73) وبمستوى مرتفع. ونظرا لنتائج جميع الفقرات بالمحور فإن ذلك يدل على أن مستوى جودة الحياة البيئية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **تتفق نتيجة الدراسة الحالية** مع دراسة كل من: ((المطيري، 2022) ؛ (حرارة ، 2017)). **ويعزو الباحث** ارتفاع مستوى جودة الحياة البيئية لدى الشباب العماني إلى النظم والتشريعات البيئية التي كفلت للشباب بيئة مثالية متوافقة مع متطلباته الحياة اليومية، كما يعود السبب إلى تفهم الشباب في سلطنة عمان للحفاظ على مستويات رفيعة من الجودة البيئية، وتعد سلطنة عمان من أوائل دول المنطقة التي خصصت وزارة مستقلة للبيئة ثم هيئة بيئية مستقلة، ويعزز هذه النتيجة تصدر سلطنة عمان وحصولها على المركز الأول عربيا في مؤشر جودة الحياة البيئية لعام 2021 ضمن استطلاع اكسابات أنسايدر ، والمركز (17) عالميا (أثير، 2021).

المحور الثالث: جودة الحياة الجسمية

الجدول (17) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة الجسمية

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
14	5	راضٍ عن حالتي المزاجية	3.97	0.82	مرتفع
15	8	يمكن أن يؤدي المرض إلى عجز عن القيام بعملتي	2.69	1.09	متوسط
16	7	أحتاج إلى الرعاية حتى تستمر حياتي بصورة طبيعية	2.82	1.22	متوسط
17	2	لدي الكفاية والفاعلية للقيام بواجبات الحياة اليومية	4.29	0.60	مرتفع جدا
18	1	لدي القدرة على التنقل هنا وهناك	4.34	0.72	مرتفع جدا
19	6	راضٍ عن عدد ساعات نومي	3.70	1.09	مرتفع
20	4	راضٍ عن أدائي لواجباتي اليومية	4.13	0.75	مرتفع
21	3	راضٍ عن قدراتي في العمل	4.27	0.69	مرتفع جدا
		المتوسط الحسابي ككل	3.78	0.50	مرتفع

يتبين من الجدول (17) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور جودة الحياة الجسمية تراوحت بين (2.69-4.34) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (3.78)، حيث كانت الفقرة (18) التي نصها " لدي القدرة على التنقل هنا وهناك " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.34) وبمستوى مرتفع جدا. وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (15) التي نصها " يمكن أن يؤدي المرض إلى عجز عن القيام بعملتي " بمتوسط حسابي بلغ (2.69) وبمستوى متوسط، مما يدل على ذلك على أن مستوى جودة الحياة الجسمية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كل من ((المطيري، 2022) ؛ (الرفاعي، 2021) ؛ (حرارة ، 2017))، من حيث ارتفاع مستوى جودة الحياة بصورة عامة لدى عينات الدراسة**

ويعزو الباحث ارتفاع مستوى جودة الحياة الجسمية بشكل عام إلى ارتفاع مستوى الصحة والخدمات الصحية بصورة عامة في سلطنة عمان ، الأمر الذي حافظ على صحة جسدية قوية لدى الشباب في سلطنة عمان، وأدى ذلك بدوره أيضا إلى شعور هؤلاء الشباب بحالة جسدية إيجابية زادت من إحساسهم بمعنى السعادة وصولا إلى العيش في حياة متناغمة ومتوافقة مع جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع ، وتتفق هذه النتيجة مع المفهوم الواسع النطاق لجودة الحياة الذي تتبناه منظمة الصحة العالمية والذي يتأثر بالصحة الجسدية للشخص وحالته النفسية ومعتقداته الشخصية وعلاقاته الاجتماعية.

المحور الرابع: جودة الحياة الاجتماعية

الجدول (18) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات محور جودة الحياة الاجتماعية

رقم الفقرة	الرتبة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
21	1	راضٍ عن علاقتي الشخصية مع الآخرين	4.30	0.65	مرتفع جدا
22	3	راضٍ عن حياتي الجنسية	3.96	0.97	مرتفع
23	2	راضٍ عن المساندة الاجتماعية التي يقدمها لي أصدقاؤني	4.04	0.79	مرتفع
		المتوسط الحسابي ككل	4.10	0.61	مرتفع

يتبين من الجدول (18) أن المتوسطات الحسابية لفقرات محور جودة الحياة الاجتماعية تراوحت بين (3.96-4.30) وبلغ المتوسط الحسابي للمحور ككل (4.10)، حيث جاءت في المرتبة الأولى الفقرة (21) التي نصها " راضٍ عن علاقتي الشخصية مع الآخرين " بمتوسط حسابي (4.30) وبمستوى مرتفع جدا، وجاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة (22) التي نصها " راضٍ عن حياتي الجنسية " بمتوسط حسابي (3.96) وبمستوى مرتفع، مما يعني ذلك أن مستوى جودة الحياة الاجتماعية مرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان. **وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كل من ((المطيري ، 2022) ؛ (الرفاعي ، 2021) ؛ (حرارة ، 2017))، من حيث ارتفاع**

مستوى جودة الحياة الاجتماعية لدى عينات الدراسة. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة المجتمع العماني القائمة على توطيد عناصر الأخوة والقربى والتعاقد والتراحم وتعميق الترابط الأسرى، فضلا عن جهود الرعاية الاجتماعية والتنمية الأسرية التي تقوم بها وزارة التنمية الاجتماعية ومؤسسات المجتمع المدني لتحقيق أهداف الحياة الاجتماعية الكريمة لكافة فئات المجتمع العماني.

ثالثا: عرض ومناقشة نتائج السؤال الثالث:

ينص السؤال الثالث على: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha < 0.05)$ بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؟

لمعرفة ما إذا كانت توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha < 0.05)$ بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان؛ تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والجدول رقم (19) يوضح هذه النتائج.

الجدول (19) يوضح قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين الحاجات النفسية وجودة الحياة

نوع العلاقة	مستوى الدلالة	معامل التحديد (r^2)	قيمة معامل الارتباط (r)
طردية	*0.0001	0.59	0.77

*دال إحصائيا عند مستوى $(\alpha \leq 0.01)$

يتضح من الجدول (19) وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.01)$ ، وهذا يشير إلى أنه كل ما ارتفع مستوى الحاجات النفسية ارتفع مستوى جودة الحياة. وتعد هذه العلاقة قوية حسب تصنيف بالانت (Pallant, 2020) الذي أشار فيه أن معامل الارتباط يعد قويا عندما تكون قيمته أعلى (0.5) . وبلغت قيمة معامل التحديد $(r^2 = 0.59)$ ، وهذا يعني أن 59% من التباين في جودة الحياة يعزى إلى الحاجات النفسية. تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (تيته، 2019) ؛ (حرارة، 2017) ، من حيث وجود علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الحاجات النفسية ومستوى جودة

الحياة. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى ما أجمعت عليه المعارف وأدبيات الدراسة من وجود اتفاق بين معظم الباحثين باعتبار جودة الحياة عموماً بأنها رضا الفرد عن الحياة ، وأن إشباع متطلبات الفرد المختلفة الذاتية منها والموضوعية ، من خلال سعي المجتمع لتفهم حاجات الشباب والعمل على تحقيقها كونها حاجات جوهرية مرغوبة ناتجة عن غياب أشياء مفيدة بالنسبة لهم ، وهذا ما وضعه أبراهام ماسلو (الريح، 2018) الذي أشار إلى أن الحاجة هي عدم وجود شيء مفيد ، وعلى ذلك فإن جودة حياة الشباب مقترنة بإشباع حاجاتهم المختلفة ، كما لو أنهما وجهان لعملة واحدة يتأثر أحدهما بتأثر الآخر ، وأن هذا الإشباع عند تحققه تصبح حياة الشباب ذات معنى يشعرون بالراحة والرضا وجودة الحياة التي يعيشونها ، وعلى خلاف ذلك فإن عدم إشباع حاجاتهم النفسية سوف يعكس من صفو حياتهم ويشعرهم بالبؤس وعدم الرضا فلن تكون لحياتهم جودة ومعنى ، وبتحليل الوضع العام للشباب في سلطنة عمان من حيث حرص المجتمع والمؤسسات الحكومية ذات الصلة بتلبية حاجات الشباب وإشباعها فإن هذه النتيجة تتسق مع مستوى جودة الحياة المرتفع لدى الشباب في سلطنة عمان ، وتعد هذه النتيجة بمثابة دلالة واضحة على أحقية حصول سلطنة عمان على المركز الأول عربياً وأسيويًا والثامن عالمياً في مؤشر جودة الحياة لعام 2023 (أثير، 2023).

رابعاً: عرض ومناقشة نتائج السؤال الرابع:

ينص السؤال الرابع على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان تعزى للمتغيرات التالية: (نوع الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، الفئة العمرية)؟

قبل البدء في الإجابة عن السؤال تم التحقق الافتراضات اللازمة لاستخدام اختبار "ت" وكذلك اختبار تحليل التباين الأحادي ومن أهمها اعتدالية توزيع البيانات والتي يمكن التحقق منها بعدة طرق منها: مؤشرات مقاييس النزعة المركزية والتي تكون متماثلة في حال التوزيع الطبيعي، كما يمكن التحقق منها من خلال قيم الالتواء والتقلطح والتي يجب ان تكون محصورة ضمن المدى المسموح للتوزيع الطبيعي، والجدول (20) يوضح هذه المؤشرات.

الجدول (20) مؤشرات النزعة المركزية والالتواء والتقلطح لبيانات عينة الدراسة

المتغير	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الالتواء	التقلطح
الحاجات النفسية	4.06	4.08	4.08	-0.32	0.27
جودة الحياة	3.97	3.96	3.92	-0.60	1.00

يتبين من الجدول (20) يتضح أن مؤشرات النزعة المركزية لبيانات متغيري الحاجات النفسية وجودة الحياة جاءت قريبة من بعضها خصوصاً في المتوسط الحسابي والوسيط، وهذا مؤشر على أن بيانات المتغيرين تقترب في انتشارها من التوزيع الطبيعي، إذ إن مؤشرات النزعة المركزية تكون متساوية عندما تتبع البيانات التوزيع الطبيعي، ويؤكد ذلك مؤشرات الالتواء والتقلطح التي جاءت محصورة ما بين (-1,1) وهذه القيم تقع ضمن المدى المقبول للتوزيع الطبيعي وهذه القيم جميعها تقع ضمن المستوى المقبول للتوزيع الطبيعي حيث أشار كلا من جرافتر ووالناو (Gravetter & Wallnau, 2014) أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي في حال كانت قيم الالتواء والتقلطح لها تقع ما بين -1.96 و +1.96 وفي ضوء ما تقدم عرضه يمكن استخدام أساليب الإحصاء البارامترية للإجابة عن السؤال.

أولاً: الفروق التي تعزى لمتغير الجنس:

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent-Samples T Test)، والجدول رقم (21) يوضح هذه النتائج.

الجدول (21) يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الحاجات النفسية	ذكر	316	4.11	0.35	4.14	498	0.000
	أنثى	184	3.98	0.36			
جودة الحياة	ذكر	316	4.02	0.47	3.00	498	0.003
	أنثى	184	3.88	0.49			

يتضح من الجدول (21) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) وبالعودة للمتوسطات الحسابية يتضح أن هذه الفروق كانت لصالح الذكور. **تتفق هذه النتيجة** مع دراسة (جاسم، 2018)، ودراسة (تيته، 2019) حيث أشارت هاتان الدراستان إلى وجود فروق فردية ذات دلالة في جودة الحياة النفسية وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور. **ويعزو الباحث هذه النتيجة** وذلك بسبب طبيعة تكوين المرأة والأعراف والتقاليد داخل المجتمع العماني، حيث يحظى الذكور بفرص أفضل لإشباع حاجاتهم النفسية وبالتالي في تحسن جودة الحياة لديهم. كما أن ذلك قد يعزى إلى كثرة الفرص وتنوعها لدى الذكور في الاعمال ذات الطبيعة الشاقة التي لا يمكن أن تشغلها المرأة.

ثانيا: الفروق التي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية:

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent-Samples T Test)، والجدول (22) يوضح هذه النتائج.

الجدول (22) يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية

المتغير	الحالة الاجتماعية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
الحاجات النفسية	أعزب	123	3.97	0.40	3.23	498	0.001
	متزوج	377	4.09	0.34			
جودة الحياة	أعزب	123	3.83	0.54	3.64	498	0.000
	متزوج	377	4.01	0.46			

يتضح من الجدول (22) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($0.05 = \alpha$) وبالعودة للمتوسطات الحسابية يتضح أن هذه الفروق كانت لصالح أفراد العينة من المتزوجين. ويعزو الباحث هذه النتيجة على أن ذلك يعود إلى أن الزواج يعمل على حماية المرء من الاضطرابات النفسية، وأن هذه الحماية تأتي من الاحساس بالأمان والدعم الاجتماعي واشباع الحاجات النفسية. وحيث إن جودة الحياة تشير إلى درجة الرضا والتي تتحقق كنتيجة لنحقق الحاجات النفسية، فإن المودة والرحمة التي أشار إليها القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (سورة الروم، آية: "21")، هي أبلغ ما يقال في تفسير هذه النتيجة.

ثالثاً: الفروق التي تعزى لمتغير المؤهل العلمي:

لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي؛ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي، والجدول رقم (23) يوضح ذلك.

الجدول (23) المتوسطات الحسابية والانحرافات في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المؤهل العلمي	المتغير
0.31	4.08	45	دبلوم التعليم العام فأقل	الحاجات النفسية
0.39	4.08	88	دبلوم بعد التعليم العام	
0.36	4.02	263	بكالوريوس	
0.33	4.15	104	دراسات عليا	
0.46	3.97	45	دبلوم التعليم العام فأقل	جودة الحياة
0.54	3.91	88	دبلوم بعد التعليم العام	
0.49	3.94	263	بكالوريوس	
0.42	4.08	104	دراسات عليا	

ولمعرفة دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One-Way Anova)، وبين الجدول رقم (24) نتائج التحليل.

الجدول (24) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الحاجات النفسية	بين المجموعات	1.38	3	0.46	3.62	0.013
	داخل المجموعات	63.06	496	0.13		
جودة الحياة	بين المجموعات	1.65	3	0.55	2.37	0.070
	داخل المجموعات	115.50	496	0.23		

يتضح من الجدول (24) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية وفقا لمتغير المؤهل العلمي، وعدم وجود فروق في جودة الحياة حيث كانت قيمة "ف" الاحتمالية أعلى من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$). ولمعرفة مصدر الفروق في الحاجات النفسية وفقا لمتغير المؤهل العلمي تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية والجدول رقم (25) يوضح النتائج.

الجدول (25) نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين أزواج المتوسطات الحسابية في الحاجات النفسية وفقا لمتغير المؤهل العلمي

مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	المؤهل العلمي	
1.000	0.00	دبلوم بعد التعليم العام	دبلوم التعليم العام فأقل
0.790	0.06	بكالوريوس	
0.703	-0.08	دراسات عليا	
0.655	0.06	بكالوريوس	دبلوم بعد التعليم العام
0.510	-0.08	دراسات عليا	
0.015	-.13*	دراسات عليا	بكالوريوس

*دالة عند مستوى $\alpha \geq 0.05$.

يتضح من النتائج الواردة في الجدول (25) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية بين أفراد العينة من حملة البكالوريوس وحملة الدراسات العليا، وكانت هذه الفروق لصالح الشباب الذين لديهم دراسات عليا. **تتفق هذه النتيجة** مع دراسة (حرارة، 2017). والتي أشارت لوجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح حملة المؤهلات العليا. **ويعزو الباحث** وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية لصالح حملة الدراسات العليا إلى مستوى الدافعية والرغبة السامية لتحقيق أعلى مستويات الحاجات النفسية المتمثلة في تحقيق الذات، وبالتالي هم في حالة رغبة مستمرة للإشباع نتيجة لمستوى الطموح المرتفع، وتتسق هذه النتيجة مع عدم وجود فروق ذات دلالة في جودة الحياة تعود للمؤهل الدراسي. ويعزو الباحث

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية بين حملة البكالوريوس والدراسات العليا لصالح الدراسات العليا انه كلما ارتفع المستوى التعليمي كلما زادت قدرات ومهارات الشباب على اشباع حاجاتهم النفسية كنتيجة للنضج والتكيف والتوافق وفهم انفسهم والآخرين من حولهم، أما عدم وجود فروق بين حملة الدبلوم والدراسات العليا فأن ذلك يعود للطاقة الإيجابية وقوة الدافعية لطلبة الدبلوم الجدد المنتقلين حديثا من مرحلة الدراسة المدرسية إلى المرحلة الجامعية حيث أن لديهم حالة إشباع مؤقت بفضل هذه الدافعية تجعل الفروق بينهم وبين حملة الدراسات العليا غير ظاهرة في هذه المرحلة.

رابعا: الفروق التي تعزى إلى الفئة العمرية:

لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الفئة العمرية؛ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وفقا لمتغير الفئة العمرية، والجدول رقم (26) يوضح ذلك.

الجدول (26) المتوسطات الحسابية والانحرافات في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقا لمتغير الفئة العمرية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المؤهل العلمي	المتغير
0.37	3.97	171	من (25 - 35) سنة	الحاجات النفسية
0.35	4.10	206	(36 - 45) سنة	
0.34	4.13	123	من (46 - 65) سنة	
0.52	3.86	171	من (25 - 35) سنة	جودة الحياة
0.47	4.00	206	(36 - 45) سنة	
0.45	4.05	123	من (46-65) سنة	

كما تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One-Way Anova) لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية، ويبين الجدول (27) نتائج التحليل.

الجدول (27) نتائج تحليل التباين الأحادي في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الفئة العمرية

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الحاجات النفسية	بين المجموعات	2.47	2	1.24	9.91	0.000
	داخل المجموعات	61.97	497	0.12		
جودة الحياة	بين المجموعات	3.01	2	1.50	6.55	0.002
	داخل المجموعات	114.15	497	0.23		

يتضح من الجدول (27) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الفئة العمرية حيث كانت قيمة "ف" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$). ولمعرفة مصدر الفروق تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية والجدول (28) يوضح النتائج.

الجدول (28) نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين أزواج المتوسطات الحسابية في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الفئة العمرية

المتغير	الفئة العمرية		الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة
الحاجات النفسية	من (35-25) سنة	(45-36) سنة	$-.13^*$	0.001
		من (65-46) سنة	$-.17^*$	0.000
	(45-36) سنة	من (65-46) سنة	-0.03	0.734
جودة الحياة	من (35-25) سنة	(45-36) سنة	$-.14^*$	0.022
		من (65-46) سنة	$-.19^*$	0.004
	(45-36) سنة	من (65-46) سنة	-0.05	0.618

*دالة عند مستوى ($0.05 \geq \alpha$)

يتضح من النتائج الواردة في الجدول (28) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية وجودة الحياة بين أفراد العينة الذين أعمارهم من (35-25) سنة والذين أعمارهم من

(36-45) و (46-65) سنة وكانت هذه الفروق لصالح الفئتين الأخيرتين. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الفئة العمرية (25-35) سنة، هي الفئة الأقل خبرة في الحياة والقدرة على التكيف والانسجام ، والأكثر احتياجا لإشباع احتياجاتها النفسية والوصول إلى درجة الرضا وتحقيق جودة الحياة خاصة مع ارتفاع سن الزواج وصعوبة الحصول على وظيفة لسنوات بعد التخرج فمن الطبيعي أن تكون حاجاتهم النفسية غير المشبعة عالية ، وجودة حياتهم ما زالت أقل مما يطمون به ، أما الفئتان العمريتان (36-45) و (46-65) سنة فإنهما تغطيان سن الرشد، وعادة ما يكون الشباب في هذه المرحلة قد حقق الكثير من طموحاته وقناعاته وأصبح منظوره للحياة أكثر إيجابية ورضا وجودة.

الاستنتاج العام:

من خلال نتائج الدراسة وأهدافها، يتضح أن مستوى إشباع الحاجات النفسية مرتفع. وكذلك مستوى جودة الحياة مرتفع، وتوجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الحاجات النفسية وجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، وهذا يشير إلى أنه كل ما ارتفع مستوى الحاجات النفسية ارتفع مستوى جودة الحياة.

كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لصالح الذكور.

كما اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الحاجات النفسية وجودة الحياة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية، حيث كانت قيمة "ت" الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) أن هذه الفروق كانت لصالح أفراد العينة من المتزوجين، كما وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية بين أفراد العينة من حملة البكالوريوس وحملة الدراسات العليا، وكانت هذه الفروق لصالح الشباب الذين لديهم دراسات عليا. كما اتضح أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في الحاجات النفسية وجودة الحياة بين أفراد العينة الذين أعمارهم من (25-35) سنة والذين أعمارهم من (36-45) و (46-65) سنة وكانت هذه الفروق لصالح الفئتين الأخيرتين.

التوصيات والمقترحات

التوصيات:

- في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بالآتي:
 - استمرارية المحافظة على برامج دعم ومساندة الشباب في سلطنة عمان وتلبية حاجاتهم النفسية.
 - الحفاظ على مستوى جودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان.
 - تعزيز البرامج الاجتماعية خاصة برامج الزواج والتوعية الأسرية.
 - إعطاء المرأة العمانية اهتماما خاصا في إشباع الحاجات النفسية والعمل على تحسين جودة الحياة لديها.
 - زيادة الاهتمام بتلبية وإشباع الاحتياجات النفسية لدى الشباب في سلطنة عمان في مرحلة البكالوريوس.
 - توجيه الاهتمام للفئة العمرية (25-35) سنة، لإشباع الحاجات النفسية لديهم، وتحسين البرامج المعززة لجودة الحياة لديهم.

المقترحات:

- من خلال نتائج الدراسة يقترح الباحث الآتي:
 - عمل دراسات إضافية عن الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى فئات عمرية أخرى في المجتمع العماني للفئات العمرية مثل الفئة العمرية (65 - فأعلى) ومقارنة نتائجها مع الدراسة الحالية.
 - إجراء دراسات ارتباطية أو تحليلية عن الحاجات النفسية لدى الباحثين عن عمل في سلطنة عمان.
 - إعداد مقياس معياري عماني يعتمد كمؤشر محلي لجودة الحياة العامة في سلطنة عمان، يتم تطبيقه بصورة سنوية على المجتمع العماني.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ❖ (القرآن الكريم، سورة إبراهيم:7).
- ❖ (القرآن الكريم، سورة الروم:21).
- ❖ أحمد، جمال شفيق (2016). دور الأخصائي النفسي في تحسين جودة الحياة لدى الأطفال. ط1، مصر: شركة الأمل للطباعة والنشر.
- ❖ أبو بكر، نشوة كرم (2019). الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة، مجلة الإرشاد النفسي، (59) ، 429 – 276.
- ❖ أبو دواية، محمد محمود محمد (2013). الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالحاجات النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر – غزة، فلسطين.
- ❖ أعقاب، نور الدين ؛ زرمان، كريم (2021). جودة الحياة والمسؤولية الاجتماعية – دراسة استطلاعية لآراء الطلبة بجامعة خنثلة، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، 8 (3)، 589 – 605.
- ❖ الجبوري، حمزة هاتف عبد عويز (2019). انحياز الوضع الراهن وعلاقته برضا الحاجات النفسية، مجلة بحوث الشرق الأوسط، 7 (51)، 293 – 336.
- ❖ الحايك، نبيلة نبيل (2021). الحاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى اللاجئين السوريين في غزة، مجلة الشرق الأوسط للعلوم التربوية والنفسية، 1 (1)، 124 – 145.
- ❖ الحلو، كلير وجريج، طوني وقرقماز، جوزف ويوسف، إيليان (2018). مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الحالة النفسية للطلاب الجامعي؛ دراسة مقارنة متعددة الدول، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 3، العدد 2، ص 235-268.

- ❖ الراجحي، دعاء السيد محمد (2017). عوامل جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الثانوية بمحافظة القاهرة (دراسة حالة)، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ASEP، 92 (92)، 181 - 206.
- ❖ الرفاعي، تغريد حميد مفرج (2021). مستوى الحصانة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من الشباب، مجلة إربد للبحوث والدراسات الإنسانية، المجلد 23، العدد 3، ص ص 1 - 44.
- ❖ الريح، تسابيح عبد الرحمن (2018). الحاجات النفسية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المتزوجات بمحلية أمبدة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النيلين، السودان .
- ❖ المركز الوطني للإحصاء والمعلومات (2022). مسقط، سلطنة عمان.
- ❖ الزبيري، أنور شرف مهيبوب ؛ أحمد، هدى شعبان حسن (2022). الحاجات النفسية ومستوى الطموح والتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الجامعة (دراسة عبر ثقافية بين مصر واليمن)، مجلة كلية الآداب جامعة الفيوم، 14 (1)، 2658 - 2756.
- ❖ الزهراني، محمد علي حسن (2021). الحاجات النفسية لدى الطلبة الموهوبين وعلاقتها بكل من مرونتهم وتدققهم النفسي في منطقة جدة في المملكة العربية السعودية، المؤتمر العلمي الدولي الرابع عشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين " نحو رؤية عالمية لرعاية الموهبة والإبداع"، القاهرة، 1 - 24.
- ❖ الغول، كاظم عادل أحمد (2015). الحاجات النفسية، والاجتماعية، والأمنية التي تكمن وراء استخدام الشباب السعودي لشبكات التواصل الاجتماعي، المجلة التربوية الدولية المتخصصة، المجلد، ص 67 - 85.
- ❖ الفرجات، أماني محمد (2019). القدرة التنبؤية للحاجات النفسية في الميل للتطرف الفكري، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 27 (4)، 605 - 631.
- ❖ الظفري، العاني (2013). الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العُمانية العاملة. مسقط. جامعة السلطان قابوس.

- ❖ القحطاني، ظافر بن محمد (2020). جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب الجامعيين، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، (45)، 4 - 45.
- ❖ القواسمة، رغد كمال (2019). درجة إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الأيتام في مدارس الأيتام في محافظة الخليل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين.
- ❖ المحمدي، عفاف سالم. (2022). جودة الحياة وعلاقتها بمهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طالبات الجامعة. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية، مركز البحوث التربوية، كلية التربية، جامعة الملك خالد، 9، 72-106.
- ❖ المحمد، باسل محمود (2019). المشكلات والحاجات النفسية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في القراءة دراسة عيادية على تلاميذ الصف الثالث الابتدائي في مدارس مدينة الرياض، مجلة الدراسات العليا- جامعة النيلين، 13 (50)، 1 - 27.
- ❖ المفتي، أشرف محمد أحمد علي (2016). الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التنشئة الأسرية كما يدركها الأبناء لدى المراهقين، مجلة آداب النيلين، 2 (3)، 79 - 108.
- ❖ المسعودي، أحمد سليم (2021). الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى الشباب الجامعي مرتفعي الاتجاه نحو الانحراف الفكري وطرق الحد منه، المجلة التربوية الأردنية، المجلد 6، العدد 1، ص ص 204 - 228.
- ❖ المطيري، رحاب بنت محمد دعيج (2022). جودة الحياة وعلاقتها باتجاه الشباب نحو تعاطي المخدرات لدى عينة من الشباب السعودي، مجلة شباب الباحثين، العدد 13، ص ص 389 - 452.
- ❖ اليوبي، رغد حسين ؛ الحربي، غادة سلطان (2020). أساليب المعاملة الوالدية وأثرها على جودة الحياة لدى عينة من الأسر في مدينة جدة (دراسة تطبيقية)، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ASEPA، (126)، 83 - 136.
- ❖ اليامي، محمد (2014). جودة الحياة، صحيفة الحياة، عدد 3 فبراير 2017.

- ❖ بن طاطة، عبد القادر (2021). مدى تأثير الحاجات النفسية غير المشبعة على التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي ؛ دراسة ميدانية، مجلة آفاق علمية، 13 (2)، 157 - 174.
- ❖ أثير (2023). مؤشر جودة الحياة لعام 2023؛ صحيفة أثير الإلكترونية، مسقط، سلطنة عمان.
- ❖ أثير (2023). تصنيف Numbeo لجودة الحياة لعام 2023؛ صحيفة أثير الإلكترونية، مسقط، سلطنة عمان.
- ❖ أثير (2021). مؤشر جودة الحياة البيئية لعام 2021؛ صحيفة أثير الإلكترونية، مسقط، سلطنة عمان.
- ❖ بن هديان، ابتسام بنت عبدالله (2021). الفروق في مصادر إشباع الحاجات النفسية المدركة لدى مرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة، مجلة جامعة مطروح للعلوم التربوية والنفسية، العدد 1، ص 91-125.
- ❖ بلخير، فايزة (2022). الحاجة إلى الامن النفسي في ضوء نظرية ماسلو في ظل ازمة كورونا لدى الفرد، مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية، 10 (1)، 975 - 994.
- ❖ بوتوي، شهرزاد ؛ بوقيقة، يوسف (2020). رؤية نظرية في جودة الحياة " المفهوم والاتجاهات "، أعمال الملتقى الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، في الفترة من 4 - 5 فبراير، ص ص 1 - 11.
- ❖ بوعمامة، حكيم (2019). جودة الحياة : المفهوم والأبعاد (دراسة تحليلية)، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 8 (1)، 343 - 360.
- ❖ بن عيسى، قواسم (2020). الاتصال وجود الحياة، مجلة العلوم الإنسانية، 4 (2)، 20 - 44.

- ❖ بوزيدي, الزهرة (2017). جودة الحياة لدى المتقاعدين ؛ دراسة استكشافية على عينة من المتقاعدين غير الاجراء بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- ❖ جديدي، روضة ؛ بنين، وفاء (2020). جودة التعليم كمدخل لتحسين جودة حياة الفرد في اتجاه تحقيق التنمية البشرية المستدامة - التجربة اليابانية أنموذجاً، أعمال الملتقي الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، في الفترة من 4 - 5 فبراير، 297 - 311.
- ❖ تيتة، وناسة. (2019). جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الإرشادية لدى طلبة الجامعة.
- ❖ جاسم، سارة جبار سلمان (2018). جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة أبحاث البصرة الإنسانية، المجلد 43، العدد 3، ص 285-303.
- ❖ حلمي، أمنية حسن محمد (2022). الدور الوسيط لإشباع الحاجات النفسية الأساسية في العلاقة بين التركيز التنظيمي والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، 23 (2)، 128 - 181.
- ❖ حلاوة، محمد. (2010). ورقة عمل جودة الحياة والمفهوم والأبعاد، مؤتمر مقومات جودة الحياة.
- ❖ خليفة، أسماء مصطفى محمد (2022). الخصائص السيكومترية لمقياس الحاجات النفسية لآباء وأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 16 (9)، 2008 - 2040.
- ❖ حماد، عبد اللاه محمود (2015). جودة الحياة مظاهرها أبعادها محدداتها وكيفية قياسها وتحسينها، مجلة العلوم التربوية، (2)، 511 - 523.
- ❖ حرارة، ناهض سالم، و الطهراوي، جميل حسن. (2017). الحاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بجودة

- ❖ الحياة لدى اللاجئين السوريين في محافظات غزة(رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية غزة ،غزة، فلسطين
- ❖ خوان، أمينة (2019). الحاجات النفسية والإرشادية للطلبة الجامعيين ومدى استجابة المرافقة البيداغوجية لها؛ دراسة ميدانية بجامعة المدينة، مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، 10 (1)، 59 - 76.
- ❖ رشيد، سعدي (2017). جودة الحياة والامتثال للعلاج لدى مرضى الإيدز، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، 5 (11)، 67 - 79.
- ❖ شبكة CNN (2022). تقرير مؤشر المخاطر العالمية 2022، نيويورك، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ❖ شيخي، مريم (2014). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة ؛ دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة أبي بكر بلقايد، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- ❖ صابر، أحمد عبد العظيم حسب الله (2018). ترتيب إشباع الحاجات النفسية لدى عينة من الطلاب المصريين متبايني مستوى التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية، مجلة دراسات عربية، 17 (1)، 1 - 34.
- ❖ صبرين، هيبته نريمان ؛ أحلام، حمزة (2020). جودة الحياة : قراءة في المفهوم الأبعاد والقياس، مجلة آفاق للعلوم، 5 (4)، 142 - 150.
- ❖ ضيف الله، محمد الهادي ؛ لبزة، هشام ؛ عبابة، علي (2020). الاستدامة وجودة الحياة : نموذج التنمية، أعمال الملتقى الوطني الأول: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، في الفترة من 4 - 5 فبراير، 345 - 359.
- ❖ عبد الجواد، صفاء رجب (2018). الحاجات النفسية (الظاهرة والكامنة) المرتبطة باللامبالاة الأعراض _ العلاج، مجلة العلوم التربوية، (36)، 119 - 135.
- ❖ عبد الله، صبري ادم إدريس (2020). فاعلية برنامج علاج نفسي سلوكي معرفي في تحسين جودة الحياة لدى مرضي السرطان دراسة تطبيقية على مرضى سرطان الثدي

والرحم والبروستات وعنق الرحم بمركز الخرطوم للأشعة والطب النووي - السودان (2017 _ 2020)، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الطبية التطبيقية، جامعة الجزيرة، السودان.

❖ عبد العزيز، عبد العزيز محمود (2019). كفاءة نظام المناعة النفسي والثقة بالنفس كمنبئات لجودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الإرشاد النفسي، المجلد 60، العدد 60، 417 - 495.

❖ عرار، غنية (2021). السلوك الصحي وعلاقته بجودة الحياة لدى الممرضين - دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

❖ عطية، ربحاب موسى موسى (2017). الحاجات النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية من ذوي أنماط الشخصية المهنية، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ASEP، (90)، 381 - 409.

❖ عطية، أحمد (1994). الحاجات النفسية ومصادر إشباعها لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية-جامعة طنطا.

❖ علي، هدى فضل الله (2018). الحاجات النفسية للتلاميذ الصم وضعاف السمع بمنطقة تبوك في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 19 (2)، 205 - 237.

❖ عيسى، فاطمة وليد (2022). الحاجات النفسية لدى الموهوب أدائياً وعلاقتها بالمرونة النفسية والتدفق النفسي في المراكز المختصة بالموهبة الأدائية في القدس، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين .

❖ غريب، حامد سامي حامد (2021). الصدق البنائي لمقياس جودة الحياة، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، (50)، 45 - 61.

❖ كروم، موفق (2020). نظرية ماسلو Maslow للحاجات في ظل الحجر الصحي، مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية، 6 (1)، 202 - 215.

- ❖ كمال، بورزق؛ لخضر، شلالي (2016). جودة الحياة لدى المراهقين الأيتام - دراسة ميدانية بمدينة الاغواط - الجزائر، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، (4) ، 77 - 112.
- ❖ كوثر، رعدة (2017). الحاجات النفسية (الكفاءة - الانتماء - الاستقلالية) وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الفتاة المتأخرة عن الزواج، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- ❖ محمد، فواظمية (2015). التوجهات النظرية لجود الحياة، مجلة الحوار الثقافي، 4 (2)، 309 - 317.
- ❖ مروى، هبازة ؛ عبد الحكيم، بوصلب (2022). الحاجات النفسية لدى الطالب الجامعي في ضوء نظرية التقرير الذاتي قسم العلوم الاجتماعية، مجلة المعيار، 13 (1)، 690 - 704.
- ❖ مزى، زينب وبوفاتح، محمد. (2022). الحاجات النفسية لدى طلبة العلوم النفسية والاجتماعية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط. مجلة دراسات وأبحاث، جامعة الجلفة، 14 (1)، 885-902.
- ❖ مصطفى، الزهراء مصطفى محمد (2018). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسرى لدى طفل ما قبل المدرسة، مجلة البحث العلمي في التربية، (19)، 159 - 182.
- ❖ معشي، محمد بن علي (2018). جودة الحياة وعلاقتها بكل من السلوك الاجتماعي والأمن النفسي لدى عينة من المراهقين، المجلة العلمية لكلية التربية، 34 (2)، 232 - 270.
- ❖ معمريّة، بشير (2020). جودة الحياة تعريفاتها محدداتها مظاهرها أبعادها، أعمال الملتي الوطني الأول؛ جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر - الأبعاد والتحديات، 4 - 5 فبراير، 15 - 26.

- ❖ مكى، سهام. (1996). دراسة استطلاعية لبعض الحاجات النفسية لدى الشباب المدمنين في مقارنتها بغير المدمنين، مجلة أبحاث البصرة الانسانية.
- ❖ منظمة الصحة العالمية (2018). تصنيف منظمة الصحة العالمية الصادر في فبراير 2018 لمرحلة الشباب، جنيف، سويسرا.
- ❖ ميروح، كريمة ؛ هاروني، موسى (2021). جودة الحياة وعلاقتها بمعني الحياة عند المراهق المتمدرس بالثانوية، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، 7 (1)، 413 - 430.
- ❖ نصر، عزة جلال مصطفى (2020). تحسين جودة الحياة الوظيفية لقادة مدارس التعليم العام بمصر: آليات مقترحة، مجلة الإدارة التربوية، العدد 26، ص 13-97.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- ❖ Abdullah, Lazim (2014); Validation of an Instrument for Measuring Quality of Life amongst Malaysian Youth, Modern Applied Science, Vol. 8, No. 2, pp. 22 - 35.
- ❖ Akbağ, Müge & Ümmet, Durmuş (2017); Predictive Role of Grit and Basic Psychological Needs Satisfaction on Subjective Well-Being for Young Adults, Journal of Education and Practice, Vol. 8, No. 26, pp. 127 - 135.
- ❖ Amanda M. Bowling and Anna L. Ball (2020); Supporting Students' Psychological Needs and Motivation within School Based Agricultural Education Programs: A Mixed Methods Study, Journal of Agricultural Education, Vol. 61, No. (2), Pp. 206-221.
- ❖ Anja H. Olafsen & Edward L. Deci and Hallgeir Halvari (2018); Basic psychological needs and work motivation: A longitudinal test of directionality, Motiv Emot Journal, Vol. 42, Pp. 178–189.
- ❖ Antunes, Raul & Frontini, Roberta & Amaro, Nuno & Salvador, Rogério & Rui Matos & Morouço, Pedro and Rebelo-Gonçalves, Ricardo (2020); Exploring Lifestyle Habits, Physical Activity, Anxiety and Basic Psychological Needs in a Sample of Portuguese Adults during COVID-19, International Journal of Environmental Research and Public Health, No. (17), pp. 1 - 13.
- ❖ Darwin, Sofiyan, & Astiti, N., M., A., G., R., & Lina, N., P., M., and Sudirman, A. (2022); The Importance of Quality of Work Life on Teacher Organizational Citizenship Behavior: Consequences of

- Leader- Member Exchange and Organizational Commitment, *Jurnal Pendidikan Progresif*, Vol. 12, No. (2), Pp. 994-1007.
- ❖ De Oliveira, Carolina & Borges, Silva (2019). Investigating the relationships between regulatory focus and needs satisfaction at work, degree of Doctor, Melbourne School of Psychological Sciences, The University of Melbourne, Australia.
 - ❖ Fabián, L., Gladys, M., Carlos, H, Teresa ,B., Manuel S, O., Carlos, B. & Sergio, Mu. (2020). Association between eating habits and quality of life among Chilean university students. *Journal of American College Health*,1-8.
 - ❖ Guo, S. & Cheung, C. K. J. & Hu, J. and Ning, X. (2021). The moderation effect of identity exploration and basic psychological needs satisfaction on flourishing of Chinese rural children, *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 34 (1), 1 - 10. <https://doi.org/10.1186/s41155-020-00166-5>.
 - ❖ Gravetter, F., & Wallnau, L. (2014). *Essentials of Statistics for the Behavioral Sciences* (8th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
 - ❖ Kurth, A., Narvaez, D., & Tarsha, M. (2020). Meeting basic needs and getting kids on track to fulfill their potential. In T. Tsyrlina-Spady & P. Renn (Eds.), *Nurture, care, respect, and trust transformative pedagogy inspired by Janusz Korczak* (pp. 115 - 126). Gorham, ME: Myers Education Press.
 - ❖ Lhan,A & Gümüşdağ,H. (2022). An examination of the physical activity levels and basic psychological needs of university students. *International Journal of Curriculum and Instruction*, 14, 2316-2326.
 - ❖ Meriem Ben Haddou & Mohamed Lakmeche (2020); *Positive Psychology and Quality of Life*, international journal of youth Economy, Vol. 4, No. 2, Pp. 69-80.

- ❖ Mesurado, B. & Salanga , M. G. C. and Mateo, N. J. (2016). Basic psychological needs and flourishing in Filipino university students. In: R. B. King & A. B. I. Bernardo (Eds.), *The Psychology of Asian Learners*, Pp.459 - 469.
- ❖ Pallant, J. (2020). *SPSS survival manual*. McGraw-Hill Education (UK).
- ❖ Sprague, Nadav L. & Ekenga, Christine C (2021); The impact of nature-based education on health-related quality of life among low-income youth: results from an intervention study, *Journal of Public Health*, Vol. 44, No. 2, pp. 394 – 401.
- ❖ Vansteenkiste, M. & Ryan, R. M. and Soenens, Bart (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions, *Motivation and Emotion*, (44), 1 – 31.

الملاحق

الملحق (1):



كلية الآداب والعلوم الإنسانية

ماجستير الإرشاد النفسي

رقم الاستمارة:

استبانة دراسة: الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان

الدكتور / _____ المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد...

يقوم الباحث بتنفيذ دراسة عن " الحاجات النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى الشباب في سلطنة عمان " .

حيث تعرف الحاجات النفسية: بأنها المطالب النفسية الفطرية التي تُعد الأساس للوصول إلى السعادة ولتحقيق التكامل والالتزان الداخلي، والنمو النفسي السليم، والمكون من أربعة أبعاد هي: حاجات الأمان، حاجات تقدير الذات، وحاجات تحقيق الذات، والحاجات الاجتماعية، وعليه يتم قياس هذه الأبعاد عن طريق مقياس الحاجات النفسية.

وتعرف جودة الحياة: بأنها معرفة الأفراد بإمكانياتهم سواءً من خلال الثقافة أو القيم أو حتى النظام ذاته، والتي ترتبط ارتباطاً مباشراً باهتماماتهم وتطلعاتهم ورضاهم حول جوانب حياتهم اليومية وأنشطتها المختلفة حيث يتكون المقياس من أربعة أبعاد هي: جودة الحياة النفسية، وجودة الحياة البيئية، وجودة الحياة الجسمية، وجودة الحياة الاجتماعية.

وتتطلب الدراسة مقياس للحاجات النفسية، ومقياس آخر لجودة الحياة، لذا نرجو التكرم منكم بإبداء رأيكم السديد ومقترحاتكم بشأن فقرات المقياسين المقترحين فيما إذا كانت صالحة أو غير صالحة أو تحتاج للتعديل، ومدى انتماء كل فقرة للمحور المحدد لها وإذا كان هناك اقتراحات أو تعديلات ترونها مناسبة لتحقيق هدف الدراسة الحالية.

شاكرين ومقدرين تعاونكم معنا.

الباحث / المهندس بن خليفة بن سيف الجهوري

الملحق (2): الصورة النهائية لمقياس الحاجات النفسية

مقياس الحاجات النفسية (إعداد الباحث)

معلومات عامة (يرجى الإجابة عنها بما هو مناسب):

الاسم (اختياري) _____

النوع: ذكر أنثى

الحالة الاجتماعية: أعزب متزوج

العمر: من 25-35 سنة من 36-45 سنة من 46-65 سنة

المؤهل العلمي: دبلوم التعليم العام فأقل دبلوم بعد التعليم العام بكالوريوس دراسات عليا

المحور الأول: حاجات الأمان:

م	العبارات	درجة الموافقة			
		موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق بشدة
1	أعيش بسلام وحب في سلطنة عمان.				
2	أشعر بالطمأنينة اتجاه مجتمعي ووطني.				
3	أخشى الخروج من المنزل في ساعات متأخرة.				
4	أشعر بالأمان عند وجود عائلتي بجانبني.				
5	أشعر بالاطمئنان نتيجة احترامي للجميع.				
6	أتجنب الحضور في الأماكن المظلمة				
7	أطمئن بحب الناس لي.				
8	أخاف من حدوث الكوارث الطبيعية في وطني.				
9	أتغلب على مخاوفي النفسية بنفسني.				
10	أشعر بالخوف والقلق عندما أكون وحيدا بالطريق.				
11	أخشى صدور إجراء قانوني بحقي.				

المحور الثاني: الحاجات الاجتماعية:

درجة الموافقة					العبارات	م
غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة		
					أشعر بالسعادة عندما أكون مع الآخرين.	12
					أقوم بمشاركة أفراد أسرتي أفكارى.	13
					متعاطف مع الآخرين بغية التخفيف من آلامهم.	14
					أسعى للحصول على حب الآخرين.	15
					أشارك الآخرين في أفراحهم وأحزانهم .	16
					أسعى لإقامة علاقات وطيدة مع الآخرين.	17
					أتجنب النقاشات العنيفة عند الحديث مع الآخرين.	18
					سريع الانسجام مع الناس من حولي	19
					أشعر بالكراهية نحو الآخرين دون سبب	20
					سريع الانفعال عند لقائي أشخاصا جددا	21
					متسرع في تكوين الانطباع عن الآخرين	22

المحور الثالث: حاجات تقدير الذات:

درجة الموافقة					العبارات	م
غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة		
					أقبل نفسي كما عليها الآن	23
					أشعر بأن لي قيمتي وأهميتي في المجتمع	24
					أشعر أنني من المتفوقين والمتميزين	25
					أستحق أن ألقى الاحترام من الآخرين	26
					لا أسامح نفسي على أخطائي	27
					أشعر بأن الآخرين بحاجة لي	28
					ناجح في تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين	29

					أقبل النقد البناء من الآخرين بصدق ربح	30
					أعترف بأخطائي بكل جرأة	31
					أشعر بأنني سعيد مثل بقية أفراد المجتمع	32
					لدي الثقة بنفسي عندما أقول شيئاً ما	33
					أستطيع التعبير عن مشاعري بسهولة	34
					أشعر بسعادة الآخرين بوجودي معهم	35
					أقارن نفسي بالآخرين	36
					أشعر بأنه لا قيمة لي	37

المحور الرابع: حاجات تحقيق الذات:

درجة الموافقة					العبارات	م
غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة		
					أعتز بنفسي عندما أقوم بإنجاز عمل ما	38
					أحاول الاستفادة من أوقات فراغي من خلال القيام بأنشطة مفيدة	39
					العمل يعزز شعوري بالاعتماد على النفس	40
					أثق في قدراتي الذاتية للوصول إلى طموحاتي	41
					أستطيع الاعتماد على نفسي في ما يطلب مني	42
					أحب التعبير عن رأيي	43
					متمكن من طرح أفكارى أمام الآخرين	44
					أشعر بأنني إنسان مهم بين أصدقائي	45
					ثقتي بنفسى تساعدني كثيراً في إبداء رأيي	46
					أرى أنني حققت بعض أهدافى في الحياة	47
					أدافع عن وجهة نظري بطريقة منطقية	48
					أشعر بأهميتى فى عائلتى	49

					أشعر بالسعادة والمتعة بتأدية مهام في العمل	50
					يثق الآخرون بقدراتي في مساعدتهم	51
					أشعر بالرضا عن مستوى الأعمال التي أقوم بها	52
					أبحث دائما عن حلول جديدة لحل المشكلات	53

انتهى مقياس الحاجات النفسية... شكرا جزيلا لحسن تعاونكم.

الملحق (3): الصورة النهائية لمقياس جودة الحياة

مقياس جودة الحياة (إعداد منظمة الصحة العالمية)

تعريب (د. بشرى إسماعيل أحمد) 2008م

البعد الأول: جودة الحياة النفسية:

م	العبارات	درجة الموافقة			
		موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق بشدة
1	مستمتع بحياتي				
2	أشعر بوجود معنى لحياتي				
3	أستطيع التركيز ذهنيا في موضوع ما				
4	متقبل بنائي الجسمي				
5	راضٍ عن نفسي				
6	أشعر بالحزن والاكتئاب والقلق				

البعد الثاني: جودة الحياة البيئية:

م	العبارات	درجة الموافقة			
		موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق بشدة
7	أشعر بالأمن في الحياة				
8	هناك اهتمام صحي في بيئتي الطبيعية				
9	لدي الكفاءة لإشباع احتياجاتي الشخصية				
10	تتوفر لدى المعلومات اللازمة التي احتاجها في حياتي اليومية				
11	تتوفر لدي الفرصة للراحة والاسترخاء				
12	راضٍ عن المسكن والمكان الذي أعيش فيه				
13	راضٍ عن الخدمات الصحية التي يقدمها لي المجتمع				

البعد الثالث: جودة الحياة الجسمية:

درجة الموافقة					العبارات	م
غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة		
					راضٍ عن حالتي المزاجية	14
					يمكن أن يؤدي المرض إلى عجز عن القيام بعملية	15
					أحتاج إلى الرعاية حتى تستمر حياتي بصورة طبيعية	16
					لدي الكفاية والفاعلية للقيام بواجبات الحياة اليومية	17
					لدي القدرة على التنقل هنا وهناك	18
					راضٍ عن عدد ساعات نومي	19
					راضٍ عن أدائي لواجباتي اليومية	20
					راضٍ عن قدراتي في العمل	21

البعد الرابع: جودة الحياة الجسمية:

درجة الموافقة					العبارات	م
غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة		
					راضٍ عن علاقاتي الشخصية مع الآخرين	22
					راضٍ عن حياتي الجنسية	23
					راضٍ عن المساندة الاجتماعية التي يقدمها لي أصدقائي	24

انتهى مقياس جودة الحياة... شكرا جزيلاً لحسن تعاونكم.

الملحق (4): المحكمون

1	أ.د. عبدالقوي سالم الزبيدي	أستاذ دكتور في علم النفس التربوي
2	أ.د. علي مهدي كاظم	أستاذ دكتور في القياس والتقويم النفسي والتربوي
3	د. خليفة بن سيف بن محمد الجهوري	أكاديمي وباحث في الشؤون المعنوية والنفسية
4	د. علي بن سيف بن ناصر الجهوري	المدير العام المساعد للمعهد التخصصي للمعلمين
5	د. أمجد عزات جمعة	أستاذ مساعد في جامعة الشرقية
6	د. أمينة بن قويدر	أستاذ مشارك في جامعة الشرقية
7	د. حميد بن فاضل بن راشد الشبلي	أكاديمي وباحث تربوي
8	د. راشد بن غريب البلوشي	أكاديمي وتربوي في مجال التوجيه والإرشاد النفسي
9	أ.سعاد منصور المنتصر	رئيس قسم علم النفس بكلية الآداب في جامعة مصراته - ليبيا
10	أ.عبدالعزيز بن حمد العميري	باحث دكتوراه في القياس والتقويم
11	أ.ماجد بن سيف بن محمد الجهوري	أكاديمي في مجال الدراسات اللغوية والتربوية
12	أ.عبدالرؤوف العجمي	أخصائي توجيه وإرشاد