

2020

جودة الحياة وعالقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية

خولة القدومي
جامعة اربد الاهلية, qadoumik@yahoo.com

رسميه اعمر
جامعة الاسراء, rasmeya@yahoo.com

Follow this and additional works at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b



Part of the [Arts and Humanities Commons](#)

Recommended Citation

"اعمر, رسميه (2020) "جودة الحياة وعالقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية and القدومي, خولة
Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (العلوم الانسانية) - مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب (العلوم الانسانية) Vol. 15
: Iss. 1 , Article 5.

Available at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b/vol15/iss1/5

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (العلوم الانسانية) - مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب (العلوم الانسانية) by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact rakan@aarj.edu.jo, marah@aarj.edu.jo, u.murad@aarj.edu.jo.

جودة الحياة وعالقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية

Cover Page Footnote

The study aimed to investigate the degree of appreciation among a sample of Jordanian universities students (Irbid National University and Isra University) to the quality of life and its relation with self – esteem. To achieve the aim of the study, the researchers followed the correlational descriptive approach, where she developed two measures: the first is the quality of life, which consists of (34) paragraphs, and the second is the self-assessment. It consists of (24) paragraphs. The sample included (279) students. The results showed a high level of quality of life, and that there were no statistically significant differences due to the gender variable and the type of college, except in the field of quality of social life, and in the field of "quality of healthy life" for scientific colleges, the results also showed a high level of self-esteem. There were no statistically significant differences due to the gender variable in the self-esteem, but differences were found for the variable of the type of college in favor of (humanitarian colleges).



جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية

د. خولة عزات القدومي، كلية العلوم التربوية ، جامعة اربد الأهلية، إربد، الأردن

د. رسمية مصطفى الأعر، كلية التمريض، جامعة الإسراء، عمان، الأردن

تاريخ الاستلام: 2019/10/28، تاريخ القبول: 2020/1/13

الملخص:

هدفت الدراسة التعرف على درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية (إربد الأهلية، والإسراء) لمستوى جودة الحياة وعلاقتها بمستوى تقدير الذات، ولتحقيق ذلك اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي، حيث طورتا مقياسين، الأول: جودة الحياة، وتكون من (34) فقرة، والثاني: تقدير الذات، وتكون من (24) فقرة، وشملت العينة (279) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة جاء بدرجة مرتفعة، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ونوع الكلية، ما عدا في مجال (جودة الحياة الاجتماعية)، وكانت الفروق لصالح الإناث (الطالبات)، وفي مجال (جودة الحياة الصحية) لصالح الكليات العلمية. كما أظهرت النتائج أن مستوى تقدير الذات جاء بدرجة مرتفعة، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في تقدير الذات، لكن وجدت فروق تعزى لمتغير نوع الكلية لصالح (الكليات الإنسانية).

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة، تقدير الذات، الجامعات الأردنية

Abstract:

The study aimed to investigate the degree of appreciation among a sample of Jordanian universities students (Irbid National University and Isra University) to the quality of life and its relation with self – esteem. To achieve the aim of the study, the researchers followed the correlational descriptive approach, where she developed two measures: the first is the quality of life, which consists of (34)

paragraphs, and the second is the self-assessment. It consists of (24) paragraphs. The sample included (279) students. The results showed a high level of quality of life, and that there were no statistically significant differences due to the gender variable and the type of college, except in the field of quality of social life, and in the field of "quality of healthy life" for scientific colleges, the results also showed a high level of self-esteem. There were no statistically significant differences due to the gender variable in the self-esteem, but differences were found for the variable of the type of college in favor of (humanitarian colleges).

Keywords: Quality of Life, Self-Esteem, Jordanian Universities.

المقدمة:

لعل ما تمر به المجتمعات من تغيرات على جميع الأصعدة، وانتشار حالات ضعف الاستقرار في النواحي السياسية والاجتماعية، وسيادة النزعة الذاتية والنفعية، وتفشي ظاهرة القلق من المستقبل وضبابيته، جعلت من الاستمتاع بالحياة أمراً صعباً، والشعور بالتقدير أمراً مرتبطاً بتغيرات اختلفت عن ذي قبل، وبالتالي مواجهة التحديات أكثر صعوبة.

لذا، تتمثل الغاية الأساسية لعلم النفس الإيجابي في قياس وفهم وبناء مكامن القوة الإنسانية وصولاً إلى تطوير الحياة الجيدة، والتمكين الشخصي وصولاً إلى التقدير والتفكير الإيجابي حول الذات (Alqadi, 2012). ولكي يعيش الإنسان في حالة رضا عن حياته، لا بد من توافر مقومات هذه الحياة التي لا تقتصر على الحاجات الأساسية والضرورية لبقائه، وإنما تتعداها لتشمل كل ما يحسن نوعيتها ويتلاءم مع امتيازها عن باقي المخلوقات، كالمعوقات العقلية والوجدانية مع ما تتضمنه من علاقات اجتماعية مميزة ومعتقدات قيمية تشعره بإنسانيته (Nuris, 2016).

وعليه، فإن الشعور بالرضا عن الذات وتقديرها، واحترام الناس لها يعدّ من مؤشرات جودة الحياة التي يسعى الإنسان لها، فمن نعم الله على العبد أن وهبه القدرة على معرفة ذاته وقوتها، والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها، حيث إن جهل الإنسان لنفسه وعدم معرفته بقدراته يجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً. كما أن التقييم الخاطئ للذات يعدّ مؤشراً سلبياً على جودة الحياة، فإذا أعطى الإنسان نفسه أكثر مما تستحق أثقل كاهلها، وإذا ازدراها وقلل من قيمتها أسقطها، فالشعور السيئ عن النفس له تأثير كبير في تدمير التفكير الإيجابي (Shaaban, 2010).

قد يفقد الإنسان العوامل الخارجية التي يستمد منها قيمته وتقديره لظروف ما، أو قد يفقد كل ما يملك، لكنه يبقى محباً لذاته ويقدرها، وبهذه الحالة يكون قد اختار الطريق المحفز لبناء التقدير الذاتي، في حين قد يربط

إذ ذلك، تعددت الاتجاهات التي تناولت مفهوم تقدير الذات، فمنها ما نظر له باعتباره اتجاهًا يحدد شعور الفرد بالإيجابية عن نفسه، ومنها ما نظر له بوصفه حاجة تتضمن الرغبة في الإنجاز والحصول على الهيبة أو الإعجاب، ومنها ما نظر له بوصفه حالة تتضمن التقويم، والحكم على معرفة الذات، ومنها ما نظر له بوصفه توقعاً يربط التغذية الراجعة السلبية أو الإيجابية بمفهوم التقدير (Babak, 2008).

ولما كان طلبة الجامعات من أكثر الفئات التي تحتاج إلى فهم وتعزيز تقدير الذات لأنه يؤثر في أسلوب حياتهم وطريقة تفكيرهم، ومشاعرهم نحو الآخرين، ويؤثر في نجاحهم، ومدى إنجازهم لأهدافهم في الحياة، مع احترام الطالب لذاته تزداد إنتاجيته وفعاليته في الحياة العملية والاجتماعية (Mulla, 2008). وبعداً عن نظريات التحليل النفسي المبررة لمفهوم تقدير الذات، وباطلاع الباحثين على هذه النظريات، وجد أن أغلبها يقسم تقدير الذات إلى نوعين، هما:

التقدير الإيجابي: هو ما يشير إلى الصحة النفسية والتوافق النفسي، ويرتبط ارتباطاً جوهرياً بتقبل الآخرين، ويختص الذين يتمتعون به بأنهم يشعرون بالأهمية، ويتصرفون باستقلالية ويعترفون بقدراتهم ومواهبهم ويفتخرون بإنجازاتهم، ولديهم قدرة عالية على تحمل الإحباط (Shaaban, 2010; 54). **التقدير السلبي:** وهو ما يشير إلى الإدراك السالب للذات، وعدم الرضا عنها بسبب الخبرات المؤلمة والتشنّة الاجتماعية، ويختص الذين يعانون منه بأنهم لا يتقبلون النقد ويرون فيه تأكيداً لشعورهم بالنقص، ويشعرون دائماً بالاضطهاد ويسقطون اللوم على الآخرين، ولديهم نزوع نحو التملق والميل للعزلة والابتعاد عن التنافس (Sammour, 2015: 43).

وأياً كان نوع التقدير، يرى أغلب الباحثين أن هناك عوامل تؤدي إلى تكوين تقدير الذات سواءً أكان منخفضاً أم مرتفعاً، سلبياً أم إيجابياً، فمنها ما هو فردي يتحدد بمستوى القلق لديه، ومنها ما هو اجتماعي (بيئي) يتصل بنوعية التربية والتنشئة، ويذهب جونز (Jones, 2003) إلى أن أهم العوامل المؤثرة في تقدير الذات، هي: مقدار الاحترام والتقبل والمعاملة التي يحصل عليها الفرد من قبل الآخرين المهمين في حياته. وتاريخ نجاح الفرد، حيث يقاس النجاح بالناحية المادية ومؤشرات التقبل الاجتماعي. ومدى تحقيق الطموحات. وكيفية تفاعل الفرد مع المواقف التي يتعرض فيها للتقليل من قيمته. وعلى الرغم من أن مفهوم الجودة غالباً ما يطلق على الجوانب المادية والإدارية، إلا أن مفهوم جودة الحياة جاء ليدل على حسن توظيف الإنسان لإمكاناته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه.

وعليه، فقد اجتهد الباحثون في إيجاد تعريفات ومقاييس لجودة الحياة أغلبها ركز على مضمون الرضا والشعور الداخلي بالرضا، وامتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى، وتبني أسلوب حياتي يشبع الرغبات والاحتياجات (Na'isa, 2012). وتعرفها منظمة الصحة العالمية (WHO, 1997: 1) بأنها: "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في منظومة القيم والثقافة التي يعيش فيها، وفي علاقته بأهدافه وتوقعاته ومعايير اهتماماته".

ويعد الإحساس بجودة الحياة حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادراً على إشباع حاجاته المختلفة (الفطرية، المكتسبة) والاستمتاع بالظروف المحيطة به، وتقاس عادة بالدرجة التي يحصل عليها المجيب في مقياس محدد لذلك، وترى نورس (Nuris, 2016) أن أهم مؤشرات الإحساس بجودة الحياة، هي: المؤشرات النفسية والمؤشرات الاجتماعية المتعلقة بالعلاقات الشخصية ونوعيتها، أو المؤشرات المهنية والتعليمية المرتبطة بالتعليم والعمل، والمؤشرات الجسمية والبدنية المتعلقة بالحالة الصحية.

ونظراً لأهمية جودة الحياة في حياة الشباب والمجتمعات، فقد بينت العديد من الدراسات أهمية جودة الحياة وأثرها في تحقيق الصحة النفسية، ومنها دراسة السيد (El-Sayed, 2018) التي أشارت إلى العلاقة العكسية بين جودة الحياة والضغط النفسية على اعتبار أن جودة الحياة تمثل الرقي في مستوى الخدمات التي تقدم لأفراد المجتمع، ودراسة السويركي (AlSwairki, 2013) التي بينت أن ارتفاع مستوى جودة الحياة يقلل من الشعور بالنقص لدى ذوي الإعاقة، ودراسة كريمة (Karima, 2014) التي تقصت العلاقة الموجبة بين جودة الحياة والتحصيل الدراسي.

وتعددت الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية (جودة الحياة، تقدير الذات)، وقد حاولت الباحثتان من خلال اطلاعهما، التركيز على الأكثر صلة بها، حيث أجرى عويضة (Owaida, 2019) دراسة هدفت للتعرف على الحنو على الذات، وتقدير الذات كمنبئات بجودة الحياة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة السويس، واستخدمت المنهج الوصفي. وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبًا وطالبة. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الحنو على الذات ومقياس جودة الحياة النفسية ومقياس تقدير الذات كحالة. وتوصلت إلى عدد من النتائج منها وجود علاقة دالة احصائيًا بين جودة الحياة النفسية وكل من الحنو على الذات وتقدير الذات. وأنه يمكن التنبؤ بجودة الحياة النفسية من خلال تقدير الذات، وأن تقدير الذات أفضل من الحنو على الذات في التنبؤ بجودة الحياة النفسية.

وهدفت دراسة السبد (El-Sayed, 2019) إلى التعرف على مستوى جودة الحياة الجامعية كعامل وسيط بين الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى طلاب جامعة الملك سعود، بعينة قدرها (136) طالباً. وتوصلت النتائج إلى أنه توجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين مقياس جودة الحياة الجامعية وبين مقياس الاغتراب النفسي وأبعاده دون بعد غياب المعنى لدى أفراد الدراسة، كما توجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين مقياس تقدير الذات ومقياس جودة الحياة الجامعية وأبعادها دون بعد جودة الحياة الجامعية لدى أفراد الدراسة، كما توصلت أيضاً إلى أنه توجد علاقة موجبة بين جودة الحياة الجامعية وتقدير الذات، ووجود علاقة دالة موجبة بين جودة الحياة الجامعية والاغتراب النفسي، وأن جودة الحياة الجامعية لها دور وسيط بين تقدير الذات والاغتراب النفسي، وأخيراً أنه توجد فروق غير دالة احصائياً في جودة الحياة الجامعية لدى أفراد

الدراسة تعزى لنوع كليتهم العلمية. وأوصت بالقيام ببناء برنامج تأهيلي للطلاب المغتربين بالجامعة يزيد من تقديرهم لذاتهم ويقلل من إحساسهم بالاعتراب النفسي، وأشارت إلى ضرورة تبني عمادة تطوير المهارات لسلسلة دورات تدريبية تهدف لتحسين جودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

أما دراسة نورس (Nuris, 2016) فقد هدفت التعرف على مستوى جودة الحياة والصحة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة زيان عاشور بالجلفة، وعلاقتها ببعض المتغيرات، ولتحقق ذلك اتبعت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق مقياسين للجودة والصحة النفسية على عينة مكونة من (100) طالبة، وأظهرت النتائج وجود مستوى متدنٍ من جودة الحياة لدى أفراد العينة، ومستوى متوسط من الصحة النفسية، وعدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين دخل الأسرة والمستوى الدراسي والتخصص وبين جودة الحياة.

وفي دراسة جمال (Jamal, 2016)، التي هدفت التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والحاجات الإرشادية لدى عينة من طلبة المدارس الثانوية، ولتحقيق ذلك اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق مقياسين: (جودة الحياة، الحاجات الإرشادية)، على عينة مكونة من (321) طالباً وطالبة في محافظة السويداء، وأظهرت النتائج مستوى متوسط من جودة الحياة، وكذلك درجة تقدير متوسطة للحاجات الإرشادية. كما أنه توجد علاقة ارتباط سلبية بين جودة الحياة والحاجات الإرشادية، كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير جودة الحياة تعزى لعامل الجنس لصالح الإناث.

وتناولت دراسة ديمان (Deman, 2016) الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات، وتصور الانتحار لدى عينة من طلبة الجامعة، ولتحقيق ذلك اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق ثلاثة مقاييس: (مقياس روزنبرج لتقدير الذات، مقياس بيك للاكتئاب، مقياس تصور الانتحار من إعداد الباحثة)، وذلك على عينة مكونة (131) طالباً وطالبة، وقد أظهرت النتائج مستوى منخفضاً من تقدير الذات، وزيادة في أعراض الاكتئاب التي تزيد من احتمالية الانتحار، كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس، في حين أن التقدير الإيجابي للذات يعدّ من أهم عوامل الوقاية ضد أعراض الانتحار.

أما دراسة كريمة (Karima, 2014) فهذهت التعرف على علاقة جودة حياة الطالب بالتحصيل الدراسي ومعرفة الفروق بين المنخفضين والمرتفعين في جودة الحياة من حيث الجنس ونوع المؤسسة، ولتحقيق ذلك اتبعت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق مقياس جودة الحياة على (622) طالباً وطالبة من ولاية معاكس. وقد أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في الجانب الأسري والاجتماعي ومنخفضاً في الجانب النفسي والصحي، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة الصحية لصالح الذكور، كما أنه توجد علاقة ارتباط موجبة بين جودة الحياة والمستوى المعيشي المتعلق بمتوسط الدخل.

وقام رينج وهوفر وهيكي (Ring, Hofer & Hickey, 2013) بدراسة هدفت التعرف على علاقة جودة الحياة بالسعادة النفسية والشخصية لدى عينة من طلبة كلية الهندسة، ولتحقيق ذلك اتبع البحث المنهج

7

تتناولها، وكذلك جمعها بين متغيرين لم يجمعهما أي من الباحثين، وقد استفادت الباحثتان منها في تأصيل فكرة الدراسة وإعداد المقاييس وتفسير النتائج في إطار الواقع الفعلي.

مشكلة الدراسة:

تختلف حياة الشباب الجامعي عن غيره من أفراد المجتمع، فإن هناك أسباباً تعوّقه عن الشعور بجودة الحياة، مثل: الاغتراب وفقدان الشعور بمعنى الحياة، وقلة الشعور بالأمن النفسي، وافتقار الشعور بالدعم والقدرة على التصرف في المواقف الحرجة، والتأخر الدراسي والتكنولوجي، ويعتبر تقدير الذات جزءاً من المناعة النفسية للحد من آثار هذه الأسباب. هذا بالإضافة إلى المواقف الضاغطة خارج البيئة الجامعية، التي قد تتعدد مصادرها وشدها وأنواعها، وتأثيراتها التي قد تسهم في عدم قدرة الطلبة على تحقيق الذات وتقديرها، والذي بدوره قد يؤدي إلى إحداث اضطرابات سلوكية ومعرفية. وبالتالي وقوع الطالب في اضطرابات شخصية كتندي تقدير الذات التي تشكل أثراً سلبياً في حياته الأكاديمية والاجتماعية، وتكمن مشكلة الدراسة في تندي تقدير الذات لدى الطالب وعدم تطورها داخل الجامعة، الأمر الذي يؤدي إلى ضعف التحكم وعدم تنظيم الجانب الأكاديمي لديه.

أسئلة الدراسة:

صيغت أسئلة الدراسة على النحو الآتي:

السؤال الرئيس: ما مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته بمستوى تقدير الذات لديهم؟

ويُفرع من هذا السؤال، الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لمستوى جودة الحياة لديهم؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة تعزى إلى متغيري (الجنس-نوع الكلية)؟
3. ما مستوى تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى تقدير الذات تعزى إلى متغيري (الجنس-نوع الكلية)؟
5. هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين درجة تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة ودرجة تقديرهم لمستوى تقدير الذات؟

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

- تعدّ هذه الدراسة - في حد علم الباحثين - إضافة في مجال البحوث المتعلقة بعلم النفس الإيجابي، حيث قلة الدراسات التي جمعت بين المتغيرين (جودة الحياة- تقدير الذات) للطلبة الجامعيين.
- أنها دراسة تتبع من واقع المجتمع الأردني في الوقت الذي تتفاقم المشكلات التي تواجه الشباب، مثل: البطالة، والشعور بالاغتراب.
- أهمية قياس جودة الحياة لدى الشباب، فو يساعد في الوقوف على مستوى تقديرهم لمعناها يعكس حالتهم النفسية والجسمية والصحية.

الأهمية التطبيقية:

- من المتوقع أن تفيد نتائج الدراسة الجامعات ودور رعاية الشباب في تحديد مستوى جودة الحياة لدى الشباب وتقديرهم للذات.
- قد تثير هذه الدراسة اهتمام الباحثين في دراسة سبل تعزيز تقدير الذات لدى الشباب، وتحسين نوعية الحياة، وقد تلفت انتباه الجامعات إلى تضمين مساقات خاصة بعلم النفس الإيجابي للحد من آثار الضغوط النفسية التي تواكب التطورات الجارية والأحداث المتلاحقة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يأتي:

- 1- التعرف على درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لمستوى جودة الحياة لديهم.
- 2- الكشف ما إذا كان هناك فروق جوهرية بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة تعزى إلى متغيري (الجنس-نوع الكلية)
- 3- التعرف على مستوى تقدير الذات لدى العينة محل الدراسة.
- 4- الكشف ما إذا كان هناك فروق جوهرية بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى تقدير الذات تعزى إلى متغيري (الجنس-نوع الكلية).
- 5- تحديد ما إذا كان هناك علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين درجة تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة ودرجة تقديرهم لمستوى تقدير الذات.

مصطلحات الدراسة:

جودة الحياة: هو "شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع الحاجات من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منها" (Na'isa, 2012; 148). وتعرف إجرائياً بأنها القدرة على الاستمتاع التراكمي بما حول الفرد من خلال إدراك جوانب الحياة الاجتماعية، والنفسية، والصحية، والأسرية، التي تقدر بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المطور لها في هذه الدراسة.

تقدير الذات: هو "الحكم الذي يضعه الفرد لنفسه، والذي يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض لذاته بناء على تقييمه لقدراته تقوياً عاماً في أدوار ومواقف مختلفة مرتبطة بالبيئة الاجتماعية من حوله" (Abu Hoichel, 2010; 42). وتعرف إجرائياً بأنه ادراكات الطالب الجامعي نحو نفسه، سواءً أكانت إيجابية أم سلبية، والتي يقيم فيها مدى مقبوليته وإحساسه بأهميته وجدارته وشعوره بالكفاءة، وتحدد بالدرجة الكلية للمفحوص على مقياس تقدير الذات المطور لأغراض الدراسة.

الطريقة والإجراءات:**منهج الدراسة:**

اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي لإنجاز هذه الدراسة، لملائمته لموضوع وأهداف الدراسة، ويدرس المنهج الوصفي الارتباطي ظاهرة أو حدثاً أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب على أسئلة البحث دون تدخل فيها، الأغا والأستاذ (Agha & AlOstath, 2000).

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المستوى الرابع المسجلين للفصل الدراسي الثاني في مرحلة البكالوريوس في جامعتي (إربد الأهلية، والإسراء)، ومن مختلف التخصصات العلمية والإنسانية والمستوى الدراسي، والبالغ عددهم (2050) من جامعة إربد الأهلية و6500 طالب وطالبة من جامعة الإسراء).

عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية بتوزيع مفرداتها بنسب تكافئ التوزيع الحقيقي في الجامعات، إذ بلغت (300) طالباً وطالبة، استجاب منهم (279). في حين كانت العينة الاستطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة من خارج العينة الفعلية ومن مجتمع الدراسة. وجدول (1) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات التصنيفية.

ب. صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من استجابات العينة الاستطلاعية، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient) لكل فقرة من فقرات الاستبانة. وجدول (2) يبين معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد في المقياس.

جدول (2) معاملات ارتباط درجة كل فقرة من المقياس مع درجة البعد الذي تنتمي إليه

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول/ جودة الصحة العامة: قدرة الطالب على الممارسة اليومية للأنشطة المختلفة، وعن حالته الصحية ومدى اهتمامه بها								
1	.79	.00	2	.56	.01	3	.72	.00
4	.81	.00	5	.75	.00	6	.73	.00
7	.64	.00	8	.83	.00	9	.54	.00
البعد الثاني/ جودة الحياة النفسية: مدى شعور الطالب بالسعادة والارتياح والأمن النفسي في حياته اليومية، وتفاؤله تجاه المستقبل، ومدى رضاه عن الحالة الانفعالية								
1	.68	.00	2	.39	.01	3	.77	.01
4	.73	.00	5	.58	.00	6	.78	.00
7	.48	.00	8	.76	.00	9	.67	.00
البعد الثالث/ جودة الحياة الأسرية: ويقصد بها رضا الفرد وإدراكه لعلاقاته الشخصية مع باقي أفراد أسرته وقدرته على التفاعل الإيجابي معهم.								
1	.76	.00	2	.73	.00	3	.70	.00
4	.61	.00	5	.77	.00	6	.69	.00
7	.80	.00						
البعد الرابع/ جودة الحياة الاجتماعية: مدى رضا الطالب عن علاقاته الاجتماعية ومدى تفاعله مع المواقف والأنشطة الاجتماعية التي تحدث في الجامعة والمجتمع والاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم								
1	.75	.00	2	.65	.00	3	.40	.01
4	.71	.00	5	.68	.00	6	.69	.00
7	.54	.00	8	.66	.00	9	.70	.00

ج. صدق الاتساق البنائي:

جدول (3) معامل الارتباط بين معدل كل بعد مع المعدل الكلي لفقرات المقياس

م	عنوان البعد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
الأول	جودة الصحة العامة	.83**	.000
الثاني	جودة الحياة النفسية	.93**	.000
الثالث	جودة الحياة الأسرية	.86**	.000
الرابع	جودة الحياة الاجتماعية	.84**	.000

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية "28" تساوى 0.361.

ثبات فقرات المقياس :Reliability

1. طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient:

تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرات فردية الرتبة ودرجة الفقرات زوجية الرتبة لكل بعد، وقد صححت معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient)، وجدول (4) يبين أن هناك معامل ثبات كبير نسبياً لفقرات المقاييس

جدول (4) معامل الثبات (طريقة التجزئة النصفية)

م	البعد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	معامل الارتباط المصحح
الأول	جودة الصحة العامة	9	.92	.96
الثاني	جودة الحياة النفسية	9	.85	.92
الثالث	جودة الحياة الأسرية	7	.77	.87
الرابع	جودة الحياة الاجتماعية	9	.84	.87
جميع الأبعاد		34	.95	.97

2. طريقة كرونباخ ألفا Cronbach's Alpha:

استخدمت الباحثتان معامل كرونباخ ألفا لقياس ثبات المقياس كطريقة ثانية لقياس الثبات.

جدول (5) معامل الثبات (طريقة كرونباخ ألفا)

م	البعد	عدد الفقرات	معامل الفا
الأول	جودة الصحة العامة	9	.94
الثاني	جودة الحياة النفسية	9	.92
الثالث	جودة الحياة الأسرية	7	.87
الرابع	جودة الحياة الاجتماعية	9	.86
جميع الأبعاد		34	.96

يتضح من جدول (5) أن معاملات الثبات لكل مجال والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة مطمئن الباحثتان لتطبيق المقياس على العينة الفعلية.

ثانياً- مقياس تقدير الذات:

قامت الباحثتان بالرجوع إلى الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات، كدراسة علاء الدين (Alaedein, 2010)، وإليس (Ellis, 2009)، والناطور (Alnatour, 2008)، والشيخ خليل (AlSheikh Khalil, 2006)، وطوّر مقياس جودة الحياة ليتكون من (27) فقرة بصورته الأولى.

صدق المقياس:

أ. صدق المحكمين (الظاهري):

تم التحقق من صدق المقياس بعرضه على (7) محكمين من المتخصصين في مجال علم النفس والإرشاد في جامعتي إربد الأهلية والإسراء، حيث طلب الاطلاع على مقياس تقدير الذات وإبداء الملاحظات حوله، من حيث مناسبة الفقرات للفئة المستهدفة وانتمائها للأبعاد، ووضح المعنى، وأية ملاحظات أخرى مناسبة، إذ أجريت التعديلات على بعض الفقرات وحذف البعض ليصبح عدد فقرات المقياس (24) بدل (27)، (17) تدل على إدراكات إيجابية، و(7) تدل على إدراكات سلبية). وبلغت نسبة الاتفاق (77.4%)، ويدل ذلك على الصدق الظاهري لفقرات المقياس.

ب. صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من استجابات العينة الاستطلاعية، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient) لكل فقرة من فقرات الاستبانة. وجدول (6) يبين معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد في المقياس.

جدول (6) معاملات ارتباط درجة كل فقرة من المقياس مع درجة المجال الذي تنتمي إليه

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	.70	.00	2	.72	.00	3	.75	.00
4	.74	.00	5	.74	.00	6	.35	.031
7	.74	.00	8	.54	.00	9	.77	.00
10	.48	.004	11	.83	.00	12	.61	.00
13	.66	.00	14	.57	.00	15	.72	.00
16	.81	.00	17	.66	.00	18	.82	.00
19	.44	.009	20	.63	.00	21	.71	.00
22	.69	.00	23	.65	.00	24	.77	.00

يلاحظ من جدول (6) أن قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الاتجاهات تراوحت بين (.35-.83)، كما يتضح من جدول (6) أن هناك ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس.

ج. صدق الاتساق البنائي:

خولة القدومي، رسمية الاعمر، جودة الحياه، مجلة جامعة الخليل للبحوث، مجلد (15)، العدد (1)، 2020، 129
يوضح جدول (7) معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية لفقرات
المقياس، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة (0.05)، إذ إن القيمة الاحتمالية
لكل محور أقل من (0.05) وقيمة r المحسوبة أكبر من قيمة r الجدولية، والتي تساوي (0.361).

جدول (7) معامل الارتباط بين معدل كل بعد مع المعدل الكلي لفقرات المقياس

م	عنوان البعد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
تقدير الذات		0.71**	0.000

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05، ودرجة حرية "28" تساوي 0.361.

ثبات فقرات المقياس Reliability:

1. طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient:

تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرات فردية الرتبة ودرجة الفقرات زوجية الرتبة لكل بعد،
وقد صححت معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتصحيح (Spearman-Brown Coefficient)، وجدول (8) يبين أن هناك معامل ثبات كبير نسبياً لفقرات المقياس.

جدول (8) معامل الثبات (طريقة التجزئة النصفية)

م	عدد الفقرات	معامل الارتباط	معامل المصحح	الارتباط
تقدير الذات	24	0.96	0.98	

2. طريقة كرونباخ ألفا Cronbach's Alpha:

استخدمت الباحثتان معامل كرونباخ ألفا لقياس ثبات المقياس كطريقة ثانية لقياس الثبات.

جدول (9) معامل الثبات (طريقة كرونباخ ألفا)

م	البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا
تقدير الذات		24	0.86

يتضح من الجدول (9) أن معاملات الثبات لكل مجال والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة تطمئن الباحثان لتطبيق المقياس على العينة الفعلية.

تصحيح المقياسين:

لتصحيح المقياسين، استخدم سلم ليكرت الخماسي (Likert Scale) المكون من خمس رتب، تتراوح بين مرتفعة جداً إلى منخفضة جداً لتحديد الدرجة، بحيث أعطيت درجة معينة لكل استجابة كما يظهر في جدول (10).

جدول (10) أوزان الخيارات في سلم ليكرت الخماسي

التوافر	مرتفعة جداً	مرتفعة	متوسطة	منخفضة	منخفضة جداً
الدرجة	5	4	3	2	1

وبالتالي تتراوح الدرجة على المقياس الأول ما بين (34-170 درجة)، وما بين (24-120) للثاني، وفي هذه الدراسة اعتمد الوسط الحسابي للمقياس بحيث تشير الدرجة المنخفضة إلى تدني الموافقة على ما جاء في الفقرة من وجهة نظر أفراد العينة، بينما تدل الدرجات المرتفعة على ارتفاع درجة الموافقة، وتحدد درجة التقدير من خلال مدى تدرج ليكرت الخماسي هو (4=1-5)، وطول الفترة (0.8)، بوزن نسبي (16%)، كما في جدول (11).

جدول (11) التقدير لفقرات مجالات أداة الدراسة

طول الخلية	الوزن النسبي	درجة الاحتياج
1.8-1	من 20 إلى 36	منخفضة جداً
أكبر من 1.8-2.6	أكبر من 36.0 إلى 52	منخفضة
أكبر من 2.6-3.4	أكبر من 52.0 إلى 68	متوسطة
أكبر من 3.4-4.2	أكبر من 68 إلى 84	مرتفعة
أكبر من 4.2-5	أكبر من 84 إلى 100	مرتفعة جداً

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

* المتغيرات الضابطة (التصنيفية):

- الجنس: وله فئتان (ذكر، وأنثى).
- الكلية: ولها فئتان (العلمية، والإنسانية).

* المتغيرات التابعة

- جودة الحياة.
- تقدير الذات.

حدود الدراسة:

يتحدد نطاق تطبيق الدراسة الحالية على عينة من طلبة جامعتي إربد الأهلية والإسراء في المملكة الأردنية الهاشمية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2018/2019، للتعرف على مستوى جودة الحياة وعلاقته بتقدير الذات.

إجراءات الدراسة

حددت الشعب المراد تطبيق المقاييس فيها في جامعتي إربد الأهلية والإسراء، من خلال الاختيار القصدي؛ لتمثل مختلف شرائح عينة الدراسة الحالية. وقامت الباحثتان بنفسهن بتوزيع المقياسين على الطلبة داخل القاعة التدريسية وتوضيح التعليمات المتعلقة بالأداة. في بداية الأمر، قدمتا الباحثتان للطلبة فكرة عامة عن أهداف الدراسة وأهميتها. وأكدتا لهم أن مشاركتهما طوعية. وأن البيانات التي سيدلون بها ستعامل بسرية تامة. وأخبرتهن أنه سيوضح لهم التعليمات المتعلقة بالأداة، وعليهم أن لا يتسرعوا في الإجابة. وقد احتاج الطلبة لملء الأداة حوالي (20-30) دقيقة. وجمعت أدوات الدراسة بعد الاستجابة على فقراتها، وبعد التأكد من المعلومات، والإجابة على جميع الفقرات، ثم أعدت لأغراض التحليل الإحصائي، وأدخلت البيانات لذاكرة الحاسوب، ومن ثم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، وفقاً لبرنامج (SPSS) للإجابة عن أسئلة البحث، واستخلاص النتائج.

المعالجات الإحصائية

لمعرفة مستوى كل من جودة الحياة وتقدير الذات، حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي، ولتحديد الفروق تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، والكلية) استخدم اختبار - ت (T-test).

نتائج الدراسة وتفسيراتها

فيما يلي عرض النتائج المتعلقة بكل سؤال من الأسئلة التي حاولت الدراسة الإجابة عنها.

نتائج السؤال الأول: ما درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لمستوى جودة الحياة من وجهة نظرهم؟

للإجابة عن هذا السؤال الأول، استخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب، والجدول (12) يوضح ذلك:

جدول (12) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل بعد من أبعاد مقياس (جودة الحياة)

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	درجة التقدير
جودة الصحة العامة	3.73	0.82	74.51	3	مرتفعة
جودة الحياة النفسية	3.76	0.74	75.22	2	مرتفعة
جودة الحياة الأسرية	3.83	0.74	76.63	1	مرتفعة
جودة الحياة الاجتماعية	3.27	0.72	67.62	4	مرتفعة
الدرجة الكلية	3.76	0.73	73.49		مرتفعة

يتضح من جدول (12) أن درجة التقدير الكلية لجودة الحياة من وجهة نظر أفراد العينة كانت مرتفعة عند وزن نسبي (73.49%). وجاء مجال (جودة الحياة الأسرية) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (76.63%)، ومجال (جودة الحياة الاجتماعية) في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (67.62%) ، ويلاحظ أن جميع الدرجات للمجالات جاءت مرتفعة ومتقاربة. وقد يعزى السبب في ذلك إلى وعي أفراد العينة بمفاهيم جودة الحياة المتمركزة حول تربية الاحتياجات المادية والتربوية والاجتماعية، فهم يعتبرون كل مظاهر جودة الحياة مؤشرات على الرضا والتوافق مع الحياة. وقد يعزى السبب في هذا الترتيب إلى طبيعة المجتمع الأردني، فأغلب الأسر في أصلها منسدلة من عشيرة أو قبيلة متوافقة في نمط الحياة، وتعظم الانتماء الأسري. وأن الشباب الجامعي في هذه المرحلة يميلون إلى الاستقلالية، وبالتالي فهم ينشغلون في اهتمامات ذات علاقة بتحقيق الذات والعزوف عن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية. وهذا ما يتفق مع ما جاءت به دراسة كريمة (Karima, 2014) ودراسة الفراء والنواجحة (Alfarra & Alnawajha, 2013)، وتختلف مع دراسة نعيصة (Na'isa, 2012)، ودراسة نورس (Nuris, 2016)، اللتان كان فيها مستوى جودة الحياة متديناً، ومع دراسة جمال (Jamal, 2016) التي كان فيها المستوى متوسطاً. ولعل هذه النتيجة تتفق من حيث ترتيب مجال (جودة الحياة الأسرية) مع دراسة الفراء والنواجحة (Alfarra & Alnawajha, 2013)، ودراسة نعيصة (Na'isa, 2012).

البعد الأول: جودة الصحة العامة

جدول (13) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات البعد الأول

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتبة	درجة الموافقة
1	أنام عدداً كافي من الساعات يومياً	3.76	1.15	75.19	6	مرتفعة
2	أشعر بالحياة والنشاط	3.92	0.95	78.37	3	مرتفعة

خولة القدومي، رسمية الامر، جودة الحياة، مجلة جامعة الخليل للبحوث، مجلد (15)، العدد (1)، 2020، 133

3	أحرص على تناول الغذاء المتوازن	3.84	1.00	76.75	4	مرتفعة
4	أوازن بين أوقات الراحة والدراسة	3.79	1.01	75.84	5	مرتفعة
5	أشعر ببعض الآلام مجهولة السبب في جسمي	3.70	1.08	74.01	8	مرتفعة
6	أحرص على إجراء فحص طبي دوري	3.70	1.01	73.95	9	مرتفعة
7	أشعر بالإرهاق بعد القيام بأي مجهود عضلي	3.73	1.11	74.55	7	مرتفعة
8	تتكرر إصابتي بنزلات البرد والوعكات الصحية	3.99	1.06	79.80	2	مرتفعة
9	أعنتني بنفسي مهما كانت ظروفتي ومشكلاتي	4.12	0.89	82.40	1	مرتفعة

يتضح من جدول (13) أن المستوى في هذا المجال تتراوح ما بين (73.95- 82.40%)، وكلها درجات تقدير مرتفعة، حيث جاءت فقرتا المرتبة الأولى والأخيرة على النحو الآتي:

الفقرة (9) " أعنتني بنفسي مهما كانت ظروفتي ومشكلاتي." في المرتبة الأولى بوزن نسبي (82.40%)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى وعي أفراد العينة بأهمية العناية بالنفس كأساس لتحقيق الأهداف في الحياة، إضافة إلى أن الوقت الحالي لم يدع وقتاً للاستقرار أو للنفس فرصة للتكيف، وهو ما جعلهم أكثر اهتماماً بالعناية بأنفسهم في ظل تداعي مظاهر المدرسة النفعية، وهو ما أشارت إليه دراسة نورس (Nuris, 2016).

الفقرة (6) " أحرص على إجراء فحص طبي دوري." في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (73.95%) لكنها بدرجة مرتفعة، وقد يعزى السبب في ذلك إلى تراجع مستوى التنشيط الصحي، وانشغال الشباب في هذه المرحلة من عمرهم في البحث عن الملذات، إضافة إلى تعدد مصادر الرفاهية وسهولة الحصول على الأشياء، وهو ما أكدته دراسة رنغ وآخرون (Ring, et al., 2013).

جدول (15) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات البعد الثالث

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	المرتبة	درجة التقدير
1	أشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي	3.59	1.00	71.85	6	مرتفعة
2	أجتمع مع أفراد أسرتي بشكل مستمر	3.89	0.95	77.85	5	مرتفعة
3	أتوافق مع أسرتي في نمط حياتها	4.10	0.82	82.00	1	مرتفعة
4	أحصل على الدعم العاطفي من الأسرة باستمرار	3.97	1.02	79.39	2	مرتفعة
6	أشعر برضا والدي عني	3.96	0.96	79.25	3	مرتفعة
7	أشعر بالرضا عن علاقة أسرتي بالأسر الأخرى	3.95	1.01	78.99	4	مرتفعة
8	أجامل أفراد أسرتي في المناسبات وألبي دعواتها	3.59	1.00	71.85	7	مرتفعة

يتضح من جدول (15) أن مستوى هذا البعد تتراوح ما بين (71.85 – 84.65%) ما بين متوسطة ومرتفعة، حيث جاءت فقرتا المرتبة الأولى والأخيرة على النحو الآتي:

الفقرة (3) "أتوافق مع أسرتي في نمط حياتها." في المرتبة الأولى بوزن نسبي (84.65%)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى وعي أفراد العينة بالجذور العائلية التي تربط أفراد الأسرة الواحدة، وانتماء لها على اعتبار أنه جزءاً لا يتجزأ منها، وأن أي نمط تمارسه الأسرة الواحدة سينعكس على حياة الطالب، فهو لا يملك الخيار في اختيار أسرته، وهو ما أكدته دراسة الفراء والنواجحة (Alfarra & Alnawajha, 2013).

الفقرة (8) "أجامل أفراد أسرتي في المناسبات وألبي دعواتها." في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (71.85%)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن الشباب في هذه المرحلة من عمرهم يكونوا في حالة البحث عن الذات والاستقلالية، الأمر الذي يزيد من اهتماماتهم الفردية والعزوف الجزئي عن المشاركة الاجتماعية في المناسبات.

البعد الرابع: جودة الحياة الاجتماعية

جدول (16) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات البعد الرابع

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة الموافقة
1	أشعر برغبتي الدائمة للمشاركة في الأنشطة الاجتماعية	3.59	1.12	71.76	3	مرتفعة
2	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين	3.59	1.11	71.84	2	مرتفعة
3	أستطيع بناء علاقات اجتماعية إيجابية	3.69	1.02	73.88	1	مرتفعة
4	أفكر في قضايا ومشكلات المجتمع	3.46	1.03	69.2	5	مرتفعة
5	أحب العمل التعاوني (بروح الفريق)	3.20	1.23	64.04	6	متوسطة
6	أجد من يهتم بالسؤال عني ويهتم لغيابي	3.53	1.11	70.76	4	مرتفعة
7	يسعدني تواجدي بين أقراني	3.16	1.16	63.24	7	متوسطة
8	أشارك في الأنشطة الاجتماعية داخل الجامعة وخارجها	3.07	1.10	61.5	9	متوسطة
9	أشعر بالرضا عن علاقتي الاجتماعية	3.12	0.89	62.40	8	متوسطة

يتضح من جدول (16) أن مستوى هذا البعد تتراوح ما بين (65.24 – 80.14%) ما بين متوسطة ومرتفعة، حيث جاءت فقرتا المرتبة الأولى والأخيرة على النحو الآتي:

الفقرة (3) " أستطيع بناء علاقات اجتماعية إيجابية." في المرتبة الأولى بوزن نسبي (73.88%)، وتعد هذه النتيجة منطقية في ظل ما يشعر به الشباب من الحيوية والميل إلى التعامل مع الأقران والأصدقاء والقرب منهم خاصة أولئك الذي يتوافقون في التفكير والاهتمامات، وهو ما أشارت له دراسة رنغ وآخرون (Ring, et al., 2013) من أن السعادة النفسية ترتبط بالعلاقات الاجتماعية.

الفقرة (8) " أشارك في الأنشطة الاجتماعية داخل الجامعة وخارجها." في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (61.5 %)، ولعل هذا ما يتفق مع ما جاء في المجال السابق (جودة الحياة الأسرية)، فالانشغال بالمسؤوليات الدراسية ومتطلبات المرحلة العمرية التي يعيشونها يسبب انعزالاً أو عزوفاً عن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية .

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة تعزى إلى متغيري (الجنس، نوع الكلية)؟ وللإجابة عن هذا السؤال الثاني، اختبرت الفرضيتين الآتيتين:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات

تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة تعزى إلى متغير الجنس (طالب- طالبة).

ونظراً لاعتدالية توزيع الدرجات في كل من مجموعتي المقارنة، علاوة على زيادة عدد أفراد كل مجموعة عن (30)، استخدمت الباحثتان الاختبار المعلمي "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائية بين كل من متوسطات الأبعاد الأربعة، وكذلك للمقياس ككل تعزى لمتغير الجنس.

جدول (17) نتائج اختبارات للفرق بين متوسطات درجات استجابة أفراد العينة حسب الجنس

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
جودة الصحة العامة	طالب	117	3.96	0.46	- 0.727	.468
	طالبة	180	4.00	0.41		
جودة الحياة النفسية	طالب	117	3.95	0.48	- 1.098	.273
	طالبة	180	4.02	0.49		
جودة الحياة الأسرية	طالب	117	3.97	0.37	0.224	.823
	طالبة	180	3.95	0.51		
جودة الحياة الاجتماعية	طالب	117	3.94	0.52	-2.568	.001*
	طالبة	180	4.13	0.56		
الدرجة الكلية	طالب	117	3.95	0.41	-1.345	.180
	طالبة	180	4.03	0.43		

* دال عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$)

جدول (17) يوضح نتائج اختبار "ت" والتي تظهر أن قيمة (ت) الجدولية في جميع المجالات كانت فيها قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، ما عدا في مجال (جودة الحياة الاجتماعية)، حيث وجدت فروق لصالح الإناث (الطالبات) .

وقد يعزى السبب في عدم وجود الفروق في الدرجة الكلية إلى تشابه أنماط الحياة التي يعيشها كلا الجنسين من الطلبة، وهو ما يختلف مع دراسة جمال (Jamal, 2016) التي كانت الفروق فيها لصالح الإناث، ودراسة كريمة (Karima, 2014) التي كانت الفروق في مجال (جودة الحياة الصحية) لصالح الذكور، ويتفق مع دراسة الفرا والنواجحة (Alfarra & Alnawajha, 2013).

وقد ويعزى السبب في وجود الفرق في مجال (جودة الحياة الاجتماعية) لصالح الإناث إلى طبيعة الطالبات اللواتي يسعين إلى المشاركات المجتمعية بهدف تحقيق الذات وإثبات حقيقة مفادها المساواة بين الذكور والإناث.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى جودة الحياة تعزى إلى متغير الكلية (علمية – إنسانية).

جدول (18) نتائج اختبار ت للفرق بين متوسطات درجات استجابة العينة حسب نوع الكلية

المجال	الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
جودة الصحة العامة	إنسانية	167	3.96	0.45	- 1.305	.193
	علمية	130	4.10	0.30		
جودة الحياة النفسية	إنسانية	167	3.95	0.48	-3.083	.002*
	علمية	130	4.29	0.41		
جودة الحياة الأسرية	إنسانية	167	3.94	0.44	-2.200	.029*
	علمية	130	4.16	0.38		
جودة الحياة الاجتماعية	إنسانية	167	4.00	0.56	- 2.303	.022*
	علمية	130	4.29	0.33		
الدرجة الكلية	إنسانية	167	3.97	0.43	- 2.528	.012*
	علمية	130	4.21	0.30		

* دال عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$)

يوضح جدول (18) نتائج اختبار "ت"، التي تظهر أن قيمة (ت) الجدولية في جميع المجالات كانت فيها قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية على الدرجة الكلية، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي لصالح (الكليات العلمية)، ما عدا في مجال (جودة الصحة العامة) فقد كانت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير (نوع الكلية) في هذا المجال. ويعزى السبب في وجود الفروق في الدرجة الكلية لصالح (الكليات العلمية) إلى أن الطلبة في هذه الكليات يكونون أكثر انشغالاً بالحياة الجامعية ومتطلبات الدراسة، الأمر الذي يجعلهم يدركون معنى جودة الحياة أكثر من طلبة (الكليات الإنسانية)، وهو ما يختلف ما جاءت به دراسة الفراء والنواجة (Alfarra & Alnawajha, 2013) و (Ring, et al., 2013)، التي لم تجد فروقاً تعزى لمتغير الكلية.

ويعزى السبب في عدم وجود فروق تعزى لمتغير نوع الكلية في مجال (جودة الحياة الصحية) إلى أن الاهتمام بالصحة العامة أمر يتعلق بمستوى التنقيف الصحي، والخشية من الأمراض والحفاظ على سلامة الجسد.

السؤال الثالث: ما مستوى إدراكات تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية؟

للإجابة عن هذا السؤال الثالث، استخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب، وجدول (19) يوضح ذلك.

جدول (19) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المقياس الثاني

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
1	أشعر بالرضا عن صورتي الجسدية والاجتماعية	4.22	0.86	84.38	1	مرتفعة جدا
2	يصعب عليّ الاستفادة من تجربتي السابقة في حل مشكلاتي	3.70	1.03	73.95	20	مرتفعة
3	أعترف بعيوبي وأخطائي دون خجل	3.75	0.98	75.07	16	مرتفعة
4	أحظى باحترام الناس بالدرجة التي ترضيني	3.87	0.94	77.36	11	مرتفعة
5	أشعر بأنني ذو قيمة إنسانية عند التعامل مع الناس	3.94	0.91	78.71	9	مرتفعة
6	أرغب في أن أكون إنسان آخر	4.18	0.89	83.57	2	مرتفعة
7	لدي الشجاعة الكافية لأعبر عما أريد	3.97	0.87	79.46	7	مرتفعة
8	يهمني انطباعات الآخرين عني	3.66	1.11	73.22	23	مرتفعة
9	أقبل النقد دون أن يؤثر على حالتي المعنوية	3.94	0.94	78.84	8	مرتفعة
10	لدي الكثير من القدرات التي أفتخر بها.	3.72	0.99	74.44	19	مرتفعة
11	يتنبأني شعور بأنني لا أصلح لشيء في هذه الحياة	3.88	1.02	77.68	10	مرتفعة
12	أتمتع بذاكره قوية	3.89	0.94	77.29	12	مرتفعة
13	أكره نفسي كلما تذكرت عيوبي	3.73	0.98	74.59	17	مرتفعة
14	أنفذ التزامي في الوقت المحدد دون مماطلة	3.79	1.00	75.71	14	مرتفعة
15	أوظف بشكل جيد لغة الجسد لتوصيل أفكارني	4.08	0.92	81.65	4	مرتفعة
16	أشعر بالضيق من نفسي وتصرفاتي	4.02	0.95	80.48	6	مرتفعة
17	أعتر لمن أعتقد أنني أخطأت في حقّه	3.64	1.00	72.76	24	مرتفعة
18	ألجأ إلى التحايل والمراوغة لو رأيت	3.68	1.09	73.67	22	مرتفعة

المصلحة سنفوتني					
19	أتقبل الآخرين واحترم وجهات نظرهم	3.69	1.05	73.83	21 مرتفعة
20	أفعل ما أراه مناسباً دون الالتفات لرغبات الآخرين وآرائهم	4.06	0.94	81.30	5 مرتفعة
21	أدافع عن أفكارني بالحجة بعيداً عن التجريح بالآخرين	4.11	0.87	82.10	3 مرتفعة
22	أرى أن أفكارني تقودني إلى النجاح	3.78	0.97	75.59	15 مرتفعة
23	أمارس العمل الطوعي من باب حب الآخرين ومساعدتهم	3.79	0.93	75.80	13 مرتفعة
24	أتسامح في ما لا يتعارض مع الأخلاق	3.73	0.95	74.54	18 مرتفعة
	الدرجة الكلية	3.85	1.09	77.11	مرتفعة

يتضح من جدول (19) أن درجة التقدير الكلية لتقدير الذات لدى أفراد العينة كانت مرتفعة عند وزن نسبي (77.11%)، وقد يرجع السبب في ذلك إلى حالة التكيف والتأقلم للطلبة مع وصفهم الحالي وتلقيهم المساندة المجتمعية باعتبارهم عماد المجتمع وينظر لهم على أنهم قادة المجتمع، الأمر الذي ساعدهم في التغلب على أي شعور قد يشعرونه بالنقص وبالتالي ارتفاع تقدير الذات لديهم، وهذا ما يتفق مع ما جاءت به دراسة علاء الدين (Alaedein, 2010). ويختلف مع دراسة (Deman, 2016)، ودراسة الشيخ خليل (AlSheikh Khalil, 2006)، اللتان كان تقدير الذات فيها منخفضاً ومتوسطاً على التوالي.

الفقرة (1) " أشعر بالرضا عن صورتي الجسدية والاجتماعية." جاءت في المرتبة الأولى بوزن نسبي (84.38%)، تليها الفقرة (6) " أرغب في أن أكون إنسان آخر." في المرتبة الثانية بوزن نسبي (83.57%)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى ارتفاع مستوى الثقة لدى أفراد العينة بما لديهم، وكذلك تمتعهم في ظل عمرهم الزمني والعقلي بمستوى عالٍ من الطموح نحو الأفضل، وهو ما أظهرته دراسة الشيخ خليل (AlSheikh Khalil, 2006) حول تأكيد الذات، ودراسة الناطور (Alnatour, 2008) حول مستوى الطموح، ودراسة إليس (Ellis, 2009) حول العوامل الخارجية المؤثرة في مستوى تقدير الذات. وجاءت الفقرة (17) " أعتذر لمن أعتقد أنني أخطأت في حقه." في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (72.76%)، والفقرة (8) " يهمني انطباعات الآخرين عني." في المرتبة قبل الأخيرة بوزن نسبي (73.22%)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن الشباب في هذه المرحلة يعتبرون أن ما يقومون به هو الأفضل، وذلك من باب الثقة بالنفس أو الاعتزاز بها الأمر الذي يمنعهم من الاهتمام بالانطباعات حولهم أو الاعتراف بالخطأ أو الاعتذار عنه، وهو ما أظهرته دراسة علاء الدين (Alaedein, 2010)، ودراسة إليس (Ellis, 2009).

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات

درجات تقدير أفراد العينة لمستوى الإدراكات لتقدير الذات تعزى إلى متغيري (الجنس، نوع الكلية)؟

وللإجابة عن هذا السؤال الرابع، اختبرت الفرضيات الآتيتان:

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات

تقدير أفراد العينة لمستوى الإدراكات لتقدير الذات تعزى إلى متغير الجنس (طالب- طالبة).

ونظراً لأعتدالية توزيع درجات في كل من مجموعتي المقارنة، علاوة على زيادة عدد أفراد كل مجموعة

عن (30)، استخدمت الباحثة الاختبار المعلمي "t-test" لعينتين مستقلتين لمعرفة ما إذا كان هناك فروق

دالة إحصائية بين كل من متوسطات الأبعاد الأربعة، وكذلك للمقياس ككل تعزى لمتغير الجنس.

جدول (20) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم "ت" وقيم الدلالة متغير الجنس

	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للفقرات	طالب	117	3.1905	0.68224	1.272	.204	غير دالة إحصائياً
	طالبة	180	3.0912	0.72635			

ويتضح من جدول (20) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة

($\alpha \leq 0.05$)، وهذا يعني قبول الفرض الصفري الذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند

مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير أفراد العينة تعزى لعامل الجنس، وهو ما يتفق مع ما جاءت

به دراسة علاء الدين (Alaedin, 2010)، ودراسة الشيخ خليل (AlSheikh Khalil, 2006)،

ودراسة الناطور (Alnatour, 2008)، ودراسة إليس (Ellis, 2009)، ودراسة ديمان (Deman, 2016)،

وقد يعزى السبب في ذلك إلى مستوى الانفتاح في المجتمع الأردني الذي ولد مساندة مجتمعية

متشابهة لكل من الطالب والطالبة، وكذلك تشابه الظروف الخارجية المؤثرة في تقدير الذات.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات

درجات تقدير أفراد العينة لمستوى الإدراكات لتقدير الذات تعزى إلى متغير نوع الكلية (علمية – إنسانية).

ولاختبار صحة الفرضية الرابعة استخدم t-test لحساب دلالة الفروق على فقرات المقياس.

الكلية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	علمية	130	3.0254	0.72708	3.3830	.000
الكلية للفقرات	إنسانية	167	3.3132	0.64247		

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لجودة الحياة، ودرجة تقديرهم لإدراكات تقدير الذات ؟

وللإجابة عن السؤال الخامس، حسب معامل الارتباط بين درجة تقدير عينة من طلبة الجامعات الأردنية لجودة الحياة، ودرجة تقديرهم لإدراكات تقدير الذات، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (22).

جودة الحياة		تقدير الذات
جودة الصحة العامة	معامل الارتباط	.622
	القيمة الاحتمالية	.000
جودة الحياة النفسية	معامل الارتباط	.785
	القيمة الاحتمالية	.000
جودة الحياة الأسرية	معامل الارتباط	.807
	القيمة الاحتمالية	.000
جودة الحياة الاجتماعية	معامل الارتباط	.712
	القيمة الاحتمالية	.000
الدرجة الكلية	معامل الارتباط	.771
	القيمة الاحتمالية	.000

يبين جدول (22) أن معامل الارتباط الكلي يساوي (0.771)، وأن القيمة الاحتمالية تساوي (0.000)، وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على وجود علاقة موجبة قوية ذات دلالة إحصائية بين درجة تقدير أفراد العينة لجودة الحياة، ودرجة تقديرهم لإدراكات تقدير الذات. وهو ما يتفق من حيث الأثر والعلاقة الإيجابية مع دراسة الشيخ خليل (AlSheikh Khalil, 2006)، ودراسة الناطور (Alnatour, 2008)، ودراسة ديمان (Deman, 2016).

وكان أعلى معامل ارتباط بين مجال (جودة الحياة الأسرية)، وتقدير الذات، إذ بلغ (0.807)، وهو ما يشير بوضوح إلى مدى الأثر الذي قد يحدثه الدعم الأسري من الأهل في ارتفاع مستوى تقدير الذات، أما أقل معامل ارتباط فكان بين مجال (جودة الصحة العامة) وتقدير الذات، إذ بلغ (0.622)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن جودة الصحة العامة ترتبط بتوكيد الذات أكثر من تقديرها.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة، توصي الباحثتان بما يلي:

- 1- ضرورة الكشف المبكر عن الطلبة ذوي تقدير الذات المنخفض، وتقديم البرامج الإرشادية التي يمكن أن تعزز السمات الإيجابية لديهم.
- 2- تشجيع الطلبة على المشاركة في المناسبات الاجتماعية والوطنية داخل الجامعة وخارجها لما له من تأثير على فهمهم لجودة الحياة وتقديرهم لذاتهم .
- 3- ضرورة مشاركة المجتمع المدني الجامعات في اقتراح مشاريع تكسب الطلبة ثقافات مهمة مثل (ثقافة الاعتذار، قبول الآخر، كظم الغيظ،...).
- 4- تشجيع الطلبة من خلال المسابقات الجامعية على تبادل الخبرات اللازمة مع أقرانهم والعمل الطوعي المشترك والخدمة الاجتماعية لما لذلك من أثر على رفع مستوى تقدير الذات وخفض معدلات القلق والتوتر.
- 5- تنظيم دوري للجلسات الحوارية المشتركة من خلال مجالس الطلبة بالتعاون مع إدارة الجامعة تهدف إلى التعرف على مظاهر ومسببات عدم الشعور بجودة الحياة أو خفض تقدير الذات.
- 6- تفعيل دور الإعلام التربوي الجامعي في طرح قضايا وآليات تدعم الشباب حول مفهوم الحياة وجودتها، وتقدير الذات وتوكيدها .

علاء الدين، جهاد (2010). تنبؤ مستويات تقدير الذات ومصادر الدعم الاجتماعي بالعنوان لدى طلبة

الجامعيين. *مجلة دراسات للعلوم التربوية*، 5(1)، 50-74.

عويضة، أيمن (2019). الحنو على الذات وتقدير الذات كمنبئات بجودة الحياة النفسية لدى طلاب كلية

التربية. *مجلة كلية التربية*، 64 (4)، 278-316.

الفراء، إسماعيل والنواجحة، زهير (2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي

لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة. *مجلة جامعة الأزهر للعلوم الإنسانية*، 14 (2)، 57-90.

القاضي، نوال (2012). *الصحة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات*

ال فلسطينية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

كريمة، بحرة (2014). *جودة حياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي*. (رسالة ماجستير غير منشورة)،

كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.

المضحى، عبد المجيد (2017). *جودة الحياة وعلاقتها بالأمل ومفهوم الذات لدى الأحداث الجانحين وغير*

الجانحين بمدينة الرياض. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الإمام محمد بن سعود

الإسلامية، السعودية.

ملا، أمل (2008). *تقدير الذات. مجلة تواصل*، 3 (1)، 75-81.

منسي، محمود وكاظم، علي (2010). *تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة*

عمان. مجلة اماراباك، 1 (1)، 41-60.

الناطور، رشا (2008). *مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي*. (رسالة

ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.

نعيسة، رغداء (2012). *جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية في جامعتي دمشق وتشرين*. *مجلة جامعة*

دمشق، 28 (1)، 145-181.

نورس، نجوش (2016). *جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور*. (رسالة

ماجستير غير منشورة)، جامعة زيان عاشور الجلفة، الجزائر.

References

Abu Hoichel, R. (2010). The relation between the psychopathic personality and loneliness and self-esteem of prisoners in Gaza Central Prison.

Unpublished Master Thesis, Islamic University, Palestine.

Abu Shamala, R. (2016). Quality of life and its relationship to self-esteem and life skills among the wives of the martyrs in the Gaza strip. Unpublished

Master Thesis, Islamic University, Palestine.

- AlSwaiki, R. (2013). Psychological security and its relationship to independence and quality of life for the visually impaired in Gaza governorate. Unpublished Master Thesis, Islamic University, Palestine.
- Babak, M. (2008). Perceived Stress, self-efficacy and its relation to psychological, well-Being status in Iranian Male high school students. *Journal of social and Behavior personality*, **36** (2), 257-266.
- Deman, A. (2016). The relationship between level of self- esteem and suicidal ideation with stability of self-esteem as moderator. *Journal of Behavioral science*, **34** (4), 235-249.
- Ellis, S. (2009). Adolescents" perceptions of self-esteem. *International Journal of Adolescence and youth*, **17**(1), 349-358.
- El-Sayed, W. (2019). Quality of university life as a mediator between psychological alienation and self-esteem among students of king Saud university. *International Journal of Educational Psychological Studies*, **5** (2), 144-160.
- El-Sayed, W. (2018). Study of Psychological Stress and its Relation to Quality of life Among Faculty Members at King Saud University. *International Journal of Educational Psychological Studies*, **3** (1), 25- 48.
- Jamal, N. (2016). Quality of life and its relationship with counseling needs among students in secondary school in Sweida. Unpublished Master Thesis, Damascus University, Syria.
- Jones, F. (2003). **Low self-esteem**. Chicago Defender.
- Karima, B. (2014). *Quality of life of the student and its relationship to academic achievement*. Unpublished Master Thesis, Faculty of Social Sciences, University of Oran, Algeria.
- Mansy, M. & Kazem, A. (2010). Development and validation of a quality of life scale for university students at Sultanate of Oman. *Amarabak Journal*, **1** (1), 41-60.
- Mulla, A. (2008). Self-esteem. *Journal of Tawasul*, **3** (1), 75-81.
- Na'isa, R. (2012). Quality of life among the students of the universities of Damascus and Tishreen. *Damascus University Journal*, **28** (1), 145-181.

