

نوعية الحياة وعلاقتها بمهارات ادارة الصدّات لدى طلاب الجامعة

The Quality of Life and its Relationship to the Trauma
Management Skills of University Students

دكتورة أمل الشبراوي حسن محمد

أستاذ مساعد بقسم العمل مع الأفراد

كلية الخدمة الإجتماعية التنموية جامعة بني سويف

المخلص

يتحدد الهدف الرئيسي للدراسة في: " تحديد العلاقة بين نوعية الحياة ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة " وتعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية واعتمدت الدراسة على استخدام منهج المسح الاجتماعي بالعينة للطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م. وتم الاستعانة بمجموعات الدراسة الرسمية " Study WhatsApp Groups " وذلك لتحقيق التغطية التوزيعية الكاملة في عملية جمع البيانات وعددهم (1223) مفردة. تمثلت نوع العينة في العينة العشوائية الطبقية، وبتطبيق قانون الحجم الأمثل للعينة بلغ حجم العينة للطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م (363) مفردة. وحرصاً من الباحثة على إمكانية تعميم النتائج على مجتمع البحث، وتحقيقاً لعملية التغطية التوزيعية الكاملة والشاملة تم استخدام Google Drive Models في عملية جمع البيانات. وعلى ذلك بلغ حجم العينة (1223) مفردة وقامت الباحثة باعداد أدوات الدراسة لجمع البيانات وهي صحيفة البيانات الأولية لطلاب الجامعة، - مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة - مقياس مهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة وتشير نتيجة اختبار(ت) إلى أن تأثير أربعة متغيرات مستقلة وهي " بعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية " على المتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " يعتبر تأثيراً معنوياً وذا دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01). بينما كان تأثير المتغير المستقل الآخر " بعد نوعية الحياة الصحية " غير معنوي وغير دال إحصائياً. مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيس للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " .

الكلمات المفتاحية: نوعية الحياة - الصدمات - مهارات ادارة الصدمات- الشباب الجامعي

Abstract

The main objective of the study is: "Determining the relationship between quality of life and trauma management skills among university students." This study is considered a descriptive study and relied on using the social survey method with a sample of students from the Faculty of Developmental Social Work at Beni Suf University for the academic year 2023/2024. Official "Study

WhatsApp Groups" were utilized to achieve full distributional coverage in the data collection process, totaling 1,223 participants. The sample type was a stratified random sample. By applying the optimal sample size law, the sample size for students at the Faculty of Developmental Social Work, Beni Suf University, for the academic year 2023/2024 reached 363 participants. To ensure the possibility of generalizing the results to the research community and to achieve a comprehensive distributional coverage process, Google Drive Models were used in the data collection process. Consequently, the sample size reached 1,223 participants. The researcher prepared the study tools for data collection, which are: Primary data sheet for university students -Quality of life scale for university students -Trauma management skills scale for university students The t-test results indicate that the effect of four independent variables, namely "social quality of life dimension, emotional quality of life dimension, educational quality of life dimension, and recreational quality of life dimension" on the dependent variable "trauma management skills among university students" is considered significant and statistically significant at a significance level of (0.01). Meanwhile, the effect of the other independent variable "health quality of life dimension" was not significant and not statistically significant; this leads us to accept the main hypothesis of the study, which states: "There is a statistically significant positive correlation between quality of life and trauma management skills among university students."

Keywords: Quality of life- Traumas- Trauma management skills - University youth

أولاً: مدخل لمشكلة الدراسة

الصددمات تنتج نتيجة التعرض الى ضغوط تهدد شعور الانسان بالأمان وتختلف استجابة كل شخص الى الأحداث الصادمة وفقاً لمهارات الشخص وقدرته على ادارة التعامل معها كما تختلف أيضاً باختلاف المرحلة العمرية. وتشير الدراسات ان الصدمة هي المسؤولة عن 9% من الوفيات في العالم وهي السبب الرئيسي للوفاة بين الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 45 عاماً في المملكة المتحدة (Kumar., Large& Konda. et al.2014, p66).

ولقد أوضحت دراسة استهدفت قياس الحزن الناتج عن الصدمات كعامل خطر للاصابة بالامراض العقلية والجسدية ركزت الدراسة على صدمة وفاة الزوج تم تطبيق القياس بعد ستة أشهر من وفاة الزوج ولقد تنبأت الدراسة بتأثيرات سلبية مثل الاصابة بالسرطان ومشاكل القلب وارتفاع ضغط الدم والأفكار الانتحارية والتغيرات فى عادات الاكل وحالات من الخلل الوظيفي (Prigerson,, Bierhals],., Kasl],., Reynolds],.,

(Shear., Day., Beery., Newsom., & Jacobs, 1997).

ومن العوامل التي تزيد من تأثير الصدمات النفسية على الفرد: طبيعة الصدمة نوعها وحدتها ومدتها الزمنية واستمراريتها وجود الدعم النفسي والمعنوي (العائلة وتوفر العلاج النفسي)، والنمو والاستعداد النفسي للفرد وطريقة تعامله وتفصيلها وآثارها (كممارسة التنفس العميق أو الكتابة الحرة للتقليل من حدة الأعراض، والمرحلة العمرية التي حدثت فيها الصدمة (فتأثير طلاق الوالدين مثلا في مرحلة الطفولة أشد من تأثيره في مرحلة الشباب (الدوسرى واخرون ،2022 ،ص14).

ويعتبر الشباب الجامعى من الفئات التي تواجه العديد من الضغوط والصدمات خاصة فى مرحلة الدراسة الجامعية وهى مرحلة حرجة ومن أصعب المراحل العمرية لكونها مرحلة التطلعات والطموحات خاصة لو كانت غير متناسبة مع قدرات الطالب الجامعى ، وهذا يتفق مع ما توصلت اليه دراسة النحاس (2024) حول وجود علاقة بين الضغوط الحياتية وقلق المستقبل المهني بأبعاده المختلفة على الشباب الجامعى من حيث التفكير السلبي فى المستقبل والتفكير فى الدراسة وافاق التخصص وامكانية الحصول على مهنة وتحقيق الاستقرار الاسرى والاجتماعى .

ولقد استهدفت دراسة "على" (2001) الكشف عن العلاقة بين الصدمات النفسية والسلوك التوافقي لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين، وكذلك محاولة الكشف عن أوجه الاختلاف فى ديناميات الشخصية بين الحاصلين على درجات منخفضة على مقياس الصدمات النفسية. وتوصلت الى وجود علاقة بين الصدمات والسلوك الغير توافقي .

واستهدفت دراسة " كوهين وعلى و رزنيك" (Ali & Cohen, &)

(1995) "Reznick,," اكساب طلاب كلية الطب لمهارات ادارة الصدمات ولقد طبق عليهم برنامج لتنمية مهارات ادارة الصدمات و اشار البرنامج الى فعالية فى القياس البعدى وأوصت الدراسة بتدريس برنامج لادارة الصدمات بالجامعة.

ومن أكثر الفئات تائرا بالصدمات الطلاب لذلك اهتمت دراسة هارغريفز (2024) " Hargreaves بتقييم دور الاخصائيين الاجتماعيين ومقدمى الرعاية بالجامعة فى التعامل مع الصدمات التى يمر بها الطلاب و يتفاعل الطلاب مع أقرانهم ومقدمى الخدمات والمدرسين والأسرة والمجتمع أيضاً ، وكلها تؤثر على تجربتهم مع الصدمة. الا ان المهاره فى ادارة الصدمات قد تتاثر بالعديد من المتغيرات ، ويعتبر متغير نوعية الحياه من المتغيرات التى قد تؤثر فى سلوكيات ومهارات الأفراد ولهذا فقد اهتمت الكتابات النظرية والدراسات المختلفة بدراسة هذا المتغير .

كما يعتبر مفهوم نوعية الحياة من المفاهيم الحديثة فى تنظير العلوم الإنسانية. إرتباطا بذلك تعد نوعية الحياة بناء يتشكل من مجموعة من المتغيرات الأساسية، التي يتجه فى إطارها كل متغير باتجاه إشباع حاجة أو مجموعة من الحاجات الأساسية للبشر بمستوى إنسانى ملائم يجعل هؤلاء البشر أكثر إرتباطا بمجتمعهم وإنتمائهم له فإذا عجزت نوعية الحياة أن تشبع الحاجات الأساسية للغالبية فإن ذلك من شأنه أن يقود إلى حالة من عدم الإستقرار الإجتماعي (ليلة ، 2012 ، ص260).

وأصبح من الأمور الهامة فهم نوعية الحياة لدى طلاب الجامعات بصفة عامة ، وذلك حتى تتمكن الجامعات من تخطيط برامجها الاجتماعية والتعليمية بشكل أفضل وتوجيه إنفاقها بشكل جيد نحو تفعيل الأنشطة والخدمات التي تعود بالنفع على الطلاب وتشبع حاجاتهم ورغباتهم. ومع تأكيد معظم الدراسات والبحوث التي أجريت على نوعية الحياة على أن تمتع الإنسان بمستوى مرتفع من نوعية الحياة يجعله يساهم فى تحسن أدائه لوظائفه المختلفة فى الحياة، فإن طلاب الجامعات يمثلون فئة كبيرة من الشباب الذين هم مكون أساسى من مكونات أي مجتمع، ومن الأهمية بمكان توجيه البرامج والخدمات الاجتماعية لهم بشكل أفضل لتعزيز نوعية الحياة لديهم، وزيادة معدل أدائهم الدراسي (أبوهرجة، 2018، ص213).

لذلك فقد اهتمت بعض الدراسات بدراسة نوعية الحياة وعلاقتها ببعض السلوكيات لدى الشباب ومنها دراسة قام بها طلاب جامعه قناة السويس (2022) Students in Suez Canal University حول عاده التدخين وعلاقتها بنوعية الحياة أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عالية بين طرق التدخين والاعتماد على النيكوتين ونوعية الحياة المتعلقة بالصحة بين المبحوثين طلاب. وأوصت

الدراسة بتطوير برامج تربية لتوعية الذكور والأسرة حول مشكلة التدخين في الجامعات. ولقد اهتمت ايضا دراسة زومايا وملاك (2019) Zumaya& Motlak بدراسة دور المؤثرات البيئية في تحسين نوعية الحياة الحضرية وتوصلت الدراسة ان نوعية الحياة تتأثر بمتغيرات وخصائص المكان أو المعيشة البيئية والموقع والبيئة الطبيعية، ناهيك عن تأثير بعض العوامل الثقافية والتي تتعلق بمنظومة قيم الشعوب حيث تختلف الثقافات في إدراكها وتقييمها. في حين هدفت دراسة بن غذفة (2021) إلى قياس مستوى نوعية الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة الجزائرية، ومعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات: الجنس، الإقامة في الحي الجامعي والمستوى الدراسي. توصلت الدراسة إلى مستوى نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين عينة الدراسة مرتفع، مستوى نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين غير متباين على محاور المقياس الثلاث، حيث أن جميعها مرتفعة، لا توجد فروق بين الطلبة والطالبات في متوسطي رتب درجات مستوى نوعية الحياة، لا توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الطلبة المقيمين وغير المقيمين في الأحياء الجامعية في مستوى نوعية الحياة، لا توجد فروق بين متوسطات رتب درجات الطلبة الجامعيين حسب المستوى الدراسي في مستوى نوعية الحياة. كما استهدفت دراسة "محمد ، رضوان ، شويخ ، خبيت" (2020) الكشف عن الفروق بين المراهقين والمراهقات في نوعية الحياة، والمعتقدات المختلفة حول النوم، وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق في نوعية الحياة، كما كشفت عن وجود فروق في المعتقدات المختلفة حول النوم في اتجاه الذكور. كما استهدفت دراسة "سعد" (2017) الى الكشف عن فاعلية استخدام نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتحسين نوعية الحياة للأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم. وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.05 بين استخدام نموذج الحياة كأحد نماذج الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية وتحسين نوعية البيئة الأسرية والمدرسية والاجتماعية ومستوى تقبل الذات لدى الأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم. وتوصلت دراسة فارني وكورتين،. (2001) "Varni, & Kurtin," التي استهدفت قياس نوعية الحياة للأطفال والمراهقين وخرجت الدراسة بمقياس لنوعية الحياة وصلاحيته استخداماً في الدراسات الاكاديمية. في حين استهدفت ودراسة "تران و لين، و وهوانغ (2024) Tran., Lin., & Huang, قياس درجات الاتفاق المختلفة بين

التقرير الذاتي للطفل وتقرير الأسرة الخاص بنوعية الحياة للأطفال المصابين بالأورام الخبيثة الدموية الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و 18 عاما والذين يخضعون للعلاج ووجد اتفاق بين تقرير الطفل وتقرير الأسرة فيما يخص تقييمهم لنوعية الحياة. كما درست العلاقة بين نوعية الحياة والإيثارية لدى طلاب الجامعة للتعرف على الفروق بين الجنسين كما في دراسة حسن (2024) ومن النتائج التي توصلت لها الدراسة ان الإناث أكثر تمسكا بالسلوك الإيثاري من الذكور، على حين لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة، على كل مقياس نوعية الحياة. بينما اهتمت دراسة "أبو الهيثم" (2021) بالتعرف على العوامل المؤثرة في نوعية الحياة للشباب الريفي الجامعي وتوصلت الدراسة الى أن أكثر المتغيرات إسهاماً في تفسير التباين الحادث في نوعية الحياة للشباب المبحوثين مرتبة حسب أهميتها هي: أساليب المعاملة الوالدية للوالدين، والطموح، والمهارات الحياتية للوالدين، والالتزام الديني للوالدين، وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بإجراء دراسات عديدة عن نوعية الحياة للشباب الريفي الجامعي على وجه الخصوص والتعرف على المتغيرات المؤثرة في نوعية الحياة.

ومن العرض السابق الذي يوضح ان الدراسات السابقة اهتمت بدراسة نوعية الحياة واوصت باستمرار دراسة هذا المتغير وعلاقتها بمتغيرات اخرى كما اشارت الدراسات الى ضرورة الاهتمام البحثي بفئة الشباب خاصة فيما يتعرضون لة من صدمات تتضح القضية الرئيسية للدراسة الحالية في التعرف على العلاقة بين نوعية الحياة للشباب الجامعي ومهارات ادارة الصدمات لديهم .

ثانيا : أهمية الدراسة

تتضح أهمية الدراسة وأسباب اختيار موضوعها فيما يلي :

- الاهتمام بنوعية الحياة يحقق الأهداف المجتمعية الآتية (السروجي، 2010،

ص161):

1-تساهم نوعية الحياة في تقدير التنمية ولا يعتمد ذلك التقدير على التنمية الاقتصادية فقط ولكن أيضا الاجتماعية والبشرية ، فمن خلال التعرف على القياسات الاقتصادية يمكن تحديد متطلبات قياس التقدم ونوعية حياة الأفراد.

2- تحديد التنمية كحركة بيئية للتنمية البيئية المستدامة وتواصل واستدامة تحسين نوعية الحياة

3- أهمية نوعية الحياة في التنمية البشرية، وتحديد ما حققته وتستهدفه التنمية من إشباعات للحاجات الإنسانية والتخطيط والأولويات، وأكثر أهمية في المجتمعات من حيث السلامة الصحية للإنسان في المجتمع.

• تحسين نوعية الحياة يتطلب تكامل المجالات الاجتماعية والاقتصادية والمادية والبيئية من أجل الحفاظ على بيئة صحية وصالحة للعيش. (Zumaya & Motlak, 2019,) (p2)

• إجمالي عدد الطلاب المقيدون بالتعليم العالي حوالي 3 ثلاثة ملايين طالب (31.3% ذكور، 48.7% إناث) (<https://www.capmas.gov.eg/>) تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الفئة حيث ان الشباب هم عماد المجتمع ودراسة نوعية الحياة لهم وتأثيرها بالمتغيرات من الموضوعات الهامة للدراسات العلمية .

• لا توجد دراسة ركزة على دراسة العلاقة بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات في حدود البحث الذي قامت به الباحثة لذلك قد نفي تلك الدراسة التخصص الدقيق لطريقة العمل مع الافراد في توعية الاخصائيين الاجتماعيين في عملهم مع فئة من الفئات التي يهتم بها المجتمع فئة الشباب المنوطة بالانتاج وبناء المجتمعات .

ثالثا: أهداف الدراسة

يتحدد الهدف الرئيس للدراسة في: " تحديد العلاقة بين نوعية الحياة ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة "

وينبثق من هذا الهدف الرئيس الأهداف الفرعية التالية:

1. تحديد العلاقة بين نوعية الحياة الصحية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
2. تحديد العلاقة بين نوعية الحياة الاجتماعية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
3. تحديد العلاقة بين نوعية الحياة الانفعالية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
4. تحديد العلاقة بين نوعية الحياة التعليمية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
5. تحديد العلاقة بين نوعية الحياة الترفيهية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.

رابعاً : فروض الدراسة :

يتحدد الفرض الرئيس للدراسة في:

" توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة "

وبنيتق من هذا الفرض الرئيس الفروض الفرعية التالية:

1. توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الصحية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
2. توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الاجتماعية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
3. توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الانفعالية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
4. توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة التعليمية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.
5. توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الترفيهية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة.

خامساً : مفاهيم الدراسة

مفهوم الصدمة :

الصدمة تترجم في الانجليزية Trauma وتطلق تروما، بمعنى (صدمة هي كلمة يونانية تعني الجرح؛ حيث استخدمها اليونانيون للإشارة إلى الإصابات الجسدية فقط، ولكن علم النفس الحديث وسع من فهمنا واستخدامنا لهذه الكلمة ليشمل أيضاً الجرح النفسي والعاطفي، والمباشر وغير المباشر لتصورنا للصدمة (الدوسرى واخرون، 2022، ص6).

مفهوم مهارات ادارة الصدمة : هي قدرة على التأقلم بشكل جيد مع الشدائد وهو العملية الديناميكية التي يظهر فيها الفرد مهارات التكيف على الرغم من التعرض لمشاكل كبيرة الشدائد إنها قوة داخل الفرد تعززها الصحة النفسية والإيجابية لتنمية القدرة على مواجهة الشدائد والصدمات والتهديدات ،أو الضغوط

(Abd El-Menem, Abd El-Ghafara ,. Abd El-Nabic, 2019 .p1).

ويعرف مفهوم ادارة الصدمات اجرائيا وفقا لتلك الدراسة بالقدرات التي يتمتع بها الشباب على استخدام مهارات للتغلب على الصدمة ومواجهة الضغوط الناتجة عنها وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس مهارات ادارة الصدمات والذي يتضمن المهارات الآتية :

- مهارة المواجهة وهي الجهود السلوكية والمعرفية التي يتخذها الفرد في ادارة مطالب الحياة الداخلية والخارجية التي تعترض الفرد وتقاس اجرائيا من خلال عبارات المقياس من (1-8)
- مهاره حل المشكلة وهي تعرف بكونها المهارة التي تجعل الفرد قادر على فهم أبعاد المشكلة بشكل موضوعي بحيث يتمكن من فهم جوانبها وأسبابها الحقيقية، بحيث يتجنب تكرارها مرة أخرى وتقاس اجرائيا من خلال عبارات المقياس من (8-16)
- مهاره طلب المساندة هي استعانة الفرد بالآخرين وقدرته على التبادل والتفاعل الايجابي معهم خاصة في اوقات الصدمات مثل الاسرة والاصدقاء ومؤسسات المجتمع وتقاس اجرائيا من خلال عبارات المقياس من (17-24)
- مهارة التجنب استجابة مؤقتة للفرد لخلق مساحة اوسع للراحة وفتح مجالات لحل المواقف الضاغطة وتقاس اجرائيا من خلال عبارات المقياس من (25-33)

مفهوم نوعية الحياة (QOL) Quality Of Life

ويتناول علماء النفس المفهوم باعتباره انعكاساً لتقييم الفرد الذاتي لمختلف جوانب حياته، في ضوء عدد من المتغيرات النفسية؛ الشخصية والاجتماعية. وقد تعددت وتنوعت النظريات والمتغيرات التي اعتمد عليها علماء النفس في فهم وتفسير وتقييم الفرد الذاتي لحياته، ففي حين ركز البعض على درجة إشباع الحاجات كمحدد ذاتي للمفهوم ، فإن البعض الآخر قد ركز على جوانب الشخصية الإيجابية التي تسهم في تكوين رؤية إيجابية وإدراك إيجابي لمختلف خبرات الشخص في الحياة وركز فريق ثالث على متغيرات أخرى مثل القيم ومستوى الطموح وغيرها ولعل تنوع توجهات دراسة المفهوم على هذا النحو شكلت السبب الرئيس لبقاء تحديد ماهية مفهوم نوعية الحياة نقطة خلاف بين الباحثين وقد أثارَت هذه التوجهات عدداً من القضايا جاء في مقدمتها غموض تعريف المفهوم وصعوبة قياسه. وهو ما أقر به معظم الباحثين، ولهذا فضل بعضهم تحديد عدد من المؤشرات الدالة عليه بدلاً من وضع تعريف له (ابراهيم . 2009 . ص654). وهناك

من ينظر إلى نوعية الحياة على إنها " شكل من أشكال التشخيص الشامل ، الكل المركب الذي يتألف من مجموعة من الجوانب المختلفة التي ترتبط ارتباطا بالإنسان كالصحة ودرجة الألم والرضا عن الحياة ، وما يقوم به الفرد من دور اجتماعي ، وكذلك العلاقات المتبادلة والأنشطة المهنية اليومية التي يمارسه الفرد " بينما يرى أحر أن نوعية الحياة مفهوم يشير على الرفاهية المادية والعاطفية والاجتماعية للناس، وقدرتهم على التأقلم مع مهام الحياة العادية كما يحدد أحر نوعية الحياة في " ذلك البناء الكلي الشامل الذي يتكون من مجموعة من المتغيرات المتنوعة ، التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة (سعد، 2017، ص76) .

وتعرف نوعية الحياة اجرائيا وفقا لتلك الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس نوعية الحياة .

سادسا : اطار نظري موجة حول نوعية الحياة :

تعرف منظمة الصحة العالمية نوعية الحياة بأنها وعي الافراد بحياتهم من منظور الثقافة والقيم والانظمة التي عاشو فيها وفيما يتعلق بأهدافهم،و التوقعات والمعايير والمخاوف. إنها تتكون من الصحة البدنية، الصحة النفسية، العلاقات الاجتماعية، والمجالات البيئية (WHOQoL Group, 1993). تأثرت نوعية حياة مقدم الرعاية سلبيًا نتيجة للضائقة العاطفية والجسدية والاقتصادية للعديد من الاحتياجات التي لم يتم تلبيتها مثل ضيق وقت الفراغ وتعويض أداء المريض في الأسرة. علاوة على ذلك، قد تتأثر أيضًا نوعية الحياة عبء الرعاية، غياب الدعم الاجتماعي، مسار الاضطرابات والمشاكل بين أفراد الأسرة

(Abd El-Menem, Abd El-Ghafara ,. Abd El-Nabic , El-Din Fathallab .,2019. p179)

ونوعية الحياة الشخصية تتصل بمجموعة من المتغيرات المترابطة ، شاملة البناء الذاتي المرتبط مثل التحكم الذاتي، الكفاية الذاتية، الروح المعنوية واحترام الذات والتحكم الملحوظ في كافة نواحي الحياة وهذه التوقعات تتأثر بآليات المعرفة (مثل توقعات الحياة ، القيم الاجتماعية، المعتقدات الطموح ومعايير المقارنة الاجتماعية) (آن بولنج، 2008، ص39) .

ويشير السروجي (2010) أن مفهوم نوعية الحياة مفهوم خاص بحالة الوجود البشرى وهي حالات أكثر منها عمليات اجتماعية ويرتبط بصورة وثيقة بمفاهيم أخرى تعددت فيها البحوث والمعارف وهي الرفاه Welfare ، التنمية التنعم well-being ، التقدم التحديث التجديد إشباع الحاجات Satisfaction of Needs ،التوفير،الفقر، وتمثل بذلك العديد من الأوجه التي تعكس تضافر العديد من التخصصات والكم الهائل من البحوث والمعارف . (السروجي، 2010، ص162)

ولقد حددت منظمة الصحة العالمية في احدى دراساتها مجالات نوعية الحياة في الجدول الآتى .(Harper., Power & WHOQOL Group, X. 1998 pp 551-558):

الجوانب المحدده	مجالات نوعية الحياة
الألم وعدم الراحة النوم والراحة الطاقة والتعب التنقل أنشطة الحياة اليومية الاعتماد على المواد الطبية والمساعدات الطبية القدرة على العمل	1- الصحة البدنية Physical health
التفكير والتعلم والذاكرة والتركيز احترام الذات والصورة الجسدية والمظهر مشاعر سلبية الروحانية{الدين}{المعتقدات الشخصية	2- المشاعر النفسية الايجابية Psychological Positive feelings
الدعم الاجتماعي و النشاط الجنسي والعلاقات الشخصية	3- العلاقات الاجتماعية Social relationships
الحرية والسلامة الجسدية والأمن البيئة المنزلية الموارد المالية الرعاية الصحية والاجتماعية: إمكانية الوصول للخدمات والجودة فرص للحصول على كل جديد فى المعلومات والمهارات المشاركة في والفرص المتاحة للترفيه{النشاط الترفيهي البيئة المادية (التلوث){الضوضاء} حركة المرور- المناخ - النقل).	4- البيئة Environment

النظريات المفسرة لنوعية الحياة

• نظرية الحاجات النفسية لماسلو

وتعرف الحاجة في مجال علم النفس بأنها افتقاد لشيء تكون به استقامة الحياة عضوياً أو نفسياً، ومن ثم كان تمايز الحاجات ، فبعضها عضوي، أو بيولوجي، أو فسيولوجي، وبعضها مادي، وجميعها يلزم حياة الإنسان ليستمر في البقاء، وتسمى ذلك حاجات أولية Need primary أو أساسية Need Basic والبعض الآخر نفسي psychological Need يلزم الإنسان ليعيش حياة أفضل، والحياة الأفضل تحتاج لقيم الحق والجمال والخير والعدل ، وهي قيم عليا، والحاجة إليها لا بد أن تعلق على كل الحاجات لكل إنسان حاجات أو احتياجات Needs عديدة ومتنوعة ، ومعظم حياة الإنسان هي قصة البحث عن وسائل إشباع لهذه الحاجات ، فالحاجة هي رغبة أو مطلب أساسي لدى الفرد يريد أن يحققه لكي يحافظ على بقاءه وتفاعله مع المجتمع وقيامه بأدواره الاجتماعية. (مبروك ، 2011، ص63)

وفقا لنظرية أبراهام ماسلو التي افترضت هرمًا للحاجات الإنسانية القاعدة ممثلة في الحاجات الفسيولوجية (الطعام، الماء، النوم الحاجة الى الأمان (السلامة الجسدية والمالية الحاجة الى الانتماء والحب (العلاقات،الصدقة التقدير (الاحترام، الإنجاز حاجات القمة: تحقيق الذات الإبداع، النمو الشخصي وفقاً لماسلو، كلما ارتقى الفرد في هذا الهرم، تحسنت نوعية حياته .

• نظريات التكيف

تعرضت دراسة النفية (2015) إلى نظرية التكيف وأشارت ان التكيف هو عملية سلوكية معقدة تعكس العلاقة المرضية للإنسان مع المحيط العام للفرد وهدفها توفير التوازن أو التوافق بين الفرد والتغيرات التي تطرأ على المحيط، حيث يشمل المحيط العام، المحيط الخارجي الذي يحيط بالشخصية ويضم البيئة الاجتماعية والظروف الطبيعية، والمحيط الداخلي للفرد نفسه، والذي ينطوي على الدوافع المختلفة والحاجات والخبرات والقيم، وهي جميعها تؤلف ما يسمى بالمحيط النفسي الداخلي. إذن فالتكيف الاجتماعي يتلخص في تلك العملية التي يقوم الفرد بموجبها بتعديل سلوكه لتحقيق التوازن بينه وبين بيئته بحيث يحقق الشعور بالأمان والمشاركة الإيجابية في التغيير لما هو أفضل فيدفعه ذلك إلى العمل ويجفزه النجاح على الاستمرار في تكوين علاقات ناجحة مع المحيطين به بالتالي الوصول إلي اعلي درجات التكيف المتاحة.

• نظرية المقارنة الاجتماعية

ويعرف توجه المقارنة الاجتماعية بأنه "الميل إلى مقارنة إنجازات الفرد ومواقفه وتجاربه مع إنجازات ومواقف وتجارب الآخرين، وتوجد عادة ثلاث سمات بين الأشخاص من ذوي توجه المقارنة الاجتماعية القوية تتلخص في: أولاً : لديهم تنشيط مزمن كبير للذات؛ وبالتالي هم لديهم وعي عام وخاص بالذات - publicly and privately self) conscious ثانياً : يتمتع ذوو توجه المقارنة الاجتماعية القوية بأنهم يظهرون اهتماماً، وتعاطفاً، وحساسية لاحتياجات الآخرين ومشاعرهم، وأخيراً : يرتبط توجه المقارنة الاجتماعية بالإنفعالية السلبية (negative affectivity) وعدم اليقين بالذات uncertainty of the self ؛ وبالتالي فإن الأشخاص من ذوي توجه المقارنة الاجتماعية القوية كثيراً ما يظهرون انخفاضاً في تقدير الذات (Self-esteem) وارتفاع العصبية . (أبو الحسن ، 2020 ، ص118)

نظرية المقارنة الاجتماعية تفترض ان الناس دائما تحرص على مقارنة أنفسهم بالآخرين المقارنات "للأعلى" (مع من هم أفضل حالاً) قد تؤدي إلى عدم الرضا المقارنات "للأسفل" (مع من هم أسوأ حالاً) قد تعزز الرضا عن الذات وتحسن نوعية الحياة لمن يقارنوا انفسهم بمن هم أقل منهم .

• نظرية الرفاه النفسي

الرفاه النفسي يقصد به مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن الحياة". ويعرف أيضا بأنه الشعور بالرفاهية والسعادة التي تولدت من تجربة مشاعر أكثر متعة من المشاعر غير السارة، وتتضمن مجموعة من المكونات المعرفية والعاطفية، ويشير المكون المعرفي إلى درجة شعور الأفراد والمجتمع بالرضا عن الحياة، أما المكون الوجداني فيتمثل بوجود تأثير إيجابي لدى الأفراد، وغياب التأثير السلبي " ونظرية الرفاه النفسي تتضمن ستة ابعاد هي (Chedifat, 2023,p73)

- تقبل الذات: الرضا عن النفس وتقبل جوانبها الإيجابية والسلبية
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: بناء علاقات دافئة وموثوق بها
- الاستقلالية: القدرة على اتخاذ القرارات بشكل مستقل
- التمكن البيئي: القدرة على إدارة البيئة المحيطة بفعالية
- الهدف في الحياة: وجود أهداف وإحساس بالاتجاه في الحياة
- النمو الشخصي: الشعور بالتطور المستمر والنمو كشخص

القدرات الفردية للفرد وإدارة الصدمات

الصدمة موقف حاد ينجم عن حادث غير متوقع وتؤدي الصدمة الى تتابع الأحداث بصورة تخلق شعوراً بالخوف والعجز وتتوقف استجابة الفرد للصدمات وقدرته على التعامل معها من شخص لآخر والأعراض المحتملة للتعرض للصدمات على الفرد :
يمكن تحديدها في الآتي : (الشربيني ، 2018، 152)

• أولاً : أعراض جسدية:

-اضطرابات في الأكل Eating Disorders (غير اعتيادية).
اضطرابات في النوم Sleep Disorders, Somnipathy (غير اعتيادية).

عجز جنسي Sexual Dysfunction

انخفاض الطاقة وهبوط الهمة Tiredness and Fatigue

ألم مزمن في مكان من الجسم غير مفسر.

• ثانياً : أعراض نفسية:

الكآبة، والبكاء التلقائي والشعور باليأس.القلق.نوبات من الذعر.عدم الشعور بالخوف.
سلوك إلزامي قهري واستحواذي الشعور بعدم السيطرة وعدم التحكم في الأمور.الطيش، والغضب والاستياء خدر عاطفي وتجنب عاطفي Emotional Detachment.الانسحاب من العلاقات والحياة الروتينية.

• ثالثاً : أعراض إدراكية

- تراجع أداء الذاكرة، خصوصاً حول وبخصوص الصدمة.
- صعوبة في اتخاذ القرارات.
- نقص القدرة على التركيز.
- الشعور بالتشويش.

وعندما ترتبط الأعراض الإضافية التالية للصدمة العاطفية عموماً بحدث مؤلم مثل كارثة طبيعية، التعرض للحرب والاعتصاب، والهجوم، وجرائم العنف، وحوادث السيارات أو اصطدام الطائرة، أو الاعتداء على الأطفال. يمكن أن تحدث أعراض حادة أيضاً كرد فعل متأخر بالنسبة لحدث مؤلم.

وخوض أو الوقوع في تجربة الصدمة مرة أخرى يؤدي إلى:أفكار تداخلية. ارتجاع الصور الحدث أو كوابيس استرجاع العواطف أو الصور المتعلقة بالحدث المؤلم.

الفروق الفردية في مواجهة الصدمات (القدرات الفردية على ادارة الصدمات):

لماذا يسبب حدث مؤلم رد فعل عاطفي عند شخص ولكن ليس عند شخص آخر؟
ليس هناك جواب واضح إلى هذا السؤال، لكن من المحتمل أن يكون السبب أحد العوامل الآتية (الشربيني، 2018، 151)

- 1- شدة الحدث كما يدركه المتضرر من وجهته.
- 2- تاريخ الفرد النفسي الذي قد لا يتذكره).
- 3- المعنى الأكبر الذي يمثل الحدث للفرد الذي قد لا يكون واضحاً فوراً).
- 4- مهارات التعامل مع المواقف والأحداث التي اكتسبت، والقيم، والاعتقادات الذي يحملها الفرد.

5- ردود الأفعال والدعم من العائلة والأصدقاء أو المحترفين من الإخصائيين. يمكن لأي شخص أن يصاب بالصدمة. ويمكن للمحترفين الذين يتعاملون بالصدمة، أو الأشخاص الآخرون القريبون من شخص أصيب بالصدمة، أن يطوروا أعراض بديلة" أو "ثانوية للصدمة وتطور الأعراض ليس إشارة ضعف أبداً. يجب أن تؤخذ الأعراض بجدية ويجب اتخاذ خطوات للشفاء أو إعادة الاتزان بالضببط مثل خطوات العلاج من مرض جسدي. وكما هو مع الحالة الصحية، تتفاوت درجة ومدى العلاج الضروري من الصدمة العاطفية من شخص لآخر.

ثامنا : الاجراءات المنهجية للدراسة

(1) منهجية الدراسة:

تتنمي هذه الدراسة وفقاً لأهدافها إلى نمط الدراسات الوصفية التي تستهدف رصد وتحليل العلاقة بين نوعية الحياة (كمتغير مستقل) ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (كمتغير تابع)، وذلك من خلال الاستشهاد في هذا الوصف والتحليل بمعطيات الإطار النظري ونتائج الإطار الميداني للدراسة. واعتمدت الدراسة على استخدام منهج المسح الاجتماعي بالعينة للطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية للتنمية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م. وتم الاستعانة بمجموعات الدراسة الرسمية " Study WhatsApp Groups " وذلك لتحقيق التغطية التوزيعية الكاملة في عملية جمع البيانات وعددهم (1223) مفردة.

(2) مجالات الدراسة:

(أ) المجال المكاني:

تمثل المجال المكاني للدراسة في كلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف كنموذج للكليات الجامعية الحديثة، وكذلك للتنوع الثقافي بين طلابها سواء المقيمين بالريف أو المقيمين بالحضر.

(ب) المجال البشري:

تمثل المجال البشري للدراسة في المسح الاجتماعي بالعينة للطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م، وذلك كما يلي:

(1-1) وحدة المعاينة:

تمثلت وحدة المعاينة للدراسة في الطالب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م أيًا كان نوعه أو سنه أو فرقته الدراسية أو محل إقامته.

(2-1) إطار المعاينة:

تم حصر الطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م، وبلغ عددهم (6700) مفردة. وتوزيعهم كالتالي:

جدول (1) يوضح توزيع الطلاب مجتمع الدراسة

م	الفرقة الدراسية	عدد الطلاب
1	الفرقة الأولى	2000
2	الفرقة الثانية	1500
3	الفرقة الثالثة	1500
4	الفرقة الرابعة	1700
	المجموع	6700

(3-1) نوع العينة وحجمها: تمثلت نوع العينة في العينة العشوائية الطبقية، وبتطبيق

قانون الحجم الأمثل للعينة (1) (الضحيان، حسن، 2002، ص 247) بلغ حجم العينة للطلاب بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف بالعام الجامعي 2024/2023م (363) مفردة. وحرصاً من الباحثة على إمكانية تعميم

النتائج على مجتمع البحث، وتحقيقاً لعملية التغطية التوزيعية الكاملة والشاملة تم استخدام Google Drive Models في عملية جمع البيانات. وعلى ذلك بلغ حجم العينة (1223) مفردة، بالإضافة إلى (30) مفردة لإجراء اختبارات الصدق والثبات. وذلك كما يلي:

جدول (2) يوضح توزيع الطلاب مجتمع الدراسة

م	الفرقة الدراسية	عدد الطلاب	حجم العينة
1	الفرقة الأولى	2000	906
2	الفرقة الثانية	1500	94
3	الفرقة الثالثة	1500	104
4	الفرقة الرابعة	1700	119
المجموع		6700	1223
عينة الصدق والثبات " خارج إطار عينة الدراسة "		30	

(ج) المجال الزمني:

تمثل المجال الزمني للدراسة في فترة جمع البيانات من الميدان والتي بدأت 2024/3/3م إلى 2024/6/13م.

(3) متغيرات الدراسة ومصادرها:

المتغير التابع " مهارات ادارة الصدمات "	المتغير المستقل " نوعية الحياة "
مهارة المواجهة	نوعية الحياة الصحية
مهارة حل المشكلة	نوعية الحياة الاجتماعية
مهارة طلب المساعدة	نوعية الحياة الانفعالية
مهارة التجنب	نوعية الحياة التعليمية
	نوعية الحياة الترفيهية

وتحددت أهم مصادر تلك المتغيرات في الرجوع إلى الأدبيات النظرية الموجهة للدراسة والدراسات السابقة المرتبطة بالمشكلة البحثية للدراسة.

(4) أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات جمع البيانات في:

(1-4) صحيفة البيانات الأولية لطلاب الجامعة، (إعداد الباحثة):

قامت الباحثة بتصميم صحيفة البيانات الأولية لطلاب الجامعة، وتضمنت المحاور التالية:

- النوع - السن - الفرقة الدراسية - محل الإقامة.

(2-4) مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة):

وتم تصميم الأداة وفقاً للخطوات التالية:

1. قامت الباحثة بتصميم مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة وذلك في ضوء التراث النظري الموجه للدراسة والدراسات السابقة المرتبطة بالقضية البحثية للدراسة.
2. قامت الباحثة بتحديد الأبعاد التي يشتمل عليها المقياس والتي تمثلت في خمسة أبعاد، ثم تم تحديد وصياغة العبارات الخاصة بكل بعد، والذي بلغ عددها (33) عبارة. وذلك كما يلي:

جدول (3) يوضح توزيع عبارات مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة

أرقام العبارات	عدد العبارات	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات	الأبعاد
14 - 8	7	بعد نوعية الحياة الاجتماعية	7 - 1	7	بعد نوعية الحياة الصحية
28 - 22	5	بعد نوعية الحياة التعليمية	21 - 15	7	بعد نوعية الحياة الانفعالية
			33 - 29	7	بعد نوعية الحياة الترفيهية

3. اعتمد مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة على التدرج الثلاثي، بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة (دائماً، أحياناً، نادراً) وأعطيت لكل استجابة من هذه الاستجابات وزناً (درجة): دائماً (ثلاثة درجات)، أحياناً (درجتين)، نادراً (درجة واحدة).

4. طريقة تصحيح مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة:

تم بناء مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة وتقسيمه إلى فئات حتى يمكن التوصل إلى نتائج الدراسة باستخدام المتوسط الحسابي حيث تم ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي، ولتحديد طول خلايا المقياس الثلاثي (الحدود الدنيا والعليا)، تم حساب المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة (3-1 = 2)، تم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية المصحح ($0.67 = 3/2$) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي:

جدول (4) يوضح مستويات أبعاد مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة

المستوى	القيم
مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 1 إلى 1.67
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 1.68 إلى 2.34
مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 2.35 إلى 3

5. صدق الأداة:

(أ) صدق المحتوى " الصدق المنطقي ":

للتحقق من هذا النوع من الصدق لمقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة،

قامت الباحثة بما يلي:

- الإطلاع علي الأدبيات والأطر النظرية، والكتب العلمية، والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت أبعاد الدراسة.
- ثم تحليل هذه الأدبيات النظرية وذلك للوصول إلي الأبعاد المختلفة والعبارات المرتبطة بهذه الأبعاد ذات الارتباط بالمشكلة البحثية وذلك لتحديد أبعاد نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة والمتمثلة في: (بعد نوعية الحياة الصحية، وبعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية).
- تم عرض المقياس على عدد (5) محكمين من أعضاء هيئة التدريس تخصص خدمة الفرد بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف وكلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان لإبداء الرأي في صلاحية الأداة من حيث السلامة اللغوية للعبارات وارتباطها بأبعاد الدراسة، وقد تم تعديل وإضافة وحذف بعض العبارات وإعادة تصحيح بعض أخطاء الصياغة اللغوية للبعض الأخر، وبناء على ذلك تم صياغة المقياس في صورته النهائية.

(ب) صدق الاتساق الداخلي:

اعتمدت الباحثة في حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة على معامل ارتباط كل بعد في الأداة بالدرجة الكلية للأداة، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (30) مفردة من الطلاب (خارج إطار عينة الدراسة)، وتبين أنها معنوية عند مستويات الدلالة المتعارف عليها، وأن معامل الصدق مقبول، وذلك كما يلي:

جدول (5) يوضح الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ودرجة الأداة ككل (ن=30)

الأبعاد	نوعية الحياة الصحية	نوعية الحياة الاجتماعية	نوعية الحياة الانفعالية	نوعية الحياة التعليمية	نوعية الحياة الترفيهية	أبعاد الأداة ككل
معامل الارتباط	0.715	0.808	0.733	0.809	0.596	1
الدلالة	**	**	**	**	**	**

* * معنوي عند (0.05)

* * معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

توجد علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين أبعاد مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة لكل بعد على حدة من ناحية ولأبعاد كلها من ناحية أخرى، ومن ثم تحقق مستوى الثقة في الأداة والاعتماد على نتائجها.

6. ثبات الأداة:

تم حساب ثبات مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة باستخدام معادلة سبيرمان - براون للتجزئة النصفية، حيث تم تقسيم عبارات كل بعد إلى نصفين، يضم القسم الأول القيم التي تم الحصول عليها من الاستجابة للعبارة الفردية، ويضم القسم الثاني القيم المعبرة عن العبارات الزوجية، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (30) مفردة من الطلاب (خارج إطار عينة الدراسة)، وتبين أن معاملات الثبات للأبعاد تتمتع بدرجة عالية من الثبات، وذلك كما يلي:

جدول رقم (6) يوضح نتائج ثبات مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة (ن=30)

الأبعاد	نوعية الحياة الصحية	نوعية الحياة الاجتماعية	نوعية الحياة الانفعالية	نوعية الحياة التعليمية	نوعية الحياة الترفيهية	أبعاد الأداة ككل
قيمة R ودالتها	**0.732	**0.736	**0.684	**0.787	**0.726	**0.852
معادلة سبيرمان براون	0.848	0.850	0.815	0.883	0.844	0.920
درجة الثبات	عالية	عالية	عالية	عالية	عالية	عالية

* * معنوي عند (0.05)

* * معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

معاملات الثبات لأبعاد مقياس نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة تتمتع بدرجة عالية من الثبات والدقة والموثوقية، وأصبحت الأداة في صورتها النهائية، وبذلك يمكن الاعتماد على نتائجها، كما أن نتائجها قابلة للتعميم على مجتمع الدراسة.

(3-4) مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة):

وتم تصميم الأداة وفقاً للخطوات التالية:

1. قامت الباحثة بتصميم مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة اعتماداً على الأدبيات النظرية الموجهة للدراسة وكذلك الرجوع إلى الدراسات السابقة المرتبطة بالقضية البحثية للدراسة.
2. قامت الباحثة بتحديد الأبعاد التي يشتمل عليها المقياس والتي تمثلت في أربعة أبعاد، ثم تم تحديد وصياغة العبارات الخاصة بكل بعد، والذي بلغ عددها (33) عبارة. وذلك كما يلي:

جدول (7) يوضح توزيع عبارات مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة

أرقام العبارات	عدد العبارات	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات	الأبعاد
16 - 9	8	بعد مهارة حل المشكلة	8 - 1	8	بعد مهارة المواجهة
33 - 25	9	بعد مهارة التجنب	24 - 17	8	بعد مهارة طلب المساعدة

3. اعتمد مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة على التدرج الثلاثي، بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة (دائماً، أحياناً، نادراً) وأعطيت لكل استجابة من هذه الاستجابات وزناً (درجة): دائماً (ثلاثة درجات)، أحياناً (درجتين)، نادراً (درجة واحدة).

4. طريقة تصحيح مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة:

تم بناء مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة وتقسيمه إلى فئات حتى يمكن التوصل إلى نتائج الدراسة باستخدام المتوسط الحسابي حيث تم ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي، ولتحديد طول خلايا المقياس الثلاثي (الحدود الدنيا والعليا)، تم حساب المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة (3-1 = 2)، تم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية المصحح (3/2 = 0.67) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي:

جدول (8) يوضح مستويات أبعاد مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة

المستوى	القيم
مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 1 إلى 1.67
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 1.68 إلى 2.34
مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد من 2.35 إلى 3

5. صدق الأداة:

(أ) صدق المحتوى " الصدق المنطقي ":

للتحقق من هذا النوع من الصدق لمقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة، قامت الباحثة بما يلي:

- الإطلاع علي الأدبيات والأطر النظرية، والكتب العلمية، والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت أبعاد الدراسة.
- ثم تحليل هذه الأدبيات النظرية وذلك للوصول إلي الأبعاد المختلفة والعبارات المرتبطة بهذه الأبعاد ذات الارتباط بالمشكلة البحثية وذلك لتحديد مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة والمتمثلة في: (بعد مهارة المواجهة، وبعد مهارة حل المشكلة، وبعد مهارة طلب المساندة، وبعد مهارة التجنب).
- تم عرض المقياس على عدد (5) محكمين من أعضاء هيئة التدريس تخصص خدمة الفرد بكلية الخدمة الاجتماعية التنموية جامعة بني سويف وكلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان لإبداء الرأي في صلاحية الأداة من حيث السلامة اللغوية للعبارات من ناحية وارتباطها بأبعاد الدراسة من ناحية أخرى، وقد تم تعديل وإضافة وحذف بعض العبارات وإعادة تصحيح بعض أخطاء الصياغة اللغوية للبعض الآخر، وبناء على ذلك تم صياغة المقياس في صورته النهائية.

(ب) صدق الاتساق الداخلي:

اعتمدت الباحثة في حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة على معامل ارتباط كل بعد في الأداة بالدرجة الكلية للأداة، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (30) مفردة من الطلاب (خارج إطار عينة الدراسة)، وتبين أنها معنوية عند مستويات الدلالة المتعارف عليها، وأن معامل الصدق مقبول وذلك كما يلي:

جدول (9) يوضح الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس مهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة ودرجة الأداة ككل (ن=30)

أبعاد الأداة ككل	بعد مهارة التجنب	بعد مهارة طلب المساعدة	بعد مهارة حل المشكلة	بعد مهارة المواجهة	الأبعاد
1	0.904	0.631	0.930	0.884	معامل الارتباط
	**	**	**	**	الدلالة

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

توجد علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين أبعاد مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة لكل بعد على حدة من ناحية ولأبعاد كلها من ناحية أخرى، ومن ثم تحقق مستوى الثقة في الأداة والاعتماد على نتائجها.

6. ثبات الأداة:

تم حساب ثبات مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة باستخدام معادلة سبيرمان - براون للتجزئة النصفية، حيث تم تقسيم عبارات كل بعد إلى نصفين، يضم القسم الأول القيم التي تم الحصول عليها من الاستجابة للعبارة الفردية، ويضم القسم الثاني القيم المعبرة عن العبارات الزوجية، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (30) مفردة من الطلاب (خارج إطار عينة الدراسة)، وتبين أن معاملات الثبات للأبعاد تتمتع بدرجة عالية من الثبات، وذلك كما يلي:

جدول (10) يوضح نتائج ثبات مقياس مهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=30)

أبعاد الأداة ككل	بعد مهارة التجنب	بعد مهارة طلب المساعدة	بعد مهارة حل المشكلة	بعد مهارة المواجهة	الأبعاد
**0.857	**0.832	**0.750	**0.814	**0.692	قيمة R ودالتها
0.923	0.909	0.857	0.897	0.818	معادلة سبيرمان براون
عالية	عالية	عالية	عالية	عالية	درجة الثبات

يوضح الجدول السابق أن:

معاملات الثبات لأبعاد مقياس مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة تتمتع بدرجة عالية من الثبات والدقة والموثوقية، وأصبحت الأداة في صورتها النهائية، وبذلك يمكن الاعتماد على نتائجها، كما أن نتائجها قابلة للتعميم على مجتمع الدراسة.

(5) أساليب التحليل الكيفي والكمي:

اعتمدت الدراسة في تحليل البيانات على الأساليب التالية:

- أسلوب التحليل الكيفي: بما يتناسب وطبيعة موضوع الدراسة.
- أسلوب التحليل الكمي: تم معالجة البيانات من خلال الحاسب الآلي باستخدام برنامج (SPSS.V. 24.0) الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وقد طبقت الأساليب الإحصائية التالية: التكرارات والنسب المئوية، والمتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمدى، ومعادلة سبيرمان - براون للتجزئة النصفية للثبات، وتحليل الانحدار البسيط، وتحليل الانحدار المتعدد، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعامل التحديد، واختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وتحليل التباين أحادي الاتجاه لتحديد التباين بين المجموعات، وطريقة الفرق المعنوي الأصغر لتحديد اتجاه التباين لصالح أي مجموعة من المجموعات.

نتائج الدراسة الميدانية:

المحور الأول: وصف الطلاب مجتمع الدراسة:

جدول (11) وصف الطلاب مجتمع الدراسة (ن=1223)

م	المتغيرات الكمية	سـ	Σ	م	النوع	ك	%	
1	السن	19	1	1	ذكر	296	24.2	
م	الفرقة الدراسية	ك	%	2	أنثى	927	75.8	
1	الفرقة الأولى	906	74.1	المجموع			1223	100
2	الفرقة الثانية	94	7.7	م	محل الإقامة	ك	%	
3	الفرقة الثالثة	104	8.5	1	ريف	839	68.6	
4	الفرقة الرابعة	119	9.7	2	حضر	384	31.4	
المجموع		1223	100	المجموع			1223	100

يوضح الجدول السابق أن:

- متوسط سن الطلاب (19) سنة، وانحراف معياري سنة واحدة تقريباً.
- أكبر نسبة من الطلاب إناث بنسبة (75.8%)، بينما الذكور بنسبة (24.2%).
- أكبر نسبة من الطلاب مقيمين بالريف بنسبة (68.6%)، يليها المقيمين بالحضر بنسبة (31.4%).

- أكبر نسبة من الطلاب مقيدون بالفرقة الأولى بنسبة (74.1%)، يليه الفرقة الرابعة بنسبة (9.7%)، ثم الفرقة الثالثة بنسبة (8.5%)، وأخيراً الفرقة الثانية بنسبة (7.7%).

المحور الثاني: مستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل:

جدول (12) يوضح مستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل (ن=1223)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
1	بعد نوعية الحياة الصحية	2	0.41	متوسط	5
2	بعد نوعية الحياة الاجتماعية	2.34	0.44	متوسط	2
3	بعد نوعية الحياة الانفعالية	2.29	0.46	متوسط	3
4	بعد نوعية الحياة التعليمية	2.35	0.52	مرتفع	1
5	بعد نوعية الحياة الترفيهية	2.09	0.54	متوسط	4
	أبعاد نوعية الحياة ككل	2.21	0.37	مستوى متوسط	

يوضح الجدول السابق أن:

- مستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.21)، ومؤشرات ذلك وفقاً لترتيب المتوسط الحسابي:
- الترتيب الأول بعد نوعية الحياة التعليمية بمتوسط حسابي (2.35) وهو مستوى مرتفع.
 - الترتيب الثاني بعد نوعية الحياة الاجتماعية بمتوسط حسابي (2.34) وهو مستوى متوسط.
 - الترتيب الثالث بعد نوعية الحياة الانفعالية بمتوسط حسابي (2.29) وهو مستوى متوسط.
 - الترتيب الرابع بعد نوعية الحياة الترفيهية بمتوسط حسابي (2.09) وهو مستوى متوسط.
 - الترتيب الخامس بعد نوعية الحياة الصحية بمتوسط حسابي (2) وهو مستوى متوسط.
- وتختلف الدراسة الحالية مع دراسة بن غنفة، شريفة. (2021) والتي استهدفت قياس مستوى نوعية الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة الجزائرية، ومعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات: الجنس، الإقامة في الحي الجامعي والمستوى الدراسي وطبقت الدراسة على 100 طالب جامعي وطبق مقياس نوعية الحياة وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين عينة الدراسة مرتفع، مستوى

نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين غير متباين على محاور المقياس حيث أن جميعها مرتفعة، لا توجد فروق بين الطلبة والطالبات في متوسطي رتب درجات مستوى نوعية الحياة، لا توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الطلبة المقيمين وغير المقيمين في الأحياء الجامعية في مستوى نوعية الحياة، لا توجد فروق بين متوسطات رتب درجات الطلبة الجامعيين حسب المستوى الدراسي في مستوى نوعية الحياة

المحور الثالث: مستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل:

جدول (13) يوضح مستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل (1223=ن)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
1	بعد مهارة المواجهة	2.54	0.38	مرتفع	1
2	بعد مهارة حل المشكلة	2.53	0.43	مرتفع	2
3	بعد مهارة طلب المساندة	2.15	0.49	متوسط	4
4	بعد مهارة التجنب	2.42	0.39	مرتفع	3
	مهارات ادارة الصدمات ككل	2.41	0.33	مستوى مرتفع	

يوضح الجدول السابق أن:

مستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل مرتفع حيث بلغ

المتوسط الحسابي (2.41)، ومؤشرات ذلك وفقاً لترتيب المتوسط الحسابي:

- الترتيب الأول بعد مهارة المواجهة بمتوسط حسابي (2.54) وهو مستوى مرتفع.
- الترتيب الثاني بعد مهارة حل المشكلة بمتوسط حسابي (2.53) وهو مستوى مرتفع.
- الترتيب الثالث بعد مهارة التجنب بمتوسط حسابي (2.42) وهو مستوى مرتفع.
- الترتيب الرابع بعد مهارة طلب المساندة بمتوسط حسابي (2.15) وهو مستوى متوسط.

رغم أن المتوسط الكلي لمهارات ادارة الصدمات لدى الشباب مرتفع وفقاً لما توصلت لة الدراسة الا ان هناك بعض الجوانب المهارية تحتاج الى تدريب وارشاد من اخصائي العمل مع الافراد بالجامعة وخاصة مهارة طلب المساندة ومهارة التجنب وهذا يتفق مع دراسة (علي، ج. ؛ كوهين، ر. رزنيك، 1995) والتي أوصت بضرورة تدريس مقرر مهارات التعامل مع الصدمات كمقرر عام لطلاب الجامعة .

المحور الرابع: دلالة الفروق المعنوية بين استجابات الطلاب وفقاً للنوع بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة:

جدول (14) يوضح دلالة الفروق المعنوية بين استجابات الطلاب وفقاً للنوع بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة (ن=1223)

الأبعاد	مجتمع البحث	العدد(ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية (df)	قيمة T	الدلالة
أبعاد نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل	ذكور	296	2.3	0.38	1221	4.446	**
	إناث	927	2.19	0.36			
مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل	ذكور	296	2.44	0.35	1221	2.103	*
	إناث	927	2.4	0.33			

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

- توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين استجابات الطلاب الذكور والإناث بالنسبة لتحديدهم لمستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل لصالح استجابات الطلاب الذكور.
- توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين استجابات الطلاب الذكور والإناث بالنسبة لتحديدهم لمستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل لصالح استجابات الطلاب الذكور.

المحور الخامس: دلالة الفروق المعنوية بين استجابات الطلاب وفقاً لمحل الإقامة بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة:

جدول (15) يوضح دلالة الفروق المعنوية بين استجابات الطلاب وفقاً لمحل الإقامة بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة (ن=1223)

الأبعاد	مجتمع البحث	العدد(ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية (df)	قيمة T	الدلالة
أبعاد نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل	ريف	839	2.22	0.36	1221	1.015	غير دال
	حضر	384	2.2	0.38			
مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل	ريف	839	2.4	0.33	1221	0.835-	غير دال
	حضر	384	2.42	0.34			

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

- لا توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً بين استجابات الطلاب المقيمين بالريف والحضر بالنسبة لتحديدهم لمستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل.
- لا توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً بين استجابات الطلاب المقيمين بالريف والحضر بالنسبة لتحديدهم لمستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل.

المحور السادس: تحليل التباين بين استجابات الطلاب وفقاً للفرقة الدراسية بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة:

جدول (16) يوضح تحليل التباين بين استجابات الطلاب وفقاً للفرقة الدراسية بالنسبة لتحديدهم لمستوى أبعاد الدراسة (ن=1223)

اختبار LSD	قيمة F (ف) ودالاتها	متوسط المربعات	درجات الحرية (df)	مجموع المربعات	مصدر التباين	الأبعاد
-1 < 4 3	**4.112	0.558	3	1.675	بين المجموعات	أبعاد نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل
		0.136	1219	165.492	داخل المجموعات	
			1222	167.167	المجموع	
-	1.904	0.209	3	0.628	بين المجموعات	مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل
		0.110	1219	134.110	داخل المجموعات	
			1222	134.739	المجموع	

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

- يوجد تباين دال إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين استجابات الطلاب وفقاً للفرقة الدراسية (الفرقة الأولى/ الفرقة الثانية/ الفرقة الثالثة/ الفرقة الرابعة) بالنسبة لتحديدهم لمستوى نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة ككل. وهذه الفروق لصالح الفئة الرابعة التي تقع في فئة (استجابات الطلاب بالفرقة الرابعة) لتصبح أكثر استجابات الطلاب وفقاً للفرقة الدراسية تحديداً لتلك الأبعاد.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين استجابات الطلاب وفقاً للفرقة الدراسية (الفرقة الأولى/ الفرقة الثانية/ الفرقة الثالثة/ الفرقة الرابعة) بالنسبة لتحديدهم لمستوى مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ككل.

المحور السابع: اختبار فروض الدراسة:

- (1) اختبار الفرض الفرعي الأول للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الصحية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ":
 جدول (17) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة الصحية على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

معامل التحديد R^2	معامل الارتباط R للانحدار	اختبار (ف) F-Test	اختبار (ت) T-Test	معامل الانحدار B	معامل الارتباط R للمتغيرات	المتغيرات التابعة	المتغير المستقل
0.173 **	0.416 **	256.200 **	16.006 **	0.339	**0.308	بعد مهارة المواجهة	نوعية الحياة الصحية
					**0.366	بعد مهارة حل المشكلة	
					**0.281	بعد مهارة طلب المساعدة	
					**0.362	بعد مهارة التجنب	
					**0.416	المهارات ككل	

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة الصحية " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.173)، أي أن نوعية الحياة الصحية تفسر نسبة (17.3%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الأول للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الصحية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

(2) اختبار الفرض الفرعي الثاني للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الاجتماعية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ":

جدول (18) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة الاجتماعية على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

معامل المتغير المستقل	المتغيرات التابعة	معامل الارتباط R للمتغيرات	معامل الانحدار B	اختبار (ت) T-Test	اختبار (ف) F-Test	معامل الارتباط R للانحدار	معامل التحديد R ²
نوعية الحياة الاجتماعية	بعد مهارة المواجهة	**0.324	0.418	23.292 **	542.515 **	0.555 **	0.308 **
	بعد مهارة حل المشكلة	**0.389					
	بعد مهارة طلب المساعدة	**0.589					
	بعد مهارة التجنب	**0.405					
	المهارات ككل	**0.555					

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة الاجتماعية " والمتغير التابع " مهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.308)، أي أن نوعية الحياة الاجتماعية تفسر نسبة (30.8%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الثاني للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الاجتماعية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

(3) اختبار الفرض الفرعي الثالث للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الانفعالية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ":

جدول (19) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة الانفعالية على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

المتغير المستقل	المتغيرات التابعة	معامل الارتباط R للمتغيرات	معامل الانحدار B	اختبار (ت) T-Test	اختبار (ف) F-Test	معامل الارتباط R للانحدار	معامل التحديد R ²
نوعية الحياة الانفعالية	بعد مهارة المواجهة	**0.473	0.427	25.688**	659.868**	0.592**	0.351**
	بعد مهارة حل المشكلة	**0.547					
	بعد مهارة طلب المساندة	**0.379					
	بعد مهارة التجنب	**0.479					
	المهارات ككل	**0.592					

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة الانفعالية " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.351)، أي أن نوعية الحياة الانفعالية تفسر نسبة (35.1%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الثالث للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الانفعالية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

(4) اختبار الفرض الفرعي الرابع للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة التعليمية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ":

جدول (20) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة التعليمية على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

المتغير المستقل	المتغيرات التابعة	معامل الارتباط R للمتغيرات	معامل الانحدار B	اختبار (ت) T-Test	اختبار (ف) F-Test	معامل الارتباط R للانحدار	معامل التحديد R ²
نوعية الحياة التعليمية	بعد مهارة المواجهة	**0.358	0.328	21.007**	441.312**	0.515**	0.265**
	بعد مهارة حل المشكلة	**0.444					
	بعد مهارة طلب المساندة	**0.397					
	بعد مهارة التجنب	**0.419					
	المهارات ككل	**0.515					

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة التعليمية " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.265)، أي أن نوعية الحياة التعليمية تفسر نسبة (26.5%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الرابع للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة التعليمية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

(5) اختبار الفرض الفرعي الخامس للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الترفيهية ومهارات ادارة الصدمات لدى طلاب الجامعة ":

جدول (21) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة الترفيهية على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

المتغير المستقل	المتغيرات التابعة	معامل الارتباط R للمتغيرات	معامل الانحدار B	اختبار (ت) T-Test	اختبار (ف) F-Test	معامل الارتباط R للانحدار	معامل التحديد R ²
نوعية الحياة الترفيهية	بعد مهارة المواجهة	**0.336	0.315	20.745**	430.347**	0.510**	0.261**
	بعد مهارة حل المشكلة	**0.413					
	بعد مهارة طلب المساندة	**0.404					
	بعد مهارة التجنب	**0.449					
	المهارات ككل	**0.510					

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة الترفيهية " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.261)، أي أن نوعية الحياة الترفيهية تفسر نسبة (26.1%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الخامس للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة الترفيهية ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

(6) اختبار الفرض الرئيس للدراسة: " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ":
 جدول (22) يوضح تحليل الانحدار البسيط لآثر نوعية الحياة على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة (ن=1223)

معامل التحديد R ²	معامل الارتباط R للانحدار	اختبار (ف) F-Test	اختبار (ت) T-Test	معامل الانحدار B	معامل الارتباط R للمتغيرات	المتغيرات التابعة	المتغير المستقل
0.443 **	0.665 **	969.368 **	31.135 **	0.597	**0.462	بعد مهارة المواجهة	أبعاد نوعية الحياة ككل
					**0.555	بعد مهارة حل المشكلة	
					**0.526	بعد مهارة طلب المساعدة	
					**0.544	بعد مهارة التجنب	
					**0.665	المهارات ككل	

* معنوي عند (0.05)

** معنوي عند (0.01)

يوضح الجدول السابق أن:

تشير قيمة معامل الارتباط بين المتغير المستقل " نوعية الحياة ككل " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " إلى وجود ارتباط طردي بين المتغيرين عند مستوى معنوية (0.01). وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.443)، أي أن نوعية الحياة ككل تفسر نسبة (44.3%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة. مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيس للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة ".

جدول رقم (23) يوضح تحليل الانحدار المتعدد لتباين أثر أبعاد نوعية الحياة ككل على مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة

معامل التحديد R ²	معامل الارتباط R	اختبار (ف) F-Test	اختبار (ت) T-Test	معاملات بيتا	معامل الانحدار B	المتغيرات المستقلة	الطلاب (ن=122)
0.474 **	0.688 **	219.015 **	0.309	0.008	0.007	بعد نوعية الحياة الصحية	
			**10.669	0.274	0.206	بعد نوعية الحياة الاجتماعية	
			**11.193	0.322	0.232	بعد نوعية الحياة الانفعالية	
			**2.884	0.085	0.054	بعد نوعية الحياة التعليمية	
			**5.898	0.165	0.102	بعد نوعية الحياة الترفيهية	

** معنوي عند (0.01) * معنوي عند (0.05)

يوضح الجدول السابق أن:

- بلغت قيمة معامل الارتباط المتعدد بين جميع المتغيرات المستقلة " بعد نوعية الحياة الصحية، وبعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية " والمتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " (0.688)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01)، وتدل على وجود ارتباط طردي بين المتغيرين.
- وتشير نتيجة اختبار (ف) إلى معنوية نموذج الانحدار، وبلغت قيمة معامل التحديد (0.474)، أي أن أبعاد نوعية الحياة ككل (بعد نوعية الحياة الصحية، وبعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية) تفسر نسبة (47.4%) من التباين الكلي في مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة.
- وتشير نتيجة اختبار (ت) إلى أن تأثير أربعة متغيرات مستقلة وهي " بعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية " على المتغير التابع " مهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة " يعتبر تأثيراً معنوياً وذا دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01). بينما كان تأثير المتغير المستقل الآخر " بعد نوعية الحياة الصحية " غير معنوي وغير دال إحصائياً.

- ومن خلال قيم معاملات بيتا Beta يمكن ترتيب المتغيرات المستقلة المعنوية حسب الأهمية النسبية، وذلك كما يلي:
1. بعد نوعية الحياة الانفعالية (بيتا=0.322).
 2. بعد نوعية الحياة الاجتماعية (بيتا=0.274).
 3. بعد نوعية الحياة الترفيهية (بيتا=0.165).
 4. بعد نوعية الحياة التعليمية (بيتا=0.085).
 5. وبعد نوعية الحياة الصحية (بيتا=0.008).
- ويشير ذلك إلى تباين تأثير " بعد نوعية الحياة الاجتماعية، وبعد نوعية الحياة الانفعالية، وبعد نوعية الحياة التعليمية، وبعد نوعية الحياة الترفيهية " أكثر من تأثير " بعد نوعية الحياة الصحية ".
- مما يجعلنا نقبل الفرض الرئيس للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة "

الاستنتاجات العامة للدراسة

نستنتج من خلال هذه الدراسة أن نوعية الحياة متغير هام في حياة الشباب كونه مرتبط بتقييمات الشباب النوعية لجوانب حياتهم المختلفة . كما تهدف الدراسة بدراسة متغير اخر وهو مهارات طلاب الجامعه في ادارة الصدمات كمنعكس لادراكهم لنوعية الحياة التي يعيشونها وطبيعة العلاقة والدلالة الاحصائية بين المتغيرين وقد توصلت الدراسة الى قبول الفرض الرئيسى لها وهو : توجد علاقة طردية تأثيرية دالة إحصائياً بين نوعية الحياة ومهارات التعامل مع الصدمات لدى طلاب الجامعة "ولذلك تؤكد الباحثة على اهمية دراسة متغير نوعية الحياه لدى الشباب وعلاقتة بمتغيرات اخرى واهمية التركيز على تلك الفئة ودراسة والمؤثرات المختلفة على اشباع احتياجاتهم وهذا يتفق مع ما توصلت لة دراسة نجمة (2014) والتي استهدفت دراسة العلاقة بين الذكاء الوجدانى والثقة بالنفس لدى الشباب الجامعى ولقد توصلت الى نتيجة هامه وهى ان الشباب الجامعى فى حاجة ماسة الى دراسات تتناول مختلف مشكلاتهم واشارت الدراسة ان مشاكلهم الانفعالية والعاطفية تحتل الصدارة حيث اتفق أفراد العينة انهم بحاجة الى فهم ذواتهم ومعرفة حالتهم وحل مشاكلهم .

توصيات الدراسة

وتقترح الباحثة ضرورة تفعيل البرامج الإرشادية والعلاجية لاختصاصي خدمة الفرد لتحسين نوعية حياة طلاب الجامعة لرفع مستوى نوعية الحياة لدى الطالب الجامعي وتوصي الباحثة بتطبيق نماذج ادارة الحالة كأحد اليات أخصائي العمل مع الافراد والتي من خلالها يدير وينسق الخدمات لطلاب الجامعه والتي ان طبقت قد ترفع مستوى نوعية الحياه:

الهدف العام للبرنامج :

يهدف البرنامج إلى تحسين نوعية الحياة بمختلف جوانبها للطلاب الجامعيين، بما في ذلك الصحة النفسية والجسدية، والتطور الأكاديمي والمهني، والاندماج الاجتماعي، والاستقرار المالي من خلال ممارسة برنامج لادارة الحالة فى خدمة الفرد .

نوع الخدمة	الاهداف
1. برنامج الدعم النفسي والإرشاد	- تقديم جلسات إرشاد فردية وجماعية - ورش عمل لإدارة الضغوط والقلق - خط ساخن للدعم النفسي الفوري
2. برنامج التوجيه الأكاديمي والمهني:	- مساعدة الطلاب في اختيار التخصصات المناسبة - تقديم المشورة حول فرص العمل المستقبلية
3. برنامج تعزيز المهارات الحياتية:	- دورات في إدارة الوقت والتنظيم الذاتي - ورش عمل لتطوير مهارات التواصل والعمل الجماعي - تدريب على الإدارة المالية الشخصية
4. برنامج الرعاية الصحية الشاملة:	- توفير خدمات طبية مجانية أو مخفضة - حملات توعية صحية دورية - برامج للتغذية السليمة واللياقة البدنية
5. برنامج الدمج الاجتماعي والثقافي:	- أنشطة ترفيهية وثقافية لتعزيز التفاعل بين الطلاب - برامج تبادل طلابي محلي ودولي - مبادرات لدعم الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة
6. برنامج المساعدات المالية والسكنية:	- تقديم منح دراسية ومساعدات مالية للطلاب المحتاجين - توفير سكن جامعي بأسعار مناسبة - برامج عمل بدوام جزئي داخل الحرم الجامعي
7. برنامج التطوع وخدمة المجتمع:	- تنظيم فرص تطوعية للطلاب في المجتمع المحلي - مشاريع خدمة مجتمعية تعزز المسؤولية الاجتماعية - برامج تبادل خبرات بين الطلاب والمجتمع

دراسات مستقبلية مقترحة :

- بناء نموذج لإدارة الحالة لتحسين نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة
- فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المعرفي السلوكي في تحسين نوعية الحياة لدى طلاب الجامعة .
- فعالية العلاج بالقبول والالتزام في إدارة الصدمات لدى الشباب الجامعي
- نوعية الحياة وعلاقتها بآدمان وسائل التواصل الاجتماعي

المراجع

- أبو هرجه، محمد إبراهيم. (2018). خدمات الرعاية الاجتماعية كمتغير في تحسن نوعية الحياة لطلاب المنح الدراسية. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية: 46(1), 212-263. doi: 10.21608/jsswh.2018.44036
- النحاس، أحمد سعد أحمد. (2024). الضغوط الحياتية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، مجلة الخدمة الاجتماعية 1285. doi: 10.21608/egjsw.2024.265590.1285
- أبو الهيثم، حليلة سافوح. (2021). العوامل المؤثرة في نوعية الحياة للشباب الريفى فى بعض كليات جامعة طنطا *Menoufia Journal of Agricultural Economic and Social Sciences*, 6(3), 41-58. doi: 10.21608/mjabes.2021.160909
- إبراهيم، سلوى سلامة. (2009). نوعية الحياة المميزة للمبدعين في الأدب في ضوء علاقتها بمنظومة القيم التي يتبنونها وصورة الذات لديهم. المؤتمر الإقليمي الأول : نوعية الحياة والتغيرات المجتمعية، القاهرة: قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة القاهرة - مصر، 653 - 683. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/704223>
- أبو الحسن ، أحمد سمير مجاهد (2020) . النمذجة البنائية للعلاقات بين المعتقدات الميكافيلية والرضا عن الحياة وتوجه المقارنة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج ، العدد السابع والسبعون .
- آن بولنج ،ترجمة حشمت ،حسين .(2008). قياس الصحة عرض لمقاييس جوده الحياه ، القاهرة ،مجموعه النيل العربية .
- السروجى ،طلعت مصطفى.(2010) . الخدمة الاجتماعية الدولية ،القاهرة ،مكتبة الانجلو المصرية .
- الشربيني ،زكريا .(2018) . مقتطفات من علم النفس فى الكوارث والصدمات ،القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .
- بن غذفة، شريفة. (2021). نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين: دراسة وصفية. مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية، 18، 2ع ، 37. - 21 مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/115409>
- حسن ،دعاء عبدالفتاح نصر راجح. (2024). نوعية الحياة والإبثارية وعلاقتها بالعصابية لدى مجموعة من طلبة وطالبات جامعة الإسكندرية. المجلة العلمية لكلية الآداب جامعة أسبوط. 31(89) ، 468. Doi: 10.21608/aakj.2024.237421.155
- سعد، علي عبدالله محمد. (2017). استخدام نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتحسين نوعية الحياة للأطفال المعاقين ذهنيا فئة القابلين للتعلم. مجلة الخدمة الاجتماعية، 57ع، 2ج ، 49 - 116. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/864208>
- الضحيان، سعود بن ضحيان. (2002). عزت عبد الحميد محمد حسن: معالجة البيانات باستخدام برنامج SPSS 10 (الرياض، سلسلة بحوث منهجية.
- علي، عبد الحميد محمد. (2001). الصدمات النفسية وعلاقتها بالسلوك التوافقي لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية اكلينيكية. المؤتمر السنوي الثامن لمركز الإرشاد النفسي - الأسرة في القرن، 21، 1، القاهرة: مركز الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس، 439 - 481. مسترجع من [/31687Record/com.mandumah.search://h](http://31687Record/com.mandumah.search://h)

ليلة ، على .(2012).الاصلاح الداخلى لمواجهة العولمة ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .
مبروك ، رشا محمد على. (2011). الحاجات النفسية في ضوء نظرية ماسلو (دراسة مقارنة بين الكيف
والمبصر) . مجلة كلية التربية – جامعة بورسعيد ، العدد العاشر – يونيو.
الفيقيه ، عبدالعاطي فرج على . (2015). التكيف الاجتماعي: المفهوم والأبعاد دراسة نظرية
سوسبيولوجية .المجلة الليبية العالمية 2 . (4) ،-،<https://doi.org/10.37376/1570-000-004>

00

محمد ، محمد عبدالصبور، رضوان، شعبان جاب الله، شويخ، هناء أحمد محمد & بخيت، حسين محمد حسين.
(2020). الفروق بين المراهقين والمراهقات في نوعية الحياة والمعتقدات المختلفة حول النوم .مجلة
كلية الآداب بقنا، 29، (العدد 51)، 100.44634.100،[doi: 10.21608/qarts.2020.44634.100](https://doi.org/10.21608/qarts.2020.44634.100) .
نجمة ، بلال .(2014). الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة فى النفس لدى طلاب الجامعة دراسة ميدانية على
عينة من طلاب القطب الجامعى ، رسالة ماجستير منشوره ،، تامذة ، جامعة تيزى وزو .

Ali, J.[1] ; Cohen, R.; Reznick, R. (1995), Demonstration of acquisition of trauma management skills by senior medical students completing the ATLS program, *Journal of Trauma* Volume38Issue5Page687-691 DOI10.1097/00005373-199505000-00002.

Ayse Rezan ÇEÇEN EROUL & Melek BEYHAN MAYDA,. (2016). "Childhood Trauma Experience and Emotion Management Skills in Predicting General Psychological Health," *Proceedings of International Academic Conferences* 3606035, International Institute of Social and Economic Sciences.

Harper, A., Power, M., & WHOQOL Group, X. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOLBref quality of life assessment. *Psychological Medicine*, (28)

Varni, J. W., Seid, M., & Kurtin, P. S. (2001). PedsQL 4.0: reliability and validity of the Pediatric Quality of Life Inventory version 4.0 generic core scales in healthy and patient populations. *Medical care*, 39(8), 800–812. <https://doi.org/10.1097/00005650-200108000-00006>

Tran Thi, T. H., Lin, C. Y., & Huang, M. C. (2024). Agreement between quality of life assessed using family proxy and child self-reports among children with hematologic malignancy. *European journal of pediatrics*, 10.1007/s00431-024-05613-4. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s00431-024-05613-4>

Testa, M. A., & Simonson, D. C. (1996). Assessment of quality-of-life outcomes. *The New England journal of medicine*, 334(13), 835–840. <https://doi.org/10.1056/NEJM199603283341306>

Kumar, P.R., Large, J., Konda, N. et al. *Eur J Trauma Emerg Surg* (2024). Student advanced trauma management and skills (SATMAS): a validation study <https://doi.org/10.1007/s00068-024-02456-4>

Students in Suez Canal University (2022). Smoking Habit Profile and Health Related Quality of Life among Smokers. *Trends in Nursing and Health Care Journal*, 4(1), 66-81. doi: 10.21608/tnhcj.2022.248090

Zumaya, Jakleen Q , Motlak, Jamal B. (2019), The Role of Environmental Indicators in Improving the Quality of Urban Life in the City of Baghdad–A Comparative Study IOP Conf. Ser.: Mater. Sci. ng. 518 022085 DOI 10.1088/1757-899X/518/2/022085

Abd El-Menem, Souzan, Abd El-Ghafara , Amal A. Abd El-Nabic , Hosam El-Din Fathallab , (2019), Resilience, burden, and quality of life in

Egyptian family caregivers of patients with schizophrenia. a Psychiatric and Mental Health Nursing, Faculty of Nursing, b Neuro-psychiatry, , Tanta University, Tanta, c Psychiatric Nursing and Mental Health, Faculty of Nursing, Damanhour University, Damanhur, Egypt

Hargreaves, K. V. (2024). Trauma-informed practice in ontario university writing centres (Order No. 31139709). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (3003327399). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/trauma-informed-practice-ontario-university/docview/3003327399/se-2>

Prigerson, H. G., Bierhals, A. J., Kasl, S. V., Reynolds, C. F., Shear, M. K., Day, N. L., Beery, L. C., Newsom, J. T., & Jacobs, S. (1997). Traumatic grief as a risk factor for mental and physical morbidity. <https://doi.org/10.1176/ajp.154.5.616>

<https://www.capmas.gov.eg/>

Chedifat1,Zhor El ,(2023), Role Ambiguity Psychological Wellbeing Vice-principals Secondary Schools Journal of Management, Organizations and Strategy Vol. 5, No. - <https://www.asjp.cerist.dz/en/downArticle/870/5/3/240770>