جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى

أحمد كامل الحوراني*

*** أستاذ مساعد _ قسم علم النفس**

جامعة أم القرى

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى، ومعرفة الفروق بين هؤلاء الطلبة في هذين المتغيرين في ضوء متغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية). تكونت عينة الدراسة من (١٤٨) طالباً وطالبة جرى اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. ولتحقيق هذا الهدف تم إعداد مقياس جودة الحياة الجامعية وتم استخدام مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003)، ترجمة وتقنين الهاشمية (٢٠١٧). وقد أظهرت النتائج وجود علاقات إرتباطية موجبة بين مقياس جودة الحياة الجامعية ومجالاته والمرونة النفسية، كما أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية ومجالاته لدى الطلبة غير السعوديين تبعاً لمتغيرات الدراسة: الجنس والمرحلة الدراسية، بينما أظهرت النتائج وجود فروق دالة بين المتوسطات الحسابية لمجال (العلاقة مع المدرسين) تعزى لمتغير السنة الدراسية، ومن جهة أخرى، أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً بين متوسط درجات الطلبة في المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس. بينما لم تظهر نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة في المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات الدراسة: المرحلة الدراسية والسنة الدراسية.

الكلمات المفتاحية: *جودة الحياة الجامعية، المرونة النفسية، الطلبة غير السعوديين.*

جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى

أحمد كامل الحوراني*

* أستاذ مساعد _ قسم علم النفس

جامعة أم القرى

المقدمة:

تتيح الجامعات السعودية الفرصة لكثير من الطلاب حول العالم بإكمال الدراسة الجامعية فيها، في مرحلة البكالوريوس والدراسات العليا، ويمثل الطلبة الآسيويين والأفارقة والعرب أغلبية الطلبة الذين يدرسون في مختلف التخصصات الجامعية وخاصة في كليات اللغة العربية والكليات الدينية، بالإضافة الى عدد من التخصصات والبرامج العلمية المختلفة في جامعة أم القرى. ويتلقى الطلاب والطالبات إلى جانب دراستهم العلمية في الجامعات السعودية تسهيلات وخدمات متنوعة تساعدهم في مسيرتهم التعليمية (عمادة القبول والتسجيل، ٢٠١٨).

يمثل الإلتحاق في الدراسة الجامعية خبرة جديدة تتضمن السعادة والإستمتاع والرضا، وأيضاً مزيد من الضغوط والقلق (AlHorany & Hassan, 2011)، حيث تزداد غالباً هذه الضغوط عندما يجمع الطالب بين الدراسة ومسؤوليات إضافية أخرى، مثل: الدراسة في دولة أخرى، الإنتقال والتكيف مع البيئة الجديدة، العمل، الزواج، الحنين إلى الوطن والأسرة، الأعباء المادية والإجتماعية..الخ (AlHorany & Hassan, 2011). وأشارت عدد من الدراسات إلى أن التحصيل الدراسي وتراكم المسؤوليات والتفاعل مع عوامل أخرى قد تؤثر على تحصيل ومستوى الطلبة الأكاديمي ووضع كمية مفرطة من الضغط عليه، تعيقه من الإستمرار في الدراسة وتساهم في خفض جودة الحياة لديهم (Gavala, 2005).

شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً في مجال علم النفس بدراسة جودة الحياة (Quality of Life)، وذلك في إطار التحول من التركيز على الجوانب المرضية في

شخصية الفرد الى تحديد الجوانب الإيجابية من خلال بزوغ فجر علم النفس الإيجابي، ليتعدى استخدامات مفهوم جودة الحياة مجالات عديدة، ومنها: جودة الحياة، وجودة التعليم، وجودة المستقبل، وجودة الحياة الأسرية، وجودة الزواج (عبد الله، ٢٠٠٨)، بعد اقتصارها في البدايات على المجالات الطبية والرعاية الصحية للفرد والمجتمع (مصطفى، ٢٠٠٩). ويعرف منسي وكاظم (٢٠٠٦) جودة الحياة بأنه مفهوم يعبر عن صحة الإنسان الجسدية، والنفسية، ونظافة البيئة المحيطة به وثرائها، والرضا عن الخدمات التي تقدم له، مثل: التعليم، والخدمات الصحية، والإتصالات، والمواصلات، والممارسات الديمقراطية، والعدالة الاجتماعية، وشيوع روح المحبة والتفائل بين الناس، فضلاً عن الإيجابية وارتفاع الروح المعنوية، والإنتماء والولاء للوطن. أما حبيب (٢٠٠٦) فيرى جودة الحياة أنها شعور الفرد بالرضا والسعادة، والمقدرة على إشباع حاجاته، لجوانب شخصيته والتنسيق بينهما، والتعلم المتصل للمهارات والإتجاهات، وكذلك تعلم حل المشكلات، وأساليب التوافق والتكيف، والإستمرارية في الإهتمام بالإبداع والتعلم التعاوني، بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية، من خلال الأسرة، والمدرسة، والجامعة، وبيئة العمل.

يعتبر التعليم الجامعي أحد أشكال جودة الحياة، ومن أهم المراحل التعليمية لما تمثله من تأثير في تنمية مدركات الطلاب لجودة حياتهم، ففي هذه المرحلة النمائية المهمة في حياتهم يستعدون للإلتحاق لاحقاً بمهنة المستقبل والزواج وبناء الأسرة، وعلى مستوى المرحلة الدراسية يمثل مفهوم جودة الحياة الجامعية انعكاس للمستوى النفسي والإنفعالي والتحصيلي للطالب (الفرا والنواجحة ، ٢٠١٢)، وبهذا فإن جودة الحياة الجامعية لها أهمية وتأثير في أداء الطلاب الدراسي، ودافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم (منسي وكاظم، ٢٠٠٦؛ أبو حلو، أبو زيد وسليمان، ٢٠١٣).

ويعد تكيف الطالب وشعوره بالرضا والإرتياح أحد مظاهر جودة الحياة للطالب الجامعي، وبالتالي قد ينعكس على انتاجيته ودافعيته وتحصيله وتوافقه الأكاديمي من خلال الأداء الجيد له. وبشكل عام، يتعرض الطلبة الجامعيين إلى مجموعة من المعوقات والمواقف والضغوطات، التي من الممكن أن تؤثر على مستوى رضاهم عن جودة الحياة الجامعية، ومنها: مستوى الخدمات الجامعية المختلفة المقدمة للطالب، وطبيعة العلاقة بين الطلبة وأعضاء هيئة التدريس، الضغط النفسي للحصول على الدرجات، والامتحانات، المنهاج

والمقررات الدراسية، وزملاء الدراسة، وإدارة الوقت، والمناخ التعليمي، والتوتر والقلق بشكل عام (سليمان، ٢٠١٠؛ منسي وكاظم، ٢٠١٠). ومن جهة أخرى، ترتبط صحة الفرد النفسية بإمتلاك درجات مقبولة من الإتزان الإنفعالي الذي يمكنه من السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية، والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف؛ مما يساعد على المواجهة الواعية للضغوط أو الصعوبات التي تواجهه في الحياة (ريان، ٢٠٠٦).

فالطالب الذي يتمتع بقدر من المرونة النفسية يجد طرقاً مختلفة لإشباع رغباته ودوافعه تبعاً لتغير الظروف التي تواجهه في حياته. ويذكر ابو حلاوة (٢٠١٣) مجموعة من العوامل المرتبطة بالمرونة النفسية والتي تساعد في استمراريتها لدى الأفراد كالقدرة على المواجهة الفعالة والتوافق الإيجابي للضغوط، واكتساب طرق ومهارات التواصل والتفاعل وحل المشكلات، وتوفر الدعم والمساندة الإجتماعية من خلال العائلة والأصدقاء، وبذلك تعد المرونة النفسية كأداة للتكيف مع الضغوط والأزمات، وقدرة للتأقلم واستعادة الاستقرار والتوازن النفسي من أهم السمات التي يحتاجها الفرد أثناء المرحلة الجامعية، لما تمثله هذه المرحلة من تحديات ومسؤوليات دراسية، ومادية، وإجتماعية للطالب الجامعي، وبناء على ذلك، ولما يمثله طلبة الجامعة من شريحة مهمة في أي مجتمع، وأهمية أخذ الطلبة المغتربين بعين الإعتبار ولما قد يقع عليهم من ضغوط نتيجة إختلاف البيئة والثقافة، والبعد عن الأهل والأسرة من جهة، وضغوط الدراسة والتحصيل الأكاديمي والتكيف في البيئة الجامعية من جهة أخرى، جاءت هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى.

مشكلة الدراسة:

ظهرت في السنوات الأخيرة إهتمام كبير من قبل الباحثين بدراسة جودة الحياة لدى طلبة الجامعة كأحد الأهداف التي تركز على تحسين جودة الحياة الأكاديمية للطلبة، وكفرصة جيدة لإداريي الجامعة والأكاديميين في إدراك المشاكل المرتبطة بجودة الحياة للطلبة الجامعيين والمساهمة الفعالة في حل تلك المشاكل.

تمثل الحياة الجامعية بداية مرحلة جديدة في حياة الطالب، ونقطة محورية في المساهمة بإعداد وتشكيل شخصية الفرد ليكون جاهزاً لمهنة المستقبل، وبناء الأسرة؛ مما

يتوجب على الطالب أن يكون متزناً انفعالياً ولديه قدراً من المرونة النفسية تمكنه من ضبط نفسه وانفعالاته، والقدرة على تجاوز الضغوط والصعوبات، ومن خلال الإطلاع على الأدب النظري وجد الباحث قلة بالدراسات التي تناولت جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، في الوقت الذي لم يتم إيجاد دراسة تناولت جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلبة الأجانب في الجامعات السعودية.

لقد أظهرت الدراسات أن التعليم والدراسة، والعلاقات مع المدرسين والزملاء، والرضا العام عن الحياة الجامعية من أهم المجالات لجودة الحياة الجامعية (حمادنة، ٢٠١٨؛ مخيمر، ٢٠١٨)، حيث لاحظ الباحث استخدام مقاييس جودة الحياة العامة في قياس جودة الحياة الجامعية بعيداً عن التركيز على مجالات بعينها لها علاقة مباشرة بحياة الطالب الجامعية. ومن ثم تأتي هذه الدراسة لتسلط الضوء على الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى ببناء مقياس جديد يقيس جودة الحياة الجامعية، وعلاقتها بالمرونة النفسية من خلال عدد من المتغيرات الديمجرافية (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية)، من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

١) هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات جودة الحياة الجامعية ومجالاتها ودرجات المرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى؟
٢) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة الجامعية ومجالاتها تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية) لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى؟
٣) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية) لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى، وكذلك الفروق في هذين المتغيرين في ضوء متغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية).

أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من خلال الموضوع الذي تناولته وأهميته على المستويين النظري والتطبيقي، واعتبار كل من جودة الحياة والمرونة النفسية من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي التي لها تأثير مباشر في حياة الفرد، لا سيما طالب الجامعة وما يترافق مع الحياة الجامعية من ظروف وتحديات مختلفة تتطلب مقدرة أكبر على الإنسجام والتكيف. لذا يأمل الباحث أن توفر هذه الدراسة حقائق علمية ونظرية تسهم في إثراء البحوث في مجال أبحاث الطلبة وخاصة طلبة الجامعة المغتربين.

ومن جهة أخرى، تسعى هذه الدراسة بتزويد القادة الإداريين والتربويين بنتائج وتصورات واضحة قد تفيدهم في بناء استراتيجيات جديدة قد تساهم في زيادة مستوى الخدمات المقدمة للطلبة، وخاصة في السكن الجامعي والمرافق العامة في الجامعة، ما قد ينعكس على جودة الحياة الجامعية للطلبة بشكل عام. وعلاوة على ذلك، من المؤمل أن تفيد نتائج هذه الدراسة المرشدين والإخصائيين النفسيين في وضع برامج تثقيفية وتصميم برامج ارشادية ونفسية تساعد على رفع وتنمية مستوى المرونة النفسية وتحسين السمات السلوكية الشخصية الإيجابية لدى الطلبة، ما قد ينعكس على طريقة تعايشهم وإدراكهم وتمييزهم لمحيطهم بشكل ملائم، وما سيعود عليهم بتأثير إيجابي بزيادة الدافعية والتحصيل الدراسي والتوافق النفسي والإقبال على الحياة.

التعريفات الإجرائية:

جودةالحياة الجامعية (Quality of life):

يعرف الباحث جودة الحياة الجامعية بأنها حالة إيجابية يشعر الطالب خلالها بالسعادة والرضا والطمأنينة في البيئة الأكاديمية والتعليمية، وما يحيطها من خدمات وثراء أكاديمي وعلاقات ايجابية بالمحيطين به، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال التوافق النفسي والذاتي.

ويعرف إجرائياً: بأنه مجموع ما يتحصل عليه المستجيب من درجات عند استجابته على فقرات ومجالات مقياس جودة الحياة الجامعية (الدراسة والمقررات، العلاقة مع المدرسين،

العلاقة مع الزملاء، الرضا العام عن الحياة الجامعية) والتي تعبر عن مستوى الرضا لديه، والمستخدم في الدراسة الحالية.

المرونة النفسية (Psychological Resilience):

يعرف كونور وديفيدسون المرونة النفسية بأنها: "القدرة على الشفاء أو الرجوع إلى الحالة السوية بعد التعرض للحدث الضاغط" (Connor & Davidson, 2005, P.660). أما الهاشمية (٢٠١٧) فتعرف المرونة النفسية بأنها قدرة الشخص على تحمل المواقف الصعبة، وإعادة النظر في أفكاره ومواقفه وقراراته ونمط حياته، إذ يستطيع إدارة حياته بنجاح على الرغم من الظروف التي يواجهها.

وتعرّف إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس المرونة النفسية المستخدم في الدراسة من إعداد كونور وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003)، وترجمة وتقنين الهاشمية (٢٠١٧).

محددات الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة الحالية في النقاط التالية:

١. الحدود الموضوعية: جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية.
٢. الحدود البشرية: الطلبة غير السعوديين بجامعة أم القرى.
٣. الحدود الزمانية: قام الباحث باجراء هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول والثاني ١٤٣٩، ١٤٤٠هـ.
٤. الحدود المكانية: جامعة أم القرى.

كما تتحدد الدراسة الحالية بالأدوات المستخدمة فيها.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

جودةالحياة الجامعية (Quality of life):

زاد اهتمام الباحثين في مجالات علم النفس والصحة النفسية بمفهوم جودة الحياة منذ النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، كإستجابة لأهمية تبني نظرة ايجابية في حياة الأفراد كبديل للتركيز العميق الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من صحة وحياة الأفراد؛ بحيث يمثل الجانبين تنقلاً طبيعياً للسلوك الانساني في كلا

الإتجاهين طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك، وكإتجاه علمي جديد سعى الباحثين إلى التركيز على الإمكانات البشرية وجوانب القوى والخصال الإيجابية للفرد، والكشف عن المؤثرات الصحية والإجتماعية والنفسية للحياة الجيدة، وتعددت استخداماته بصورة واسعة في السنوات اللاحقة ليشمل مجالات مختلفة مثل جودة الحياة، جودة الزواج، جودة الخدمات، جودة التعليم وغير ذلك.

وقد تعددت الآراء حول تحديد مفهوم جودة الحياة نظراً لما يحمله من جوانب متعددة ومتفاعلة مع بعضها البعض، فهو يستخدم أحياناً للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، ويستخدم احياناً للتعبير عن إدراك الأفراد لقدرة هذه الخدمات على اشباع حاجاتهم المختلفة، وتعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة بأنها: قدرة الفرد على الإستمتاع بالإمكانيات المتاحة لديه في الحياة وشعوره بالأمن والرضا والسعادة والرفاهية، حتى ولو كان لديه ما يعوق ذلك (عبدالله، ٢٠٠٨).

وتُعرف جودة الحياة أيضاً بدرجة الإستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة. فضلاً عن مدى إدراك الفرد لجوانب حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وتوافقه مع القيم السائدة في المجتمع (حرطاني، ٢٠١٤). أما جودة الحياة عند الفرا والنواجحة (٢٠١٢) فتتضمن العديد من المعايير مثل: السعادة، وتقبل الذات، وجودة الحياة الأكاديمية، وجودة الحياة الاجتماعية، وجودة الحياة الصحية والنفسية.

وتُعرف أيضاً بأنها شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في كافة مجالات الحياة (كاظم والبهادلي، ٢٠٠٦).

وتمثل الحياة الجامعية أحد مجالات جودة الحياة وكبيئة دراسية سعى الباحثون من خلالها لدراسة جودة الحياة لدى طلاب الجامعة؛ وهنا يعرف منسي وكاظم (٢٠١٠) جودة حياة طلاب الجامعة بإعتبارها شعور الطالب بالسعادة والرضا والتمكن من إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والإجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والإستفادة منه.

هذا ويعرف الباحث جودة الحياة الجامعية بأنها حالة إيجابية يشعر الطالب خلالها بالسعادة والرضا والطمأنينة في البيئة الأكاديمية والتعليمية، وما يحيطها من خدمات وثراء أكاديمي وعلاقات ايجابية بالمحيطين به، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال التوافق النفسي والذاتي.

ساهمت **الأطر النظرية** المختلفة في تباين التعاريف والمؤشرات التي تعبر عن جودة الحياة، ويرجع ذلك إلى حداثة استخدام المفهوم علمياً من جهة، ومن جهة أخرى ارتباط المفهوم بعدد من المجالات والفروع العلمية والحياتية المختلفة كعلم الإجتماع والطب بفروعه والإقتصاد، وأيضاً علم النفس الذي يعد من بين العلوم التي اهتمت بجودة الحياة، وفهم وتحديد المتغيرات والعوامل المؤثرة في جودة حياة الإنسان، فقد استخدم مفهوم جودة الحياة في علم النفس للتعبير عن مستوى الخدمات المادية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع، وللتعبير عن ادراك الأفراد لقدرة هذه الخدمات على اشباع حاجاتهم المختلفة.

وتعد تصورات Ventegodt, Merrick, & Andersen (2003) من النماذج المهمة التي أكدت على العوامل الخارجية كمحددات أساسية في إدراك الفرد لجودة الحياة؛ فالجودة تتضح في العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته، وأن شعور الفرد بمفهوم جودة الحياة متعدد الأبعاد، حيث يمثل أمراً نسبياً لإرتباطه ببعدين أساسيين لكل منهما مؤشرات خاصة، وهما البعد الموضوعي Subjective Quality of Life والبعد الذاتي Objective Quality of Life. وعلاوة على ذلك، ركز غالبية الباحثين على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لجودة الحياة، ويتضمن مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل: أوضاع العمل أو الدراسة، المعايير الثقافية، مستوى الدخل، المكانة الاجتماعية والاقتصادية، إشباع الإحتياجات، وحجم المساندة المتاح من شبكة العلاقات الاجتماعية وغيرها. وفي المقابل، أكدت دراسات أخرى بأن جودة الحياة بمفهومها الواسع تخضع لمتغيرات داخلية، وبالتالي على الباحثين عدم إهمال البعد الذاتي الذي يتضمن الإتجاهات نحو الحياة والعمل، والرضا عن الحياة، والإحساس بحسن الحال، والرضا عن المكانة الاجتماعية، وشعور الفرد بالسعادة (Gilman, Easterbrooks, & Frey, 2004؛ ابو حلاوة، ٢٠١٠)

وفي هذا السياق يؤكد كاظم ومنسي (٢٠١٠) على أهمية العوامل الذاتية والموضوعية في تقدير درجة جودة الحياة، وفي ذات السياق، ولصعوبة الفصل بين المؤشرين "الموضوعي والذاتي"، واعتبار الفرد ذاته مصدر المعلومات في كلتا الحالتين، أكدت مجموعة من الدراسات كدراسة (سليمان، ٢٠١٠؛ كاظم ومنسي، ٢٠١٠، محمود والجبالي، ٢٠١٠) على ضرورة تضمين مقاييس جودة الحياة المؤشرات الموضوعية التي تتركز على الإمكانات البيئية المتاحة، بالإضافة إلى المؤشرات الذاتية التي تعكس مدى رضا الفرد وسعادته بالإمكانات التي توفرها البيئة المحيطة به. عموماً، يتفق هذا التوجه بشكل كبير مع نموذج إيفانس (Evans, 1994) والذي يشير إلى النظرة والوجهة التكاملية للأطر النظرية في قياس متغير جودة الحياة، حيث يرتبط مفهوم جودة الحياة بالإدراك الذاتي الذي يؤثر على تقييمات الفرد للمؤشرات الموضوعية للحياة، كالتعلم والعلاقات الاجتماعية والأكاديمية من ناحية، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للأفراد من ناحية أخرى، حيث تتغير وتثبت رؤيتنا لجودة الحياة الشخصية بناءً على الخبرات والظروف المتباينة في مرحل حياتنا العمرية.

مجالات جودة الحياة الجامعية:

بإستعراض وجهات النظر حول جودة الحياة ومجالاتها وطريقة قياسها، نجد انقساماً بين تناول الجوانب الذاتية والجوانب الموضوعية من قبل بعض الباحثين، بينما اهتم البعض الآخر بالجانبين معاً، فجودة الحياة على الرغم من أنها تشير إلى الحياة النفسية، إلا أن الكثير من التعاريف الخاصة بجودة الحياة تتضمن الظروف البيئية حيث المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر، وبالتالي يوضح الجانب الذاتي إدراكات الفرد بظروفه ومدى إحساس الفرد بالسعادة والرضا، ويركز الجانب الموضوعي على البيئة الخارجية، ويتضمن الظروف الصحية والتعليمية وشبكة العلاقات الإجتماعية والأنشطة ومستوى الدخل وأوضاع العمل ووقت الفراغ.

وتعتبر محاولة منسي وكاظم (٢٠٠٦) من المحاولات الأولى في الوطن العربي التي اهتمت بدراسة جودة الحياة لدى الطالب الجامعي على اعتبار أن مرحلة التعليم الجامعي إحدى أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات المتعلمين لجودة حياتهم، فطلبة الجامعة يمرون بمرحلة نمائية مهمة في حياتهم، حيث يستعدون للإلتحاق بالمهن

المختلفة، والزواج والإستقرار الأسري، ومن ثم فإن نظرتهم لجودة حياتهم تؤثر على أدائهم الدراسي وفي دافعيتهم للإنجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم. وقد وضع منسي وكاظم (٢٠٠٦) ستة مجالات خاصة في قياس جودة الحياة للطالب وهي جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والإجتماعية، وجودة التعليم، وجودة العواطف، وجودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته. أما عزب (٢٠٠٤) فقد ضمّن مقياسه لجودة الحياة ستة أبعاد هي: التفائلية، تقدير الذات، التوقعات المستقبلية، الممارسات الدينية، الحالة الصحية العامة، والرضا عن المهنة.

من خلال مراجعة الدراسات السابقة، يظهر أن كثيراً من الدراسات تناولت جودة الحياة الجامعية من خلال مجالات وأبعاد تتعلق بالرضا عن الحياة والسعادة بشكل عام، وقليل من هذه الدراسات أخذت بعين الإعتبار بناء مقاييس تركز على جودة الحياة الجامعية، ومن هذه المجالات والأبعاد التي تناولتها هذه المقاييس: إقامة علاقات إيجابية مع أعضاء هيئة التدريس، وزملاء الدراسة، التعليم، البيئة الجامعية، الأنشطة الطلابية، الخدمات الإرشادية، جودة الكفاءة الذاتية، الرضا العام عن التخصص، الرضا العام عن الحياة الجامعية، بالإضافة إلى إداريو الجامعة، حيث شكلت هذه المجالات العوامل الأساسية عند دراسة جودة حياة الطالب الجامعية (منسي وكاظم، ٢٠١٠؛ عبد المطلب، ٢٠١٣؛ حمادنة، ٢٠١٨؛ مخيمر، ٢٠١٨؛ ملحم، ٢٠١٨).

هذا وتتناول الدراسة الحالية مجموعة من المجالات ذات العلاقة المباشرة بجودة الحياة الجامعية، والتي أجمع عليها الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بجودة الحياة الجامعية، حيث روعي في بناء وصياغة فقرات ومجالات المقياس تغطيتها لمتغير جودة الحياة الجامعية، مع الإعتماد في تقويمه على تكامل المؤشرات الذاتية والموضوعية، بحيث يكون صالح ومناسب للإستخدام مع الطلبة الجامعيين.

عموماً، يمكن القول بأن جودة الحياة هي الممارسة الإنفعالية للأنشطة اليومية الإجتماعية والبيئية كماً وكيفاً بدرجة عالية من التوفيق والنجاح وبرضا نفسي عن الحياة بشكل عام، والشعور بالإيجابية والصحة النفسية وإمتلاك وتطوير سمات وخصائص شخصية أخرى كالمرونة النفسية والضبط الداخلي للمساعدة في تخطي العقبات والضغوط

التي يتعرض لها الفرد والقدرة على تجاوزها بفاعلية، ومن خلال الإستفادة من المصادر البيئية المتاحة كالمساندة الإجتماعية، والمعايير الحياتية.

المرونة النفسية: Psychological Resilience

تعد المرونة النفسية من أهم مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية، ومن المفاهيم التي دعا إليها علم النفس الإنساني وحركة علم النفس الإيجابي، وهي إحدى مظاهر القوى والسمات الإنسانية، حيث يختلف الأشخاص في قدراتهم على مواجهة الأزمات والمحن، فمنهم من يواجه المحنة ويتعافى منها ويستغل إمكاناته الإيجابية في الإرتداد إلى ما قبل حدوث المحنة، ومنهم من يفشل، ومن ثم تحدث له المشكلات والإضطرابات.

ويعرف دوريك وآخرون (Dowrick et al., 2008) المرونة النفسية بأنها: القدرة على التكيف بنجاح وإحداث التغيرات اللازمة لمواجهة التحديات.

وتعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA, 2008) المرونة النفسية بأنها: عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات والنكبات أو الضغوط النفسية التي يواجهها البشر، مثل: المشكلات الأسرية، ومشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة، وضغوط العمل والمشكلات المادية.

والمرونة لدى بونانو (Bonanno, 2004) لا تعني التعافي أو الارتداد للأداء النفسي بعد الصدمة، لكن هي القدرة على الحفاظ على مستويات من التوازن المستقر، والأداء النفسي والجسدي في مجابهة خسائر الصدمة.

ويعرفها ماستن (Masten, 2009) بانها القدرة الايجابية للفرد على التوافق مع الضغوط النفسية، وتمكنه من اداء وظائفه بشكل جيد. أما المرونة النفسية عند شقورة (٢٠١٢) فهي قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد عليها بشكل عقلاني، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين، أساسها الود والإحترام المتبادل وتقبل الآخرين.

وتعرفه الهاشمية (٢٠١٧) بأنها قدرة الشخص على تحمل المواقف الصعبة، وإعادة النظر في أفكاره ومواقفه وقراراته ونمط حياته، فالشخص المرن يستطيع الإستجابة لأي تغيير في بيئته استجابة مناسبة لتحقيق التكيف والإنسجام بين حاجاته من جهة، والضغوطات الخارجية من جهة أخرى، لذا يواجه المواقف بطريقة إيجابية، إذ يستطيع إدارة حياته بنجاح على الرغم من الظروف التي يواجهها.

وبالرغم من الأصل الفيزيائي لمصلح المرونة، التي تعني قدرة المادة على العودة إلى حالتها الأصلية بعد تعرضها لحالة من الضغط أو الحرارة الشديدة أو أي قوة خارجية، يعتبر فيرنر وسميث (Werner & Smith, 1982) من الرواد الذين كتبوا في المرونة النفسية، حيث تشير إلى قدرة الفرد على العودة إلى الحالة التي كان عليها قبل تعرضه لخبرة الضغوط والتحديات الصعبة، حيث أجروا دراسة على أطفال في أسر فقيرة ومهمشة، ويعاني بعض أفرادها من أمراض نفسية، وأغلبهم عاطلون عن العمل ومدمنون للكحول، وقد أظهرت النتائج أن ثلثي الأطفال لديهم سلوكيات عدوانية، كما تعرضوا لاحقاً للفشل في العمل، في حين أظهر الثلث الآخر من الأطفال نقيض سلوكيات أقرانهم، فكانوا أقل عدوانية، وأعلى نجاحاً في حياتهم المهنية، لذا أطلق عليهم الأطفال ذوي المرونة النفسية، فهؤلاء الأطفال لديهم صفات تجعلهم مختلفين عن أقرانهم.

وتعتبر نظرية أنماط التقييم الإيجابي للمرونة أن مفهوم المرونة يقصد به مساعدة الناس في السيطرة على الظروف والضغوط القاسية، من أجل البقاء بصحة نفسية جيدة، وأن إمتلاكهم آليات وقائية للشفاء الذاتي، يمنع بالتالي تطور الأمراض والإضطرابات النفسية كالإكتئاب أو القلق أو الإدمان، بسبب الضغوط والأحداث الصادمة أو ظروف الحياة الضاغطة.

وخلال دراساتهم، استطاع كالش ومولر وتوسشر Kalisch, Müller, & (Tüscher, 2015) من تحديد المبدأ المشترك الذي يشكل الأساس الشامل للدراسات المستقبلية في مجال المرونة، فقد قام العلماء بدمج أبعاد متنوعة واتجاهات بحثية مختلفة من الدراسات النفسية والإجتماعية مروراً بالإتجاهات الجينية وانتهاءً بالدراسات البيوعصبية المختلفة، ويرى كالش أن أبحاث المرونة قد تعاملت مع العوامل الإجتماعية والنفسية المختلفة التي تؤثر إيجابياً في المقاومة النفسية، إلا أن التساؤل المطروح كان فيما إذا كان هناك قاسم مشترك لجميع هذه الإتجاهات المشخصة، فوجدوا أن الدماغ يحتل مركز الصدارة أكثر من العوامل المشخصة، ومن هنا تم طرح سؤال رئيسي: كيف يقيم الدماغ موقفاً معيناً أو مثيراً ما؟ .

حيث يعتقد أن التقييم الإيجابي للمثير هو الآلية المركزية الذي يحدد قدرة الفرد على المرونة، وأن النتيجة النهائية لعملية التقييم أن المواقف الصعبة أو المثيرات الشديدة

ليس لها تأثير كبير في التقرير الذي يحدده الشخص، وبالتالي يمثل أسلوب التقييم الإيجابي الحامي من الأمراض والإضطرابات المرتبطة بالتوتر على المدى الطويل، لأنه يقلل من حدوث استجابات الضغط وشدته (رضوان، ٢٠١٧).

وبهذا، تتفق عدد من الدراسات مع ما أشارت إليه الجمعية الأمريكية لعلم النفس من وجود العديد من العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية والتي تعمل على تعديل وتلطيف التأثيرات السلبية لمواقف الحياة الصادمة، ومنها: وجود الرعاية، والمساندة الإنفعالية والإجتماعية، والثقة بالنفس، وتقديم التشجيع من الأسرة ومن خارجها، والنظرة الإيجابية للذات. ومن جهة أخرى، يعتبر وضع خطط مرنة مع الثقة بالنفس، وتطوير مهارات التواصل، والقدرة على ادارة المشاعر والاندفاعات أمراً بالغ الأهمية (APA, 2010).

ويذكر ابو حلاوة (٢٠١٣) مجموعة من العوامل المرتبطة بالمرونة النفسية والتي تساعد في استمراريتها لدى الأفراد، ومنها: القدرة على المواجهة الفعالة والتوافق الايجابي للضغوط بطريقة سوية، واكتساب طرق ومهارات التواصل والتفاعل وحل المشكلات، والقدرة على إدارة الإنفعالات وتجاوزها بشكل صحيح، وتوفر الدعم والمساندة الإجتماعية من خلال العائلة والأصدقاء، بالإضافة إلى النظرة الإيجابية للأحداث، والقدرة على وضع خطط سليمة واتخاذ الخطوات والإجراءات اللازمة لتطبيقها أو تنفيذها. ومن زاوية أخرى، يمكن الإشارة بأن المرونة النفسية تأتي من ثلاثة مصادر تتمثل في: الدعم الخارجي الذي يحافظ على استمرارية المرونة، والقوة الداخلية (الذاتية) التي تتكون مع مرور الوقت، وامتلاك مهارة حل المشكلات التي تساعد الفرد على مواجهة المحن والشدائد (Jorgensen, Fichten, & Havel, 2011).

وبذلك يرى الباحث أن المرونة النفسية تعد كأداة للتكيف والتوافق في مواجهة الضغوط والأزمات، وقدرة للتأقلم واستعادة الإستقرار والتوازن النفسي من أهم السمات التي يحتاجها الفرد أثناء المرحلة الجامعية، لما تمثله هذه المرحلة من تحديات ومسؤوليات دراسية، ومادية، واجتماعية للطالب الجامعي بشكل عام، وللطالب الجامعي المغترب أهمية واستثناء خاص حيث الإنتقال إلى بيئة جديدة، وما يرافقها من تحديات إضافية تتمثل بالثقافة، والتكيف والتأقلم مع المحيط الجديد، والبعد عن العائلة والأسرة واستمرار التواصل معهم، وتراكم الضغوط المادية.

وان الإفتقار للمرونة هو السبب الرئيسي وراء الأداء السلبي للشخص وتدني الشجاعة والعقلانية وعدم التواصل، وهذا ما يؤكد أهمية تنمية المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، كي يصبحوا قادرين على مواجهة الضغوط والتحديات. وأن الأفراد ذوي المرونة النفسية يتعاملون بفاعلية مع المشاعر السلبية، ويحافظون على تفائلهم في أي موقف، ويكتسبون أساليب مسايرة جيدة، ويستطيعون تجاوز أي مشكلة أو موقف بصورة فعالة؛ بمعنى لديهم توجه متفائل وايجابي في الوقت نفسه وبإمكانهم الموازنة بين مشاعرهم السلبة والإيجابية.

ومن خلال مراجعة الأدب النظري للمرونة النفسية يرى الباحث أن مفهوم المرونة النفسية يشير إلى عملية دينامية تتضمن قدرة وكفاءة الأفراد في التغلب على الإنتكاسات ومواجهة التحديات والأزمات والمواقف الضاغطة، بشكل تكيف سلوكي فعال وتوافق ايجابي يتسم بالهدوء والإنسجام والتوازن النفسي.

الدراسات السابقة:

اقتصر الباحث على اختيار الدراسات التي تناولت موضوع جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية وهي كما يلي:

أجرى كرستين وروثمان ووسينج (Kirsten, Roothman, & Wissing, 2003) دراسة هدفت الى معرفة الفروق بين الجنسين في أبعاد جودة الحياة، وتكونت العينة من (٣٧٨) طالباً من ذوي الأصول الثقافية المختلفة، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة، والتوازن الوجداني، وفعالية الذات، والمكونات الإجتماعية لمفهوم الذات، وحصل الذكور على درجات مرتفعة على مقياس مفهوم الذات البدنية ايضاً، والتفكير الإيجابي البناء، والمرونة المعرفية في حين حصلت الإناث على درجات مرتفعة في الإحساس بالتماسك والعلاقات الإجتماعية.

في حين فحصت دراسة جافالا (Gavala, 2005) العلاقة بين إدراك الضغوط، وعدم الإرتياح في البيئة الجامعية والاستمتاع، والدافعية الأكاديمية، وجودة الحياة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٢) طالباً جامعياً، وبينت النتائج أن الطلبة الذين يظهرون درجات عالية من الضغوط، ومشاعر عدم الراحة في البيئة الجامعية، وشعور أقل بالسيطرة

الأكاديمية كانوا أكثر احتمالية للشعور بمستوى أقل من جودة الحياة، وانخفاض الشعور بالإستمتاع الأكاديمي، والدافعية الأكاديمية.

وأجرى حسن والمحرزي وابراهيم (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى جودة الحياة والضغوط النفسية، ومقاومتها لطلبة الجامعة، واختلافها تبعاً لكل من الجنس، ونوع الكلية على عينة قوامها (١٨٣) طالباً وطالبة من جامعة السلطان قابوس، وأسفرت نتائجها عن وجود مستويات متوسطة من جودة الحياة، والضغوط النفسية، واستراتيجيات مقاومتها، ووجود فروق بين الجنسين في مستوى جودة الحياة لصالح الذكور، وأشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق بين طلبة الكليات العلمية والإنسانية في جودة الحياة لصالح الكليات العلمية.

وهدفت دراسة الغنبوصي (٢٠٠٦) الى التعرف على مستوى جودة المناخ الجامعي، وأجريت على عينة قوامها (٣٥٠) طالباً وطالبة بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، كشفت النتائج عن مستوى متوسط بجودة المناخ الجامعي، وفروق بين الجنسين وبين الفئة العمرية على البعد الأكاديمي لصالح الذكور، والأكثر من ٢٦ سنة، وفروق بين الفرق الدراسية على البعد الاجتماعي لصالح الفرقة الرابعة، ووجود فروق دالة احصائياً ترجع الى التحصيل الدراسي على البعد المعرفي، والإجتماعي، والتنظيمي أيضاً.

أما دراسة آل غزال (٢٠٠٨) فقد هدفت الى التعرف على مستوى ودلالة الفروق في المرونة النفسية على متغيري التخصص والنوع، وايجاد العلاقة الإرتباطية بين التشائم الدفاعي والمرونة النفسية لدى عينة مكونة من (٥٠٠) طالباً وطالبة من جامعة بغداد والجامعة المستنصرية، أشارت النتائج الى تمتع الطلبة بمستوى عال من المرونة النفسية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التشائم الدفاعي والمرونة النفسية، ومن جهة أخرى، أظهر طلبة التخصص العلمي مرونة نفسية أعلى من أقرانهم في التخصصات الانسانية، وعدم وجود فروق في المرونة النفسية بين الذكور والإناث.

وأجرت محمود والجمالي (٢٠١٠) دراسة هدفت الى دراسة فعالية الذات كما يدركها طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الجنس والتخصص وتأثيرها على جودة الحياة لديهم على عينة من (٢٠٢) طالباً وطالبة، وقد اشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين فعالية الذات وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ووجود فروق دالة احصائياً في جودة

الحياة بين الذكور والإناث لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في جودة الحياة بين طلبة الأقسام الأدبية، والأقسام العلمية.

وهدفت دراسة شقورة (٢٠١٢) إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة في ضوء متغيرات الجنس والتخصص لدى عينة مكونة من (٦٠٠) طالباً وطالبة، أشارت نتائج الدراسة الى تمتع الطلبة بدرجة متوسطة في المرونة النفسية والرضا عن الحياة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق في الرضا عن الحياة تعزى إلى متغيرات الجنس والتخصص والمعدل التراكمي، ووجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وعدم وجود فروق تعزى الى التخصص والمعدل التراكمي.

وأجرت الزهيري (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى التعرف على المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة تكونت من (٤٧٦) طالباً طالبة بجامعة ديالى، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع في المرونة النفسية، ومستوى منخفض في أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة، ووجود علاقة سالبة بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة، وعدم وجود فروق دالة احصائياً في مستوى المرونة النفسية بحسب متغيرات الدراسة (الجنس، التخصص، السنة الدراسية).

وجاءت دراسة نعيسة (٢٠١٢) بهدف التعرف إلى مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات المحافظة، والنوع، والتخصص لدى عينة قوامها (٣٦٠) طالباً وطالب، بإستخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من اعداد (منسي وكاظم، ٢٠٠٦). توصلت الدراسة الى وجود مستوى متدني من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين، ولم تظهر الدراسة فروقاً في جودة الحياة تعزى لمتغيرات الدراسة، وعدم وجود علاقة دالة احصائياً بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

وأجرت محمد (٢٠١٤) دراسة للتعرف على العلاقة بين المرونة الإيجابية وكلاً من تحقيق الذات وجودة الحياة لدى الجنسين من طلاب الجامعة، لدى عينة مكونة من (١٠٠) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة الإيجابية وتحقيق الذات وجودة الحياة لدى الجنسين من طلاب الجامعة.

في حين فحصت دراسة جعيص (٢٠١٦) العلاقة بين المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات بالإضطرابات النفسجسمية لدى (٢٨٣) من طلاب الدراسات العليا بكلية التربة بأسيوط. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات، ووجود فروق دالة احصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الإضطرابات النفسجيمية في كل من المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات لصالح منخفضي الإضطرابات النفسجسمية، وأن الذكور أكثر مرونة نفسية وقدرة على حل المشكلات من الإناث.

وهدفت دراسة عابدين والشرقاوي (٢٠١٦) الى معرفة العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية، والإختلافات فيها بإختلاف متغيرات النوع والتخصص والفرقة الدراسية لدى (٤٦٧) طالباً وطالبة، من التخصصات الأدبية والعملية ومن الفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، وقد توصلت الدراسة الى وجود ارتباط موجب ودال بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية، وعدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية بينما كانت الفروق لصالح الذكور في جودة الحياة الأكاديمية، وأيضا عدم وجود فروق دالة تبعاً للتخصص والفرقة الدراسية في المرونة النفسية وجودة الحياة الأكاديمية، ووجود فروق دالة في مقياس جودة الحياة الأكاديمية بإختلاف مستوى المرونة النفسية (مرتفع، متوسط، منخفض).

وهدفت دراسة الهاشمية (٢٠١٧) إلى التعرف إلى العلاقة بين المرونة النفسية وكل من مهارات التواصل والصحة النفسية لدى عينة مكونة من (١٠٠٠) طالباً وطالبة من جامعة نزوى بسلطنة عمان، وقد أشارت نتائج الدراسة الى وجود مستويات مرتفعة من المرونة والصحة النفسية، ووجود ارتباطات عالية بين متغيرات الدراسة بشكل عام، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق دالة احصائياً بين المرونة النفسية والصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير الكلية لصالح كلية العلوم والآداب، كما أسفرت النتائج وجود فروق في مستوى المرونة النفسية ومهارات التواصل والصحة النفسية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية لصالح طلبة التأهيل التربوي.

وقام صبيرة واسماعيل (٢٠١٧) بدراسة العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة دبلوم التأهيل التربوي في كلية التربية بجامعة تشرين في ضوء متغيرات الجنس والتخصص على عينة من الطلبة قوامها (٢٧٢)، توصلت النتائج إلى أن المرونة النفسية وجودة الحياة لدى الطلبة جاءت بدرجة متوسطة، وكذلك وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المرونة النفسية وجودة الحياة لدى الطلبة، وعدم وجود فروق في جودة الحياة تعزى إلى الجنس والتخصص، في حين أظهرت النتائج وجود فروق في المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس ولصالح الذكور وعدم وجود فروق تعزى إلى التخصص.

أما دراسة المحتسب والعبادلة والعكر (٢٠١٧) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة وقلق البطالة وجودة الحياة، على عينة قوامها (٣٠٠) طالباً خريج في محافظة رفح، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين المرونة وجودة الحياة، وأن المرونة لها علاقة مباشرة بجودة الحياة وتؤثر سلباً على قلق البطالة، ولها دور في تحسين جودة الحياة بعد التعرض لقلق البطالة، وأن المرونة لعبت دوراً وسيطاً بين قلق البطالة وجودة الحياة، وأظهرت النتائج أيضاً وجود معامل ارتباط مباشر بين قلق البطالة وجودة الحياة، عند العزل الإحصائي لتأثير المرونة، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في جودة الحياة تبعاً لمتغيري الجنس والتقدير التحصيلي للتخرج من الجامعة، ووجود فروق دالة احصائياً في المرونة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً في المرونة تبعاً لمتغير التقدير التحصيلي للتخرج من الجامعة ولصالح فئتي التقدير (جيدجداً، ممتاز)، بمعنى أن الفئتين لديهما مرونة أكثر.

وأخيراً، أجرى حمادنة (٢٠١٨) دراسة هدفت التعرف الى مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية، على عينة تكونت من (٤٠٠) طالباً. ولتحقيق أهداف الدراسة طور الباحث استبانة تكونت من (٦٦) فقرة موزعة على أربعة مجالات، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية جاء مرتفعاً، وفي جميع المجالات والأداة ككل، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات تقدير مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية في جميع المجالات والأداة ككل تعزى لمتغير التخصص الدراسي، أما متغير المعدل التراكمي، فلم

تكن هناك فروق دالة احصائياً في مجال أعضاء هيئة التدريس– الأساتذة، في حين كانت هناك فروق دالة احصائياً في باقي المجالات وهي: (اداريو الجامعة، وزملاء الدراسة، والمقررات الدراسية)، والاداة ككل لصالح معدل (ممتاز، وجيد جداً).

تعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة والتي تناولت متغيرات الدراسة الحالية ومن خلال الإطلاع تبين ما يأتي:

اختلفت البحوث في أهدافها فاهتمت بعض الدراسات بالتعرف على العلاقة بين جودة الحياة والمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة كدراسة: (شقورة، ٢٠١٢؛ نعيسة، ٢٠١٢؛ محمد، ٢٠١٤؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦، صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧)، ودراسات أخرى اهتمت بالتعرف على الفروق في جودة الحياة والمرونة النفسية في ضوء متغيرات كالجنس والتخصص والسنة الدراسية والمعدل التراكمي والمرحلة الدراسية كدراسة: (Kirsten et al., 2003؛ Gavala, 2005؛ الغنبوصي، ٢٠٠٦؛ آل غزال، ٢٠٠٨؛ الزهيري، ٢٠١٢؛ نعيسة، ٢٠١٢؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦؛ صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧؛ الهاشمية، ٢٠١٧، حمادنة، ٢٠١٨). وبذلك تتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في أهدافها في الكشف عن العلاقات والفروق في جودة الحياة الجامعية ومجالاتها والمرونة النفسية في ضوء عدد من المتغيرات.

كما أجريت جميع الدراسات السابقة على طلاب المرحلة الجامعية، وتم تمثيل الجنسين في جميع الدراسات بإستثناء دراسة حمادنة (٢٠١٨)، التي أجريت على الطلاب الذكور غير السعوديين في جامعة الملك سعود لعينة تكونت من (٤٠٠) طالب، في حين تراوحت العينات في الدراسات السابقة بين (١٠٠ و١٠٠٠) طالب وطالبة. واستخدم المنهج الوصفي بأنواعه الإرتباطي، التحليلي، المقارن، والإستكشافي في الدراسات السابقة المذكورة آنفاً، وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث تمثيل الطلبة غير السعوديين (ذكور وإناث) في الدراسة، وهو ما يتفق مع جميع الدراسات بإستثناء دراسة حمادنة (٢٠١٨)، التي اقتصرت عينتها على الذكور.

وبخصوص المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة، اعتمدت بعض الدراسات على مقياس كاظم ومنسي (٢٠٠٦) لقياس جودة الحياة في حين تم اللجوء الى بناء مقاييس

جديدة لقياس جودة الحياة الجامعية كدراسة (حمادنة ٢٠١٨). وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام الإستبانة في قياس متغيرات الدراسة، وفي بناء مقياس لقياس جودة الحياة الجامعية متضمن المجالات السائدة في المقاييس السابقة مثل: (الدراسة والمقررات، اعضاء هيئة التدريس، زملاء الدراسة، والرضا العام عن الحياة الجامعية).

كشفت نتائج الدراسات عن وجود علاقة ارتباطية طردية بين جودة الحياة والمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة كدراسة: (شقورة، ٢٠١٢؛ نعيسة، ٢٠١٢؛ محمد، ٢٠١٤؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦، صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧)، واهتمت بعض الأبحاث بدراسة الفروق بين الجنسين في جودة الحياة، وتوصلت بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق كما في دراسة (Kirsten et al. 2003؛ شقورة، ٢٠١٢؛ نعيسة، ٢٠١٢؛ صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧، المحتسب والعبادلة والعكر، ٢٠١٧)، وعدم وجود فروق بين الجنسين في المرونة النفسية كما في دراسة (آل غزال، ٢٠٠٨؛ الزهيري، ٢٠١٢، عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦)، بينما أشارت دراسات أخرى إلى وجود فروق بين الجنسين في جودة الحياة لصالح الذكور كما في دراسة (حسن والمحرزي وابراهيم، ٢٠٠٦؛ محمود والجمال، ٢٠١٠، عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦)، كما أظهرت بعض الدراسات إلى وجود فروق بين الجنسين في المرونة النفسية، ولصالح الإناث كما في دراسة (المحتسب والعبادلة والعكر، ٢٠١٧؛ الهاشمية، ٢٠١٧)، وأخيراً، وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين في المرونة النفسية ولصالح الذكور كما في دراسة (شقورة، ٢٠١٢؛ جعيص، ٢٠١٦، صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧).

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات عدم وجود فروق دالة تبعاً للسنة الدراسية في جودة الحياة والمرونة النفسية كما في دراسة (الزهيري، ٢٠١٢؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦) ووجود فروق بين السنوات الدراسية على البعد الاجتماعي في جودة المناخ الجامعي لصالح السنة الرابعة كما في دراسة (الغنبوصي، ٢٠٠٦).

كما أسفرت النتائج وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية لصالح طلبة التأهيل التربوي كما في دراسة (الهاشمية، ٢٠١٧). في حين ركزت بعض الدراسات على التعرف على مستوى كل من جودة الحياة والمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة كما في دراسة: (الغنبوصي، ٢٠٠٦؛ آل غزال، ٢٠٠٨؛ الزهيري، ٢٠١٢؛ الهاشمية، ٢٠١٧، حمادنة، ٢٠١٨).

وتتميز هذه الدراسة عن سابقاتها بأنها تعتبر الأولى التي تتناول متغيري جودة الحياة الجامعية والمرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى، وبشكل عام، تمت الإفادة من الدراسات في وضع الأسس النظرية وإعداد الأدوات، والإجراءات، وتدعيم بعض الآراء المتعلقة بالإطار النظري، وفي مقارنة نتائج البحث الحالي مع نتائجها.

الطريقة والإجراءات:

منهج الدراسة:

اعتمد الباحث على المنهج الارتباطي المقارن، لمناسبته لأهداف وأسئلة الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى بمدينة مكة المكرمة. وذلك خلال الفصل الدراسي الأول والثاني من العام الدراسي ١٤٣٩/١٤٤٠هـ. حيث بلغ عدد الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى تبعاً لإحصائية عمادة القبول والتسجيل (٢٣٦٢) طالب وطالبة، موزعين على عدد من الكليات (عمادة القبول والتسجيل، ٢٠١٨).

عيّنة الدّراسة:

تم اختيار عينة عشوائية طبقية من مجتمع الدراسة الأصلي من الطلبة غير السعوديين بجامعة أم القرى بلغ عددها (١٤٨) مفردة تبعاً لمتغيرات الدراسة وهي (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية)، حيث تم توزيع رابط إلكتروني يتضمن مقاييس الدراسة على الطلبة، مع تضمين خيار (الطلبة غير السعوديين)، ويوضح الجداول (1) توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة.

جدول (١)

توزيع عيّنة الدّراسة بحسب متغيّرات الدراسة المستقلة

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
الجنس	ذكر	88	59.5
	أنثى	60	40.5
	المجموع	148	100.0
المرحلة الدراسية	البكالوريوس	٨٨	٥٩.٥
	دبلوم	٢٥	١٦.٩

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
	دراسات عليا	٣٥	٢٣.٦
	المجموع	148	١٠٠.٠
السنة الدراسية	أولى	٢٦	١٧.٦
	ثانية	٤٢	٢٨.٤
	ثالثة	٢٤	١٦.٢
	رابعة	٢٨	١٨.٩
	خامسة	٢٨	١٨.٩
	المجموع	148	١٠٠.٠

يتبين من خلال الجدول (١) أن نسبة الذكور يفوق الإناث حيث بلغت نسبتهم ٦٠% والإناث ٤٠%، وبخصوص المرحلة الدراسية فإن نسبة مستوى طلبة البكالوريوس بلغت ٦٠% والدبلوم ١٧% اما الدراسات العليا فبلغت نسبتهم ٢٣%، وجاءت نسب السنة الدراسية كالتالي: مستوى السنة الثانية كانت الأعلى حيث بلغت ٢٨% تلاها الرابعة والخامسة بنسبة ١٩% أما السنة الأولى فبلغت نسبتهم ١٨% والثالثة ١٦%.

أداتا الدِّراسة:

أولاً: مقياس جودة الحياة الجامعية:

لتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياس جودة الحياة الجامعية بعد مراجعة الأدب التربوي والدراسات العربية والأجنبية السابقة، وبعد الإطلاع على مقاييس جودة الحياة بشكل عام، وجودة الحياة الجامعية بشكل خاص مثل:(Sulis & Tedesco, 2009 ؛ محمود والجمالي، ٢٠١٠؛ منسي وكاظم؛ ٢٠١٠؛ حجو، ٢٠١٥؛ الحسينان، ٢٠١٥؛ حمادنة، ٢٠١٨؛ مخيمر، ٢٠١٨، ملحم، ٢٠١٨).

وبعد إعداد الصورة الأولية للمقياس متضمنة التعريف الإجرائي لجودة الحياة الجامعية والمجالات الفرعية له، تم عرض المقياس على مجموعة من ذوي الإختصاص في جامعتي أم القرى في السعودية واليرموك في الأردن بقسمي علم النفس والإرشاد النفسي لأخذ آرائهم في فقرات الإستبانة، حيث إعتمد الباحث الفقرات التي اتفق عليها ٨٠% من المحكمين، مع الأخذ بتعديل وصياغة بعض العبارات التي رأى أعضاء التحكيم حاجتها إلى تعديل وإعادة صياغة لعدم وضوحها أو إحتمالها أكثر من فكرة، بالإضافة إلى القيام ببعض

التعديلات اللغوية. وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٤) فقرة موزعة على أربعة مجالات فرعية وهي، المجال الأول: الدراسة والمقررات: ويتكون من ٧ فقرات: (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧)، المجال الثاني: العلاقة مع المدرسين ويتكون من ٨ فقرات: (٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥)، المجال الثالث: العلاقة مع الزملاء ويتكون من ٨ فقرات: (١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣)، المجال الرابع: الرضا العام عن الحياة الجامعية ويتكون من ١١ فقرة: (٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤). واستخدم الباحث سلم ليكرت الخماسي لتقدير مستوى جودة الحياة الجامعية لدى أفراد العينة، وقد تم تقدير الدرجات على فقرات المقياس بحيث تعطى الإستجابة موافق بشدة: ٥، موافق: ٤، محايد: ٣، غير موافق: ٢، غير موافق على الإطلاق: ١) للعبارات الإيجابية ويتم عكس اتجاه تقدير الدرجات للعبارات السلبية والتي تكونت من الفقرات (٥، ٧، ١٤، ١٥، ٢٢، ٣٠، ٣٤)، وقد تراوحت الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية بين (٣٤ – ١٧٠) درجة.

صدق البناء لمقياس جودة الحياة الجامعية:

ويعبّر عنه بقدرة كل فقرة في الأداة على الإسهام في الدَّرجة الكليَّة من جهة، وقدرة الفقرة على الإسهام في درجة المجال الذي تنتمي إليه من جهة ثانية، وقدرة المجال على الإسهام في الدرجة الكلية من جهة ثالثة، ويعبّر عن ذلك احصائياً بمعاملات الإرتباط المصححة. وللتحقق من صدق أداة الدراسة لمقياس جودة الحياة الجامعي تم حساب معامل ارتباط الفقرة المصحح بالدرجة الكلية وارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه والجدول (٢) يبين نتائج ذلك.

وعلى عينة استطلاعية بلغ حجمها (٥٠) طالب وطالبة تم استخدام صدق البناء في الدراسة الحالية، حيث استقرَّت الأداة بعد ذلك على جميع العبارات البالغ عددها (٣٤) فقرة، إذ لم يتم حذف أية عبارة بسبب ارتباطها بشكلٍ دالٍ إحصائياً عند (α = ٠.٠١) مع الدرجة الكلية ومع مجالاتها، وارتباط المجالات الأربعة مع الدرجة الكلية، الأمر الذِّي يشير الى صلاحية مقياس جودة الحياة الجامعي وتمتعه بصدق البناء الملائم. ويوضح الجداول (٢) قيم معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية وارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه:

جدول (٢)

معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية والمجال الذي تنتمي إليه في مقياس جودة الحياة الجامعية **(ن= ٥٠)**

المجال	الفقرة	معامل الارتباط بالمجال	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	المجال	الفقرة	معامل الارتباط بالمجال	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الدراسة والمقررات	1	0.784**	٠.306**	العلاقة مع الزملاء	١٦	0.801**	٠.382**
	2	0.818**	٠.338**		١٧	0.864**	٠.416**
	3	0.847**	٠.283**		١٨	0.852**	٠.433**
	4	0.724**	٠.٢٢٦*		١٩	0.771**	٠.444**
	5	0.437**	٠.405**		٢٠	0.766**	٠.369**
	6	0.774**	٠.388**		٢١	0.673**	٠.322**
	٧	0.574**	٠.306**		٢٢	0.390**	٠.454**
					٢٣	0.811**	٠.391**
العلاقة مع المدرسين	٨	0.740**	٠.٢٣٥*	الرضا العام عن الحياة الجامعية	٢٤	0.823**	٠.546**
	٩	0.749**	٠.224**		٢٥	0.797**	٠.516**
	١٠	0.677**	٠.256**		٢٦	0.791**	٠.491**
	١١	0.660**	٠.288**		٢٧	0.775**	٠.481**
	١٢	0.775**	٠.393**		٢٨	0.753**	٠.427**
	١٣	0.758**	٠.240**		٢٩	0.782**	٠.512**
	١٤	0.343**	٠.314**		٣٠	0.582**	٠.416**
	١٥	0.325**	٠.369**		٣١	0.715**	٠.446**
					٣٢	0.790**	٠.626**
					٣٣	0.684**	٠.516**
					٣٤	0.823**	٠.426**

**دالة احصائيا عند مستوى دلالة α = 0.01 *دالة احصائيا عند مستوى دلالة α = 0.05

يتضح من نتائج الجدول (٢) أن معاملات ارتباط فقرات المجال الأول الدراسة والمقررات بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠.٢٢٦- ٠.٤٠٥) وتراوحت مع مجالها ما بين (٠.٤٣٧ -٠.٨٤٧) وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≤ ٠.١ – ٠.٠٠٥. كما تراوحت معاملات ارتباط فقرات المجال الثاني – العلاقة مع المدرسين– بالدرجة

الكلية تراوحت ما بين (٠.٢٢٤ -٠.٣٩٣) وتراوحت مع مجالها ما بين (٠.٣٢٥ – ٠.٧٧٥) وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≥ ٠.١ – ٠.٠٥ . كما تراوحت معاملات ارتباط فقرات المجال الثالث العلاقة مع الزملاء بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠.٣٢٢ – ٠.٤٥٤) وتراوحت مع مجالها ما بين (٠.٣٩٠ – ٠.٨٦٤) وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≥ ٠.١ – ٠.٠٥ . كما تراوحت معاملات ارتباط فقرات المجال الرابع الرضا العام عن الحياة الجامعية بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠.٤١٦ – ٠.٦٢٦) وتراوحت مع مجالها ما بين (٠.٥٨٢ – ٠.٨٢٣) وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≥ ٠.١ – ٠.٠٥. ومن خلال النتائج السابقة يتبين أن المقياس يتمتع بدلالات صدق جيدة.

ثبات مقياس جودة الحياة الجامعي:

للتحقق من ثبات أداة الدراسة تم استخدام معامل ثبات كرونباخ ألفا لمجالات مقياس جودة الحياة الجامعية والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت معاملات الثبات للمجالات الأربعة والمقياس ككل كما هو مبين في الجدول (٣):

جدول (٣)

قيم معاملات الثبات بطريقة الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ) لمقياس جودة الحياة الجامعية ومجالاته

المجال	الفقرات	معامل الثبات ألفا كرونباخ
الدراسة والمقررات	٧	0.٧٨
العلاقة مع المدرسين	٨	0.٧٩
العلاقة مع الزملاء	٨	0.٨٤
الرضا العام عن الحياة الجامعية	١١	0.٨٧
المقياس ككل	٣٤	0.٩٢

يتبين من خلال الجدول (٣) ان معاملات الثبات لمجالات مقياس جودة الحياة الجامعية تراوحت ما بين (٠.٧٨- ٠.٨٧) وهي معاملات ثبات مقبولة، كما بلغ معامل الثبات الكلي (٠.٩٢) وهو معامل ثبات مقبول ويدل على أن المقياس يتمتع بدلالات ثبات مقبولة.

ثانياً: مقياس المرونة النفسية:

استخدم الباحث مقياس المرونة النفسية (Connor & Davidson Resilience Scale)، ويرمز له (CD-RISD)، وهو من إعدد كونور وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003)، وترجمة وتقنين الهاشمية (٢٠١٧). ويتألف المقياس بصورته الأصلية من (٢٥) فقرة لقياس المرونة النفسية، وللتأكد من خصائص السيكومترية للمقياس؛ تم تطبيق المقياس على خمسة عينات مختلفة: تكونت من الأفراد العاديين (n=577)، ومراجعي الرعاية الصحية الأولية في العيادات الخارجية (n=139)، ومراجعي العيادات الخارجية للطب النفسي (n=43)، أفراد يعانون من اضطراب القلق العام (n=25)، ومن يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة (n=44)، وشملت العينة البالغين من جنوب افريقيا والصين والطلبة الكوريين، ورجال الإطفاء والممرضات وطلبة من الهند لهدف التحقق من صدق وثبات المقياس عبر مختلف المجموعات، وقد بلغ معامل ألفا كرونباخ (٠.٩٤)، مع الأخذ بعدد من المعايير الخاصة في المقياس؛ فكان العمر من ١٨ سنة فأكثر، واستبعدت الدراسة: القصر، والمرضى الجدد في زياراتهم الأولى، والمرضى الذين يحتاجون الى ترجمة، والمرضى كبار السن، أو ذوي القدارت العقلية المنخفضة (Connor & Davidson, 2003).

وللتحقق من الخصائص السيكومترية بعد الترجمة، قامت (الهاشمية، ٢٠١٧) بحساب الصدق بطريقتي الصدق الظاهري والإتساق الداخلي، حيث تم ترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية وبالعكس من قبل مترجمين محترفين، والعرض على مدقق لغوي للتأكد من سلامة اللغة ووضوح المعنى والصياغة، ثم عرض على المحكمين الذين بدورهم أشاروا إلى عدد من التعديلات في بعض فقرات المقياس الأصلي لعدم وضوح العبارات وإحتمالها أكثر من فكرة، وإعادة صياغة بعضها لتزداد وضوحاً وتلائم ما وضعت لقياسه. وبالنسبة للإتساق الداخلي قامت مترجمة المقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من ٦٠ طالب وطالبة في جامعة نزوى، وذلك لبيان مدى اتساق فقرات المقياس مع بعضها بعضاً، وتراوحت معاملات ألفا بين (٠.٩٢٦-٠.٩٣٤)، وهو ما يشير إلى تمتع فقرات المقياس بمعامل ارتباط مرتفع، وذلك بعد حذف الفقرة (٢٤) (لدي الفخر بإنجازاتي) التي بلغ ارتباطها الكلي بالدرجة الكلية (٠.١١٧)، واستدعي حذفها حتى لا تؤثر في معامل

الإتساق الداخلي للمقياس. كما أن الارتباط الكلي لجميع البنود كانت مرتفعة وتراوحت بين (٠.٢٢٩-٠.٧٥٠)، مما يشير إلى اتساق داخلي جيد للفقرات وأصبح عدد فقرات المقياس المستخدم (٢٦) فقرة.

ومن أجل التأكد من صدق الأداة في الدراسة الحالية، ولكونها لم تطبق في مجتمع الدراسة الحالي، قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس من خلال عرضه على (١٠) محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة أم القرى، وقسم علم النفس بجامعة الملك عبد العزيز، حيث طلب منهم تحكيم أداة الدراسة، وإبداء آرائهم في فقرات المقياس من حيث مدى الملائمة، والصياغة اللغوية للفقرات وأية ملاحظات أخرى من حيث التعديل، أو الإضافة، أو الحذف، حيث أشار المحكمون إلى حذف الفقرة (تستمع عائلتي لحديثي وتساعدني في اتخاذ القرار) لعدم مناسبتها للمقياس ولأفراد عينة الدراسة، واتفق أغلب المحكمين على الإبقاء على تعديلات (الهاشمية، ٢٠١٧) لوضوح الترجمة والتعديلات التي تم إجراءها، والصياغة اللغوية الجيدة المستخدمة في فقرات المقياس.

واستخدم الباحث في الدراسة الحالية صدق البناء، حيث استقرَّت الأداة على جميع الفقرات والبالغ عددها (٢٥) فقرة بسبب ارتباطها بالدرجة الكلية بشكلٍ دالٍ إحصائياً عند مستوى الدلالة (α = ٠.٠١) وذلك على عينة استطلاعية بلغ حجمها (٥٠) طالب وطالبة، الأمر الذِّي يشير الى صلاحية مقياس المرونة النفسية وتمتعه بصدق البناء، والجدول (٤) يبين قيم معاملات الإرتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية:

جدول (٤)

نتائج معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية (ن= ٥٠)

الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
١	0.442**	١٤	0.770**
٢	0.552**	١٥	0.324**
٣	0.495**	١٦	0.490**
٤	0.509**	١٧	0.543**
٥	0.632**	١٨	0.693**
٦	0.503**	١٩	0.301**
٧	0.418**	٢٠	0.559**
٨	0.571**	٢١	0.801**

الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
٩	0.461**	٢٢	0.740**
١٠	0.621**	٢٣	0.315**
١١	0.560**	٢٤	0.381**
١٢	0.270*	٢٥	0.829**
١٣	0.370**		

**دالة احصائيا عند مستوى دلالة α = 0.01 *دالة احصائيا عند مستوى دلالة α = 0.05

يتبين من خلال الجدول (٤) أن معاملات ارتباط فقرات مقياس المرونة النفسية بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠.٢٧٠- ٠.٨٢٩) وهي معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≥ ٠.١ – ٠.٠٥، ومن خلال ما سبق يتبين ان المقياس يتمتع بدلالات صدق جيدة.

ثبات مقياس المرونة النفسية:

وللتحقق من ثبات الأداة في الدراسة الحالية، تم اللجوء إلى طريقة الإتساق الداخلي باستخدام معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس المرونة النفسية، والجدول (٥) يبين ذلك:

جدول (٥)

نتائج معامل الثبات ألفا كورنباخ لمقياس المرونة النفسية

المقياس	الفقرات	معامل الثبات ألفا كورنباخ
المرونة النفسية	٢٥	٠.٩١

يتبين من خلال الجدول (٥) أن معامل ثبات مقياس المرونة النفسية باستخدام ألفا كرونباخ بلغ (٠.٩١) وهو معامل ثبات مرتفع ويدل على أن المقياس يتمتع بدلالات ثبات جيدة.

نتائج الدِّراسة:

يتضمن هذا القسم عرضاً للنَّتائج التي توصَّلت إليها الدِّراسة، وفيما يلي نتائج الدِّراسة تبعاً لتسلسل الأسئلة:

أولاً: النتائج المتعلِّقة بالسُّؤال الأول:

نصَّ هذا السُّؤال على: هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات جودة الحياة الجامعية ومجالاتها ودرجات المرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى؟

للاجابة عن سؤال الدراسة الأول تم حساب معاملات ارتباط بيرسون والجدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦)

نتائج معاملات ارتباط بيرسون بين درجات مقياس جودة الحياة الجامعية ومجالاتها ودرجات مقياس المرونة النفسية

المجال	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
الدراسة والمقررات * مقياس المرونة النفسية	٠.722	٠.٠٠
العلاقة مع المدرسين * مقياس المرونة النفسية	٠.653	٠.٠٠
العلاقة مع الزملاء * مقياس المرونة النفسية	٠.720	٠.٠٠
الرضا العام عن الحياة الجامعية * مقياس المرونة النفسية	٠.750	٠.٠٠
مقياس جودة الحياة الجامعية* مقياس المرونة النفسية	٠.821	٠.٠٠

** دالة إحصائياً عند (α = ٠.٠١).

يتبين من خلال الجدول (٦) وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين بعد الدرجات على الدراسة والمقررات ودرجات مقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٢٢) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠١. كما تبين من خلال الجدول وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين بعد الدرجات على العلاقة مع المدرسين ودرجات مقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٦٥٣) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠١. كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين بعد الدرجات على العلاقة مع الزملاء ودرجات مقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٢٠) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠١. كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين بعد الدرجات على الرضا العام عن الحياة الجامعية ودرجات مقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٥٠) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠١. كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين بعد الدرجات على الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية ودرجات مقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٨٢١) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠١. ويرى الباحث أن الجودة المرتفعة للدراسة

والمقررات، وجودة العلاقة مع المدرسين والزملاء، والرضا عن الحياة الجامعية تؤثر بشكل مباشر على تكيف الطالب وشعوره بالسعادة ومرونته النفسية في التواصل والتعامل مع الوسط المحيط به شخصياً واجتماعياً وحتى دراسياً، بالإضافة إلى أن الإحساس بجودة الحياة الجامعية يشير إلى تمتع الطالب بالصحة النفسية وما يرافقها من قدرة على الإستجابة والتكيف مع الأحداث الصادمة ومواجهتها بقدر مناسب من المرونة النفسية وانعكاسه على ايجابية الطالب واقباله على الحياة وتفهمه لكثير من الأحداث الضاغطة وتجاوز المشكلات والعقبات. وتتفق هذه النتيجة مع دراسات (صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧ ومحمد، ٢٠١٤) حيث أشارتا الى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة الإيجابية وجودة الحياة لدى الجنسين من طلاب الجامعة.

ثانياً: النتائج المتعلّقة بالسُّؤال الثاني:

نصَّ هذا السُّؤال على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة الجامعية تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية) لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة ام القرى؟" للاجابة عن سؤال الدراسة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري، كما تم استخدام اختبار (ت)، واختبار (تحليل التباين الأحادي) والجداول بالأسفل تبين ذلك.

أ-متغير الجنس:

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ونتائج اختبار ت تبعاً لمتغير الجنس

المجال	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	قيمة الدلالة
الدراسة والمقررات	ذكر	29.41	4.50	١.٠٥	١٤٦	٠.٢٩
	أنثى	30.20	4.44			
العلاقة مع المدرسين	ذكر	27.84	6.57	٠.١٠	١٤٦	٠.٩٢
	أنثى	27.73	6.09			
العلاقة مع الزملاء	ذكر	24.23	4.69	٠.٦٩	١٤٦	٠.٤٩
	أنثى	24.73	3.94			
الرضا العام عن الحياة الجامعية	ذكر	39.31	9.02	١.٦١	١٤٦	٠.١١
	أنثى	41.38	5.21			
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية	ذكر	120.78	22.05	٠.٩٨	١٤٦	٠.٣٣
	أنثى	124.05	16.31			

يتبين من خلال الجدول (٧) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسط درجات الأفراد على مقياس جودة الحياة ومجالاته تبعاً لمتغير الجنس حيث تراوحت قيم اختبار (ت) ما بين (٠.١٠ – ١.٦١) وهي قيم غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٥، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أفراد عينة الدراسة متفقون في آرائهم في رضاهم عن حياتهم، حيث يعايش كلا الجنسين نفس الظروف الفيزيقية داخل حرم الجامعة، إضافة إلى التجانس في تحمل الأعباء الدراسية والأكاديمية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (Kirsten et al. 2003؛ نعيسة، ٢٠١٢؛ صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧، المحتسب والعبادلة والعكر، ٢٠١٧)، التي أظهرت بأن طلبة الجامعة الذكور والإناث يظهرون درجات متقاربة في الرضا عن جودة الحياة، في حين اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراستي (محمود والجمال، ٢٠١٠؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦) التي أشارتا إلى وجود فروق دالة احصائياً بين الجنسين لصالح طلبة الجامعة الذكور.

ب-متغير المرحلة الدراسية:

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المجال	المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجال	المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدراسة والمقررات	بكالوريوس	29.96	3.579	الرضا العام عن الحياة الجامعية	بكالوريوس	41.26	5.274
	دبلوم	30.24	4.890		دبلوم	39.38	9.868
	دراسات عليا	29.34	4.530		دراسات عليا	40.21	7.090
العلاقة مع المدرسين	بكالوريوس	26.96	4.603	درجة المقياس الكلية	بكالوريوس	123.74	14.397
	دبلوم	27.87	6.854		دبلوم	121.36	22.361
	دراسات عليا	28.05	6.639		دراسات عليا	121.97	20.297
العلاقة مع الزملاء	بكالوريوس	25.56	3.651				
	دبلوم	23.87	4.460				
	دراسات عليا	24.37	4.569				

يتبين من خلال الجدول (٨) وجود فروق ظاهرية بين متوسط درجات الأفراد لمجالات مقياس جودة الحياة الجامعية ومتوسط الدرجة الكلية لمتغير المرحلة الدراسية.

ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي. والجدول (٩) يبين ذلك:

جدول (٩)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	الدلالة الاحصائية
الدراسة والمقررات	المرحلة الدراسية	24.810	2	12.405	٠.615	٠.542
	الخطأ	2924.379	145	20.168		
	الكلي	2949.189	147			
العلاقة مع المدرسين	المرحلة الدراسية	23.966	2	11.983	٠.293	٠.746
	الخطأ	5923.952	145	40.855		
	الكلي	5947.919	147			
العلاقة مع الزملاء	المرحلة الدراسية	48.773	2	24.387	1.269	٠.284
	الخطأ	2787.551	145	19.224		
	الكلي	2836.324	147			
الرضا العام عن الحياة	المرحلة الدراسية	60.335	2	30.168	٠.498	٠.609
	الخطأ	8778.395	145	60.541		
	الكلي	8838.730	147			
الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة	المرحلة الدراسية	98.827	2	49.413	٠.123	٠.884
	الخطأ	58287.444	145	401.982		
	الكلي	58386.270	147			

يتبين من خلال الجدول (٩) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات الحسابية لمجال (الدراسة والمقررات) حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٠.٦١٥) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٠٥. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات الحسابية لمجال (العلاقة مع المدرسين) حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٠.٢٩٣) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٠٥، كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً لمجالي (العلاقة بين الزملاء والرضا العام عن الحياة الجامعية). وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق بين متوسط الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية. ويفسر الباحث أن الطلبة في جميع المراحل الدراسية يواجهوا إلى حد ما نفس الظروف الحياتية في البيئة الجامعية، ويقدم لهم نفس الخدمات ضمن إطار واحد داخل

الجامعة، بالإضافة إلى ثبات العلاقة في تعامل أعضاء هيئة التدريس وانعكاس هذا كله على رضاهم وجودة حياتهم الجامعية بشكل عام.

ج-متغير السنة الدراسية

جدول (١٠)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري تبعاً لمتغير السنة الدراسية

المجال	السنة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجال	السنة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجال	السنة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدراسة والمقررات	**أولى**	29.46	5.52	العلاقة مع الزملاء	**أولى**	24.38	5.24	درجة المقياس الكلية	**أولى**	122.92	19.97
	ثانية	30.52	3.62		**ثانية**	24.95	2.80		**ثانية**	128.48	11.67
	ثالثة	29.83	4.82		**ثالثة**	24.75	6.33		**ثالثة**	120.33	26.06
	رابعة	28.64	3.33		**رابعة**	24.07	2.81		**رابعة**	116.14	19.17
	خامسة	29.79	5.28		**خامسة**	23.79	4.96		**خامسة**	119.29	22.99
العلاقة مع المدرسين	**أولى**	28.08	5.64	الرضا العام عن الحياة	**أولى**	41.00	6.55				
	ثانية	30.52	4.00		**ثانية**	42.48	3.92				
	ثالثة	27.25	7.67		**ثالثة**	38.50	9.40				
	رابعة	25.79	6.30		**رابعة**	37.64	10.82				
	خامسة	25.93	7.56		**خامسة**	39.79	7.35				

يتبين من خلال الجدول (١٠) وجود فروق ظاهرية بين متوسط درجات الأفراد لمجالات مقياس جودة الحياة ومتوسط الدرجة الكلية تبعاً لمتغير السنة الدراسية. ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي. والجدول (١١) يبين ذلك.

جدول (١١)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	الدلالة الاحصائية
الدراسة والمقررات	السنة الدراسية	61.775	4	15.444	٠.٧٦٥	٠.550
	الخطأ	2887.414	143	20.192		
	الكلي	2949.189	147			
العلاقة مع المدرسين	السنة الدراسية	532.525	4	133.131	3.515	٠.009
	الخطأ	5415.394	143	37.870		
	الكلي	5947.919	147			

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	الدلالة الاحصائية
العلاقة مع الزملاء	السنة الدراسية	29.194	4	7.299	.372	٠.828
	الخطأ	2807.130	143	19.630		
	الكلي	2836.324	147			
الرضا العام عن الحياة الجامعية	السنة الدراسية	491.111	4	122.778	2.103	٠.083
	الخطأ	8347.619	143	58.375		
	الكلي	8838.730	147			
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية	السنة الدراسية	3015.472	4	753.868	1.947	٠.106
	الخطأ	55370.799	143	387.208		
	الكلي	58386.270	147			

*دال احصائياً عند مسوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٠٥.

يتبين من خلال الجدول (١١) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسطات الحسابية لمجال (الدراسة والمقررات) حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٠.٧٦٥) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٠٥. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسطات الحسابية لمجال (العلاقة مع المدرسين)، حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٣.٥١٥) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٠٥، كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً لمجال (العلاقة بين الزملاء والرضا العام عن الحياة الجامعية). كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين متوسط الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن العلاقة مع أعضاء هيئة التدريس تعتبر الأهم بالنسبة للطلبة لما يمثله المدرس من نموذج يقتدي به الطالب ومحل دعم نفسي وإجتماعي قوي يمكن أن يزيد من النظرة الإيجابية للطالب لما حوله، حيث تتفق هذه النتيجة مع دراستي (الزهيري، ٢٠١٢؛ عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦) التي أشارتا إلى عدم وجود فروق دالة تبعاً لمتغير السنة الدراسية في جودة الحياة، وتختلف النتيجة في مجال (العلاقة مع المدرسين) حيث أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود لجودة الحياة خاص بهذا المجال، ولمعرفة لصالح من كانت الفروق تبعاً للسنة الدراسية، تم استخدام اختبار شيفيه والجدول (١٢) يبين ذلك.

جدول (١٢)

نتائج اختبار الفروق البعدية شيفيه تبعاً لمتغير السنة الدراسية

السنة	السنة	الفرق بين المتوسطات	الدلالة الاحصائية
أولى	ثانية	-٠.30	0.63
	ثالثة	٠.10	0.99
	رابعة	٠.29	0.76
	خامسة	٠.27	0.80
ثانية	ثالثة	٠.41	0.36
	رابعة	٠.59*	**0.05**
	خامسة	٠.58	0.06
ثالثة	رابعة	٠.18	0.95
	خامسة	٠.16	0.96
رابعة	خامسة	-٠.02	1.00

يتبين من خلال الجدول:

عدم وجود فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٥ بين السنة الدراسية الأولى والثانية والثالثة والرابعة والخامسة

كما تبين من خلال الجدول عدم وجود فروق دالة احصائياً بين السنة الثانية والثالثة.

كما تبين من خلال الجدول وجود فروق دالة احصائياً بين السنة الدراسية الثانية والرابعة وكانت الفروق لصالح السنة الثانية.

كما تبين من الجدول عدم وجود فروق دالة احصائياً بين السنوات الثانية والرابعة والخامسة.

كما تبين من الجدول عدم وجود فروق دالة احصائياً بين السنوات الثالثة والرابعة والخامسة.

كما تبين من الجدول عدم وجود فروق دالة احصائياً بين السنوات الرابعة والخامسة. وهذا يشير إلى أهمية العلاقة بين الأستاذ والطالب بكافة المراحل الدراسية وخاصةً الجامعية، ولما يعتبره الطالب من أسباب تمتعه بجودة الحياة وانعكاس ذلك على توافقه النفسي والأكاديمي، ويعتبر الطلاب غير السعوديين في السنة الدراسية الثانية في جامعة أم القرى العلاقة مع المدرسين وأعضاء هيئة التدريس محور اهتمامهم ورافد مهم لهم في التمتع بالرضا عن الحياة الجامعية وربما يعود ذلك إلى أن الطلبة غير السعوديين يبدأوا في التأثر بأعضاء هيئة التدريس والإقتداء بهم بعد السنة الدراسية الأولى التي يكونوا فيها مشغولين

بالتسجيل الدراسي والإلتحاق بالجامعة، وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة عابدين والشرقاوي (٢٠١٦) التي أشارت إلى عدم وجود فروق تعزى إلى اختلاف السنة الدراسية، ودراسة الغنبوصي (٢٠٠٦) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة تعزى إلى السنة الدراسية لصالح السنة الرابعة بالرغم من اختلاف العينة في الدراسة الحالية والتي تناولت الطلبة الأجانب في جامعة أم القرى.

ثالثاً: النتائج المتعلّقة بالسُّؤال الثالث:

نصَّ هذا السُّؤال على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، السنة الدراسية) لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى؟

للاجابة عن سؤال الدراسة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري، كما تم استخدام اختبار (ت)، واختبار (تحليل التباين الأحادي) والجداول بالأسفل تبين ذلك.

أ-متغير الجنس:

جدول (١٣)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ونتائج اختبار ت تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	قيمة الدلالة
ذكر	104.86	12.90	2.716	١٤٦	٠.٠٠٧
أنثى	99.02	12.79			

يتبين من خلال الجدول (١٣) وجود فروق دالة احصائياً بين متوسط درجات الأفراد على مقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس حيث بلغ المتوسط الحسابي للذكور (١٠٤.٨٦) بانحراف معياري (١٢.٩٠) وبلغ المتوسط الحسابي للاناث (٩٩.٠٢) بانحراف معياري (١٢.٧٩) وبلغت قيمة اختبار (ت= ٢.٧١٦) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \geq$ ٠.٠٠٥. وكانت الفروق لصالح الذكور، وتفسر هذه النتيجة بأن الطلبة الذكور غير السعوديين المغتربين أكثر تحملاً للأعباء والضغوط النفسية الناتجة عن الدراسة والبعد عن الأهل، وقد يعود ذلك إلى تركيبتهم الفسيولوجية وإختلافهم عن الإناث بطبيعتهن العاطفية وإرتباطهن بالأسرة وعدم القدرة على مواجهة الصعاب وبالتالي تقل لديهن المرونة النفسية اللازمة للتكيف مع التحديات والظروف الصعبة. وتتفق هذه هذه النتيجة مع دراسة كل من

(صبيرة واسماعيل، ٢٠١٧؛ شقورة، ٢٠١٢؛ جعيص، ٢٠١٦) التي أشارت أن الذكور أكثر مرونة نفسية وأكثر قدرة على حل المشكلات. في حين إختلفت هذه النتيجة مع دراسة (الهاشمية، ٢٠١٧) التي بينت أن الإناث أكثر مرونة من الذكور، في حيت توصلت دراسة (عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في المرونة النفسية.

ب – متغير المرحلة الدراسية:

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
بكالوريوس	101.34	13.30
دبلوم	103.36	13.61
دراسات عليا	104.77	12.38

يتبين من خلال الجدول (١٤) وجود فروق ظاهرية بين متوسط درجات الأفراد لمقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية. ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي. والجدول (١٥) يبين ذلك:

جدول (١٥)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	الدلالة الاحصائية
المرحلة الدراسية	317.289	2	158.645	٠.٩٨١	٠.٤٠١
الخطأ	25045.704	145	172.729		
الكلي	25362.993	147			

يتبين من خلال الجدول (١٥) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لمقياس المرونة حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٠.٩٨١) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq$ ٠.٠٥، حيث تختلف هذه النتيجة مع دراسة (الهاشمية، ٢٠١٧) والتي أشارت إلى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير الدرجة العلمية لصالح طلبة التأهيل التربوي، ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة غير السعوديين في جميع المراحل الدراسية يمروا بتجارب متشابهة؛ حيث تتوفر المستويات

المعيشية المتقاربة في السكن الجامعي، والمنحة المالية الشهرية، والنقل، والظروف التعليمية والدراسية بدءا من معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها إلى انتقالهم إلى الأقسام العلمية المتخصصة، مما يكسبهم العديد من الخبرات والمهارات التي تمكنهم من تعزيز مستوى المرونة النفسية، وتقوية صحتهم النفسية، والقدرة على التعامل مع الإجهادات والضغوط المحتملة.

ج –متغير السنة الدراسية

جدول (١٦)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري تبعاً لمتغير السنة الدراسية

السنة الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أولى	104.08	14.452
ثانية	102.07	10.739
ثالثة	103.38	13.953
رابعة	103.79	14.743
خامسة	99.61	13.186

يتبين من خلال الجدول (١٦) وجود فروق ظاهرية بين متوسط درجات الأفراد لمقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير السنة الدراسية. ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي. والجدول (١٧) يبين ذلك:

جدول (١٧)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	الدلالة الاحصائية
السنة الدراسية	371.344	4	92.836	٠.٥٣١	٠.٧١٣
الخطأ	24991.650	143	174.767		
الكلي	25362.993	147			

يتبين من خلال الجدول (١٧) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٠.٥٣١) وهي

قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≤ ٠.٠٥، حيث تتفق هذه النتيجة مع دراستي (عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦؛ الزهيري، ٢٠١٢) التي أشارتا إلى عدم وجود فروق دالة تبعاً لمتغير السنة الدراسية في المرونة النفسية، وهو ما يشير إلى تمتعهم بالصحة النفسية والمرونة الإيجابية الكافية في تعاملهم مع الضغوط والصعوبات الدراسية والحياتية، وتوافر عوامل الوقاية لديهم بشكل عام والتي ساهمت في تحقيق النتائج الإيجابية، وما يميز البيئة التي يعيشون فيها من توافر للخدمات والراحة والعلاقات الإيجابية مع الآخرين مما انعكس ايضاً على نوعية الحياة لديهم بشكل عام، الأمر الذي عاد على طلبة السنوات الدراسية الخمسة بالتمتع بالمرونة والصحة النفسية.

ملخص النتائج والتوصيات:

- أظهرت النتائج وجود علاقات إرتباطية موجبة بين جودة الحياة الجامعية ومجالاته والمرونة النفسية، وهذا يشير الى أن جودة كل من: (الدراسة والمقررات، العلاقة مع المدرسين، العلاقة مع الزملاء، الرضا العام عن الحياة الجامعية) لها تأثير إيجابي بزيادة سمة المرونة النفسية عند الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى.
- كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات الحسابية لمجال (العلاقة مع المدرسين) تعزى لمتغير السنة الدراسية، حيث بلغت قيمة اختبار (ف=٣.٥١٥) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≤ ٠.٠٥، في حين أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الجامعية ومجالاته لدى الطلبة غير السعوديين تبعاً لمتغيرات الدراسة: الجنس والمرحلة الدراسية.
- أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً بين متوسط درجات الأفراد على مقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير الجنس حيث بلغ المتوسط الحسابي للذكور (١٠٤.٨٦) بانحراف معياري (١٢.٩٠) وبلغ المتوسط الحسابي للاناث (٩٩.٠٢) بانحراف معياري (١٢.٧٩) وبلغتت قيمة اختبار (ت= ٢.٧١٦) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة α≤ ٠.٠٥. وكانت الفروق لصالح الذكور.

- وأخيراً، أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية لدى الطلبة غير السعوديين في جامعة أم القرى تبعاً لمتغيرات الدراسة: المرحلة الدراسية والسنة الدراسية، حيث تراوحت قيمة ف= (٠.٩١٨ – ٠.٥٣١) وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة a= 0.05.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، فإن الباحث يوصي بما يلي:

١- إدخال مفهوم جودة الحياة الجامعية في بعض المقررات الدراسية الجامعية وخاصة المقررات النفسية؛ لمساعدة الطلاب على إدراك معنى جودة الحياة الجامعية، مما قد ينعكس على حياة الطلاب التعليمية والنفسية والإجتماعية.

٢- تطوير قدرة الطلاب على عملية التربية الذاتية، وتوسيع آفاق البحث الذاتي عن المعرفة في ظل محدودية الإمكانات، والتي تقف عائقاً أمام تطوير الدراسة الجامعية، مما يسهم في تحقيق مستوى أعلى من جودة الحياة الجامعية.

٣- تحسين العلاقة التفاعلية بين الطلبة غير السعوديين وزملائهم من ناحية، ومع أعضاء هيئة التدريس من ناحية أخرى، من خلال برامج تدريبية أو اجراءات وآليات تؤدي الى تحسين مستوى المساندة من الزملاء والمدرسين كأحد مكونات جودة الحياة الجامعية، ومن خلال تشجيع الطلبة غير السعوديين على المشاركة في أنشطة وبرامج الجامعة.

٤- ضرورة تفعيل مراكز الإرشاد النفسي في الجامعات لمساندة الطلاب للوصول إلى مراحل متقدمة في التكيف والتوافق النفسي والإجتماعي، ومن خلال العمل على تقديم ندوات وورش تدريبية وبرامج توعوية تهدف إلى تحسين المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرار.

٥- استحداث برامج تقدم الخدمات المناسبة للطلبة غير السعوديين الجدد، حيث يساعد ذلك على تسريع عملية التكيف والتوافق النفسي لاحقاً.

المراجع:

أبو حلاوة، محمد السعيد (١٣-١٤ أبريل، ٢٠١٠). جودة الحياة المفهوم والأبعاد، *المؤتمر العلمي السابع لكلية التربية جامعة كفر الشيخ، جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية*. كفر الشيخ، مصر.

أبو حلاوة، محمد السعيد (٢٠١٣). *المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها، وقيمتها الوقائية*. القاهرة: اصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.

أبو حلو، نعمة؛ أبو زيد، نبيلة؛ وسليمان، سناء (٢٠١٣). جودة الحياة وعلاقتها بالمستوى الإجتماعي والإقتصادي والثقافي للأسرة لدى الطالبة الجامعية الفلسطينية المبدعة. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ٣ (١٤)، ٢٩٧-٣٢٣.

آل غزال، ياسمين سامي (٢٠٠٨). التشائم الدفاعي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية الآداب، جامعة بغداد.

جعيص، عفاف (٢٠١٦). المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات وعلاقتهما بالإضطرابات النفسجسمية لدى بعض طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة أسيوط، *مجلة كلية التربية بالوادي الجديد*، (١)، ١-٧٩.

حبيب، مجدي (١٧-١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦). *فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلبة العمانيين*. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط، سلطنة عمان.

حجو، مسعود (٢٠١٥). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة. *مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات*، ٥(١)، ٢٨٣-٣٠٩.

حرطاني، أمينة (٢٠١٤). جودة *الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية لدى الأبناء*. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.

حسانين، اعتدال (٢٠٠٩). إتقان تعلم علم النفس وتأثيره على إدراك جودة الحياة لدى طلاب كلية التربية بجامعة قناة السويس. *مجلة كلية التربية، ١٩*(٣)، ٢٢٨-٢٧٢.

حسن، عبد الحميد؛ والمحرزي، راشد؛ وابراهيم، محمود (١٧-١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦). *جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس*. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط، سلطنة عمان.

الحسينان، ابراهيم (٢٠١٥). جودة حياة الطالب الجامعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمجرافية: دراسة على عينة من طلاب جامعة المجمعة. *المجلة التربوية، ٤١*، ١٧٨-٢٣٣.

حمادنة، همام (٢٠١٨). مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية. *المجلة العربية لضمان الجودة في التعليم الجامعي، ١١* (٣٥)، ٦٣-٨٤.

رضوان، سامر جميل (٢٠١٧). *الصحة النفسية في سن الطفولة*. عمان، دار المسيرة للنشر.

ريان، محمد اسماعيل (٢٠٠٦). *الإتزان الإنفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الإبتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة.

الزهيري، لمياء (٢٠١٢). *المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة*. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى، ديالى

سليمان، شاهر خالد (٢٠١٠). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها. *مجلة رسالة الخليج العربي*، (١١٧)، ١١٧-١٥٥.

شقورة، يحيى (٢٠١٢). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

صبيرة، فؤاد؛ واسماعيل، رزان (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها لجودة الحياة الجامعية لدى طلبة دبلوم التأهيل التربوي في كلية التربية بجامعة تشرين – دراسة ميدانية. *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، ٣٩* (٤)، ٣٣٧-٣٥٩.

عابدين، حسن؛ والشرقاوي، فتحي (٢٠١٦). مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتهما بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية–جامعة الإسكندرية*، ٢٦ (٦)، ١٥٣–٢٣٤.

عبد المطلب، السيد الفضالي (2013). جودة الحياة الجامعية الدراسية في ضوء كل من توجه الهدف والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية. *دراسات تربوية ونفسية–مجلة كلية التربية بالزقازيق*، (٨٣)، ٧١–١٢٦.

عبد الله، هشام (٢٠٠٨). جودة الحياة لدى عينة من الراشدين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، *١٤* (٤)، ١٣٧–١٨٠.

عزب، حسام الدين (٢٨–٢٩ مارس، ٢٠٠٤). *برنامج إرشادي لخفض الإكتئابية وتحسين جودة الحياة لدى عينة من معلمي المستقبل*. المؤتمر العلمي السنوي الثاني عشر. القاهرة، مصر.

عمادة القبول والتسجيل (٢٠١٨). *الإحصائيات العامة*، العام الجامعي ١٤٣٨–١٤٣٩هـ. إطلع عليه بتاريخ ٤ آب ٢٠١٨.

الغنبوصي، سالم (١٧–١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦). *جودة المناخ الجامعي من وجهة نظر طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس*. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط، سلطنة عمان.

الفرا، إسماعيل؛ والنواجحة، زهير (٢٠١٢). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، *مجلة جامعة الأزهر–غزة، سلسلة العلوم الإنسانية*، *١٤* (٢)، ٥٧–٩٠.

كاظم، علي؛ والبهادلي، عبد الخالق (٢٠٠٦). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين–دراسة ثقافية مقارنة. *مجلة العلوم الإنسانية*، (٣١)، ٢٤–٥٣.

المحتسب، عيسى؛ والعبادلة، نعيم؛ والعكر، محمد (٢٠١٧). المرونة كمتغير وسيط بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى الخريجين. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية النفسية*، ٢٥ (٣)، ١٧٢–١٨٩.

محمد، مروة عبد الستار (٢٠١٤). *المرونة الايجابية وعلاقتها بتحقيق الذات وجودة الحياة لدى الجنسين من الشباب الجامعي*. رسالة ماجستير غير منشورة، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، جامعة الدول العربية، القاهرة.

محمود، هويدة؛ والجمالي، فوزية (٢٠١٠). فعالية الذات المدركة ومدى تأثيرها على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسياً. *مجلة الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا – أماراباك*، ١ (١)، ٦١-١١٥.

مخيمر، هشام (٢٠١٨). جودة الحياة الجامعية وعلاقتها بالدافعية للتعلم لدى طلاب الجامعة. *مجلة القراءة والكتابة*، ١٩٥ (١)، ١٩١-٢٤٢.

مصطفى، هانم (٢٠٠٩). بناء مقياس جودة حياة الطالب للمرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية بالإسماعيلية*، (٣)، ٢٢٥-٢٥٤.

ملحم، سامي (٢٠١٨). *جودة الحياة وعلاقتها بالإدمان على الإنترنت لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، عمان، كلية العلوم التربوية والنفسية.

منسي، محمود؛ وكاظم، علي (٢٠١٠) .تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان. مجلة الأكاديمية *الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا (أماراباك)*، ١ (١)، ٤١-٦٠.

منسي، محمود؛ وكاظم، علي (١٧-١٩ ديسمبر، ٢٠٠٦). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط، سلطنة عمان.

الهاشمية، سعادة (٢٠١٧). *المرونة النفسية وعلاقتها بمهارات التواصل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة نزوى بسلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

AlHorany, A., & Hassan, S. A. (2011). Marital adjustment among postgraduate students at universities in Malaysia. *Elixir Psychology*, *37*, 3773-3776.

American Psychological Association. (2008). *Task force on Resilience and Strength in Black children and Adolescents*. Washington DC: Author. Retrieved August, 2018, from https://www.apa.org/pi/families/resources/resiliencerpt.pdf.

American Psychological Association. (2010). *Resilience factors and strategies*.750, First street, NEm Washington DC. http://www.apahelpcenter.org/featuredtopies.

Bonanno, G. A. (2004). Lossm trauma and human Resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59*(1), 20-28.

Connor, K. & Davidson, J (2003). Development of a new resilience scale; The Connor Davidson Resilience Scale (CDRS). *Depress Anxiety*. *18* (2); 76-82.

Connor, K. & Davidson, J (2005). Trauma, Resilience And Salionstasis: Effects of Treatment in Post – Treatment Stress Disorder. *International Clinical Psychopharmacology, 20,* 43-48.

Dowrick, C., Kokanovic, R., Hegarty, K., Griffiths, F., & Gunn, J. (2008). Resilience and depression: perspectives from primary care. *Health, 12*(4), 439–452. https://doi.org/10.1177/1363459308094419

Evans, D.(1994). Enhancing quality of life in population at large .*Social Indicators Research, 33*,47-88.

Gavala, J. (2005). Influential factors moderating academic enjoyment and psychological well-being for Maori University students at Masses University New Zealand. *Journal of Psychology,34* (1), 52-65.

Gilman, R., Easterbrooks, S., & Frey, M. (2004). A preliminary study of multidimensional life satisfaction among deaf/hard of hearing youth across environmental settings. *Social Indicators Research, 66*,143-164

Jorgensen, S., Fichten, C., & Havel, A. (2011). *College Satisfaction and Academic Success. Final Report Presented to PAREA, Spring 2011*. *Online Submission*. Online Submission.Retrievedfromhttp://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=ED522996&site=ehost-live

Kalisch, R., Müller, M., & Tüscher, O. (2015). A conceptual framework for the neurobiological study of resilience. *Behavioral and Brain Sciences, 38*, E92. doi:10.1017/S0140525X1400082X

Kirsten, D., Roothman, B. & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Jornal of Psychology, 33* (4), 212-218.

Masten, A. S. (2009). Ordinary Magic: Lessons from research on resilience in human development. *Education Canada, 49*(3), 28-32.

Sulis, I. & Tedesco, N. (2009). Measures of quality of life among university students, Italian *Journal of Applied Statistics. 21*, 245-264.

Ventegodt, S., Merrick, J. & Andersen, N. (2003). Quality of life theory I. The IQOL theory: an integrative theory of the global quality of life concept, *Scientific World Journal, 13*,(3),1030-1040.

Werner, E. E. & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.

Quality of University Life and Psychological Resilience among Non-Saudi Students at Umm Alqura University

Ahmed K. Alhorany
Umm Alqura University
Faculty of Education
Department of Psychology

Abstract_ The current study aimed to explore the relationship between quality of university life and psychological resilience according to some demographic variables among non-Saudi students at Umm Alqura University. The study sample consisted of (148) students were randomly selected from the study community. For study purposes, the researcher developed a quality of university life scale and used the psychological resilience scale for Connor & Davidson (2003) which translated to Arabic by Alhashmiah (2017). The findings of the study indicated that there were statistical correlations between quality of university life and psychological resilience among non-Saudi students at Umm Alqura University. They showed statistically significant differences between non-Saudi students' average scores in the degree of quality of university life according to the relation with lecturers due to years of the study, the findings also showed no statistically significant differences between the non-Saudi students' average scores in the degree of quality of university life according to the gender and level of the study. Findings also showed statistically significant differences between the non-Saudi students' average scores in the degree of psychological resilience according to gender. Also, no statistically significant differences between non-Saudi students' average scores in the degree of psychological resilience according to the level and years of the study.

Key words: Quality of University Life, Psychological Resilience, Non-Saudi students.