King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences

Volume 3 | Issue 4 Article 10

11-5-2024

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة جدة

نسرين السيد ابراهيم
جامعة جدة

Follow this and additional works at: https://kauj.researchcommons.org/jeps

Recommended Citation
السيد ابراهيم, نسرين (2024) "الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة جدة," *King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences*: Vol. 3: Iss. 4, Article 10.
DOI: https://doi.org/10.64064/1658-8924.1066

This Article is brought to you for free and open access by King Abdulaziz University Journals. It has been accepted for inclusion in King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences by an authorized editor of King Abdulaziz University Journals.

مجلة جامعة الملك عبدالعزيز: العلوم التربوية والنفسية، م٣٦ع٤ ص ص: ٤٤١- ٤٦٨ (٢٠٢٤م)
DOI: 10.64064/1658-8924.1066

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة جدة

نسرين إسماعيل السيد إبراهيم
استاذ مشارك، علم النفس التربوي، كلية العلوم الاجتماعية، علم النفس، جامعة جدة، المملكة العربية السعودية
Nibrahim@uj.edu.sa

المستخلص. هدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى كل من الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة جدة، بالإضافة للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية، والكشف عن الفروق في كل من جودة الحياة والأمن النفسي وفقا للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية)، والتحقيق أهداف هذا البحث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن تكونت أدوات البحث من مقياسين مقياس الأمن النفسي للدكتور فهد الدليم وآخرين، ومقياس جودة الحياة النفسية لرايف Ryf، تكونت عينة البحث من (٣٤٥) من طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة جدة (١٥٣ السنة التحضيرية، ١٩٢ بكالوريوس)، ممن تتراوح أعمارهم بين (١٨,١ –١٩,٣) عاماً، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة لدى طلبة جامعة جدة كان متوسط وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين الدرجة الكلية الجودة الحياة والدرجة الكلية للأمن النفسي، وجود فروق دالة في الأمن النفسي بين الذكور والإناث وذلك لصالح الذكور، وجود فروق دالة في الأمن النفي تبعا للتخصص(العلمي والأدبي) وذلك لصالح التخصص العلمي، وجود فروق دالة في الأمن النفسي تبعا للسنة الدراسية (السنة التحضيرية والبكالوريوس)، وذلك لصالح طلبة البكالوريوس، وجود فروق دالة في جودة الحياة النفسية بين متوسطي الذكور والإناث، وذلك لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة في جودة الحياة النفسية بين متوسطي طلبة التخصصين العلمي والأدبي، وجود فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية تبعا للسنة الدراسية (السنة التحضيرية والبكالوريوس) في جودة الحياة النفسية وذلك لصالح طلبة البكالوريوس.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، جودة الحياة، جودة الحياة النفسية، الأمن النفسي الرضا عن الحياة.

تم تحويل هذا العمل من قبل جامعة جدة، جدة، المملكة العربية السعودية، بموجب المنحة رقم (UJ–22–SHR–10) وتقدم الباحثة بالشكر لجامعة جدة على دعمها الفني والمالي للبحث.

المقدمة

انطلاقاً من أن الشباب هم ركيزة المجتمع، فقد راهنت رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ على الشباب السعودي الواعد باعتبارهم من أهم وأكبر الفئات الأساسية فيها، حيث تشكل قدرات هؤلاء الشباب وطموحاتهم قوة كبيرة لإنجاح رؤية المملكة، من هذا المنطلق فإن هذه المرحلة تتطلب توجيه الشباب ذهنياً وفكرياً – نظرًا لتميز مرحلة الشباب بالقدرة على العمل العطاء والسعي – نحو تحقيق الأهداف المنشودة، وضرورة الحياة وفق نمط حياة صحية وايجابية.

ويأتي اهتمام القيادة في المملكة العربية السعودية بجودة الحياة ضمن برنامج التحول الطموح (٢٠٣٠) انطلاقاً من المتغيرات المتسارعة التي تعيشها المجتمعات في جميع مجالات الحياة وعلى كافة الأصعدة، حيث أدت عمليات استشراف المستقبل في القرن الحالي إلى طرح مفاهيم جديدة وتوجهات جادة وتحديات ملحة في إطار ما يعرف بـ "الجودة الشاملة" و"معايير الجودة" و"الشعور بالرضا" وغيرها من المفاهيم التي ترصد المتغيرات النفسية لدى الفرد في ظل التطورات العصرية.

ولقد كرس علم النفس جزءًا كبيرًا من دراساته لفحص مختلف جوانب الكدر والتعاسة في حياة البشر، ولكنه بخل بإسهاماته وتحليلاته ومنطلقاته النظرية في تناول ذلك الجانب المضيء في حياتهم مثل (الشعور بالسعادة والبهجة والتسامح، والتفاؤل، والأمل، والرضا عن جنبات الحياة والاستمتاع بها، وكذلك الصمود، والصبر، فضلاً عن الجوانب الإنسانية الأكثر رقيًا وتحضرًا كالإحساس بمعنى الحياة، ونوعية الحياة وجودتها وبهجتها)، هذا بالإضافة إلى الجوانب الإيجابية في علاقة الإنسان بأخيه الإنسان والبيئة، والواقع الخارجي من حوله، والتوافق، وحل الصراعات، وانسجام الذات، وغير ذلك من الجوانب الأخرى التي تجعل الذات أكثر إيجابية وفاعلية. (شويعل، ٢٠١٨، ص ٨-٩)

وهذا التوجه الذي أخذه علم النفس الإيجابي إنما كان بتوجيه من مؤسس هذا العلم "مارتن سيلجمان" (Martin Seligman, 1999) والذي دعا بإيعاز منه علماء النفس للبحث عن القوى الإيجابية لدى البشر كبديلاً عن البحث في تلك الجوانب السلبية أو المضطربة في الشخصية الإنسانية. (حجازي، ٢٠١٢، ص ٢٢)

ولتحقيق مستويات عالية من الجودة تقتضي جودة الأداء الإنساني، بمعنى جودة الإنسان من الداخل والتي تنعكس على زاوية رؤيته للأشياء، مما يمكنه من امتلاك القدرات والمهارات والإمكانيات التي تمكنه من التعامل مع التقدم المعرفي والنجاح في مواجهة أعباء ومتطلبات الحياة اليومية، بحيث يتم تحويل كل ما لدى

الفرد من معلومات واتجاهات وقيم ومعتقدات الى سلوكيات تحقق فعاليته وشعوره بالرضا والتوافق والنجاح في الحياة في إطار ما يطلق عليه "جودة الحياة".

ومن هنا حظي موضوع جودة الحياة باهتمام بالغ من الباحثين خلال السنوات الأخيرة وتم دراسة مظاهر جودة الحياة لدى جميع الفئات المجتمعية في ظل التغيرات المتسارعة والتي تؤثر بشكل بالغ على جميع جوانب الحياة.

وتعد الجامعات من النظم الاجتماعية المميزة في المجتمع، لأنها مؤسسات أكاديمية وتربوية في نفس الوقت، وتتصف بسمات مميزة جعلتها ذات طابع فريد في أهدافها وأنشطتها ومخرجاتها، من الطرق الجديدة التي تسعى لها المؤسسات المختلفة هي جودة الحياة التي أخذت اهتمام دول العالم، ويعتبر التعليم الجامعي أحد أشكال جودة الحياة، ومن أهم المراحل التعليمية لما تمثّله من تأثير في تنمية مدركات الطلبة لجودة حياتهم.

ويعد تكيّف الطالب وشعوره بالرضا والارتياح أحد مظاهر جودة الحياة للطالب الجامعي، بالتالي قد ينعكس على إنتاجيته ودافعيته وتوافقه الأكاديمي من خلال الأداء الجيد له.

ويعبّر عن جودة الحياة النفسية بالتقييم الشامل للرضا عن الحياة بشكل عام، وهو أيضا عبارة عن إجمالي الارتياح في مجالات الحياة المختلفة بالإضافة إلى تغلب المشاعر الايجابية على المشاعر السلبية. (مسعودي، ٢٠١٧، ص ١٢٨)

إن هذه الحاجات النفسية والأمنية والجسمية أكثر ما تكون إلحاحا في فترة الشباب، فالحاجة إلى النجاح والتقدير والسكون النفسي والانتماء والأمن النفسي وغير ذلك تكون واضحة في هذه المرحلة من العمر، ويعتبر الأمن النفسي من الظواهر التي شغلت اهتمام المجتمع والفاعلين في التربية وعلم النفس في ظل التطورات والتغيرات التي تحيط بالمجتمعات، مما أدى إلى زيادة الاهتمام في مجال خدمات الصحة النفسية والتي تهيء للفرد حياة مستقرة ليشعر بالسعادة والرضا، ويعد الشعور بالطمأنينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتها. (نميلات، ٢٠١٨، ص١٣)

وينشأ الأمن النفسي نتيجة تفاعل الإنسان مع البيئة المحيطة به من خلال الخبرات التي يمر بها والعوامل البيئية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي تؤثر في الفرد، ويبدو الفرد الذي يفقد الشعور بالأمن قلقًا تجاه مواقف الحياة اليومية، ويكون أقل قدرة على المبادأة والمرونة من غيره.

والشخص الآمن نفسياً هو الذي يشعر أن حاجاته مشبعة، وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر، والإنسان الآمن نفسياً يكون في حالة توازن أو توافق أمني، (زهران، ١٩٨٩، ص ٢٩٧) وفي حالة حرمانه من الأمن يكون فريسة للمخاوف مما ينعكس سلباً على شتى جوانب حياته، وهذا يدل على مدى أهمية المرونة بالنسبة لجودة الحياة خاصة عند مواجهة ضغوط الحياة ومشكلاتها.

فالأمن النفسي هو أحد الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية حيث تمتد جذوره إلى طفولة الفرد، والأم هي مصدر لشعور الطفل بالأمن، ولخبرات الطفولة دور مهم في شعور المرء بالأمن النفسي. (الشهري، ٢٠٠٩، ص٢٨)

ويعد الأمن النفسي من أهم الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وتظهر هذه الحاجة واضحة في تجنب الخطر والمخاطرة وفي اتجاهات الحذر، وتتضح الحاجة إلى الأمن في الطفل الذي يحتاج رعاية الكبار حتى يستطيع البقاء، أي الحاجة إلى الانتماء الأسري، والانتماء إلى الجماعة (الأصدقاء) والانتماء إلى الوطن، ومن خلال هذه الانتماءات يشعر الفرد بالأمن والأمان والراحة والطمأنينة والتي تؤثر في أنماط سلوكه المختلفة داخل مجتمعه، وتميز شخصيته عن غيره من الأفراد سيكولوجياً واجتماعياً (عطية، ٢٠٠١، ص٢٠).

مشكلة البحث

بات البحث في مفاهيم علم النفس – خصوصاً الإيجابية منها – مطلباً إنسانياً ملحاً بعدما أعياه البحث في تلك المفاهيم السلبية، والأمراض النفسية التي أرقت الإنسانية طويلاً، تلك المفاهيم التي شحذت الشخصية الإنسانية بمشاعر الشجن، وولدت لديها الرغبة في إيجاد فرع من فروع علم النفس يهتم بذلك الجانب المنير لا المظلم في حياة الإنسان، ذلك العلم الذي يبحث بين جنباته وخباياه عن تلك الصفات الفاعلة والإيجابية التي تعضد من قيمة الإنسان، وتؤكد على إنسانيته وتضفي عليها عمق التسامي والتباهي بتلك المشاعر الإنسانية الإيجابية، إنها بلا شك تلك الخصائص الإيجابية التي تنفرد بها الشخصية الإنسانية التي بدأ يركز عليها العلماء الذين تخصصوا في مجال علم النفس الإيجابي ذلك العلم الذي راح يفتش في الإنسان عن أجمل ما فيه وأنبل ما فيه من مشاعر وأحاسيس.

وتعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل العمرية والتعليمية في حياة الطالب، حيث إن الحاجات النفسية والأمنية والجسمية أكثر ما تكون إلحاحا في فترة الشباب، ويعد الأمن النفسي أحد الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية، فهو يعكس شعور الفرد بالراحة والثقة بالنفس والقدرة على تقدير الذات بإيجابية والكفاءة في إدارة بيئته، فالحاجة إلى النجاح والتقدير والانتماء والأمن النفسي تكون واضحة في هذه المرحلة من العمر، ويعد تكيّف الطالب الجامعي وشعوره بالرضا والارتياح أحد مظاهر جودة الحياة للطالب الجامعي، بالتالي قد ينعكس على إنتاجيته ودافعيته وتوافقه الأكاديمي من خلال الأداء الجيد له.

من هنا اهتمت الباحثة بدراسة هذه المتغيرات حيث تعد مفاهيم جودة الحياة النفسية والأمن النفسي من المفاهيم المهمة والتي تؤدي دوراً مهماً في زيادة وتعبئة الطاقة النفسية الإيجابية من حيث الشعور بالسعادة والطمأنينة مع تنمية وتعزيز العواطف الإيجابية والتي تجعل الطلبة الشباب محتفظين بصحتهم الجسمية والنفسية أثناء مواجهة الضغوط والمواقف الصعبة.

بالإضافة إلى أهمية طبيعة المرحلة العمرية التي يتناولها البحث وهم طلبة الجامعة حيث تتصف هذه المرحلة بالتغيرات السريعة في جميع جوانب الشخصية والتي من الممكن أن تسبب لهم اضطرابات نفسية أو سلوكية تتطلب التدخل النفسي والتربوي المناسبين.

وبعد اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة الخاصة بمتغيرات الدراسة، وجدت الباحثة أن العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة كل متغير منهم من خلال علاقته مع متغيرات أخرى مختلفة، ووجود قلة من الدراسات التي تناولت العلاقة بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، بالإضافة لوجود تناقض بين نتائج هذه الدراسات حيث نجد دراسة (الغامدي ومحمد، ٢٠١٦) توصلت لعدم وجود علاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية، في حين وجدت دراسة كل من (متولي، ٢٠١٨) و(معشي، ٢٠١٨) (السويركي، ٢٠١٣) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة بين جودة الحياة والأمن النفسي.

لذلك يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة جدة، والكشف عن الفروق في كل من جودة الحياة النفسية والأمن النفسي وفقاً للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية).

أسئلة البحث

وتتحدد مشكلة البحث الحالي في الأسئلة التالية:

١. ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة جدة؟
٢. ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة جدة؟
٣. هل توجد علاقة بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى عينة الدراسة؟
٤. هل يوجد فروق في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية)؟
٥. هل يوجد فروق في جودة الحياة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية)؟

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث الحالي في:

١. انتماء هذه الدراسة إلى مجال علم النفس الإيجابي الذي يهدف إلى تنمية جوانب شخصية الإنسان والوصول بها إلى أسمى معاني الحياة.

٢. أهمية طبيعة المرحلة العمرية التي يتناولها البحث وهم طلبة الجامعة حيث تتصف هذه المرحلة بالتغيرات السريعة في جميع جوانب الشخصية والتي من الممكن أن تسبب لهم اضطرابات نفسية أو سلوكية تتطلب التدخل النفسي والتربوي المناسبين.
٣. تحقيق بعض مخرجات برنامج جودة الحياة ضمن رؤية المملكة ٢٠٣٠ والتي يركز في نطاقه بشكل أساسي على تطوير نمط حياة الفرد من خلال توفر البيئة اللازمة لاستحداث خيارات أكثر حيوية تعزز من مشاركة الشباب في جميع الأنشطة.
٤. كما تتضح أهمية البحث في الآثار المترتبة لهذين المفهومي الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية وذلك بالنسبة للفرد والمجتمع فيما يلي:
- تقبل الذات وانتشار العلاقات الإيجابية بين الأفراد.
- الرضا عن الذات والاستقلالية.
- توفر الصحة النفسية للشباب والتي تعينهم على الأداء بشكل أفضل.
- يوفر الأمن النفسي السكينة والاطمئنان في بيئته الاجتماعية محافظاً على معتقداته.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى:

١. الكشف عن مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة جدة.
٢. الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة جدة
٣. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي وجودة الحياة.
٤. الكشف عن الاختلاف في كل من الأمن النفسي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة وفقاً للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية).

حدود البحث

الحدود المكانية: جامعة جدة في مدينة جدة.

الحدود البشرية: تم إجراء هذا البحث على عينة من طلبة جامعة جدة.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني والفصل الدراسي الصيفي لعام (١٤٤٤هـ / ٢٠٢٣ م).

تم تطبيق أدوات البحث على عينة البحث خلال الفصل الدراسي الثاني والفصل الدراسي الصيفي، استغرق تطبيق الأدوات مدة (ثمانية أشهر).

الحدود الموضوعية: يقتصر البحث الحالي على فحص العلاقة بين متغيرات البحث وهي الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة جدة.

الحدود المنهجية:

منهج البحث: استخدم البحث المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن.

أدوات البحث المستخدمة: تم استخدام مقياس الأمن النفسي للدكتور فهد الدليم وآخرين، ومقياس جودة الحياة النفسية لرايف Ryff لجمع البيانات من عينة البحث.

مصطلحات البحث

الأمن النفسي Psychological Security: الأمن النفسي هو شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من قبل الآخرين، له مكانة بينهم، ويدرك أن البيئة من حوله هي بيئة ودودة وغير محبطة، ويشعر فيها بندرة الخطر والقلق (حجاج، ٢٠١٤، ص١٩٦).

التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الأمن النفسي لـ الدليم وآخرين (١٩٩٣).

جودة الحياة النفسية quality of psychological life: هي الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها (Ryff et al,2006, P.86).

التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس جودة الحياة النفسية لرايف (Ryff, 1989).

الإطار النظري والدراسات السابقة

انشغلت البشرية منذ نشأة الحياة على سطح الأرض بمسألة سعادة الإنسان، تعريفها، صيغها، محدداتها، وتأثيراتها منذ الحضارات القديمة.

وبملاحظة الدراسات النفسية الحديثة نجد اهتماما ملحوظا بمفهوم الجودة بشكل عام، وجودة الحياة لدى الفرد بشكل خاص، وهذا الاهتمام يعكس أهمية هذا المفهوم وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية،

فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته وما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة، ويقصد بجودة الحياة بشكل عام جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه النفسي والجسمي والمعرفي ودرجة توافقه مع نفسه ومع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي.

ولقد أسهم علم النفس إسهاما كبيرا في دراسة السلوك الإنساني من حيث فهمه وضبطه بقصد تحسينه وتطويره وكذلك التنبؤ بما هو أفضل، وتلافي الصعوبات والعراقيل التي قد تواجه الإنسان وتطرأ عليه خلال حياته وهذا ما يساعد على تهيئة ظروف مناسبة وخدمات تشمل جميع الجوانب المحيطة بالإنسان تجعله يشعر بمستوى عال من الرفاهية والسعادة والقدرة على استثمار جميع الإمكانات المتاحة لديه ليصل إلى ما يسمى جودة الحياة) (Quality Of Life). (يحيى، ٢٠١٦، ص١)

ويرتبط مفهوم جودة الحياة بأسلوب حياة الفرد، وبما يقوم به من نشاطات، وقدرته على التحكم بما يدور حوله وبمستقبله، وهناك العديد من المعوقات التي تمنع الفرد من الوصول إلى الإحساس بجودة الحياة، منها ضغوط الحياة التي يواجهها الفرد، والصراع الداخلي الذي يشعر به، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة إحساسهم بجودة الحياة. (عيد، ٢٠١٨، ص ٦١)

يمثل جودة الحياة مفهوما واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد، ومدى الاستقلال الذي يتمتع به، والعلاقات الاجتماعية التي يكونها، فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها. (سليم، ٢٠٠٩، ص٨٨)

وتعد جودة الحياة النفسية واحدا من الأبعاد الفرعية لمفهوم آخر أعم وأشمل هو مفهوم جودة الحياة، تناوله العديد من الباحثين لا سيما في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، وحددوا له كثير من الأبعاد لدراسته على غرار كومينس ودينر ورايف وتيلوين، ومفهوم جودة الحياة النفسية قديم يعود إلى الفلسفة اليونانية إلا أنه لاقى الاهتمام الأكبر في العقود الثلاثة الأخيرة بعد بروز علم النفس الإيجابي الذي يدرس مواطن القوة والفضيلة، وهناك عدة نظريات تطرقت إلى تفسير جودة الحياة النفسية منها نظريات ذاتية ونظريات موضوعية، ويمكن تحديد جودة الحياة النفسية من خلال الفرص المتاحة للفرد وجودة مجتمعه والوظيفة الاجتماعية والأحداث السارة والمزعجة التي يمر بها إضافة إلى التقييم الذاتي للفرد نفسه. (محمد، ٢٠١٧، ص ١٤٥)

وبتتبع الدراسات النفسية الحديثة نجد اهتمامها بمفهوم جودة الحياة بشكل عام، وجودة الحياة النفسية للفرد بشكل خاص، وهذا يعكس أهمية هذا المفهوم وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية، فالجودة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته وما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتحضر، كما يمكن اعتبار

جودة الحياة النفسية هي مؤشر لمدى نجاح الفرد في حياته اليومية، وأنها الغاية التي يسعى الفرد إلى تحقيقها، ولقد هدفت بعض هذه الدراسات (سليمان، ٢٠١٠) (الخفاجي، ٢٠١٨) (الكشكي وبسيوني، ٢٠٢١) (أبو حماد، ٢٠١٩) إلى قياس مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة، والتعرّف على الفروق في جودة الحياة النفسية وفق عدد من المتغيرات (الجنس – التخصص – التقدير الدراسي للطالب)، كما هدفت عدد من الدراسات إلى التعرف على علاقة جودة الحياة النفسية ببعض المتغيرات، كدراسة (معشي، ٢٠١٨) والتي هدفت إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بكل من السلوك الاجتماعي والأمن النفسي لدى عينة من المراهقين، ودراسة (الكشكي وبسيوني، ٢٠٢١) والتي هدفت إلى التعرّف على العلاقة بين جودة الحياة النفسية والتطرّف الإيديولوجي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين.

إن جودة الحياة النفسية والوصول إلى تحقيقها هدف أسمى لعلم النفس بشكل عام، وعلم النفس الإيجابي بشكل خاص والذي يتناول الجوانب الإيجابية في الشخصية كالرضا عن الحياة، والتفاؤل والسعادة، وتقبل الذات والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، والشعور بالسعادة والصحة النفسية، بالتالي يصبح الفرد أكثر فاعلية في المجتمع، وكذلك يمكن اعتبار أن جودة الحياة النفسية هي مؤشر لمدى نجاح الفرد في حياته اليومية، وأنها الغاية التي يسعى الفرد إلى تحقيقها. (سليم، ٢٠٠٩، ص ٩٦)

يعد مفهوم جودة الحياة النفسية من المفاهيم المعقدة نسبيا، إذ تسهم فيه مجموعة متنوعة من المكونات والعوامل النفسية والانفعالية والمعرفية. لذا تعددت التعريفات التي طرحت لهذا المفهوم من قبل الباحثين، وفيما يلي عرض لبعض هذه التعريفات:

تعريف (Dzuka & Dalbert): أن جودة الحياة النفسية هي الرضا العام، والسعادة، أو هي التقرير الشخصي حول رضا الفرد عن الحالة النفسية، والذي يعكس نوعية الحياة والمزاج (Dzuka & Dalbert, 2000, p64).

فيما ذهب (Ryan & Deci, 2008): إلى اعتبار أن جودة الحياة النفسية تشير إلى عيش الحياة بطريقة كاملة ومرضية للغاية. (عايش، ٢٠٢٢، ص ١٠)

كما عرّفت (Ryff, 2006): جودة الحياة النفسية بأنها تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال، والذي يستدل عليه من خلال المؤشرات السلوكية التالية: ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية ذات قيمة ومعنى بالنسبة له، ومدى استقلاليته في

تحديد وجهة ومسار حياته، وقدرته على القيام بعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، والإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية والراحة والسرور والأمن والنفسي (Ryff. et al., 2006, p. 86).

قامت (Ryff, 1989) بوضع نموذجاً لجودة الحياة النفسية يعرّف باسم نموذج العوامل الستة، ويتضمن العوامل التالية:

١. تقبل الذات Self-acceptance: يعد هذا البعد الأكثر تكراراً لمفهوم الرفاهية، ويدل على القدرة على تحقيق الذات بالشكل الأمثل والأكثر أداءً والأكثر نضجاً، ومدى قبول الذات والحياة الماضية، وبالتالي تظهر المواقف تجاه الذات كسمة أساسية للأداء النفسي الإيجابي.
٢. العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive relation with others: تعني القدرة على إقامة علاقات اجتماعية عميقة ووثيقة مع الآخرين قائمة على التعاطف والمودة والحب، وكذلك القدرة على توجيه الآخرين.
٣. الاستقلال الذاتي Autonomy: وتشير إلى الاستقلالية والاعتماد على الذات، أي هي القدرة على تقرير المصير والقدرة على التنظيم الذاتي للسلوك الشخصي بالاعتماد على الذات حيث يقوم الفرد بتقييم نفسه وفق معاييره الشخصية ولا يهتم لآراء الآخرين أو موافقتهم.
٤. الكفاءة البيئية Environmental mastery: تعني القدرة على اختيار أو خلق بيئات مناسبة لظروفه النفسية، هي قدرة الفرد على التقدم والتحكم في البيئات المختلفة والاستفادة من هذه الفرص البيئية المختلفة.
٥. الهدف في الحياة Purpose in life: أي أن يكون للفرد هدف ومعنى في حياته يعمل من أجل تحقيقه، بمعنى أن يكون منتجاً، فالشخص الذي يعمل بشكل إيجابي يكون لديه أهداف ورؤية ونوايا تدفعه للشعور بأن هذه الحياة لها مغزى.
٦. التنمية الذاتية personal growth: أي قدرة الفرد على تنمية وتطوير إمكاناته وقدراته الشخصية بشكل مستمر، وذلك لمواجهة التحديات الحياتية الجديدة والتي تظهر خلال فترات مختلفة من الحياة (Ryff, 1989, p. 1071).

هذا وقد ذهب أرجايل (١٩٩٣) أن لجودة الحياة النفسية ثلاثة مكونات أساسية هي:

- الرضا عن الحياة: وقد يقابل بينه البعض وبين نوعية الحياة أو جودة الحياة.
- الوجدان الإيجابي: وهو المكون الانفعالي للارتياح بوصفه حالة انفعالية.
- الوجدان السلبي: أو ما يسمى (بالعناء النفسي – الإنهاك النفسي) (محمد، ٢٠١٧، ص١٣٣).

الأمن النفسي

يعد الأمن النفسي من الحاجات الهامة لبناء الشخصية الإنسانية، حيث إن جذوره تمتد من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة عبر المراحل العمرية المختلفة، وأمن المرء يصبح مهدداً إذا ما تعرّض إلى ضغوطات

نفسية واجتماعية لا طاقة له بها في أي مرحلة من تلك المراحل، مما يؤدي إلى الاضطراب، إذا فالأمن النفسي يعد من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان لا تتحقق إلا بعد تحقق الحاجات الدنيا له. (الشريفين ومصطفى، ٢٠١٣، ص ١٤٣) وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة كل من (السهلي، ٢٠٠٥) و(مهندس، ٢٠٠٦).

إن الإحساس بالأمن مرتبط بالحالة البدنية والعلاقات الاجتماعية للفرد، وكذلك مدى إشباع الدوافع الأولية والثانوية، وقد صنف الأمن النفسي في مكونين: أحدهما داخلي يتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات، والآخر خارجي يظهر في عملية التكيف الاجتماعي مع الآخرين والتفاعل معهم بعيدا عن العزلة والوحدة التي تخل بالتوازن النفسي للشباب والمراهقين، وتؤثر على مستوى توافقهم الاجتماعي. (محمد، ٢٠٢١، ص ١٣٦)

والأمن النفسي هو سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطر من الأخطار، كذلك شعور الفرد بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية. (الصنيع، ١٩٩٥، ص٧٠)

ولقد عرّف (Maslow, 1954) الأمن النفسي من خلال تحديد خصائصه: أي الحاجة إلى الأمن الأمن والأمان، والاستقرار، والحماية والتحرر من الخوف والقلق والفوضى، والإحساس بعدم الخطر والحاجة إلى الترابط والنظام والقانون والحدود، ويذهب Fenniman إلى أن الأمن النفسي يقصد به شعور الفرد بالقدرة على ارتياد المخاطر بدون الخوف من العواقب والنتائج المترتبة (Fenniman, 2010, p. 35).

وهو شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول ومُقدّر من قبل الآخرين، وندرة شعوره بالخطر والتهديد، وإدراكه أن الآخرين ذوي الأهمية النفسية في حياته (خاصة الوالدين) مستجيبون لحاجاته ومتواجدون معه بدنياً ونفسياً، لرعايته وحمايته ومساندته ودعمه عند وجود الأزمات (Kerns, et al , 1996 :457).

وعرفه (Mulyadi, 2010, p 73) بأنه شعور الفرد بالراحة والثقة بالنفس وقدرته على تقدير ذاته، وهي شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، وكفاءته في إدارة حياته والبيئة المحيطة به، وتحقيق أهدافه الشخصية وفق قدراته، وهذا ما أكدته دراسة (شلهوب ورزق، ٢٠١٦) في وجود علاقة ارتباطية دالة بين الأمن النفسي والثقة بالنفس لدى عينة من طلبة الجامعة.

فهناك علاقة بين الأمن النفسي وتقدير الفرد لذاته، وهذا ما توصلت له نتائج العديد من الدراسات حيث توصلت دراسة (حسين م.، ١٩٨٧) أنه كلما ارتفع مفهوم الذات لدى الطالب ارتفع مستوى الشعور بالأمن النفسي، كذلك توصلت دراسة كل من (وتد، ٢٠١٦) و(عقل، ٢٠٠٩) إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين تقدير الذات وبين الأمن النفسي.

ويذهب (Rubin et al., 2013) أن الأمن النفسي يعني شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، والكفاءة في إدارة بيئته، وتحقيق الأهداف الشخصية وفقاً لقدراته، والإحساس بالمعنى والهدف من الحياة، والاتجاه الإيجابي نحو ذاته وتقبلها (حسين، ٢٠١٧، ص ٢٤٦) وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (إشتية والعدوان، ٢٠٢١) في وجود علاقة بين الأمن النفسي والمهارات الحياتية لدى طلبة الجامعة، أي كلما ازدادت درجة الأمن النفسي ازداد مستوى المهارات الحياتية لدى الطالب الجامعي في تفاعله مع الأشياء والأشخاص والمؤسسات. (حسين م.، ١٩٨٧)

وترى (شقير، ٢٠٠٥، ص ٧) أن الأمن النفسي هو شعور مركب يحمل في طياته شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، وأنه محبوب ومتقبل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء للآخرين، مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وثقتهم فيه حتى يستشعر قدراً كبيراً من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار، ويضمن له قدراً من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات، ومن ثم إلى توقع حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباته في المستقبل بعيداً عن خطر الإصابة باضطرابات نفسية أو صراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره في الحياة.

ولقد توصلت الدراسات والبحوث التي تناولت مفهوم الأمن النفسي إلى العديد من النتائج ومنها:

- يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وأساليبها من تسامح وعقاب، وتسلط وديمقراطية، وتقبل ورفض، وحب وكراهية، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي والخبرات والمواقف الاجتماعية في بيئة آمنة غير مهددة.
- يؤثر الأمن النفسي تأثيراً جيد على التحصيل الدراسي للطلبة، وفي الإنجاز بصفة عامة.
- الأفراد الآمنون نفسياً أعلى في عملية الابتكار من الأفراد غير الآمنين نفسياً.
- نقص الأمن النفسي يرتبط ارتباطاً موجباً بالتشبث بالرأي والجمود دون مناقشة أو تفكير.
- نقص الأمن النفسي يرتبط بالتوتر وبالتالي للتعرض لأمراض القلب، واضطرابات نفسية. (عنتر وخليفة، ٢٠٢٠، ص ١٦)

ويشتمل الأمن النفسي لدى الفرد على أبعاد أساسية هي:

- الشعور بالتقبل والحب وعلاقات الدفء والمودة مع الآخرين (من مظاهر ذلك الاستقرار الزواج وإشباع حاجات الوالدية ورعاية الأولاد وتربيتهم).
- الشعور بالانتماء إلى الجماعة والمكانة فيها (تحقيق الذات – العمل الذي يدر دخلا يكفي لحياة كريمة في الحاضر والمستقبل).

- الشعور بالسلامة والسلام (غياب مبددات الأمن مثل الخطر والعدوان والجوع والخوف). (زهران، ١٩٨٩، ص ٢٩٨)

خلاصة: إن الشعور بالأمن النفسي من أهم الدعائم التي ترتكز عليها الصحة النفسية، ومن السمات المميزة للسلوك السوي والذي لا ينفي الشعور بالقلق والخوف، والصراع بصورة دائمة من أجل إزالة مصادره ومسبباته وذلك للعودة إلى حالة الاتزان النفسي، لذا يتضح أن الأمن النفسي لا يكون ثابتاً مطلقاً وإنما يميل إلى الثبات النسبي حسب الظروف المحيطة. وإن انعدام الشعور بالأمن قد يكون سبباً في حدوث الاضطرابات النفسية، أو قد يدفع الفرد للقيام بسلوك عدواني تجاه مصادر إحباط حاجته إلى الأمن، وقيامه باتخاذ أنماط سلوكية غير سوية من أجل الحصول على الأمن الذي يفتقر إليه، أو الانطواء على النفس أو الرضوخ واللجوء على الاستجداء والتوسل والتملق من أجل المحافظة على أمنه، وإن تأثير انعدام الأمن يختلف من شخص إلى آخر ومن مرحلة عمريه إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر. (حسين، ٢٠١٧، ص٢٦٢)

فروض البحث

١. توجد علاقة دالة إحصائيا بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى عينة الدراسة.
٢. توجد فروق دالة إحصائيا في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية).
٣. توجد فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع– التخصص الدراسي – السنة الدراسية).

منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن في البحث وذلك للتحقق من أهداف البحث والإجابة على تساؤلاته.

عينة البحث

تكونت عينة البحث الحالي من (٣٤٥) طالب وطالبة من طلبة المراحل الجامعية (السنة التحضيرية – البكالوريوس) في كلية العلوم الاجتماعية جامعة جدة، وقد شملت التخصصات أدبي (علم النفس – تاريخ) – علمي (حاسبات–علوم) ويوضح الجدول (١) خصائص العينة:

(جدول ١): خصائص عينة البحث.

عينة البحث	العدد	متوسط العمر	الانحراف المعياري

سنة تحضيرية	طالبات	٨٨	١٨.١	٦.١
	طلاب	٦٥		
بكالوريوس	طالبات	١٠٢	١٩.٣	٥.٤٢
	طلاب	٩٠		
المجموع		٣٤٥	١٨.٧	٥.٧٦

أدوات البحث: استخدم البحث الحالي الأدوات التالية:

١. مقياس جودة الحياة لكارول رايف ويتكون من (٧٠ مفردة)، ويشمل المقياس على ستة أبعاد لجودة الحياة، وهذه الأبعاد هي: (تقبل الذات– العلاقات الإيجابية مع الآخرين – الاستقلال الذاتي – الكفاءة البيئية – الهدف في الحياة – التنمية الذاتية (Ryff, 1989) والمقياس من نوع ليكرت ذي تدريج سداسي، ويجب على المفحوص أن يختار إجابة واحدة لكل فقرة من فقرات المقياس، وذلك وفقاً (أرفض بشدة (١)– أرفض بدرجة متوسطة (٢)– أرفض بدرجة قليلة (٣)– أوافق بدرجة قليلة (٤)– أوافق بدرجة متوسطة (٥)– أوافق بشدة(٦))، ويتم تقدير درجات المفردات سلبية الصياغة بطريقة معاكسة (من ٦ إلى ١) على الترتيب، والمفردات السلبية في المقياس هي (٣، ٤، ٦، ١٠، ١٢، ١٣، ١٥، ١٧، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٧ ، ٢٩، ٣١، ٣٢، ٣٥، ٣٨، ٤٠، ٤١)، ويحصل المفحوص على درجة لكل بعد ودرجة كلية تعبّر عن جودة حياته النفسية، الدرجة المرتفعة تدل على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من جودة الحياة، والدرجة المنخفضة تدل على العكس، وتتراوح الدرجات بين أقل درجة وهي (٧٠) و(٤٢٠) وهي أعلى درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

صدق المقياس: تم حساب معامل الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة عن طريق حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل عامل من العوامل الستة والمكونة للمقياس والدرجة الكلية للمقياس، ويظهر الجدول (٢) النتائج:

(جدول ٢): معامل الاتساق الداخلي بين درجة العامل والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة (ن= ٣٤٥).

العامل	قيمة معامل الارتباط لبيرسون	قيمة الدلالة Sig	القرار
١	**٠.٦٣١	.000	دال
٢	**٠.٧٢٣	.000	دال
٣	**٠.٥٨٥	.000	دال

٤	**٠.٦٥١	.000	دال
٥	**٠.٥٢٢	.000	دال
٦	**٠.٤٥٧	.000	دال

(**) دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠١)

ونلاحظ من الجدول السابق ارتفاع قيم معاملات الارتباط بين الدرجة على كل عامل والدرجة الكلية للمقياس وهي معاملات اتساق مقبولة، ونلاحظ أن جميعها دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠١) وهذا يدل على تمتع مقياس جودة باتساق داخلي جيد.

ثانياً: الثبات Reliability

استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس الكلي على عينة الدراسة، كما تم حساب ثبات كل بعد من أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول التالي (٣)

(جدول ٣): معاملات ثبات مقياس جودة الحياة وأبعادها (ن = ٣٤٥).

العامل	معامل ألفا
الأول	٠.٧٣١
الثاني	٠.٧٥٤
الثالث	٠.٨٣٤
الرابع	٠.٨١٢
الخامس	٠.٧٢٥
السادس	٠.٨١٦
المقياس الكلي	٠.٨٢١

ويتبين من جدول (٣) ارتفاع قيم معاملات الثبات للأبعاد، كذلك نجد ارتفاع معامل الثبات للمقياس الكلي حيث بلغ معامل الثبات (٠.٨٢١)، وهذا يدل على أن المقياس ثابت وفق ألفا كرونباخ.

٢. مقياس الأمن النفسي للدكتور فهد الدليم وآخرين (١٩٩٣): يعتبر هذا المقياس ذا فائدة تشخيصية علمية تطبيقية للاضطرابات النفسية والعقلية ويتكون من (٧٥) مفردة، والمقياس من نوع ليكرت ذي تدريج خماسي، ويجب على المفحوص أن يختار إجابة واحدة لكل فقرة من فقرات المقياس، وذلك وفقاً (دائماً – غالباً – أحياناً – نادراً – أبداً)، ويتراوح زمن تطبيق الاختبار بين (٢٠ – ٣٥) دقيقة، يتم تصحيح المقياس في اتجاه درجة الأمن النفسي أي أن الدرجات العالية في هذا المقياس تدل على الأمن النفسي والطمأنينة النفسية لدى المفحوص والعكس صحيح، وتعطى الدرجات التالية (دائماً= ١، غالباً= ٢، أحياناً = ٣، نادراً = ٤، أبداً

=٥) لاستجابات المفحوص على كل عبارة من عبارات المقياس التالية: (١-٢-٤-٦-٩-١٢-١٣-١٥-١٧-١٩-٢٠-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٣٠-٣١-٣٤-٣٧-٤٠-٤٢-٤٣-٤٥-٤٨-٤٩-٥٢-٥٤-٥٦-٥٧-٥٨-٥٩-٦٢-٦٥-٦٧-٦٨-٧١-٧٢)، في حين تصحح باقي عبارات المقياس بصورة معاكسة بالشكل التالي: (دائماً =٥، غالباً=٤، أحياناً = ٣، نادراً = ٢، أبداً = ١).

ولقد تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية للمقياس وهي (الصدق والثبات)

أ- **صدق المقياس:** وللتأكد من صدق المقياس استخدمت الباحثة طريقة صدق المحتوى: ويقصد به الدرجة التي يقيس فيها المقياس ما وضع لقياسه في محتوى موضوع معين من خلال التحليل المنطقي لمحتوى المقياس، والتحقق من تمثيله للمحتوى المراد قياسه، لذلك يطلق عليه أحيانًا الصدق المنطقي. (محمود، ٢٠١٥)

وتشتمل عملية تقدير صدق المحتوى على ثلاث خطوات:

أ- وصف مجال المحتوى.

ب- تحديد المجالات الفرعية التي تقيسها كل مفردة في المقياس.

ج- مقارنة بنية الاختبار (أو المقياس) مع بنية مجال المحتوى.

د- يجب أن لا تقل درجة الاتفاق بين المحكمين على كل بند من البنود (٨٠٪).

حيث قامت الباحثة بعرض المقياس على (خمسة) من أساتذة في قسم علم النفس – جامعة جدة، وذلك لإبداء الرأي حول انتماء العبارات لما تقيسه، ومناسبتها من حيث الصياغة العلمية والفئة العمرية لأفراد العينة، وتم اعتماد معامل الاتفاق بين المحكمين حيث لا يقل عن ٨٥٪، وقد اقترح المحكمون إجراء بعض التعديلات من حيث الصياغة فقط على (٣ عبارات)، وقامت الباحثة بالتعديل في ضوئها، وتكون المقياس في صورته النهائية من (٧٠) عبارة.

ب- ثبات المقياس

لحساب الثبات استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس الكلي على عينة الدراسة (ن=٣٤٥)، كما هو موضح في جدول (٤) التالي:

(جدول ٤): قيمة معامل ألفا كرونباخ لثبات لمقياس الأمن النفسي (ن=٣٤٥).

عدد المفردات	قيمة معامل ألفا كرونباخ
75	.91

الأساليب الإحصائية المستخدمة

للإجابة على أسئلة البحث تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي – المتوسط الحسابي المرجح – الانحراف المعياري – معامل ارتباط بيرسون – اختبارت للعينات المستقلة.

نتائج البحث

السؤال الأول: ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة جدة؟

للإجابة هذا السؤال: تم حساب المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية للدرجات الكلية لعينة البحث على مقياس الأمن النفسي، ولقد بلغ المتوسط الحسابي (٢.٥١) بانحراف معياري (٠.٦٤٩)، ومن أجل تفسير قيم المتوسط الخاص بمقياس الأمن النفسي تم حساب المتوسط المرجح وذلك وفق مقياس ليكرت الخماسي على النحو التالي:

(جدول ٥): ميزان تقديري وفق مقياس يكرت.

المتوسط المرجح	مستوى الأمن النفسي	طول الفترة
١ – ١.٨٠	منخفض جدا	٠.٨٠
١.٨١ – ٢.٦٠	منخفض	٠.٨٠
٢.٦١ – ٣.٤٠	متوسط	٠.٨٠
٣.٤١ – ٤.٢٠	مرتفع	٠.٨٠
٤.٢١ – ٥	مرتفع جدا	٠.٧٩

(جدول ٦): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي.

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الأمن النفسي	345	2.75	.649	متوسط

وبملاحظة القيم الناتجة في جدول (٦) نجد أن قيمة متوسط الأمن النفسي لدى طلبة جامعة جدة كانت (٢.٧٥) وبمقارنة هذه القيمة مع المحك في جدول رقم (٥) نجد أن متوسط الأمن النفسي لدى طلبة جامعة جدة قد وقع ضمن فئة الأمن النفسي المتوسط.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Wang, 2011) حيث أظهرت النتائج مستوى متوسط من الأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، في حين أظهرت نتائج دراسة كل من (الشريفين ومصطفى، ٢٠١٣) والتي

توصلت إلى أن مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة الوافدين في جامعة اليرموك كانت مرتفعة بشكل عام، وكذلك توصلت دراسة (الصوافي، ٢٠١٩) وجود مستوى عال من الأمن النفسي لدى طلبة جامعة نزوى على مقياس الأمن النفسي الكلي، (الرقاد والصوالحة، ٢٠١٨) وجود مستوى تقدير مرتفع للأمن النفسي لعينة البحث، في حين أظهرت نتائج دراسة (أقرع ، ٢٠٠٥) انخفاض الشعور بالأمن النفسي لدى عينة الدراسة.

السؤال الثاني: ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة جدة؟

للإجابة عن هذا السؤال: تم حساب المتوسط الحسابي والانحرافات المعيارية للدرجات الكلية لعينة البحث على مقياس جودة الحياة، ولقد بلغ المتوسط الحسابي (٢.٩٥) بانحراف معياري (١.٦٣)، ومن أجل تفسير قيم المتوسط الخاص بمقياس جودة الحياة وفق المتوسط المرجح في جدول (٧)، ونجد النتائج كما يلي:

(جدول ٧): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة.

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
جودة الحياة	345	2.95	1.63	متوسط

وبملاحظة القيم الناتجة في جدول (٧) نجد أن قيمة متوسط جودة الحياة لدى طلبة جامعة جدة كانت (٢.٩٥) وبمقارنة هذه القيمة مع المحك في جدول (٥) نجد أن متوسط جودة الحياة لدى طلبة جامعة جدة قد وقع ضمن فئة جودة الحياة المتوسط، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (ماضي، ٢٠١٦) حيث أظهرت النتائج مستوى متوسط من جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، في حين أظهرت نتائج دراسة كل من (الكشكي وبسيوني، ٢٠٢١) و(أبو حماد، ٢٠١٩) (سليمان، ٢٠١٠) أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة السعوديين كان مرتفع.

السؤال الثالث: هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى عينة الدراسة؟

للإجابة على هذا السؤال تم وضع الفرض الأول التالي:

ينص الفرض الأول على: توجد علاقة دالة إحصائياً بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي لدى عينة الدراسة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وذلك لإيجاد العلاقة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة النفسية والدرجة الكلية للأمن النفسي لدى عينة الدراسة، ويوضح الجدول (٨) النتائج التي تم التوصل إليها:

(جدول ٨): قيم معاملات الارتباط بين جودة الحياة النفسية والأمن النفسي.

المتغيرات	معامل ارتباط بيرسون	قيمة الدلالة Sig. (2-tailed)	حجم العينة N
جودة الحياة الأمن النفسي	.803**	.000	٣٤٥

** الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (٨) وجود علاقة قوية وموجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الدرجة الكلية لجودة الحياة والدرجة الكلية للأمن النفسي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (متولي، ٢٠١٨) و(معشي، ٢٠١٨) حيث توصلت دراستهما إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة بين جودة الحياة والأمن النفسي، وهي نفس نتيجة (السويركي، ٢٠١٣) حيث وجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى المعاقين بصرياً.

السؤال الرابع: هل يوجد فروق دالة إحصائيا في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية)؟

للإجابة على هذا السؤال تم وضع الفرض الثاني التالي:

الفرض الثاني: توجد فروق في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية).

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة لمتوسطين عينتين مستقلتين لحساب الفروق بين متوسطات الدرجات تبعا للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية) على مقياس الأمن النفسي، ويوضح ذلك جدول (٩):

(جدول ٩): اختبار "ت" للفروق بين متوسطات الأمن النفسي تبعا لمتغيرات (النوع – التخصص – السنة الدراسية).

المتغير		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	قيمة الدلالة
النوع	**أنثى**	186	2.0753	1.30890	8.50	343	.000
	ذكر	159	3.4717	1.71668			
تخصص	**أدبي**	152	2.4211	1.54202	3.027	343	.003

المتغير		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	قيمة الدلالة
النوع	**أنثى**	186	2.0753	1.30890	8.50	343	.000
	ذكر	159	3.4717	1.71668			
	علمي	193	2.9534	1.71783			
السنة الدراسية	**سنة تحضيرية**	153	2.3846	1.75436	4.035	343	.000
	بكالوريوس	192	3.0920	1.46906			

وبملاحظة القيم الناتجة في جدول (٩):

بالنسبة **لمتغير النوع:** توجد فروق دالة إحصائيا في الأمن النفسي بين متوسطي الذكور والإناث، وذلك لصالح الذكور، حيث بلغ متوسط الذكور (٣.٤٧٢) بانحراف معياري (١.٧١٦) وبلغ المتوسط الحسابي للإناث (٢.٠٧٥٣) بانحراف معياري (١.٣٠٨٩)، وبلغت قيمة اختبار "ت" (٨.٥٠) ودلالة قيمتها (.٠٠٠) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وقد يرجع السبب في تفوق الذكور على الإناث في الأمن النفسي إلى اختلاف ظروف التنشئة الاجتماعية والثقافية لكل منهما، حيث غالباً (في البيئة العربية) ما يتم إعطاء الذكور الاهتمام والثقة والحرية وفرص النجاح أكثر من الإناث، مما يجعل لديهم ثقة عالية بالنفس تؤدي إلى شعورهم بالأمن النفسي أكثر من الإناث.

وتتفق مع دراسة كل من (الصوافي، ٢٠١٩) و(الشريفين ومصطفى، ٢٠١٣) (عبد الرحمن، ٢٠٢١) في وجود فروق في الأمن النفسي لصالح الذكور، في حين وجدت دراسة (متولي، ٢٠١٨) فروق في الأمن النفسي تبعا لمتغير الجنس غير أن الفروق كانت لصالح الإناث، واختلفت مع نتائج كل من (شلهوب ورزق، ٢٠١٦) و(أقرع إ، ٢٠٠٥) (نميلات، ٢٠١٨) حيث لم توجد فروق في الأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس.

بالنسبة **لمتغير التخصص:** توجد فروق دالة إحصائيا في الأمن النفسي تبعا للتخصص، حيث وجدت فروق بين متوسطي طلبة التخصصين العلمي والأدبي في الأمن النفسي، وذلك لصالح التخصص العلمي، حيث بلغ متوسط التخصص العلمي (2.9534) بانحراف معياري (1.717) وبلغ المتوسط الحسابي للتخصص الأدبي (2.421) بانحراف معياري (1.54)، وبلغت قيمة اختبار "ت" (3.027) ودلالة قيمتها (.003) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وقد يرجع تفوق الطلبة ذوو التخصص العلمي على طلبة التخصص الأدبي، بسبب نظرة وتقدير المجتمع لهم بأنهم طلبة متميزين وحاصلين على درجات مرتفعة عن طلبة التخصص الأدبي مما ينعكس على ثقتهم بأنفسهم وتقديرهم لذاتهم، كما تؤهلهم تخصصاتهم إلى الحصول على وظائف مميزة ولها مكانة، مما يجعل لديهم توافق نفسي أعلى وبالتالي تنعكس على شعورهم بالأمن النفسي.

واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة كل من (أقرع إ.، ٢٠٠٥) و(متولي، ٢٠١٨) و(شلهوب ورزق، ٢٠١٦) و(نميلات، ٢٠١٨) حيث توصلوا لعدم وجود فروق في الأمن النفسي تبعا للتخصص.

بالنسبة **لمتغير السنة الدراسية:** توجد فروق دالة إحصائيا في الأمن النفسي تبعا للسنة الدراسية، حيث وجدت فروق بين متوسطي السنة التحضيرية والبكالوريوس في الأمن النفسي، وذلك لصالح طلبة البكالوريوس، حيث بلغ المتوسط الحسابي لطلبة السنة التحضيرية (2.3846) بانحراف معياري (1.754) وبلغ المتوسط الحسابي لطلبة البكالوريوس (3.092) بانحراف معياري (1.469)، ونجد أن قيمة ت تساوي (4.035) ودلالة قيمتها (.000) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وقد يرجع تفوق طلبة البكالوريوس على طلبة السنة التحضيرية في الأمن النفسي بسبب أن طلبة البكالوريوس قد التحقوا بتخصصاتهم العلمية مما ينعكس على ارتفاع شعورهم بالأمن النفسي، في حين يشعر طلبة السنة التحضيرية بالضغط النفسي الناتج عن ضرورة حصولهم على معدل عالي للتمكن من دخول التخصص المرغوب مما ينعكس على انخفاض شعورهم بالأمن النفسي.

واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة (متولي، ٢٠١٨) حيث توصلت لعدم وجود فروق في الأمن النفسي تبعا للسنة الدراسية.

السؤال الخامس: هل يوجد فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية)؟

للإجابة على هذا السؤال تم وضع الفرض الثالث التالي:

الفرض الثالث: توجد فروق في جودة الحياة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية).

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة لمتوسطين عينتين مستقلتين لحساب الفروق بين متوسطات الدرجات تبعا للمتغيرات (النوع – التخصص الدراسي – السنة الدراسية) على مقياس جودة الحياة النفسية، ويوضح جدول (١٠) نتائج التحليل:

(جدول ١٠): اختبار "ت" للفروق بين متوسطات جودة الحياة النفسية تبعا لمتغيرات (النوع – التخصص – السنة الدراسية).

المتغير		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	قيمة الدلالة
النوع	أنثى	186	2.672	1.354	3.769	343	.000
	ذكر	159	3.276	1.626			
تخصص	أدبي	152	2.862	1.437	.978	343	.329

المتغير		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	قيمة الدلالة
النوع	أنثى	186	2.672	1.354	3.769	343	.000
	ذكر	159	3.276	1.626			
	علمي	193	3.021	1.571			
السنة الدراسية	سنة تحضيرية	153	2.59	1.641	2.01	343	.026
	بكالوريوس	192	3.32	1.341			

وبملاحظة القيم الناتجة في جدول (١٠):

بالنسبة **لمتغير النوع:** توجد فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية بين متوسطي الذكور والإناث، وذلك لصالح الذكور، حيث بلغ متوسط الذكور (٣.٢٧٦) بانحراف معياري (١.٦٢٦) وبلغ المتوسط الحسابي للإناث (٢.٦٧٢) بانحراف معياري (١.٣٥٤)، وبلغت قيمة اختبار "ت" (٣.٧٦٩) ودلالة قيمتها (.٠٠٠) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وقد يُعزى وجود فروق لصالح الذكور على الإناث في جودة الحياة النفسية إلى اختلاف التركيبة الفسيولوجية والجسمية لكل منهما، حيث يتميز الذكور بالقدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين بسهولة أكثر من الإناث وذلك بسبب القيود المفروضة على الإناث، كما يتميز الذكور بالقدرة على التكيف وتحمل الأعباء الحياتية والضغوط النفسية وحل المشكلات أكثر من الإناث، مما يجعل الذكور يتمتعوا بجودة حياة أعلى حيث أنه بطبيعته قادر على العمل ومواجهة الصعاب تحت الضغوط أكثر من الإناث.

وتتفق مع دراسة (الخفاجي، ٢٠١٨) في وجود فروق في جودة الحياة النفسية بين متوسطي الذكور والإناث، وذلك لصالح الذكور، في حين وجدت دراسة كل من (الكشكي وبسيوني، ٢٠٢١) و(الكبيسي، ٢٠١٦) فروق في جودة الحياة النفسية تبعا لمتغير الجنس غير أن الفروق كانت لصالح الإناث، واختلفت مع نتائج دراسة كل من (متولي، ٢٠١٨) و(وردة، ٢٠١٩) و(الخميسي، ٢٠٢٢) و(أبو حماد، ٢٠١٩) حيث لم توجد فروق في جودة الحياة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

بالنسبة لمتغير التخصص

لا توجد فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية بين متوسطي طلبة التخصصين العلمي والأدبي، حيث بلغ متوسط العلمي (٣.٠٢١) بانحراف معياري (١.٥٧١) وبلغ المتوسط الحسابي للتخصص الأدبي (٢.٨٦٢) بانحراف معياري (١.٤٣٧)، وبلغت قيمة اختبار "ت" تساوي (0.978) ودلالة (.329) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.329) ومستوى دلالة (0.05)، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة

النفسية بين متوسطي طلبة التخصصين العلمي والأدبي، وقد يُعزى عدم وجود فروق إلى أن جودة الحياة النفسية ترتبط بالإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة وتقدير الذات والثقة بالنفس والنجاح الدراسي والمهني، والعلاقات الجيدة ضمن الأسرة ومع الأصدقاء، بالتالي فإن جودة الحياة النفسية هي متطلب ضروري لجميع الأفراد في الحياة بغض النظر عن تخصصه.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (متولي، ٢٠١٨) و(الخفاجي، ٢٠١٨) و(الكشكي وبسيوني، ٢٠٢١) في عدم وجود فروق في جودة الحياة النفسية تبعا للتخصص، واختلفت مع نتيجة كل من(عبد العزيز، ٢٠٠٩) و(أبو حماد، ٢٠١٩) في وجود فروق في جودة الحياة النفسية تبعا للتخصص (علمي – أدبي) لصالح العلمي.

بالنسبة لمتغير السنة الدراسية: توجد فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية تبعا للسنة الدراسية، وذلك لصالح طلبة البكالوريوس، حيث بلغ متوسط طلبة التحضيري (٢.٥٩) بانحراف معياري (١.٦٤١) وبلغ المتوسط الحسابي للبكالوريوس (٣.٣٢) بانحراف معياري (١.٣٤١)، وبلغت قيمة اختبار "ت" (٢.٠١) ودلالة قيمتها (.026) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة النفسية تبعا للسنة الدراسية، وقد يُعزى وجود فروق في جودة الحياة النفسية لصالح طلبة البكالوريوس، بأن طلبة البكالوريوس قد تكيفوا مع الجامعة واعتادوا المناخ الجامعي مما ينعكس على أدائهم الأكاديمي ودافعيتهم نحو التعلم بالتالي شعورهم بالرضا مما ينعكس إيجابياً على إحساسهم بجودة الحياة النفسية، في حين يشعر طلبة السنة التحضيرية بالضغط النفسي الناتج عن اختلاف البيئة الجامعية عن البيئة المدرسية من حيث الدراسة والنظام والبيئة.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (Latas et all ,2014) ودراسة (الدهني، ٢٠١٨) في وجود فروق في جودة الحياة النفسية تبعا للسنة الدراسية، واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة كل من (وردة، ٢٠١٩) و(متولي، ٢٠١٨) حيث توصلت لعدم وجود فروق في جودة الحياة النفسية تبعا للسنة الدراسية.

الخلاصة

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة تجد الباحثة ضرورة الاهتمام بالطالب الجامعي وتنمية الإحساس لديه بأهميته ومكانته ودوره في خدمة وطنه، والتعرف على المشاكل والصعوبات التي قد تواجهه لإيجاد الحلول لها وتجاوزها بهدف تحقيق طموحاته بما يصل به الى مستوى عال من الأمن النفسي، حيث أن الأمن النفسي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي.

كذلك التوعية بالاهتمام بجودة الحياة الأسرية والاجتماعية وجودة الحياة النفسية وجودة الحياة ككل لأنها تساعدهم على مواجهة العقبات والمصاعب في الحياة، وتساعدهم على تجنب الكثير من المشاكل وبالتالي تضمن الوصول بهم إلى السعادة والرقى في الحياة.

وهو ما يتفق مع اهتمام المملكة بجودة حياة المواطن والمقيم من خلال برنامج جودة الحياة أحد برامج تحقيق رؤية ٢٠٣٠والذي يهدف إلى تحسين نمط حياة الفرد والأسرة وبناء مجتمع ينعم أفراده بأسلوب حياة متوازن.

التوصيات: تمكنت الباحثة من صياغة التوصيات التالية:

١. التوعية بأهمية الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية وتأثيرهما المهم على سلوك الأفراد في مختلف جوانب الحياة.
٢. إعداد ندوات لتوعية الأهل بأهمية الأمن النفسي لأبنائهم حيث يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وأساليبها من تسامح وعقاب، وتقبل ورفض، ويرتبط بالخبرات والتفاعل الاجتماعي في بيئة آمنة غير مهددة.
٣. عقد دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس في المدارس والجامعات تهدف إلى تطوير الأمن النفسي للطلبة، حيث يؤثر الأمن النفسي على التحصيل الدراسي للطلبة وعلى الإنجاز.
٤. تضمين مفهوم جودة الحياة النفسية في المناهج الدراسية والعمل على تنميته.

البحوث المقترحة

١. إجراء دراسات تتناول برامج لتحسين (جودة الحياة – الأمن النفسي) لدى طلبة الجامعة.
٢. إجراء المزيد من الدراسات حول جودة الحياة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية الأخرى.
٣. إجراء المزيد من البحوث حول الشعور بالأمن النفسي بين طلبة الجامعات، دراسة مقارنة بين الجامعات الخاصة والحكومية.

المراجع

أحمد عبد الله الشريفين، ومنار سعيد مصطفى. (٢٠١٣). الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين في جامعة اليرموك. لمجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٩(٢)،١٤١-١٦٢.

أحمد عبد الله عبد العزيز الثنيان. (٢٠٠٩). جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية. رسالة دكتورة منشورة، جامعة أم القرى، ١-٢٠٢.

آمال محمد حسين. (٢٠٢١). دراسة المناخ الأسري وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٥(٣)، ١٢٣-١٦٠.

أمحمد مسعودي. (٢٠١٧). جودة الحياة النفسية. مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والانسانية، ١(١).

أنغام حاتم أنغام حاتم عبد الرحمن. (٢٠٢١). قياس الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية النازحين في أربيل. المجلات الأكاديمية العلمية، ١٧(٦٩)، ٨٨٠-٩١٨.

إياد إشتيه، وفاطمة العدوان. (٢٠١١). الأمن النفسي وعلاقته بالمهارات الحياتية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية المشاركين في برنامج تميز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ١٢(٣٧)، ١٧١-١٩٠.

إياد محمد أقرع. (٢٠٠٥). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. رسالة ماجستير- جامعة الفلاح الوطنية، ١-١١٩.

خالد سليمان. (٢٠١٠). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها. مجلة رسالة الخليج العربي، ٣١، ١١٧-١٥٥.

دعاء شلهوب، وأمينة رزق. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة السنة الثالثة في كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، ٣٨(٤)، ٧٥-١٠٤.

راندا حسيني متولي. (٢٠١٨). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، ١٩(٥)، ٢٧١-٣٠٠.

رمزي شحدة السويركي. (٢٠١٣). الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال / الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعتقين بصريا بمحافظة غزة.، ١-٢٢٧.

روان ياسين وتد. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات والشخصية الارتيابية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في مدينة باقة. رسالة ماجستير غير منشورة.، ١-١٥٥.

زينب حياوي الخفاجي. (٢٠١٨). جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، ٤٣(٣)، ٢٨٥-٣٠٣.

زينب شقير. (٢٠٠٥). مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية). القاهرة: مكتبة الأنجلو.

سوفية وردة. (٢٠١٩). جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج. ١-٨٢.

صالح الصنيع. (١٩٩٥). دراسات في التأصيل الاسلامي لعلم النفس. الرياض: دار عالم الكتب.

صباح عايش. (٢٠٢٢). التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس رايف لجودة الحياة النفسية (Ryff's Psychological Well-Being Scale RPWBS) وفق النظرية الحديثة للقياس باستخدام نموذج راش، الاختبارات والمقاييس النفسية (البناء، التقنين، التكييف). مخبر بنك الاختبارات النفسية والمهنية والمدرسية.

عبد الباري ماضي. (٢٠١٦). مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة ي قار. جلة جامعة ذي قار، ١١(١)، ٩٥-١٠٧.

عبد الحفيظي يحيى، وجخراب عرفات. (٢٠١٦). تقنين مقياس جودة الحياة لمحمود منسي وعلي كاظم على الطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية بجامعة الجلفة. رسالة ماجستير منشورة، ١-١٢٨.

عبد السلام حسين الخميسي. (٢٠٢٢). (٢٠٢٢). تقنين مقياس جودة الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية (WHOQOL-BREF) على عينة من طلبة جامعة صنعاء بالجمهورية اليمنية. مجلة أبحاث، ٩(٣)، ٢٨٣-٣١٢.

عبد العزيز إبراهيم سليم. (٢٠٠٩). فعالية برنامج علاجي في خفض حدة الإعاقة النوعية للغة وأثره في تحسين جودة الحياة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. رسالة دكتوراة غير منشورة، ١-٢٢٧.

عبد الكريم عبيد جمعة الكبيسي. (٢٠١٦). قياس مستوى جودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة (دراسة ثقافية مقارنة) لعينات (ليبية وعراقية ومصرية). مجلة البحوث التربوية والنفسية، ٤٩، ٤٢٧-٤٦٠.

عبد الله الشهري. (٢٠٠٩). إساءة المعاملة المدرسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الطائف. رسالة ماجستير غير منشورة، ١-١١٧.

عزت أحمد راجح. (١٩٩٢). أصول علم النفس العام (المجلد ١).

عقيلان سليمان نميلات. (٢٠١٨). الأمن النفسي وعلاقته بالانتماء الوطني لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. رسالة ماجستير منشورة، ١-١٢٣.

عمر حجاج. (٢٠١٤). الأمن النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم: دراسة ميدانية بثانويات مدينة بريان. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، ١٩١-٢١٠.

غفران غالب الدهني. (٢٠١٨). جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية في جامعتي اليرموك وحائل (دراسة مقارنة). مجلة العلوم التربوية، ٢٦(١)، ٢٧٥-٣٠٢.

فاطمة الزهرة خليفة، وآمال عنتر. (٢٠٢٠). علاقة الأمن النفسي بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. مذكرة مكلة لنيل شهادة ماجستير في علم التربية، ١-٧٣.

مجدة الكشكي، وسوزان بسيوني. (٢٠٢١). التدين كمتغير معدل للعلاقة بين جودة الحياة النفسية والتطرف الايديولوجي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين. المجلة العلمية لكلية التربية -جامعة أسيوط، ٣٧(١٠)، ٣٢٢-٣٧٠.

محمد علي معشي. (٢٠١٨). جودة الحياة وعلاقتها بكل من السلوك الاجتماعي والأمن النفسي لدى عينة من المراهقين. المجلة العلمية لكلية التربية، ٣٤(٢)، ٢٣١-٢٧٠.

محمد ناصر الصوافي. (٢٠١٩). مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣(٣٠)، ١٤٢-١٦١.

محمد أنور محمود. (٢٠١٥). مشكلات في إعداد إجراءات البحوث التربوية والنفسية. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، ٢٠، ٧١٨-٧٢٩.

محمد عبد الله الغامدي، وسيد عبد العظيم محمد. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام بمدينة الدمام. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٧(١)، ١-٥٦.

محمد مسعودي. (٢٠١٧). جودة الحياة التفسية. مجلة روافد، ١، ١٢٧-١٤٨.

محمود عطا حسين. (١٩٨٧). مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية. مجلة العلوم الاجتماعية، ١٥(٣)، ١٠٣-١٢٨.

مفتاح سالم حسين. (٢٠١٧). الأمن النفسي لدى الطلاب. المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، ٤(٢)، ٢٤٠-٢٦٥.

ميساء يوسف المهندس. (٢٠٠٦). أساليب المعاملة الوالدية والشعور بالأمن النفسي والقلق لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة جدة.. اطروحة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية، قسم علم النفس.

ناصر الدين أبو حماد. (٢٠١٩). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ١٠(٢٧)، ٢٦٧-٢٨١.

نانسي عيد. (٢٠١٨). مقياس جودة الحياة للمراهقين ضعاف السمع. مجلة البحث العلمي في التربية، ١٩، ٦٠-٧٨.

هناء الرقاد، ووصفي الصوالحة. (٢٠١٨). الأمن النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة البلقاء. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، ٤١، ٦٦٥-٦٧٧.

وفاء علي عقل. (٢٠٠٩). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.، ١-٢٢٨.

يزيد شويعل. (٢٠١٨). نوعية الحياة من منظور علم النفس الإيجابي (دراسة تحليلية). مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، ٨-٢٦.

Dzuka, J., & Dalbert, C. (2000). Well-being as a psychological indicator of helth in old age: research agenda. Studia Psychological, 42(1), 61-70.

Fenniman, A. (2010). Understanding each other at work: An examination of the effects of perceived empathetic listening on psychological safety in the supervisor-subordinate relationship, 1-169.

Kerns, K, Klepac. L & Cole, A (1996): Peer relationships and preadolescents perceptions of security in the child mother relationship. Developmental Psychology, 32 (3), 457 – 466.

Massoudi .M (2015). Research on the quality of life in the Arab world. Journal of Human and

Social Sciences, N (20), University of Oran,Algeria.

Mulyadi.S (2010) Effect of the Psychological Security and Psychological Freedom on Verbal Creativity of Indonesia Homeschooling Students. International Journal of Business and Social Science. 2(1). P(110-131).

Latas, M., Stojkovic, T., Ralic, T., & Jovanovic, S. (2014). Medical students helth related quality of life - A comparative study. Vojnosanit Pregl, 71(8), 751-756.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. Journal of personality and social Psychology, 57(6), 1069-1081.

Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, L. H., & Muller, D. (2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates? Psychother Psychosom, 85-95.

Wang, H. (2011). Survey and Analysis of College Students' Psychological Security and Its Affecting Factors. Journal of Anhui Radio & TV University. doi:148368149.

Psychological Security and Its Relationship with the Quality of Psychological Life among Jeddah University Students

Nessrin Ismail Alsaid Ibrahim

Associate Professor, Educational Psychology, College of Social Sciences, Psychology, University of Jeddah, KSA

Nibrahim@uj.edu.sa

Abstract. The aim of the current research is to reveal the level of both psychological security and psychological quality of life among a sample of students at the University of Jeddah. It also aims to identify the nature of the correlation between psychological security and psychological quality of life and revealing differences in both quality of life and psychological security according to variables (type - specialization). Academic year. To achieve the objectives of this research, the researcher used the descriptive, correlational and comparative method. The research tools consisted of two scales: the psychological security scale by Dr. Fahd Al-Dulaim and others and the psychological quality of life scale by Ryff. The research sample consisted of (345) students from the College of Social Sciences at the University of Jeddah (153 preparatory year, 192 bachelor's degrees), whose ages ranged between (18.1-19.3) years. The study reached the following results: The level of psychological security and quality of life among Jeddah University students was average. There are also significant positive correlations between the total scores of quality of life and the total score of psychological security. There are remarkable differences in psychological security between males and females in favor of males. There are also notable differences in psychological security according to specialization (scientific and literary) in favor of scientific majors. There are significant differences in psychological security according to academic year (preparatory year and bachelor's degree) for the benefit of bachelor students. There are significant differences in the quality of psychological life between average males and females in favor of males. There are no significant differences in the quality of psychological life between average students of scientific and literary majors. There are statistically significant differences in the quality of psychological life according to the academic year (preparatory year and bachelor's degree) for the benefit of bachelor's students.

Keywords: Mental health, Quality of Life, Psychological Security, Quality of Psychological Life-Satisfaction with life.