

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة :

العوامل الخمس الكبرى للشخصية و علاقتها بجودة الحياة لدى

لدى معلمي المرحلة الابتدائية

(دراسة وصفية ارتباطية بولاية بسكرة)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الدكتورة :

- د / فطيمة دبراسو

إعداد الطالبة :

صونيا طيباوي

السنة الدراسية :

2020 / 2019

شكر و عرفان

الحمد لله حمد الشاكرين ، فلك الشكر يا ربي كما ينبغي لجلال وجهك و عظيم سلطانك ، فمن فضلك العظيم أتممت هذا العمل و ذلك امتثالا لقوله عزوجل : " و من شكر فإنما يشكر لنفسه " (النمل : 40) ، و أصلي و أسلم على أشرف الخلق و المرسلين سيدنا محمد عليه أفضل الصلوات .
و بعدها أتقدم بخالص الشكر و التقدير إلى الدكتورة " دبراسو فطيمة " على موافقتها على الإشراف على هذا العمل المتواضع و التي لم تبخل بتوجيهاتها و إرشاداتها و كانت سندا لي في إنجاز هذا البحث فجزاها الله عني كل خير .

كما أتقدم بجزيل الشكر إلى أفراد العينة و مدراء المدارس الابتدائية لولاية بسكرة الذي كانوا عوننا كبيرا خاصة في ظل وباء كورونا ، و إلى كل من قدم يد العون و المساعدة من قريب أو بعيد جزاهم الله خير الجزاء و جعل ذلك في ميزان حسناتهم

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، الطيبة (المقبولية) ، يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية . بالإضافة إلى معرفة نوع هذه العلاقة ، ولتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قوامها 30 معلما (معلمة و معلم) ، اختيروا بطريقة عشوائية من المدارس الابتدائية لولاية بسكرة . طبق عليهم قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري (1992) McCrae Costa و مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية (1996) ، و بعد جمع المعلومات و تبويبها ، تم اختبار الفرضيات باستخدام معامل الارتباط بيرسون ، بالاستعانة بالحزمة الإحصائية (SPSS) ، و توصلت النتائج إلى : أنه توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية ، و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية . بالإضافة إلى ذلك أسفرت النتائج إلى :

- أن هناك علاقة طردية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

- أن هناك علاقة عكسية بين عامل الشخصية (العصابية) و جودة الحياة .
- أن هناك علاقة طردية بين عامل الشخصية (الانبساطية) و جودة الحياة .
- أن هناك علاقة عكسية بين عامل الشخصية (الانفتاح على الخبرة) و جودة الحياة .
- أن هناك علاقة طردية بين عامل الشخصية (المقبولية) و جودة الحياة .
- أن هناك علاقة طردية بين عامل الشخصية (يقظة الضمير) و جودة الحياة .

الكلمات المفتاحية : العوامل الخمس الكبرى للشخصية – جودة الحياة – معلم المرحلة الابتدائية

فهرس المحتويات :

الصفحة	العنوان
	- شكر و عرفان
	- ملخص الدراسة
	- فهرس المحتويات
	- فهرس الأشكال
	- فهرس الجداول
	- فهرس الملاحق
أ - ب	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	
03 - 01	1 - الإشكالية
04	2 - فرضيات الدراسة
04	3 - أهداف الدراسة
05 - 04	4 - أهمية الدراسة
05	5- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة
05	6- حدود الدراسة
11 - 06	7- الدراسات المشابهة
الفصل الثاني : العوامل الخمس الكبرى للشخصية	
13	تمهيد

14	أولاً : الشخصية
14	1 - تعريف الشخصية
16 – 15	2 - محددات الشخصية
22 – 16	3 - النظريات المفسرة للشخصية
22	ثانياً : نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري
24 – 22	1 - - لمحة تاريخية عن نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية
29 - 24	2- تعريف ووصف العوامل الخمس الكبرى للشخصية
30 - 29	3- مميزات العوامل الخمس الكبرى للشخصية
30	4- قياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية
31	خلاصة الفصل
الفصل الثالث : جودة الحياة	
33	تمهيد
35 - 34	1 - لمحة تاريخية عن تطور مفهوم جودة الحياة
36 - 35	2 - تعريف جودة الحياة
38 - 36	3- الاتجاهات المختلفة المفسرة لجودة الحياة
38	4- مكونات جودة الحياة
39	5- مؤشرات جودة الحياة
41 – 39	6- أبعاد جودة الحياة
42 - 41	7- العوامل المؤثرة في جودة الحياة
42	8- مقومات جودة الحياة

43	9- قياس جودة الحياة
44 - 43	10- جودة الحياة الوظيفية للمعلمين
45	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة	
48	تمهيد
49	1 - الزيارة الاستطلاعية
49	2 - منهج الدراسة
49	3 - عينة الدراسة
57 - 50	4-أدوات الدراسة
58	5- المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة
59	خلاصة الفصل
الفصل الخامس : عرض و تفسير و مناقشة النتائج	
61	تمهيد
68 - 62	1 – عرض و تفسير و مناقشة نتائج الدراسة
69	الخاتمة
69	الاقتراحات و التوصيات
	قائمة المراجع

فهرس الأشكال :

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
39	العاملين الأساسيين في جودة الحياة	01

فهرس الجداول :

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
21	استبيان الشخصية للراشدين (P . F 16)	1
25	السمات الشخصية لعامل العصابية	2
26	السمات الشخصية لعامل الانبساطية	3
27	السمات الشخصية لعامل الطيبة (المقبولية)	4
28	السمات الشخصية لعامل الانفتاح على الخبرة	5
29	السمات الشخصية لعامل يقظة الضمير	6
41 - 40	مجالات و أبعاد جودة الحياة	7
50	توزيع العبارات على أبعاد الشخصية	8
53	المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لأبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية	9
53	معامل الصدق الذاتي لأبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية	10
53	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية	11
53	طريقة ألفا كرونباخ لجميع أبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية	12

55	أبعاد مقياس جودة الحياة	13
56	الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة	14
57	يوضح معامل ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق التجزئة النصفية	15
57	يوضح معامل ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق معامل ألفا كرونباخ	16
62	معامل الارتباط بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة	17
63	معامل الارتباط بين العصابية و جودة الحياة	18
64	معامل الارتباط بين الانبساطية و جودة الحياة	19
66	معامل الارتباط بين الانفتاح على الخبرة و جودة الحياة	20
66	معامل الارتباط بين الطيبة و جودة الحياة	21
67	معامل الارتباط بين يقظة الضمير و جودة الحياة	22

فهرس الملاحق :

رقم الملحق	العنوان
01	قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية ل كوستا و ماكري : تعريب بدر محمد الأنصاري .
02	مقياس جودة الحياة " الصورة المختصرة " من إعداد المنظمة للصحة العالمية تعريب " بشرى إسماعيل أحمد " .
03	الموافقة على إجراء الزيارة الميدانية

مقدمة

مقدمة :

إن الشخصية في بنائها هي نتاج تفاعل للعديد من العوامل و من بين هذه العوامل المؤثرات الاجتماعية سواء أكان ذلك على مستوى الأسرة أو المدرسة... الخ . و ذلك من خلال عمليتي التعلم و التعليم . و يعتبر التعليم مهنة الأنبياء و الرسل المقدسة و التي ينظر إليها بإكبار و احترام على مر العصور حيث لا تخلو منها أي حضارة بشرية مهما كان مستواها ، و هي المهنة التي تتولى التعامل مع عقل الإنسان و هو أشرف ما لديه و تنمي فيه أعظم ميزة ميزها الله هي ميزة العقل فقد بعث الأنبياء معلمين يعلمون الناس الكتاب و الحكمة و العلماء هم ورثة الأنبياء ، و المعلم هو جزء مهم و مؤثر في المجتمع فهو يلعب دورا كبيرا في تنمية الأجيال و تربيته و في بناء شخصياتها . إلا أن هذه المهنة لا تخلو من الضغوط التي تتحكم كثيرا في نفسية الفرد ، فالعمل جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان و لكل مهنة مواقف تؤثر على الفرد مباشرة و تجعله قلقا ومتوترا ، هذه الانفعالات السلبية لها من الآثار السلبية التي تجعل تفكير الفرد يتوقف و يضطرب و لا يصدر أحكاما سليمة كما تفقده كذلك القدرة على ضبط نفسه و التحكم في إرادته ، فمعظم المعلمين يتأثرون بذلك الجو الذين يعيشون فيه طوال اليوم و هذا ينعكس على جودة حياتهم و يحسسهم بعدم الرضا و عدم القدرة على تلبية الحاجات المختلفة و بالتالي تقل جودة حياتهم .

و يعتبر مفهوم جودة الحياة من أكثر المفاهيم المعاصرة في علم النفس . و هو من المتغيرات النفسية الإيجابية في شخصية الفرد ، و الذي أصبح هدفا أساسيا له ، و قد أشار إليه علم النفس الإيجابي بعد أن بحث في الخبرات الذاتية الإيجابية و السمات الإيجابية للشخصية الإنسانية و كل ما يؤدي إلى تحسين جودة حياة الفرد ، و للأهمية هذا المفهوم في حياة الإنسان ، تزايدت البحوث و الدراسات عليه في الآونة الأخيرة كثيرا لفهم و تحديد المتغيرات التي ترتبط بجودة حياة الإنسان و العوامل المساعدة على تنميته سواء على مستوى الفرد أو على المجتمع ككل و الذي يمكن الفرد من عيش حياة مرضية فجودة حياة المعلم ترتبط بالمستوى الذي يصل إليه في إشباع مختلف حاجاته النفسية و الاجتماعية و إرضائها بما توفره له مؤسسات مجتمعه المختلفة من إمكانيات ، و بقدراته التي يحاول فيها استغلال تلك الإمكانيات لإشباع تلك الحاجات . و لأن حياة المعلم تتأثر كثيرا بالمواقف التي يعيشها خاصة المواقف السلبية و الأحداث الضاغطة التي تغير في تصورات و طريقة تفكيره ، هذا التغير يؤثر في مختلف جوانب شخصيته الانفعالية ، الاجتماعية ، الجسمية كارتفاع معدل التوتر و القلق و الصراع النفسي الذي يهدد كيانه نفسيا و جسميا . فالشخصية الإنسانية في نموها و تغيرها و توافقها تناولها العديد من علماء النفس فاختلقت الآراء و تباينت وجهات النظر و النماذج التي تفسرها و من بينها نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري ، الذي يعد من أهم النماذج التي قام بوصف الشخصية من خلال خمسة عوامل و هي (الانبساطية ، العصابية ، الطيبة ، يقظة الضمير ، الانفتاح على الخبرة) . باعتبار أن هذه العوامل ترتبط بجودة حياة الإنسان .

و لإجراء هذه الدراسة نقسم الموضوع إلى (05) فصول ، موضحة كالاتي :

الفصل الأول : و هو معني بالإطار العام للدراسة .



الفصل الثاني : و هو معنى بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية .

الفصل الثالث : و هو معنى بجودة الحياة .

الفصل الرابع : و هو معنى بالإجراءات الميدانية للدراسة .

الفصل الخامس : عرض وتفسير و مناقشة النتائج .

الجانِب النظري

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

- 1 - الإشكالية
- 2 - فرضيات الدراسة
- 3 - أهداف الدراسة
- 4 - أهمية الدراسة
- 5 - حدود الدراسة
- 6- تحديد الإجراءي لمتغيرات الدراسة
- 7 - الدراسات المشابهة

1 - الإشكالية :

إن بعض المهن تتطلب مجموعة من السمات الشخصية و ذلك نظرا لطبيعة ضغوط العمل التي تصاحب كل مهنة ، و الناس بحسب صفاتهم الشخصية متفاوتون في قدراتهم على التكيف و تحمل الضغوط المهنية المختلفة ، و تعتبر مهنة التعليم من المهن التي تتطلب من العاملين بها سمات شخصية معينة تبرز في أدائهم أو عملهم التربوي كالكفاءة ، الألفة و المحبة و ضبط الذات ، الانسجام.... الخ ، و التي قد تلعب هي الأخرى دور كبير في بناء شخصية التلميذ و تكوين قيمه و اتجاهاته و ميوله و انفعالاته من خلال التفاعل الاجتماعي الحاصل بين المعلم و المتعلم ، فالمعلم هو المسؤول الأول عن إعداد الأجيال من التلاميذ باعتبار شخصية المتعلم أو التلميذ من أهم المنطلقات التي يعتمد عليها العاملون في الميدان التربوي أو النفسي بهدف مساعدته على التوافق و الانسجام مع التغيرات التي تفرضها كل مرحلة من مراحل النمو و التعلم ليكون قادر على مواجهة تحديات و ضغوط هذا العصر و الإسهام في هذا المجتمع من خلال تكوين شخصية سوية و فاعلة بأسلوبها المميز ، فمهنة التعليم تسبق المهن الأخرى بالتدخل في تكوين شخصية الأفراد جميعا مهما كانت أصنافهم و مستوياتهم ، و ذلك لأن المدرسة : "هي المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي تقوم بوظيفة التربية و نقل الثقافة و توفير الظروف المناسبة للنمو جسدياً و عقلياً و انفعالياً و اجتماعياً بعد الأسرة ، و فيها يصطبغ التلاميذ بشخصيات معلميه . من خلال العملية التعليمية التعلمية .

فاحتلت الشخصية الإنسانية و العوامل المؤثرة في تكوينها مكانة هامة في الدراسات النفسية والاجتماعية و ذلك بقصد التعرف على مكونات الشخصية و كيفية تكيفها و تفاعلها مع البيئة المحيطة و بما يتبع نموها و تطورها . حيث تعتبر ذلك النسق النفسي الذي ينظم جملة العمليات النفسية التي تسمح للفرد بالاستجابة للمثيرات الداخلية و الخارجية بصورة متزنة و منسجمة ، و على الرغم من اتفاق على وحدة هذه الشخصية و تكاملها كإنتاج اجتماعي من جهة و كمحرك لتصرفات الفرد و المواقف الحياتية من جهة أخرى فقد تعددت تعاريفها ، من قبل علماء النفس حيث تعرفها " ليندا دافيدوف " بأنها تلك الأنماط المستمرة و المتسقة نسبيا من الإدراك و التفكير الإحساس و السلوك التي تبدو لتعطي الناس ذاتيتهم المميزة ، و الشخصية تكوين اختزالي يتضمن الأفكار، الدوافع ، الانفعالات، الميول ، الاتجاهات ، والقدرات و الظواهر المشابهة (غباري ، أبو شعيرة : 2015 : 16) ، و نظرا لعنصر الفروق الفردية فإن الشخصية تختلف من فرد لآخر و يرجع ذلك إلى السمات و الأبعاد أو العوامل التي تطبع كل شخصية و تجعلها متفردة في سلوكها و تفاعلها و حتى في معاشها النفسي .

و يعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري (Costa McCare ، 1985) من أهم النماذج و التصنيفات التي فسرت سمات الشخصية في وقتنا الحاضر ، فضلا عن أنه تصنيف شامل و دقيق لوصف الشخصية الإنسانية التي أثبتت صحته الأدلة للبحوث التجريبية ، و يهدف هذا النموذج إلى تجميع السمات الإنسانية المتناثرة في فئات أساسية بحيث تبقى هذه الفئات محافظة على وجودها كعوامل لا يمكن الاستغناء عنها في وصف الشخصية الإنسانية (بقيعي : 2015 : 427 - 428) تتمثل العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في خمسة عوامل أساسية و هي العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، الطيبة ، يقظة الضمير و هي تؤثر بصورة مباشرة على سلوك الفرد و استجاباته للمثيرات الداخلية و الخارجية . و دراسة شخصية المعلم متمثلة بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية يجب

أن تحظى بالاهتمام الكافي و ذلك للدور الكبير الذي يؤديه المعلم في العملية التربوية التعليمية . و هذا ما أظهرته دراسة **خلف علي (2015)** التي هدفت إلى : الكشف عن السمات الخمسة الكبرى للشخصية السائدة لدى معلمات المرحلة الأساسية في محافظة الكرك و أثرها على أدائهن التدريسي من وجهة نظرهن (العصابية ، الانبساط ، الانفتاح على الخبرة ، الطيبة ، يقظة الضمير و الرغبة في الانجاز) . و استقصاء العلاقة بين السمات الخمس الكبرى للشخصية للمعلمات المرحلة الأساسية و بين مستوى امتلاكهن للكفايات التدريسية أما أدوات الدراسة فقد استعان الباحث بمقياس سمات الخمس الكبرى للشخصية ، بطاقة الملاحظة ، و قد أسفرت **نتائج الدراسة** : إلى أن أداء المعلمات كان سلبيا و على جميع الكفايات مع السمة العصابية ، بالإضافة إلى امتلاك المعلمات للسمات الإيجابية انعكس ذلك على أدائهن التدريسي .

و هذا ما تؤكدته دراسة **مينغوهي ، و لايو (2013)** و التي هدفت إلى : الكشف عن سمات الشخصية للمعلم الفعال من وجهة نظر المعلمين قبل الخدمة في الولايات المتحدة الأمريكية والصين . و قد أسفرت **نتائج الدراسة** إلى أن اثنتا عشر سمة شخصية و كان من أبرزها (الحماس ، وروح الدعابة ، الصبر ، تحمل المسؤولية ، الود ، الصدق ، الاحترام ، التكيف ، الإنصاف ، التوقعات العالية) كان لها أثر كبير على أدائهن التدريسي بصورة إيجابية ، كما بينت أن سمة القلق كانت مرتفعة أكثر عند الإناث منها عند الذكور مما انعكس ذلك سلبا على أدائهن التدريسي .

لهذا فإن الاهتمام بشخصية المعلمين و المعلمات أصبح من الضروريات التي تحتاج إلى معالجات ، لأنهم يواجهون ضغوطا و صراعات تعود إلى ظروف المجتمع الذين يعيشون فيه و التي تؤثر على شخصياتهم من خلال تغير في ادراكاتهم و تصوراتهم و توقعاتهم و بالتالي يتبعها تغيرات على كافة مختلف جوانب حياتهم الجسمية و الانفعالية و المعرفية و الاجتماعية مما يجعل الاستمتاع بالحياة يقل و إدراك نوعية الحياة الجيدة يكون سلبيا ، فجودة حياة الإنسان تتمثل في توظيف قدراته العقلية و الإبداعية و إثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه و مشاعره و قيمة الإنسانية من خلال بيئة الإنسان و المدرسة و العمل (**إبراهيم : بدون سنة : 11**) أي أن جودة الحياة ماهي إلا ترجمة واضحة للتوافق النفسي الإيجابي الذي يعيشه المعلم سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي أو المهني .. و يظهر ذلك من خلال إقباله على الحياة و الشعور بالطمأنينة و الرفاهية النفسية و الشعور بالقبول و الانتماء الاجتماعي و قدرته على استثمار طاقاته و دوافعه للوصول إلى تحقيق مشروعه العلمي أو المهني أو التربوي .

و جودة الحياة من المتغيرات النفسية الإيجابية التي لاقت اهتماما كبيرا في العلوم الطبيعية و الإنسانية و الاجتماعية ، حيث اهتم علم النفس بدراسةها بدرجة الأولى حيث تم تبني هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية ، النظرية منها و التطبيقية . فقد كان لعلم النفس سبق في فهم و تحديد المتغيرات المؤثرة على جودة الحياة الإنسان و يرجع ذلك إلى المقام الأول إلى أن جودة الحياة في النهاية هي تعبير عن الإدراك الذاتي لتلك الجودة ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منه (**مسعودي : 2015 : 204**) فقد عرف " كاورل رايف و آخرون أن جودة الحياة تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يتم رصده بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته و حياته بشكل عام ، كذلك سعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدره ، و ذات قيمة و معنى بالنسبة له لتحقيق استقلاليتته في تحديد و جهة و مسار حياته ، و إقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين و استمراره فيها ، كما ترتبط كل من الإحساس العام بالسعادة و الاستمتاع بالحياة و

السكينة و الطمأنينة النفسية . (مشري : 2014 : 226) ، هذه الجوانب الايجابية من الشخصية ترتبط بمجموعة من السمات الثانوية (الانجاز ، حب الحياة ، الاجتماعية ، التفاؤل ، ضبط الذات ، التعاطف ، الخ) المكونة لعوامل الشخصية (الانبساطية ، المقبولية ...) و بالتالي هذه السمات ماهي إلا عناصر أساسية للوصول إلى تحقيق جودة الحياة .

و هذا ما أظهرته دراسة زاهي وويليس و أوثن وزاهي (2013) حيث هدفت : إلى معرفة أثر العوامل الخمس الكبرى للشخصية في الرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية ، على عينة على قوامها (818) موظفا تم إختيارهم من خمس مدن صينية ، و توصلت النتائج إلى : أثر الانبساطية فقط في الرضا الوظيفي . و أثر كل من الانبساطية و العصائية و يقظة الضمير في الرفاهية الذاتية . أما الانبساطية أقوى العوامل أثرا في الرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية ، و أن الانبساطية هي أكثر العوامل قدرة على التنبؤ بالرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية .

و هذا ما أكدته دراسة شريقي و آخرون (2018) التي هدفت إلى : التعرف على العلاقة التي تربط بين السمات الخمس الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة بجودة الحياة النفسية ، و التعرف على الفروق في السمات الخمسة للشخصية و جودة الحياة النفسية تبعا لمتغير الجنس ، أما أدوات الدراسة فقد استعان الباحثون ب : قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من تصميم كوستا و ماكري (1992) Costa McCrae ، مقياس جودة الحياة النفسية من تأليف سليمان (2008) ، و أسفرت نتائج الدراسة إلى أن هناك يوجد ارتباط بين السمات الأربع للشخصية (الانبساطية ، الطيبة ، و التفتح على الخبرة ، يقظة الضمير) و جودة الحياة ، في حين لم تتحقق من جهة العصائية . عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

و نظرا لما قيل ، نصل إلى طرح التساؤل التالي :

- هل توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصائية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، يقظة الضمير ، الطيبة) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ؟ و ما نوعها ؟

2- فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

– توجد علاقة ارتباطية طردية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

الفرضيات الجزئية :

- 1- توجد علاقة طردية بين عامل الشخصية (العصابية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
- 2- توجد علاقة طردية بين عامل الشخصية (الانبساطية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
- 3- توجد علاقة طردية بين عامل الشخصية (الانفتاح على الخبرة) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
- 4- توجد علاقة طردية بين عامل الشخصية (الطيبة) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
- 5- توجد علاقة طردية بين عامل الشخصية (يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

3 -أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على :

- العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، الطيبة ، يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
- نوع العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ..

4-أهمية الدراسة :

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يلي :

- 1-تعد التربية من أهم و أخطر المهام التي يقوم بها المعلمين و المعلمات و عليهم يتوقف مستقبل العملية التربوية و التعليمية و التي تهدف إلى بناء شخصية سوية للفرد ، فشعور المعلم بالرضا عن حياته ، و الرغبة في الانجاز ، و القدرة على ضبط الذات ، و الاجتماعية ينعكس على عمله ، ويتجلى ذلك في معدل إنتاجه و في علاقته مع التلاميذ فيتأثرون بشخصيته و أدائه .
- 2- تعتبر العوامل الاجتماعية من محددات الشخصية ،و التي تساهم في بلورة شخصية الفرد بشكل أو بآخر و التي قد تفتح له هذه الخبرات أفاقا نحو البناء النفسي السليم أو قد تترك أثارها السلبية على حاضره و مستقبله و بالتالي قد تساهم في بلورة نوعية حياته .

3- التحصيل الدراسي للتلميذ يتأثر بالعديد من سمات شخصية المعلم ، فالمعلم الذي يتصف بالاتزان الانفعالي ، و الانبساطية يؤثر في جودة تحصيل التلميذ . كما أن التعرف المبكر على التلميذ المضطرب انفعاليا من طرف المعلم يساهم في تقديم المساعدة المناسبة .

4- الاهتمام بالمعلمات و المعلمين أصبح من الضرورات التي تحتاج إلى معالجات لأنهم يواجهون ضغوطا و صراعات تعود إلى ظروف المجتمع الذي يعيشون فيه و الذي يؤثر على جودة حياتهم و يؤثر بشكل سلبي على شخصياتهم و نموهم المهني و أدائهم .

5- هذا نوع من الدراسات يساهم في التعرف على نوع العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و الأداء التدريسي و السمات التي تساهم في جودة حياة المعلم عموما و جودة الأداء التدريسي خصوصا .

6 - مساهمة هذا النوع من الدراسات في فهم متكامل لشخصيات المعلمين بإعطاء مؤشرات لسلوكياتهم داخل الغرفة الصفية و أدائهم التدريسي .

5- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة :

❖ العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

هي السمات الخمس الكبرى التي تصف لنا شخصية المعلم ، و التي يستدل عليها من خلال الدرجة الكلية التي يسجلها المستجيب على كل عامل من العوامل الخمس الكبرى للشخصية حسب قائمة كوستا و ماكري (1992) ، و هي : الانبساطية ، العصابية ، الانفتاح على الخبرة ، يقظة الضمير ، الطيبة .

❖ جودة الحياة :

هي الدرجة الكلية المتحصل عليها من مقياس منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة في صورته المختصرة (26) بند . و به ستة أبعاد (بعد إدراك الفرد الشخصي لجودة حياته ، بعد إدراك الفرد الشخصي للصحة العامة ، البعد الجسمي ، البعد السيكولوجي ، البعد الاجتماعي ، البعد البيئي .)

❖ المعلم :

" هو المعلم الذي يزاول عمله بإحدى المدارس الابتدائية لولاية بسكرة ."

6 - حدود لدراسة :

يتحدد مجال الدراسة الميدانية كالتالي :

الحدود المكانية : ولاية بسكرة .

الحدود البشرية : 30 معلما (معلم / معلمة) من المرحلة الابتدائية .

الحدود الزمانية : من أبريل إلى سبتمبر 2020

7- الدراسات المشابهة :

لقد أجريت العديد من الدراسات العربية و المحلية و الأجنبية حول موضوع العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة ، و قد تمكنت الباحثة في الدراسة الحالية من الإطلاع على عدد من الدراسات ذات العلاقة المباشرة و الغير المباشرة بموضوع بحثها و نذكر منها : الدراسات التي تناولت العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و متغيرات ذات العلاقة بجودة الحياة .

❖ الدراسات العربية :

دراسة الرويتع و الشريف (2003) ، بعنوان : أبعاد الشخصية و علاقتها ببعض المتغيرات .

هدفت الدراسة إلى : التعرف على العلاقة بين أبعاد الشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الذهانية ، الجاذبية الاجتماعية) و بعض المتغيرات الديموغرافية و الأكاديمية (المعدل العام ، الشخصية ، التدين ، السعادة) .

عينة الدراسة : تكونت العينة من (500) طالبا جامعيًا و (786) طالبة من جامعة الملك سعود من تخصصات مختلفة .

أدوات الدراسة : مقياس آيزنك المعدل للشخصية . مقياس التقدير الذاتي لقياس المتغيرات الأخرى .

نتائج الدراسة :

- 1- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين السعادة و الانبساط .
- 2- وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين السعادة و العصابية .
- 3- وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائيا بين الدخل و السعادة .

دراسة قاروت (2007)

هدفت الدراسة إلى :

1- الكشف عن طبيعة الرضا عن الحياة و بعض سمات الشخصية ، و الفرق بين مرتفعات و منخفضات الرضا عن الحياة في بعض سمات الشخصية .

2- الفرق في سمات الشخصية و الرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة في ضوء التخصص .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (480) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة .

أدوات الدراسة : مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1999) ، و قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا و ماكري (1992) و قام بترجمته بدري الأنصاري (1997) .

نتائج الدراسة :

- 1- كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة و الانبساطية و المقبولية و يقظة الضمير ، بينما سمة الانفتاح توجد علاقة ارتباطية ضعيفة لم ترق لمستوى الدلالة .
 - 2- وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة و سمة العصابية .
 - 3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضات و مرتفعات الرضا عن الحياة في كل من سمة العصابية و الانبساطية و الطيبة و يقظة الضمير .
 - 4 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجات التي حصلت عليها الطالبات من أفراد العينة على عامل كل (الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، يقظة الضمير) نتيجة لاختلاف التخصص ، بينما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في عامل العصابية تعزى للتخصص .
 - 5- وجود تأثير موجب و دال إحصائيا لكل من (المقبولية ، الضمير الحي ، الانبساط ، الانفتاح على الخبرة ، تقدير الذات ، المساندة الاجتماعية) على السعادة النفسية .
- دراسة جودة (2010) بعنوان : سمات الشخصية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدى معلمي المرحلة الأساسية في محافظة غزة .

هدفت الدراسة إلى :

- 1 - التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية و الرضا عن الحياة .
 - 2- التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في سمات الشخصية و الرضا عن الحياة .
- عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (293) من معلمي المرحلة الأساسية في محافظة غزة .
- أدوات الدراسة : مقياس الرضا عن الحياة إعداد دينر و آخرون ، مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري .
- و قد أظهرت النتائج التالية :

- 1- وجود علاقة ارتباط سالبة و دالة بين العصابية و الرضا عن الحياة .
 - 2- وجود علاقة ارتباط موجبة و دالة بين الانبساطية و المجارة ، و يقظة الضمير ، و الرضا عن الحياة
 - 3- وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في العصابية و المجارة تعزى لصالح الإناث ، بينما وجدت فروق دالة في الانبساطية لصالح الذكور ، وكذلك وجود فروق بين متوسطات الإناث و الذكور في مقياس الرضا عن الحياة لصالح الإناث .
- دراسة الشهري (2015) ، بعنوان : العفو كمتغير وسيط بين جودة الحياة و العوامل الخمس الكبرى للشخصية

هدفت الدراسة إلى :

- 1- الوقوف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة و العفو لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز .
 - 2- التعرف على العلاقة بين جود الحياة و العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات جامعة الملك عبد العزيز .
 - 3- التعرف على العلاقة بين العفو و العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات جامعة الملك عبد العزيز .
 - 4- محاولة التعرف على الفروق بين عينة الدراسة من طلاب و طالبات جامعة الملك عبد العزيز في كل من جودة الحياة ، و العفو و العوامل الخمس الكبرى للشخصية .
- عينة الدراسة :** تكونت عينة الدراسة من (180) طالب و طالبة .

أدوات الدراسة : استخدم الباحث : مقياس العفو إعداد موليه (Mulet ، 2007) تعريب إيمان الدوسري ، مقياس جودة الحياة إعداد محمود منسي ، و علي كاظم (2006) ، قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية من إعداد غولدبرج و تعريب (السيد أبو هاشم) .

نتائج الدراسة :

- 1 - توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين العفو و العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات جامعة الملك عبد العزيز .
- 2- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين العفو و العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات جامعة الملك عبد العزيز .
- 3- توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة الدراسة في العفو باختلاف السن و النوع .
- 4- توجد فروق دالة إحصائيا بين عينة الدراسة في جودة الحياة باختلاف السن و النوع .
- 5- تساهم العوامل الخمس الكبرى للشخصية (المقبولية ، الضمير الحي ، الانبساطية ، العصابية ، الانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات الجامعة .

❖ الدراسات المحلية :

دراسة شريفي و آخرون (2018) ، بعنوان : علاقة جودة الحياة النفسية بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية دراسة ميدانية مقارنة على طلبة جامعة الجزائر 2 .

هدفت الدراسة إلى :

- 1- التعرف على العلاقة التي تربط بين السمات الخمس للشخصية لدى طلبة الجامعة بجودة الحياة النفسية
- 2- التعرف على الفروق في السمات الخمسة للشخصية و جودة الحياة النفسية تبعا لمتغير الجنس .

عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة في (249) طالبة و طالبا تم إختيارهم بطريقة عشوائية من جامعة الجزائر 1 و جامعة 2

أدوات الدراسة : قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من تصميم كوستا و ماكري (1992) Costa ، McCrae ، مقياس جودة الحياة النفسية من تأليف سليمان (2008) .

نتائج الدراسة :

1 – يوجد ارتباط بين السمات الأربع للشخصية (الانبساطية ، الطيبة ، و التفتح على الخبرة ، يقظة الضمير) و جودة الحياة ، في حين لم تتحقق من جهة العصابية .

2 – عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص العوامل الخمس الكبرى للشخصية

دراسة خباط (2019) ، بعنوان : جودة الحياة و علاقتها بمستوى القلق لدى أساتذة المرحلة الابتدائية هدفت الدراسة إلى :

1- الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى جودة الحياة و مستوى القلق بنوعيه عند أساتذة المرحلة الابتدائية .

2- فروق في مستوى جودة الحياة تعود إلى عامل الخبرة .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (30) أستاذا .

أدوات الدراسة : مقياس جودة الحياة من إعداد العجوزي ، مقياس سيلبرجر للقلق .

نتائج الدراسة :

1-هناك علاقة إرتباطية عكسية بين مستوى جودة الحياة و مستوى قلق الحالة لدى أفراد عينة الدراسة .

2- كلما زاد مستوى قلق الحالة عند الأساتذة أدى إلى نقص مستوى جودة الحياة .

3- علاقة إرتباطية عكسية بين مستوى جودة الحياة و قلق السمة لدى أفراد عينة الدراسة .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة .

❖ الدراسات الأجنبية :

دراسة سبالنجر و بالريتشا (2004) ، بعنوان: الإسهامات النسبية لكل من الانبساطية و العصابية و السعي الشخصي للسعادة .

هدفت الدراسة :

-إلى التعرف على العلاقة بين السعادة و كل من الانبساط و العصابية و المجهود الشخصي .

عينة الدراسة : تكونت العينة من (258) طالبا و طالبة منهم (115 ذكور -145 إناث) من طلاب الجامعة الحكومية في نيويورك .

أدوات الدراسة : القائمة المختصرة للعوامل الخمس الكبرى للشخصية NEO – PI من إعداد Costa McCrae ، مقياس السعادة و التعاسة من إعداد Fordyce , 1988 .

نتائج الدراسة :

1-وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائيا بين السعادة و الانبساط .

2-وجود علاقة ارتباطية سلبية و دالة إحصائيا بين السعادة و العصابية

دراسة زاهي وويليس و أوثن وزاهي (2013)

هدفت الدراسة : إلى معرفة أثر العوامل الخمس الكبرى للشخصية في الرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (818) موظفا تم إختيارهم من خمس مدن صينية

نتائج الدراسة :

1-أثر الانبساطية فقط في الرضا الوظيفي .

2-أثر كل من الانبساطية و العصابية و يقظة الضمير في الرفاهية الذاتية .

3-الانبساطية أقوى العوامل أثرا في الرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية ، و أن الانبساطية هي أكثر العوامل قدرة على التنبؤ بالرضا الوظيفي و الرفاهية الذاتية .

التعقيب على هذه الدراسات :

أوجه التشابه :

اتفقت معظم الدراسات المشابهة مع الدراسة الحالية في الأهداف: و هو التعرف على العلاقة بين أبعاد أو عوامل الشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبوضة و يقظة الضمير) و متغيرات ذات العلاقة بجودة الحياة (الرضا عن الحياة ، السعادة ، الرفاهية النفسية ، الرضا الوظيفي وهذه الدراسات هي : دراسة الرويتع و الشريف (2003) ، دراسة قاروت (2007) ، دراسة جودة (2010) ، دراسة شريقي و آخرون (2018) ، دراسة خباط (2019) ، دراسة سبالنجر و بالريتشا (2004). دراسة زاهي وويليس و أوثن وزاهي (2013) . و هناك دراسات اتفقت أيضا مع الدراسة الحالية من حيث العينة : و أداة الدراسة : دراسة جودة (2010) ، دراسة شريقي و آخرون (2018) .

أوجه الاختلاف :

اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات المشابهة في العينة و حجمها ، فكانت العينات : طلبة ، و أيضا أدوات الدراسة و هذه الدراسات هي : دراسة الرويتع و الشريف (2003) . دراسة قاروت (2007) ، دراسة خباط (2019) ، دراسة سبالنجر و بالريتشا (2004) ، دراسة زاهي وويليس و أوشن و زاهي (2013) .

الفصل الثاني : العوامل الخمس الكبرى للشخصية

تمهيد

أولا - الشخصية :

1 - تعريف الشخصية .

2 - محددات الشخصية .

3 - النظريات المفسرة للشخصية .

ثانيا : نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري .

1- لمحة تاريخية عن نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية

2- تعريف ووصف العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

3 - مميزات العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

4- قياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

خلاصة الفصل

تمهيد :

إن الشخصية من أهم المواضيع التي تشغل الباحثين و علماء النفس بدراستها و ذلك بوضع أسس نظرية لها تقوم بتفسير سلوك الإنسان في إطار منطقي منظم ، ذلك لأن الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيدا لأنها تشمل الصفات الجسمية و العقلية و الوجدانية كافة والمتفاعلة مع بعضها داخل كيان الفرد ، و بالرغم من تعدد الدراسات و البحوث التي تناولت الشخصية إلا أن هذا التنظيم لا يزال مثيرا للجدل ، و يكتنفه الغموض ، بحيث تعددت الآراء و تباينت المفاهيم في معالجتها من حيث تحديد طبيعتها و المكونات الأساسية التي تشتمل عليها و العوامل المؤثرة فيها و كيفية قياسها تبعا لمختلف منطلقاتهم النظرية ، و في هذا الفصل نتناول نموذج من نماذج الشخصية و هو نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا و ماكري و الذي يقوم على وصف الشخصية الإنسانية معتمدا على مجموعة من العوامل (الانبساطية ، العصابية ، الطيبة ، الانفتاح على الخبرة ، يقظة الضمير) .

أولا : الشخصية :

1- تعريف الشخصية :

1 - 1 - المعنى اللغوي للشخصية :

و تشتق كلمة الشخصية في صيغتها الأجنبية من الكلمة اليونانية (برسونا / PERSONA) ، و تعني القناع الذي كان يضعه الممثلون على وجوههم في المسرح للتعبير عن الدور الذي كانوا يمثلونه ، أما في اللغة العربية فأصل الشخصية من (شخص) ، و هو سواد الإنسان و غيره تراه من بعد ، أي معالم الإنسان أو ما يدل عليه من الخصائص الفردية أو الذاتية المميزة . (الفذافي : 2001 : 9) .

أي أن الشخصية في اللغة العربية تعني : صفات تميز الشخص عن غيره و يقال : فلان ذو شخصية قوية : ذو صفات متميزة و إرادة و كيان مستقل . (إبراهيم : 2014 : 15) .

1 - 2 - تعريف الشخصية في علم النفس :

• تعريف جوردن ألبورت G . Alport :

الشخصية هي التنظيم الدينامي للفرد لتلك الأجهزة الجسمية و النفسية التي تحدد طابعه الفريد في التوافق مع بيئته . (صالح: 2011 : 9) .

• تعريف أيزنك (Eyzenek 1960) :

الشخصية هي ذلك التنظيم الثابت و الدائم إلى حد ما لطباع الفرد و مزاجه و عقله و بنية جسمه ، و الذي يحدد توافق الفرد بيئته . (الأنصاري : 2000 : 30) .

• تعريف ريموند كاتل Cattle (1965) :

الشخصية هي ما يمكننا من التنبؤ " التوقع " بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين و يضيف أن الشخصية تختص بكل سلوك يصدر عن الفرد سواء كان ظاهرا أو خفيا . (العبيدي : 2011 : 26) .

• تعريف بيرت Burt :

يعرف بيرت الشخصية بأنها نظام كامل و ثابت نسبيا من النزعات الجسمية و النفسية الفطرية و المكتسبة ، يميز فردا بعينه و يحدد الأساليب التي يتكيف بها مع البيئة المادية و الاجتماعية . (عويضة : 1996 : 86) .

• تعريف عادل الأشول (1987) :

الشخصية هي الخصائص المميزة للفرد و أسلوب سلوكه التي بواسطة ترتيبها و تنظيمها في نموذج

موحد تفسر الشخص في توفقه لبيئته الكلية . (إبراهيم : 2014 : 17) .

2 - محددات الشخصية :

2 - 1 - المحددات البيولوجية :

و هي تمثل مجموع القدرات و الاستعدادات و الصفات العقلية و الجسمية ، التي يولد الفرد مزودا بها و التي يتشابه جميع أفراد النوع فيها ، و تتمثل بعض تلك الصفات و المكونات في استعداد الفرد الطبيعي للاستجابة للمثيرات الداخلية و الخارجية التي تعتمد بدورها اعتمادا كبيرا على سلامة الجهاز و أجهزة الحس لديه ، و على سماته المزاجية و دوافعه ، و على قدرته على التوافق مع البيئة ، و تؤثر العوامل البيولوجية في تكوين الشخصية و لا بد من معرفتها في دراسة الشخصية خصوصا الشخصيات المريضة أو الشاذة ، إذ أنه كثيرا ما تلقي هذه المنظومات الجسمية و الفسيولوجية الضوء على النواحي النفسية بقسميها المعرفية و المزاجية ، كذلك النواحي الاجتماعية . (جبر : 2012 : 12) .

2 - 2 - محددات العضوية الجماعية :

لا تعتبر الشخصية شيئا ثابتا منذ الولادة فالإنسان لديه القدرة على التغيير نتيجة ما يمر به من خبرات و تعلم و إذا أردنا معرفة تاريخ حياة الإنسان من أجل التنبؤ بسلوكه فإننا نحتاج إلى معرفة خبرات الفرد الماضية و بيئته و ثقافته التي نشأ فيها من أجل الحكم على سلوكه و نمو شخصيته و بدون هذه المعرفة يتعذر علينا فهم حتى أبرز الخصائص في شخصية الفرد . (العميري : 2015 : 26) .

2 - 3 - محددات الدور :

إن الدور الذي يؤديه الفرد في الحياة إنما يشير إلى كل من الفرد و المحيط الاجتماعي الذي يوجد فيه و فكرة الدور تمدنا بإدارة تفيد خصوصا في تحليل عملية التطبيع الاجتماعي و التنقيف ، و الدور هو ما يتوقعه المجتمع من الفرد الذي يحتل مركزا معيناً داخل الجماعة ، يحدد كل مجتمع الأدوار الاجتماعية التي يتوقع من أفرادها القيام بها في حياتهم العادية ، و تختلف الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها الأفراد باختلاف الثقافات التي يحيون فيها و يعطي بعض العلماء لمفهوم الدور مكان الصدارة في نظرية الشخصية تتألف من الأدوار الاجتماعية المختلفة المتتابعة و المتأنية التي يؤديها الفرد من الميلاد حتى وفاته . (المليجي : 2001 : 180) .

2 - 3 - محددات الموقف :

لا يمكن النظر إلى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف التي تمر بها و توجد فيها ، العمليات البيولوجية أو الفسيولوجية تتطلب وجود أجهزة داخلية أو عوامل بيئية و مواقف تتحقق فيها فعلية التنفس مثلا تتضمن وجود رئتين داخليتين و في الوقت نفسه وجود هواء خارجي لازم للعملية ، و عملية الهضم هي الأخرى تتضمن الإحساس الداخلي بالجوع و في الوقت نفسه تتطلب وجود الطعام اللازم لإشباع هذه الدوافع ، و بهذه العوامل الداخلية و الخارجية معا يتم إغلاق دائرة السلوك .

(لوناس ، راعي : 2018 : 17)

و كما يقول " جون ديوي " : إن الأمانة و المحبة و الشجاعة و البخل و الكرم و عدم تحمل المسؤولية أو تحملها ليست ممتلكات خاصة بالفرد ، بل توافقات أو تكيفات فعلية لقدرات الفرد مع قوى البيئة ، فليس ثمة شيء يمكن أن يعد ذاتية أو شخصية دون أن يكون في الوقت نفسه انعكاسا للبيئة المادية و الاجتماعية و الثقافية التي يمر بها الفرد (الزهراني : 2008 : 52) .

3 – النظريات المفسرة للشخصية :

3 – 1 – نظرية الأنماط :

و هي من أقدم النظريات الشخصية و حاولت تصنيف الشخصيات إلى أنماط تجمع بين الذين يندرجون تحت نمط واحد ، و النمط يلخص تجمع السمات الأساسية و الفطرية و الجسمية و على ذلك فإن نمط الشخصية يدل على جوهر الشخصية و النمط أنواع يصعب تغييره .

أولا : أبو قراط

قسم أنماط الشخصية إلى أربعة هي :

أ – النمط الدموي (دموي المزاج) : متفائل نشط ، سهل الاستثارة ، سريع الاستجابة ، حاد الطبع ، متحمس ، واثق .

ب – النمط البلغمي : بلغمي المزاج ، خمل ، بليد ، متلبد الانفعال ، فاتر ، بارد ، متراخ ، عديم المبالاة

ج – النمط الصفراوي : صفراوي المزاج ، سريع الانفعال ، غضوب ، عنيد ، طموح .

د – النمط السوداوي : سوداوي المزاج ، متشائم ، منطو ، مكتئب ، هابط النشاط ، بطيء التفكير ، متأمل و الشخص صحيح نفسا هو الذي يكون عنده توازن بين الأنماط الأربعة .

(العبيدي : 2011:61)

و هذا التقسيم يعتمد على سيطرة أحد سوائل الجسم الأربعة على الأخرى و ذكر العالم ويليامز (1956) على ضرورة التركيز على أهمية كيمياء الجسد كمحرك للسلوك ، فالجميع منا له نفس عدد الغدد الصماء إلا أنها تختلف في الحجم و كمية الإفراز من شخص إلى آخر ، و ذكر أيضا أن لكل فرد نمط المميز من النشاط الغدي ، و يكون المزاج و السلوك الشخصي جزء ناتج عن تأثير هذه الإفرازات

(محمود : 2011 : 58) .

ثانيا : إرنست كرتشمير :

يعتبر إرنست كرتشمير E. kretchmer (1888 - 1964) من أبرز علماء القرن العشرين الذين تبينوا فكرة العوامل الجسمية أثرها في تكوين الشخصية ، قام كرتشمير بقياس الأبعاد الجسمية للمرضى العقلين و ما جمعه من معطيات لاحظ أن التكوينات الجسمية للناس تنحصر في أربعة أنماط ، هي :

-النمط الهزلي أو النحيل (الطويل أو الرفيع) .

-النمط البدين أو السمين (الممتلئ) .

-النمط الرياضي (العضلي القوي)

-النمط المختلط (غير المتناسق) .

كما وجد لأن لكل نمط من هذه الأنماط صفاته النفسية التي تميزه عن الأنماط الأخرى . فالنحيل يكون عرضة للفصام ، والبدين غالبا ما يصاب بالذهان الهوسي – الاكتئابي (مجيد : 2015 : 41 – 42) .

3 - 2 - نظرية التحليل النفسي :

تعتبر نظرية التحليل النفسي من أشهر النظريات التي تهتم بتفسير سلوك الكائن الإنساني ككل ، و المعروف أن جميع نظريات تفسير الشخصية تبدأ بدراسة السلوك ، و ذلك لتحديد أنواع السلوك التي تميل إلى التجميع أو الترابط في شكل النماذج محددة ، و يمتاز الاتجاه التحليلي بأنه يتجاوز مجرد وصف الشخصية ، و يهتم بطبيعتها الديناميكية و ذلك بمعرفة الدوافع التي تكمن وراء السلوك بغية التمكن من التنبؤ بسلوك الفرد في المستقبل . (العيسوي : 2000 : 189) .

بناء للشخصية :

تتكون الشخصية من ثلاثة نظم أساسية : الهو ، الأنا ، الأنا الأعلى و رغم أن لكل جزء منها وظائفه و خصائصه و مكوناته و مبادئه و دينامياته و ميكانزماته التي يعمل وفقا لها ، إلا أنها جميعا تتفاعل معا تفاعلا وثيقا بحيث يستحيل فصل تأثير كل منها عن الآخر و تقدير وزنه النسبي في سلوك الإنسان ، فالسلوك هو في الأغلب محصلة تفاعل هذه الأنظمة الثلاثة . (غنيم : بدون سنة : 545) .

الهو : هو النواة الأصلية للشخصية كجزء أساسي في تكوين شخصية الفرد ، متأصل كامن في وجوده ، و هو مصدر كل الطاقات النزوية الضرورية للاستمرار بقاء الفرد ، و هو يمنح كل التنظيمات أو الأركان التي تتميز منه كل الطاقة اللازمة لها . . (عباس : 1990 : 15) .

إن الهو هو الواقع النفسي الحقيقي ، و هو يمثل العالم الداخلي للتجربة الإنسانية الذاتية . و الهو هو القوة المنظمة للوجود للوجود الإنساني ، و هو يستمد طاقته من النزوات التي تنبثق من حاجات أعضاء الجسد المختلفة . و هذه النزوات هي القوة الدافعة التي توجه السلوك عن طريق الهو و هو الذي يعطي النزوات تعبير نفسيا متمثلا في اللبido ، و يحول الحاجات البيولوجية إلى طاقة نفسية ، كما أنه يحور الطاقة النفسية إلى حاجات بيولوجية . فالهو هو المولد الذي يمدنا بالقوة النفسية اللازمة لتشغيل العمليات النفسية المتعددة للفرد . (عباس : 1990 : 16 - 17) .

الأنا : تظهر من أجل تحقيق رغبات و طلبات الهو بطريقة عقلانية مقبولة لدى العالم الخارجي . (انجلر : بدون سنة : 61) ، و يحكمها مبدأ أساسي هو مبدأ الواقع ، ووظيفتها الأساسية هي التحكم في

الرغبات المندفعة للإشباع و تحليلها إلى أشكال أكثر قابلية للتعبير من خلال البحث الدائم عن أفضل السبل للتسوية و التوفيق . (قنيدي : 2017 : 28)

الأنا الأعلى :

تنبتق من الأنا و تكوينها يعبر عن القيم الأخلاقية النابعة من الاحتكاك بالمجتمع و هو مرتبط ارتباطا وثيقا بالأنا و لكنها تعمل مستقلة ، و هي تعمل وفق مبدأ المثالية ، حيث يقوم بدور الرقيب اللاشعوري الذي يظهر في سلطة الوالدين ، المجتمع ، التقاليد ، و يقاوم الدفاعات الغريزية للهو .

(قنيدي : 2017 : 28) .

3-3 - نظرية السمات ل جوردن ألبرت (1897 - 1967) :

يعتقد أنصار نظرية السمات أن الشخصية تتألف من مجموعة كبيرة نسبيا من الصفات أو السمات . و يجمع هؤلاء على أن السمة هي الوحدة الرئيسية للشخصية . و هم يعرفونها بأنها استعداد مسبق أو ميل محدد للاستجابة . (عامود : 2001 : 463) .

تعريف السمة :

يعرف ألبرت بقوله : السمة هي بنية نفسية عصبية لديها القدرة على استخلاصالمثيرات متكافئة وظيفيا ، و المبادأة في التوجيه المستمر لأشكال متكافئة (على نحو له معنى متسق) من السلوك التوافقي و التعبيري . (جابر : 1998 : 256) .

يرى ألبرت كل سمة في الفرد تعبر سمة فريدةتتميز في قوتها و اتجاهها و مجالها عن السمات الأخرى المتشابهة الموجودة لدى الأفراد الآخرين . و يؤكد " ألبرت " أنه لا يوجد أبدا في الواقع شخصان لهما سمة واحدة تماما ، و الطريقة التي تعمل بها أي سمة بالذات لدى شخص معين تكون لها دائما خصائص فريدة تميزها عن جميع السمات المتشابهة لدى الأشخاص الآخرين . (الميلادي : 2006 : 38) .

و قد وضع ألبرت معايير ثمانية لتحديد السمة هي :

- أن للسمة أكثر من وجود اسمي . (بمعنى أنها عادات على مستوى أكثر تعقيدا) .
- إن السمة أكثر عمومية من العادة (عادتان أو أكثر منتظمتان و تتسقان معا لتكوين السمة) .
- السمة دينامية (بمعنى أن تقوم بدور دافعي في كل سلوك) . (غنيم : بدون سنة : 278) .
- وجود لسمة قد يتحقق تجريبيا أو إحصائيا .
- السمة مستقلة نسبيا كل منها عن الآخر .
- سمة لشخصية قد تنفق أو لا تنفق مع المفهوم الاجتماعي المتعارف عليه .
- الأفعال أو العادات غير المنسقة مع سمة ليست دليلا على وجود السمة . (العبيدي : 2011 : 31) .

و حسب " ألبورت " و هو من أبرز علماء النفس في اتجاه السمات فإن السمات الشخصية تقسم إلى ثلاثة أنواع و هي :

1 - السمات الأساسية (Cardinal traits) :

و هي تلك السمة السائدة في سلوك الفرد و التي يتأثر بها كل سلوك يصدر عنه . مثال ذلك وجود ميل متطرف عند الفرد ما نحو القوة ، المتعة ، العدل ، بحيث نجد أن كل ما يصدر عن الفرد من سلوكيات مصبوغ بهذا الميل . هذا النوع من السمات قليل ، كما أن الأفراد الذين يتسمون بهذا النوع من السمات قلة . (غباري ، أبو شعيرة : 2015 : 125)

2 - السمات المركزية (Central traits) :

و هي من بين أكثر السمات تميزا لشخصية الفرد ، و هي أكثر من خمس إلى عشر سمات يمكن أن نصف بها شخص ما فكل فرد منا يتسم سلوكه بخمس إلى عشر سمات مركزية تعكس أسلوبه المميز في السلوك و التعامل مع الآخرين و الاستجابة للمواقف المختلفة ، و من الصفات المركزية التي كثير ما تتكرر لدى الأفراد هي الخجل ، الدفء ، المناقسة و السلبية . (غباري ، أبو شعيرة : 2015 : 125) .

3- السمات الثانوية (traits Secondary) :

هي التي تعبر عن الميول الأقل وضوحا و عمومية و اتساقا . (لورانس ، برافين : 2010 : 108) .

3 - 4 - نظريات التحليل العاملي :

منهج التحليل العاملي منهج إحصائي ، يستهدف معرفة أنواع السلوك التي تترابط مع غيرها ، و عن طريق هذا المنهج أمكن تحديد العوامل المسؤولة عن السلوك و أمكن تجميع هذه العوامل ، و بذلك بدلا من تعددها و تشعبها أصبحت محدودة نسبيا (العيسوي : 2000 : 84) ، و يهدف إلى تحليل الملاحظات التي تم الحصول عليها من عينة الأفراد عن طريق استخدام مجموعة من المقاييس و الاختبارات من خلال العلاقات بينها ، لتحديد ما إذا كانت التغيرات التي تدل عليها يمكن تفسيرها في ضوء عدد من الفئات الأساسية أقل عددا مما بدأنا به . (جبر : 2012 : 14) .

تعريف العامل :

تعرف " باضة " (2000 : 25) : إلى أن العامل " مفهوم رياضي يفسر سيكولوجيا و مستمدا من استخدام منهج التحليل العاملي لمعاملات الارتباط بين مجموعة من المقاييس السلوكية " . و يعرفه المليجي (2001 : 43) " التعبير الإحصائي الكمي عن إحدى السمات الأساسية أو المكونات الأساسية للشخصية . (جبر : 2012 : 14)

و من أبرز النظريات التي اعتمدت التحليل العاملي كأسلوب إحصائي في اختزال السمات المتعددة نظرية كاتل و نظرية أيزنك و نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

نظرية ريموند كاتل لعوامل الشخصية :

الطبيعة الأساسية للنفس البشرية :

يعرف كاتل (1950) الشخصية بأنها : تلك التي تتيح لنا التنبؤ بما سوف يفعله الشخص في موقف ما " ، و قد قدم نظرية في عوامل الشخصية ح و يشارك كاتل البورت الرأي في وصف الخصائص التي لها القدرة على التنبؤ و تتميز بالثبات النسبي في مصطلح السمات " Traits " و لكنه يختلف عنه في أربعة اعتبارات هامة هي :

- أن العناصر الأساسية في الشخصية هي سمات المصدر يمكن استنتاجها فقط من خلال التحليل العاملي .
- اعتبر أن بعض السمات الفريدة ، مع كثير من السمات الأصلية العامة يشتركان في تحديد الاختلافات بين الأفراد .
- أنه أكثر إيجابية في ميله تجاه نظرية التحليل النفسي .
- كان أكثر تمييزاً بوضوح بين الدوافع و الاعتبارات التركيبية للشخصية .

(عبد الرحمان : 1998 : 492) .

و قد صنف كاتل السمات بأكثر من طريقة من أبرزها التصنيفات التالية :

أ - من حيث (الشمولية) : يقسم السمات إلى نوعين سمات سطحية و هي أقرب في طبيعتها إلى السمات المكتسبة عند البورت . و سمات مصدرية و هي أقرب في طبيعتها إلى السمات الوراثية عند البورت و هي تعتبر بمثابة محددات للسلوك الظاهري كما تمثل ركائز ثابتة في تكوين الشخصية .

ب - و من حيث (العمومية) : يمكن تقسيم السمات إلى نوعين : سمات عامة و هي سمات مشتركة تشيع بين جماعة معينة في ظروف ثقافية متشابهة . و سمات فريدة و هي تلك التي يتميز بها فرد معين عن غيره من الأفراد .

ج - من حيث (النوعية) : يقسم السمات إلى ثلاثة أنواع : سمات القدرة و هي و يعني بها طريقة استجابة الفرد لما موقف معين و لما ينطوي عليه من تعقيدات تحقيق

عمل كاتل على تخفيض قائمة السمات إلى أقل عدد ممكن ليتيسر استخدام طريقة التحليل العاملي في معالجتها . و بذل في هذا السبيل جهوداً ضخمة توجت بتصميم " استبيان الشخصية للراشدين (P.F 16) و يحتوي هذا الاستبيان على عدد كبير من البنود لقياس 16 سمة ، اعتقد أنها كافية لتوصيف الشخصية . و تتمثل هذه السمات في :

جدول رقم : (1) استبيان الشخصية للراشدين (P . F 16)

الفصل الثاني : العوامل الخمس الكبرى للشخصية

العامل أ A	السيكلوثيميا	مقابل	الشيزوثيميا
	الاجتماعي	مقابل	العنيد
العامل ب B	الذكاء العام	مقابل	الضعف العقلي
العامل ج C	الثبات الانفعالي أو قوة الأنا	مقابل	عدم الاتزان الانفعالي
العامل د E	السيطرة	مقابل	الخضوع
العامل هـ F	غير الجاد	مقابل	الجاد أو القلق الاكتئابي
العامل و G	قوة الخلق	مقابل	ضعف المعايير الداخلية
العامل ز H	سهل التكيف تلقائاً وفق لتغير طارئ	مقابل	الانعزالي الشيزوثيمي المتأصل
العامل ح I	الحساسية الانفعالية	مقابل	الحساسية ضد الصلابة
العامل ط L	الشيزوثيميا البارانونية	مقابل	الغيرية المفعمة بالثقة
العامل ي M	عدم المبالاة	مقابل	الاهتمام العملي
العامل ك N	الحذقة	مقابل	البساطة
	السرعة و الكفاية و الواقعية	مقابل	الغموض و العاطفية و العجز عن ضبط النفس
العامل ل O	عدم الطمأنينة و القلق	مقابل	رباطة الجأش و الثقة بالنفس
العامل م Q	التحرر	مقابل	المحافظة
العامل ن Q2	الاكتفاء الذاتي	مقابل	الافتقار إلى الثبات و التصميم على أمر ما
العامل س Q3	ضبط الإرادة و ثبات الخلق		
العامل ع Q4	التوتر العصبي		

(عامود : 2001 : 470 - 471)

نظرية الأبعاد لايزنك للشخصية :

تعريف البعد :

البعد مفهوم رياضي يعني الامتداد الذي يمكن قياسه ، و يشير مصطلح البعد أصلاً إلى الطول و العرض و الارتفاع (الأبعاد الفيزيائية) ، و لكن اتسع معناه الآن ليشمل أبعاداً سيكولوجية ، فأي امتداد أو حجم يمكن قياسه فهو بعد و كثير من سمات الشخصية توصف بمركزها على بعد ثنائي القطب Bipolar كالسيطرة و الخضوع ، و الاندفاع و التروي و الهدوء و القلق و معظم الوظائف ذات تنوع متصل على طول البعد . (عبد الخالق : 1996 : 64) .

أضاف أيزنك تصنيف جديد للشخصية لأطلق عليه الأبعاد حتى أن نظريته سميت " نظرية الأبعاد " حيث أنه أي البعد يضم عدد أكبر من السمات و توصل أيزنك إلى بعدين مستقلين في الشخصية هما بعدا الانبساط / العصابية ووجد أنهما مستقلان عن بعضهما و أجرى العديد من الدراسات

لهما و وجد أنهما يتميزان بالثبات النسبي و أن بعد الانبساط هو بعد ثنائي القطب " الانبساط / الانطواء . (محمود : 2011 : 67) .

و قد وصف ايزنك شخصية الشخص من النمط الانبساطي بأنه منطلق ، كثير الحركة و الكلام ، يميل للاستعراض و حب الظهور في المحافل العامة ، سريع في تكوين الصداقات ، قليل التأمل و التفكير ، و هو على العكس الشخص من النمط الانطوائي ، حيث يميل إلى العزلة و التفكير الكثير ، يكون قليل الحركة و النشاط الجسمي ، غير محب للظهور في المحافل العامة ، كما أنه يكون أصدقاء بصعوبة و هي صداقات من المستوى العميق . (مأمون : 2011 : 60) .

بينما بعد العصابية / الثبات الانفعالي : يتسم صاحبه بأنه : يشكو قصور في العقل و الجسم ، ذكاؤه متوسط ، قابل للإيحاء ، بطئ التفكير و العمل ، غير اجتماعي ، يميل إلى الكبت . ثم توصل إلى بعد الذهانية : يتسم صاحبه بأنه : قليل التركيز ، ضعيف الذاكرة ، كثير الحركة ، بطيء القراءة ، مستوى طموحه منخفض ، مبالغ . (محمود : 2011 : 67) .

ثانيا : نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

1 - لمحة تاريخية عن نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

نشأ نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية نتيجة التقدم المذهل في علم النفس الإحصائي ، حيث استطاع علماء النفس الشخصية استخدام التحليل العاملي كتقنية لاختزال السمات الشخصية الأكثر تكرارا ، مما أدى إلى ظهور نظريات سمات الشخصية ، و كان من أبرزها نموذج العوامل الخمسة ، و التي ترجع نشأتها إلى فيسك الذي استخرج خمسة عوامل للشخصية عن طريق التحليل العاملي لقائمة كاتل لدى عينات مختلفة باستخدام التقارير الذاتية و تقديرات الملاحظين و الأقران . مرت نظرية العوامل الخمسة بتاريخ طويل من الجهود في سبيل الوصول إلى العوامل الأساسية في الشخصية ، و بدأت بطريقة تحليل السمات عن طريق المعاجم اللغوية على يد (ألبورت) (أودبرت) في الثلاثينات من القرن الماضي (الشمالي : 2015 : 36) .

حيث قاما بجمع قائمتهم الأولية بما يقارب (18,000) مصطلح معجمي من قاموس ويبستر الدولي غير المختصر " الطبعة الثانية " ، ثم قاموا بتقسيم هذه الصفات إلى أربع قوائم حيث اشتملت القائمة الأولى على (4504) سمات الشخصية الأساسية ، القائمة الثانية شملت (4541) يختص بالحالات و الأمزجة المؤقتة ، و تشمل القائمة الثالثة على (5226) مصطلح تختص بالتقييمات الاجتماعية ، بينما يتكون القسم الرابع من (3682) مصطلح من الأوصاف التي يصعب فرزها ضمن الأقسام الثلاث الأولى ، و يعتقد ألبورت و أودبرت أن القائمة الأولى هي فقط التي تمثل السمات الشخصية الحقيقية (جبر : 2012 : 17) .

ثم راجع " كاتل " في سنة 1943 تلك القائمة بهدف خفض سماتها ، فبدأ بتركيبية من (4500) مصطلح و باستخدام كل من الإجراءات التجريبية و الدلالية (معاني الكلمات) ، إضافة استعراضاته

الخاصة لأدب الشخصية ، اختصر كاتل (4500) مصطلحا إلى (35) متغيرا ، و بذلك ألغى كاتل 99 % من المصطلحات ، و باستخدام المنهج التحليل العملي توصل إلى إيجاد 16 عاملا أساسيا في دراسة الشخصية Personality Factors 16 ، عرفت اختصارا ب (16 PF) . (اولفت : 2016 : 49) .

ثم قام نورمان (1967) بمراجعة قائمة ألبرت و أدبرت على أساس الفحص الدقيق لكل محتويات قاموس وبستر الدولي الثالث الجديد غير المختصر و الصادر عام (1961) و أضاف إليها المصطلحات الجديدة التي ظهرت في حوالي ربع القرن الذي يفصل بين هذا المعجم و المعجم الذي اعتمد عليه أدبرت و ألبرت ، و أصبح المجموع الكلي لقائمة ألبرت و أدبرت الكاملة و كل الإضافات الممكنة من قاموس " وبستر " في طبعته المشار إليها بقدر ما يقارب 40.000 أربعين ألفا ، و عن طريق إجراء مفصل خفض " هذه القائمة الأخيرة إلى 2797 مصطلح يصف سمات الشخصية ، ثم توصل نورمان 1967 Norman إلى استخراج خمسة عوامل للشخصية عن طريق التحليل العملي لقائمة " كاتل cattel " (سعدي : 2017 : 43) .

لم تلق العوامل الخمس الكبرى للشخصية اهتماما كبيرا حتى عقد الثمانينات إلا بعد استخدامها على يد عدد من الباحثين أهمهم جولد بيرج و كوستا و ماكري ، حيث أجرى جولد بيرج (1981) بعد ذلك دراسة ستخدم فيها قائمة نورمان المنقحة التي تضم (1710) صفة لاختيار مدى استقرارها و عموميتها ، و باستخدام طرق مختلفة عن التحليل العملي توصل جولدبيرج إلى أن العوامل الخمس الكبرى بقيت ثابتة علميا بعد تدويرها أكثر من خمس مرات (الرويتع : 2007 : 4) .

و أكد **جولدنبيرج** على أن كل عامل فيها عبارة عن عامل مستقل تماما بحيث يلخص هذا العامل مجموعة كبيرة من سمات الشخصية المميزة ، فيندرج تحت العاملين الأول و الثاني السمات ذات الطابع التفاعلي في حين يصف العامل الثالث المطالب السلوكية ، و التحكم في الدوافع ، في حين العامل الرابع يتكون من سمات الاتزان الانفعالي كالهدهوء و الثقة مقابل العصبية و التوتر في المزاج المتقلب و الحزن و القلق ، و يصف العامل الخامس التكوين العقلي للفرد و مدى عمقه و نوعيته بالإضافة إلى الخبرة الذاتية (الشمالي : 2015 : 38) .

و قام كوستا و ماكري Costa Mc Crae في عام 1985 بعدد كبير من الدراسات الإمبريقية بهدف التحقق من وجود العوامل الخمسة الكبرى للشخصية . و قد اهتمتا في البداية ببعدي (الانبساط ، العصابية اللذين أكدهما " أيزنك " ، بعد ذلك قاما بتحليل عوامل الشخصية الستة (16 PF) ل " كاتل " ، و توصلا إلى استخراج ثلاثة عوامل كبرى للشخصية : الانبساط ، العصابية ، التفتح ، و لقد نشرا في عام 1989 قائمة للشخصية . لقياس ثلاثة أبعاد في الشخصية و هي العصابية ، و الانبساط ، و الانفتاح على الخبرة ، و كان يطلق عليها نظام (NEO) حيث شمل في البداية ثلاثة من العوامل الخمسة ، و من ثم أضافا عاملين آخرين ضما سمات في مجال حسن المعشر ، حيوية الضمير ، بعد ذلك تم نشر قائمة العوامل الخمسة الكبرى في أصلها الانكليزي عام 1989 (NEO-FFI-S)

(اولفت : 2016 : 50)

ثم صدرت الصيغة الثانية للقائمة نفسها عام (1992) ، و في وقت لاحق (1996 ، 1999 ، 2003) قام كلا كوستا و ماكري بوضع نظرية متكاملة في الشخصية بالاعتماد على نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية . (الرباعي : 2014 : 65 - 66) .

2- تعريف و وصف العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

عرفت العوامل الخمس الكبرى للشخصية تعريفات عديدة نذكر منها :

تعريف كوستا و ماكري (1992) :

" إنها العوامل التي اشتقت من العوامل الأساسية لنظرية " كاتل " بالتحليل العملي و تهدف هذه القائمة إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية و التي تشمل على خمسة عوامل و هي (العصابية ، الانبساطية ، التفتح ، القبول ، يقظة الضمير) . (جاسم : 2017 : 142) .

أما المقاييس الفرعية للعوامل للخمسة الكبرى للشخصية كما عرفها كوستا و ماكري هي :

أ - العصابية (Neuroticism) :

ظهر عامل العصابية مبكرا في دراسات الشخصية (كدراسة كاتل ، و دراسة آيزنك) كأحد العوامل الأساسية المتضمنة في النماذج العاملة التي تصف الشخصية . و قد أرجع آيزنك ثلاثة أرباع التباين الكلي للفروق الفردية في العصابية إلى عوامل وراثية ، أما من الناحية الفيزيولوجية فإنه يرجع للعصابية إلى مستويات النشاط في المخ الحشوي (Visceral brain) و ما تحت ، أو ما يعرف بالجهاز الطرفي (Limbic system) .

أما كاتل فقد أطلق على العصابية اسم القلق ، و قد ظهرت العصابية لديه كعامل من الرتبة الثانية . و بالنسبة لكوستا و ماكري فإن عامل العصابية يوصف بشك عام على أنه متصل يقابل بين عدم الاتزان الانفعالي (Emotional instability) و بين الاتزان الانفعالي . (الرباعي : 2014 : 74) .

جدول رقم (2) : السمات الشخصية لعامل العصابية

السمات	العامل
<p>-القلق : الخوف ، النرفزة ، الهم ، الانشغال ، الخوف ، سرعة التهيج</p> <p>-الغضب : حالة الغضب الناتجة عن الاحباطات</p> <p>-العدائية : الناتجة عن كبت المشاعر</p> <p>-الاكتئاب : انفعالي ، منقبض ، يعاني من الهم ، الكرب ، القلق ، الانفعالية الدائمة ، و التقلب في المزاج .</p> <p>-الشعور بالذات : الشعور بالإثم الإحراج و الخجل ، و القلق الاجتماعي من الظهور أما الآخرين في صورة غير مقبولة .</p> <p>-الاندفاع : عدم القدرة على ضبط الدوافع ، و الشعور بالتوتر ، القلق ، سرعة الاستثارة .</p> <p>-الإنعصاب و القابلية للإنجراح : عدم المقدرة على تحمل الضغوط حيث يشعر الفرد بالعجز ، و اليأس ، و عدم القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف الضاغطة</p>	العصابية

(الأنصاري : 2002 : 712 - 715) .

ب – الانبساطية (Extraversion) :

يشير هذا العامل إلى حالة انفعالية و اجتماعية تتسم بالنشاط و الحيوية و الميل للتواصل الاجتماعي و بناء شبكة من العلاقات الاجتماعية و إظهار الحميمية و الود مع قدرة عالية للتأثير و القيادة و الميل إلى المشاعر الايجابية ، و الاهتمام بمشاكل الآخرين و قضاياهم . (عقباني : 2016 : 33) ، و يذكر كوستا و ماكري Costa McCrae أن المنبسط هو شخص لبق ، و متفائل و مبتهج ، و مستمتع بالاثارات و التغييرات في حياته و الانبساط يعني أيضا عدد العلاقات التي يشعر معها الفرد بالراحة . فالانبساط المرتفع يتميز بعدد أكبر من العلاقات ، و نسبة أكبر من الوقت الذي يقضيه الشخص في الاستمتاع بهذه العلاقات ، و في المقابل ، فان الانبساط المنخفض يعني عددا أقل من العلاقات و نسبة أقل من الوقت الموجه لتلك العلاقات . و أن لعامل الانبساطية ستة أوجه حددها Costa McCrae 1992 . (نيب : 2013 : 486 - 487)

الفصل الثاني : العوامل الخمس الكبرى للشخصية

جدول رقم (3) : السمات الشخصية لعامل الانبساطية

السمات	العامل
<p>-الدفء أو المودة : ودود ، حسن المعشر ، لطيف ، يميل إلى الصداقة .</p> <p>-الاجتماعية : يحب الحفلات ، له أصدقاء كثيرون ، و يحتاج إلى أناس حوله يتحدث معه ، و يسعى وراء الإثارة .، و يتصرف بسرعة و دون تردد .</p> <p>-توكيد الذات : حب السيطرة و السيادة ، و الخشونة ، و حب التنافس ، و كذلك الزعامة و يتكلم دون تردد و واثق من نفسه مؤكد لها .</p> <p>-النشاط : حيوي و سريع الحركة ، و سريع في العمل محب له ، و أحيانا يكون مندفعاً .</p> <p>-البحث عن الإثارة : مغرم بالبحث عن المواقف المثيرة و الاستفزازية ، و يحب الألوان الساطعة و الأماكن المزدهمة أو الصاخبة .</p> <p>-الانفعالات الإيجابية : الشعور بالبهجة و المتعة و سرعة الضحك و الابتسام و التناول .</p>	الانبساطية

(الأنصاري : 2002 : 712 - 715) .

ج – الطيبة " المقبولية (A) Agreeableness :

قد تظهر الطيبة في السلوك الاجتماعي ، و تأثر بصورة الذات و تساعد على تكوين شكل الاتجاهات الاجتماعية و فلسفة الحياة و تركز الطيبة على سمات الدفء و التسامح و ترتبط بالأهداف الإيجابية في الحياة كما ترتبط بالايثار و الرضا عن الحياة (ذبيب : 2013 : 488)

جدول رقم (4) : السمات الشخصية لعامل الطبية (المقبولية)

العامل	السمات
الطبية	<p>-الثقة : يشعر بالثقة اتجاه الآخرين ، وواثق من نفسه ، و يشعر بالكفاءة و جذاب من الناحية الاجتماعية ، غير متمركز حول ذاته ، و يثق في نوايا الآخرين .</p> <p>-الاستقامة : مخلص ، مباشر ، صريح ، مبدع ، جذاب .</p> <p>-الإيثار : يحب الغير ، و يرغب في مساعدة الآخرين ، متعاون ، يشارك وجدانيا في السراء و الضراء مع الآخرين .</p> <p>-الإذعان أو القبول : قمع المشاعر العدوانية ، العفو ، و النسيان اتجاه المعتدين ، و الاعتدال أو اللطف ، و التروي في المعاملة مع الغير أثناء الصراعات .</p> <p>-التواضع : متواضع غير متكبر ، لا يتنافس مع الآخرين .</p> <p>-معتدل الرأي : متعاطف مع الآخرين و معين لهم ، و يدافع عن حقوق الآخرين و بالذات الحقوق الاجتماعية و السياسية .</p>

(الأنصاري : 2002 : 712 - 715) .

– الانفتاح على الخبرة (O) to ExperienceOPeness :

يعكس هذا العامل مدى تقبل الفرد لقيم و معتقدات الآخرين و الاهتمام بالأفكار الجديدة غير التقليدية ، و يتضمن هذا العامل العديد من السمات كالخيال و التفتح الذهني و قوة البصيرة و كثرة الاهتمامات و التسامح و الأشخاص ذوي الدرجات العليا على هذا البعد يظهرون فضولا للعالم الخارجي و الداخلي ، و هم على استعداد للنظر في أفكار و قيم أصيلة مبتكرة (جبر : 2012 : 21) .

و يعني النضج العقلي و الاهتمام بالثقافة و التفوق و حب الاستطلاع ، و سرعة البديهة ، و السيطرة و الطموح ، و المنافسة و الدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد خياليون ، ابتكاريون ، يبحثون عن المعلومات بأنفسهم ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يولون اهتماما أقل بالفن ، و أنهم عمليون بالطبيعة (أبو هاشم : 2010 : 279) .

جدول رقم (5) : السمات الشخصية لعامل الانفتاح على الخبرة

السمات	العامل
<p>-الخيال : لديه تصورات قوية و كثيرة و حياة مفعمة بالخيال ، و عنده أحلام كثيرة و طموحات غريبة . و كثرة أحلام يقظة ليس هروبا من الواقع ، و إنما بهدف توفير بيئة تناسب خيالاته ، ، و يعتقد بأن هذه الخيالات تشكل جزءا مهما من حياته ، و تساعد على البقاء ، و الاستمتاع بالحياة .</p> <p>- المشاعر : التعبير عن الحالات النفسية أو الانفعالات بشكل أقوى من الآخرين ، و التطرف في الحالة ، حيث يشعر الفرد بقيمة السعادة ثم ينتقل فجأة إلى قمة الحزن ، كما تظهر عليه علامات الانفعالات الخارجية ، كالمظاهر الفيزيولوجية المصاحبة للانفعال في أقل المواقف الضاغطة أو المفاجئة .</p> <p>-الأفعال : الرغبة في تجديد الأنشطة و الاهتمامات ، و الذهاب إلى أماكن لم يسبق زيارتها في السابق ، و يحب أن يجرب وجبات جديدة و غريبة من الطعام ، الرغبة في التخلص من " الروتين " اليومي و المغامرة .</p> <p>-الأفكار : الانفتاح العقلي و الفطنة ، و عدم الجمود ، و التجديد ، و الابتكار في الأفكار ، و الدهاء و التبصر .</p> <p>-القيم : الميل لإعادة النظر إلى القيم الاجتماعية و السياسية و الدينية . فالفرد المنفتح للقيم نجده يؤكد القيم التي يعتنقها ، و يناضل من أجلها ، في حين نجد العكس بالنسبة إلى الفرد غير المنفتح للقيم ، فإنه مسائر للأحزاب السياسية على سبيل المثال ، و يقبل التشريعات التقليدية .</p> <p>-الجمال : محب للفن و الأدب ، و متحمس ، و يقدر الشعر و الموسيقى ، و يتذوق الفن ، و ليس من الضروري أن يمتلك الموهبة الفنية .</p>	<p>الانفتاح على الخبرة</p>

(الأنصاري : 2002 : 712- 715) .

د - يقظة الضمير (C) Conscientiousness

و هو أحد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، و يسميه عبد الخالق الإيتقان أو الجدارة ، يشمل هذا العامل جوانب متنوعة من الصفات المتصلة بنزوع الشخص و استعدادته في مجال العمل ، و الكفاح من

الفصل الثاني : العوامل الخمس الكبرى للشخصية

أجل الإنجاز ، و تحقيق النجاح . كذلك يتضمن هذا العامل السلوك الموجه نحو هدف ما كالفعالية ، احترام القانون ، سمات الضبط ، و القيام بالواجبات على أكمل وجه ، المثابرة و التنظيم .

(الرباعي : 2014 : 87)

جدول رقم (6) : السمات الشخصية لعامل يقظة الضمير

العامل	السمات
يقظة الضمير	<p>-الافتقار أو الكفاءة : بارع ، كفاء مدرك ، و متبصر أو حكيم ، و يتصرف بحكمة في المواقف الحياتية المختلفة .</p> <p>-منظم : مرتب ، مهذب ، أنيق ، و يضع الأشياء في مواضعها الصحيحة .</p> <p>-ملتزم بالواجبات : ملتزم بما يمليه ضميره ، و يتقيد بالقيم الأخلاقية بصرامة .</p> <p>-مناضل في سبيل الإنجاز : مكافح ، طموح مثابر ، مجتهد ، ذو أهداف محددة في الحياة ، و مخطط و جاد .</p> <p>-ضبط الذات : القدرة على البدء في عمل ما أو مهمة و من ثم الاستقرار حتى إنجازها دون الإصابة بالكلل أو الملل ، و القدرة على التدعيم الذاتي من أجل إنجاز الأعمال دون الحاجة إلى التشجيع من قبل الآخرين .</p> <p>-التأني أو الروية : و النزعة إلى التفكير قبل القيام بأي فعل ، و لذلك يتسم الفرد بالحرذر ، و الحرص ، و اليقظة ، و التروي قبل اتخاذ القرار ، أو القيام بأي فعل .</p>

(الأنصاري : 2002 : 712 - 715) .

3 - مميزات العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

يعتبر نموذج العوامل الخمس الكبرى نموذجاً شاملاً ، يوفر قواعد واسعة لوصف سمات الشخصية ، و كذلك تنظيم و تشخيص أمراض الشخصية ، حيث أشارت العديد من الدراسات أنه يحتوي تقييماً على كل أبنية الخصلة التي تم تحديدها في نماذج أخرى للشخصية و خصوصاً تلك التي أخذت من مضامين خاصة التي تعرف كل عامل على حدة . (الشمالي : 2015 : 58) .

كما أصبح نموذج العوامل الخمس الكبرى هو النموذج السائد في تركيب الشخصية و ذلك لما له من مميزات عديدة . و من أهم ما يميز هذه العوامل ما يلي :

أ – طبيعة بنائها و لغتها السهلة الواضحة لدى عموم الناس ، حيث أنها تضم مجموعة كبيرة من السمات الشائعة أو الدارجة في اللغة التي يستخدمها الناس في حياتهم اليومية .

ب – هناك عدد لا حصر له من السمات التي تصف الأفراد ، و من هنا تكمن أهمية تحديد عوامل الشخصية التي تختزل هذا الكم الضخم من السمات و التي تبسط بدورها وصف طبيعة الشخصية .

ج – تعد العوامل الخمس الكبرى من أكثر الأنظمة وصفا و شمولية للشخصية الإنسانية بالمقارنة بالأنظمة و النظريات السابقة ، و منها أنظمة كلا من (كاتل ، جيلفورد ، موري ، يجنز) . مما يوفر نسقا و نظاما متكاملًا و جديدا للبحث في الشخصية .

د-العوامل الخمسة الكبرى ذات مدى متوسط ، فهي ليست قليلة العدد كعوامل (آيزنك) ، و لا كثير العدد كعوامل (كاتل) . و من هنا فإن نموذج العوامل الخمسة الكبرى بوصفها بناء للشخصية يعكس التطور الإيجابي في ميدان علم النفس الشخصية . (الفحطاني : 2013 : 70) .

5 – قياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

تعتمد طرق القياس الكمي لسمات الشخصية و عواملها على التحديد الكيفي لهذه العوامل و السمات و من أهم طرق اكتشاف العوامل الخمس الكبرى في الشخصية و البحث فيها كما يلي :

1 – معاجم اللغة : قام بعض علماء النفس الشخصية بدراسات لغوية نفسية في معاجم اللغة ، بهدف عزل أسماء السمات ، ثم تلخيصها و اختزالها ، و تكوين قوائم لها تستخدم في تقدير الشخص لنفسه أو لغيره ممن يعرف أو يخالط

2 – مقاييس التقدير : يعتمد هذا المنحى في تحديد العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية على تحديد السمات عن طريق مقاييس التقدير ، سواء أكان تقدير الشخص لنفسه أو تقديره لغيره . (عبد الخالق : 1996 : 260) .

3 – الاستخبارات : يبدأ هذا المنحى بتطبيق عدد من استخبارات الشخصية ثم حساب معاملات الارتباط بين بنودها ، و تحليل هذه الارتباطات المتبادلة عامليا .

4 – ملاحظة السلوك الفعلي : يحدد السمات عن طريق ملاحظة السلوك الفعلي ، و ذلك بجمع ملاحظات هؤلاء الملاحظين : مثل تقدير المعلمين لتلاميذهم .

5- الوصف الذاتي الحر للشخصية : يتلخص هذا المنهج في أن يطلب من عينة من المفحوصين أن يصف كل واحد منهم شخصيته ، ثم تجمع الصفات و يحذف المكرر منها ، و ثم تطبق على مجموعة جديدة ، ثم تحلل معاملات الارتباط عامليا (العميري : 2015 : 40)

خلاصة الفصل :

يعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية أحد أهم التصنيفات في وقتنا الحاضر ، و هذه الأهمية تكمن في إمكانيةه على وصف الشخصية الإنسانية بشكل ملائم و تحديد اضطراباتنا ، فضلا عن نموذج قابل للتصنيف و له القدرة على التنبؤ بالنتائج التجريبية بمستوى عال من الثبات و يتصف بالشمولية من حيث اعتماده على دراسات كثيرة أجريت عبر حضارات متعددة و مواقف مختلفة ، كما تتجلى أهميته في قدرته على التنبؤ بالسلوك عموما ، إذا ظهرت دراسات متعددة ارتباطات دالة بين طبيعة الشخصية و سماتها و بين مختلف الأنواع من السلوك المتوافق و المضطرب .

الفصل الثالث : جودة الحياة

تمهيد

1- لمحة تاريخية عن تطور مفهوم جودة الحياة

2 - تعريف جودة الحياة

3- الاتجاهات المختلفة المفسرة لجودة الحياة

4 -مكونات جودة الحياة

5 - مؤشرات جودة الحياة

6 - أبعاد جودة الحياة

7 - العوامل المؤثرة في جودة الحياة

8 - مقومات جودة الحياة

9 - جودة الحياة الوظيفية للمعلمين

10 - قياس جودة الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد :

ينتمي مفهوم جودة الحياة إلى علم النفس الإيجابي الذي يعيد للفرد شعوره بالرضا و السعادة في ضوء ظروفه الحالية و إمكاناته و قدراته الحالية ، فارتباط جودة الحياة بعلم النفس الإيجابي قد جاء من أهمية النظرة الايجابية لحياة الفرد و لهذا لاقى اهتماما كبيرا في مجال علم النفس حيث أصبح يعتبر من المتطلبات الأساسية في الوقت الحاضر لتحقيق الصحة النفسية ، و إحدى المتغيرات الأساسية للشخصية ، و هدف أساسي في حياة الإنسان و الذي يؤدي تحقيقه إلى الشعور بالرضا و البهجة و الاستمتاع و التفاؤل . و بالتالي يؤدي الاتجاه الايجابي نحو الحياة .

1 - لمحة تاريخية عن تطور مفهوم جودة الحياة :

إن البحث في جودة الحياة له تاريخ قديم تمتد جذوره إلى الأفكار حول المتعة و السعادة و الرضا عن الشهوات الإنسانية ، فقد حاول فلاسفة مثل سقراط ، أفلاطون و أرسطو تعريف العناصر الأساسية للخبرة الإنسانية الإيجابية التي تساهم في تعزيز المتعة و السعادة ، فالفكرة الأولية لجودة الحياة بدأ ظهورها في المناقشات التاريخية لفلاسفة اليونان (أرسطو ، سقراط ، أفلاطون) حول طبيعة جودة الحياة و مواصفاتها ، إذ يعد كتاب الأخلاق لأرسطو (384 - 322 ق م) أحد المصادر المبكرة التي تعرضت لتعريف جودة الحياة حين قال أن كلا من العامة أو الدهماء و أصحاب الطبقة العليا يدركون الحياة الجيدة بطريقة واحدة و هي أن يكونوا سعداء و لكن مكونات السعادة عليها خلاف ، إذ يقول بعض الناس شيئا ما في حين يقولون آخرون غيره . و من الشائع كذلك أن المرء نفسه يقول الأشياء مختلفة في مختلف الأوقات فعندما يقع فريسة المرض فإنه يعتقد أن السعادة هي الصحة ، و عندما يكون فقيرا يرى السعادة في الغنى ، و يرى أرسطو أن الحياة الطيبة حالة شعورية و نوعا من النشاط و ما ذلك بالتعبير سوى جودة الحياة . (صولي : 2018 : 54) .

و لقد عرف مصطلح جودة الحياة تطورا خلال الآونة الأخيرة عندما غير الباحثين وجهتهم حيث أصبحوا أكثر اهتماما بالجانب الإيجابي للفرد . فقد ظهر مصطلح جودة الحياة أول مرة في الفلسفة الإغريقية ، و افترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية و نشاط الروح و بالتالي تحقق حياة سعيدة .

و أعيد استخدامه في المجال السياسي عندما اقترح توماس جيفرسون Thomas Jefferson رئيس الولايات المتحدة (1809 - 1881) أن يضاف إلى الدستور " الحق في السعادة لكل أمريكي " .

كما وعد هوفر Hoover (1932) و هو أحد المرشحين للرئاسيات المواطنين خلال حملته الانتخابية بتحسين مستوى جودة الحياة لكل فرد منهم . على أن تكون هناك " سيارة داخل مرآب و دجاجة لكل صحن " (حرطاني : 2014 : 32) .

و يمكن إرجاع بداية مفهوم جودة الحياة في الظهور إلى حركة المؤشرات الاجتماعية عامة و مؤشرات جودة الحياة خاصة حيث جاءت في إطار مناخ سياسي و اقتصادي و ثقافي ، تموج به التيارات الرافضة للنظام السياسي و الاقتصادي السائد ، الذي يجعل من زيادة الدخل القومي ، و زيادة الإنتاج ، و زيادة الاستهلاك مؤشرا لنجاحه و وسيلة لتحقيق الغاية النهائية للسياسات ، سواء كانت تحقق نمو المجتمع أو تقدمه ، أو رفاهيته لذلك لم يكن مثيرا للدهشة أن تكون بداية ظهور هذا المصطلح في دول الغرب الصناعية . (العجوري : 2013 : 35) .

و يذكر سنوك (24 Snoek . 2000) أول تناول واضح للمفهوم كان من قبل الاقتصاديين الأمريكيين صامويل أوردواي (Samuel Ordway . 1953) ، و فيرفيلد أوسبورن (1954) Fairfield Osborn حيث عبرا عن ذلك باستخدام هذا المفهوم في العبير عن قلقهما على البيئة من أخطار النمو الاقتصادي و الصناعي المتزايد . و بعد ذلك بسنوات قليلة عام (1958) ظهر كتاب جون جالبريث John Galbraith ، و الذي دار عن رفاهيته المجتمع ثم أعقبه بكتابه الثاني عام (1967) بعنوان الوضع الصناعي و الذي انتقد فيه الإيديولوجية الاقتصادية القائمة على التوسع الصناعي ، حيث أكد أنه ليس المهم كمية و حجم ما ننتج من سلع و بضائع ، لكن المهم هي جودة حياتنا .

(العجوري : 2013 : 35) .

و تطورت دراسات جودة الحياة حيث كانت تركز على موضوع واحد دون النظر إلى علاقته بعوامل أخرى و قد رصدت الدراسة حول موضوع جودة الحياة ثلاثة جوانب هامة هي :

الأول : بعد سنة 1970 قل الاهتمام في الملكة المتحدة بدراسات جودة الحياة و البحث عن تعريفاتها ضمن المناطق الحضرية و الريفية على العكس من الدول الأخرى التي زاد فيها الاهتمام حول كيفية بحث و فهم هذه المواضيع .

الثاني : عالميا حظيت جودة الحياة بشعبية في الأوساط على الرغم من ذلك ، فإن المدخل المتبع ، كان يغفل عوامل كثيرة مؤثرة في الصحة .

و قد تطورت نتيجة ظهور تيار جديد على يد مارتن سليجمان . (داهم : 2015 : 33) .

2- تعريف جودة الحياة :

• لغة :

الجودة في اللغة من الفعل جود ، الجيد : نقيض الرديء، و الجمع ، جياذ ، و جياذات : جمع الجمع ، و جاد الشيء : جودة ، و جودة أي صار جيدا ، و قد جاد جودة ، أتى بالجيد من القول و الفعل (الزويني و آخرون : 2016 : 160) .

اصطلاحا :

تشير الأدبيات النفسية إلى صعوبة صياغة تعريف محدد لجودة الحياة (Titmam . Smith & Graham 1997) على الرغم من شيوع استعماله إلا أنه مازال يتسم بالغموض (عبد الفتاح و حسين 2008) ، يرى الأنصاري (2008) : أن مفهوم جودة الحياة يرتبط بصورة وثيقة بمفهومين أساسيين و هما الرفاه well fare و التمتع well being كذلك يرتبط بمفاهيم أخرى مثل التنمية Development و التقدم Progress ، التحسن Batterment ، و إشباع الحاجات Satisfaction (مسعودي : 2015 : 205) .

• تعريف منظمة الصحة العالمية :

تعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة بأنها " إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة و أنساق القيم التي يعيش فيها و مدى تطابق و أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه و توقعاته و قيمه و اهتماماته المتعلقة بصحته البدنية و حالته النفسية و مستوى استقلالته و علاقته الاجتماعية و اعتقاداته الشخصية و علاقته بالبيئة بصفة عامة . (أبو حلاوة : 2010 : 5) .

أشار فرانك : " جودة الحياة بأنها حسن إمكانية توظيف إمكانيات الإنسان العقلية و الإبداعية و إثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه و مشاعره و قيمه الإنسانية و تكون المحصلة ، جودة الحياة و جودة المجتمع و يتم هذا من خلال الأسرة المدرسية و الجامعة و بيئة العمل و من خلال التركيز على ثلاثة محاور هامة في التعليم ، و التنقيف ، و التدريب ، و كذلك يعرفها فرانك بأنها إدراك الفرد للعديد من الخبرات و

بالمفهوم الواسع شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل : الغذاء و المسكن و ما يصاحب هذا الإحساس من شعور بالإنجاز و السعادة و جودة الحياة بالمفهوم الضيق خلو الجسم من العاهات الجسمية (شخي : 2014 : 73) .

• تعريف منسي ، كاظم (2002) :

هو شعور الفرد بالرضا و السعادة و القدرة على إشباع حاجاته ن خلال ثراء البيئة و رقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية و الاجتماعية و التعليمية و النفسية مع حسن إدارته للوقت و الاستفادة منه (حمدان : 2018 : 56) .

• تعريف مصطفى الشرفاوي إلى أن جودة الحياة هي :

" كل ما يفيد الفرد بتنمية طاقاته النفسية و العقلية ذاتيا و التدريب على كيفية حل المشكلات و استخدام أساليب مواجهة المواقف الضاغطة و المبادرة بمساعدة الآخرين و التضحية من أجل رفاهية المجتمع و هذه الحالة تتسم بالشعور و ينظر إلى جودة الحياة من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية و العلاقات الاجتماعية الإيجابية و الاستقرار الأسري و الرضا عن العمل و الاستقرار الاقتصادي و القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية و الاقتصادية ، و يؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات القوية الدالة على جودة الحياة . (حني : 2015 : 20)

• تعريف العجوري (2013) :

يعرف جودة الحياة بأنها قدرة المعلمين و المعلمات في التحكم بحياتهم و إرادتهم بما يتناسب مع طبيعتهم النفسية و الشخصية و كما يدركون هذه الحياة بجميع أبعادها الصحية ، الأسرية ، النفسية ، البيئية ، و إدارة الوقت مع إجابة التعامل معها . (الحوراني : 2016 : 76) .

3- الاتجاهات المختلفة المفسرة لجودة الحياة :

3-1 - الاتجاه الاجتماعي :

ينظر علماء الاجتماع لجودة الحياة على أنها مجموعة المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة ، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس قدر الإشباع الذي تحققه ، كما يركزون على بعض المؤشرات مثل : (معدلات المواليد و الوفيات - نوعية السكان - المستويات التعليمية لأفراد المجتمع - مستوى الاستيعاب - و القبول في مراحل التعليم المختلفة - مستوى الدخل . (الحوراني : 2016 : 77) .

يرى (هانكس ، Hankiss) أن الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأت منذ (1984) فترة طويلة ، و قد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد ، معدلات الوفيات ، معدل ضحايا المرض ، نوعية السكن ، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع ، إضافة إلى مستوى الدخل ، و هذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر و ترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد و ما يجنيه الفرد من عائد مادي من وراء عمله و المكانة المهنية للفرد و تأثيره على الحياة و يرى العديد

من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا العامل عن عمله . (إبراهيم : بدون سنة : 16- 17) .

3-2 - الاتجاه النفسي :

اكتسبت دراسة جودة الحياة من المنظور النفسي أهمية كبيرة بسبب إدراك علماء الاقتصاد و الاجتماع و صانعي القرار لحقيقة لا تقاس بالأرقام و إنما هي في حقيقتها استجابات و مشاعر ، مفادها أن الزيادة في معدلات النمو الاقتصادي و ارتفاع مستوى دخل الفرد و تحسن مستوى ما يقدم له من خدمات و رفاهية ، لا يؤدي بالضرورة إلى إشباع حاجاته المتنوعة و طموحاته الشخصية و كذلك تأكيد قيمته الإنسانية . (مشري : 2014 : 223) .

و مع تطور الدراسات في مجال جودة الحياة و توصل عدد من الباحثين إلى أهمية استخدام المداخل الذاتية و الموضوعية معا في تعريف و قياس جودة الحياة . و تعتبر منظمة اليونسكو جودة الحياة مفهوما شاملا يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد ، و هو يتسع ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية ، و الإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي للفرد عبر تحقيقه لذاته ، و على ذلك فجودة الحياة لها ظروف موضوعية و مكونات ذاتية . (مشري : 2014 : 226) .

و يشير (عبد الله) إلى أن " الإدراك يعتبر محدد رئيسيا لجودة الحياة ، إذ أن جودة الحياة هي تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها، و من ناحية أخرى يعتمد هذا الاتجاه على عدة مفاهيم نفسية أساسية منها : مفهوم القيم ، و مفهوم الإدراك الذاتي ، و مفهوم الحاجات ، و مفهوم الاتجاهات ، و الطموح ، و التوقع ، إضافة إلى مفاهيم الرضا ، و التوافق ، و الصحة النفسية . (نغم : 2016 : 16) .

أما المفهوم الثاني في هذا الاتجاه : هو مفهوم الحاجات و إشباعها ، الذي ذكره (عبد الله) من بين المفاهيم ، إذ يعتبر إشباع الحاجات مكونا أساسيا لجودة الحياة . و تؤكد (غنيمه) ، في نظرتها لجودة الحياة عل أنها البناء الكلي الذي يتكون من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة ، بحيث يمكن قياس هذا الإشباع لمؤشرات موضوعية و مؤشرات ذاتية . (نغم : 2016 : 16) .

و كل ما انتقل الإنسان إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات و حاجات جديدة لهذه المرحلة تلح على الإشباع مما يجعل الفرد يشعر بضرورة مواجهة متطلبات الحياة في المرحلة الجديدة فيظهر الرضا " في حالة الإشباع "" أو عدم الرضا " في حالة عدم الإشباع نتيجة لتوافر مستو مناسب من جودة الحياة . (بحرة : 2014 : 24) .

3-3 - الاتجاه الطبي :

و يهدف هذا الاتجاه على تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من الأمراض الجسمية المختلفة أو النفسية أو العقلية و ذلك عن طرق برامج إرشادية و علاجية و تعتبر جودة الحياة من المواضيع الشائعة للمحاضرات التي تتعلق بالوضع الصحي و في تطوير الصحة فقد زاد اهتمام الأطباء و المتخصصين بالشؤون الاجتماعية لتعزيز و رفع جودة الحياة لدى المرضى من خلال توفير الدعم النفسي و السيكولوجي لهم . (بن عطية ، عيدة : 2017 : 58) .

3-4 -الاتجاه الفلسفي :

يؤكد هذا الاتجاه الفلسفي على أن جودة الحياة " حق متكافئ في الحياة و الازدهار" و هناك الكثير من المواطنين التي تتطلب الجودة حتى يحصل الإنسان إلى " جودة حياة " ، فمفهوم جودة الحياة حسب المنظور الفلسفي جاء من أجل وضع مفاهيم السعادة ضمن ثلاثية البراجماتية المشهورة ، و المتمثلة في أن الفكرة لا يمكن أن تتحول إلى اعتقاد إلا إذا أثبت نجاحها على المستوى العملي ، أو القيمة الفورية و ليست المرجأة (النفعية) ، و المستوى العملي أقرب إلى مفهوم السعادة و الرفاهية الشخصية منه إلى أي مفهوم آخر . و هذا المفهوم لب اهتمام الفلاسفة خلال قرون ، كأرسطو ، سقراط ، ابيقور الذين ركزوا على مفهوم السعادة الذي كان الموضوع الرئيسي لاهتماماتهم عبر تساؤلات عديدة ، ماهو ، هل يمكن الوصول إليه ، و كيف ؟ (بوعيشة : 2014 : 68 - 67) .

4 - مكونات جودة الحياة :

✓ الرضا عن الحياة :

هو إحساس داخلي كالسعادة تنبع من داخل الفرد من تفكيره و طريقة إدراكه و تقييمه لحياته و نظرتة للأمور بموضوعية و عقلانية ، تقييمه للأمور لا يخلو من بحث عن حكمة أو فائدة للتجارب فيرضى و لا يندم ، و يتشجع للاستمرار في العمل و المحاولة . (يونس : 2017 : 414) .

و هو سيرورات معرفية تشمل المقارنة بين حياة الفرد و معايير المرجعية (القيم و الأفكار) ، حسب بافو و آخرون Pavot et al ، (1991) الرضا عن الحياة هو التقديم العام الذي يحمله الفاعل عن حياته ، و يرى كوريغان Corrigan ، (2001) أن الرضا عن الحياة يتم تعريفها على أنها تقدير ذاتي لدى الشخص اتجاه حياته الحالية مقارنة بمستوى أماله و تطلعاته . (فواطمية : 2018 : 88) .

✓ السعادة :

هي انفعال وجداني ايجابي ثابت نسبيا و يتمثل بإحساس الفرد بالبهجة و الفرح و السرور و غياب المشاعر السلبية من خوف و قلق و اكتئاب ، و التمتع بصحة البدن و العقل ، فضلا عن الشعور بالرضا الشامل في مجالات الحياة المختلفة ، و أن للسعادة ثلاثة أبعاد هي : التوازن الوجداني ، الصحة الجسمية و العقلية ، الرضا عن الحياة . (الزويني و آخرون : 2016 : 155) .

✓ الراحة النفسية الذاتية :

يتم تحديدها حسب غولو Rolland ، (2000) من خلال ثلاثة شروط أساسية و هي :

ذاتية بمعنى تقدير ذاتي الذي لا علاقة له مع شروط الحياة الموضوعية .

ترتبط بالتقويم الإيجابي الشامل للحياة أي الرضا عن الحياة .

لا تحدد بغياب الانفعالات السلبية كالقلق و الاكتئاب ، بمعنى ترتبط بالحضور الوجدان الإيجابي (فواطمية : 2018 : 89) .

5 - مؤشرات جودة الحياة :

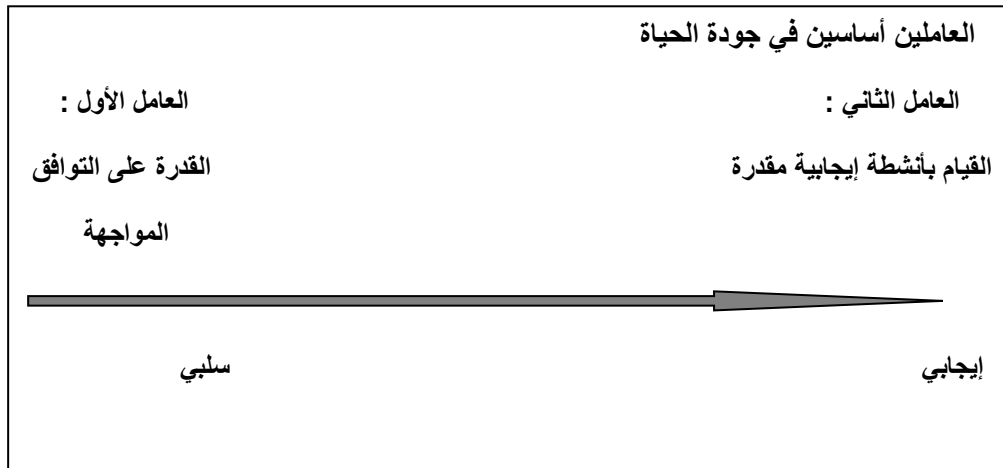
و من جهة أخرى فقد حدد فلوفيد (Fallowied ; 1990) مؤشرات لجودة الحياة فيما يلي (منسي و كاظم ، 2010 : 45) :

المؤشرات النفسية : و التي تظهر في درجة شعور الفرد في القلق أو الاكتئاب أو التوافق مع المرض أو الشعور بالسعادة و الرضا . (رزاق : 2018 : 20) .

المؤشرات الاجتماعية : تتضح من خلال القدرة على تكوين العلاقات الشخصية و نوعيتها ، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية و الترفيهية . (شيخي : 2014 : 80)

المؤشرات المهنية : و تتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته ، و حبه لها و القدرة على تنفيذ مهام وظيفته و قدرته على التوافق مع واجبات عمله .

المؤشرات الجسمية و البدنية : و تتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية و التعايش مع الآلام و النوم و الشهية في تناول الغذاء و القدرة الجنسية (خباط : 2019 : 28) .



شكل رقم (01) : العاملين الأساسين في جودة الحياة

6- أبعاد جودة الحياة :

يرى شلوك أن هناك ثمانية أبعاد لجودة الحياة و هي كالاتي :

- 1 - **جودة الحياة المعيشة الانفعالية :** و تشمل الشعور بالأمان ، و الجوانب الروحية ، و السعادة ، و التعرض للمشقة ، و مفهوم الذات أو القناعة .
- 2 - **العلاقات بين الأشخاص :** و تشمل الصداقة الحميمة ، و الجوانب الوجدانية ، و العلاقات الأسرية ، و التفاعل ، و المساندة الاجتماعية .
- 3- **جودة المعيشة المادية :** و تشمل الوضع المادي ، و عوامل الأمان الاجتماعي ، و ظروف العمل و الممتلكات ، و المكانة الاجتماعية و الاقتصادية .

- 4 - الارتقاء الشخصي : ويشمل مستوى التعليم ، و المهارات الشخصية ، و مستوى الانجاز .
- 5 - جودة المعيشة الجسمية : وتشمل الحالة الصحية ، و التغذية و الاستجمام ، و النشاط الفكري ، و مستوى الرعاية الصحية و التأمين الصحي ، و وقت الفراغ ، و نشاطات الحياة اليومية .
- 6 - محددات الذات : و تشمل الاستقلالية ، و القدرة على الاختيار الشخصي ، و توجيه الذات ، و الاهداف و القيم .
- 7 - التضمين الاجتماعي : و يشمل القبول الاجتماعي و المكانة ، و خصائص بيئة العمل ، و التكامل و المشاركة الاجتماعية ، و الدور الاجتماعي ، و النشاط التطوعي ، و بيئة المسكن .
- 8 - الحقوق : و تشمل الخصوصية ، و الحق في الانتخاب و التصويت ، و أداء الواجبات و الحق في الملكية . (الزويني : 2016 : 161 - 162) .

ووصف كارييج و جاكسون Craig A . Jackson 2010 : أن جودة الحياة تتكون من ثلاثة مجالات أساسية هي :

أ - الكينونة

ب - الانتماء

ج - الصيرورة

و يوضح الجدول التالي تفاصيل المكونات الفرعية لهذه المجالات

جدول رقم (7) : مجالات و أبعاد جودة الحياة

المجال	الأبعاد الفرعية	الأمثلة
الكينونة (الوجود)	الوجود البدني	(أ) القدرة البدنية على التحرك و ممارسة الأنشطة الحركي . (ب) أساليب التغذية و أنواع المأكولات المتاحة .
	الوجود النفسي	(أ) التحرر من القلق و الضغوط . (ب) الحالة المزاجية العامة للفرد (ارتياح / عدم الارتياح)
	الوجود الروحي	(أ) وجود أمل في المستقبل (الاستبشار) . (ب) أفكار الفرد الذاتية عن الصواب و الخطأ .
	الانتماء المكاني (البدني)	(أ) المنزل أو الشقة التي أعيش فيها . (ب) نطاق الجيرة التي تحتوي الفرد .

الانتماء الاجتماعي	(أ) القرب من أعضاء الأسرة التي أعيش معها . (ب) وجود أشخاص مقربين أو أصدقاء (شبكة علاقات اجتماعية قوية) .	الانتماء
الانتماء المجتمعي	(أ) توافر فرص الحصول على الخدمات المهنية المتخصصة (طبية ، اجتماعية ، .. الخ) . (ب) الأمان المالي .	
الصيرورة العملية	(أ) القيام بأشياء حول منزلي (ب) العمل في وظيفة أو الذهاب إلى المدرسة .	صيرورة
الصيرورة الترفيهية	(أ) الأنشطة الترفيهية الخارجية (التنزه ، التريض) (ب) الأنشطة الترفيهية داخل المنزل (وسائل الإعلام و .. (أ) القدرة على التوافق مع تغيرات و تحديات الحياة .	

(بوعيشة : 2014 : 83-84)

7- العوامل المؤثرة في جودة الحياة :

أولاً : العوامل المباشرة : و تتكون من :

1-سمات الشخصية : تعد من المحددات الرئيسية لجودة الحياة ، فقد توفر البيئة المحيطة بالفرد العديد من مصادر السعادة و البهجة ، إلا أنه لا يستمتع بها ، و يعزى ذلك إلى السمات السلبية اللاتوافقية و أنماط التفكير السلبي ، و مما يمارسه من تحكيمات لاعقلانية و ما تسببه له العديد من المشاكل و المتاعب . كما أكد يونج على أن قدراً كبيراً من سوء التوافق و عدم السعادة يرجع إلى اختلال التوازن في نمو جوانب الشخصية ، مما يؤدي إلى ظهور العديد من الاضطرابات الشخصية ، و أن نمو المتوازن لجميع مكونات الشخصية يؤدي إلى الانسجام و الاسترخاء و الرضا .

2 – السياق (المجال) الذي يعيش فيه الفرد : يشير ستوكولز (Stokolz.2003) ، إلى أن هناك مجموعة من الأبعاد الفيزيائية و السياق الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد ، كالمكونات الاجتماعية مثل : الفرق الرياضية ، حشود المصلين في دور العبادة و المنظمات الاجتماعية كالأسرة و المدرسة و جماعات الأصدقاء ، و وجود شبكات من المساندة ، التي تفرز تأثيرات إيجابية أو سلبية على جودة حياته النفسية و شعوره بالانتماء و الثقة و التواصل و القبول الاجتماعي .

ثانياً : العوامل الغير المباشرة : و تتكون من

1-الطبقة الاجتماعية التي ينتمي لها الفرد : لكل أسرة شخصيتها الخاصة في المجتمع ، و هذه الشخصية هي نظرة الآخرين للأسرة و حكمهم عليها ، و تتداخل مكانة الأسرة في المجتمع من حيث

رتبتها العملية و مستواها الثقافي ، و ما يجر وراءه من تقاليد و أعراف ، و ما تناله من التشريف و الإكبار و الاحتقار في المجتمع ، و تحدد نوع العلاقات الاجتماعية التي تربطه بأفراد أسرته و أقاربه و أصدقائه و ما تقدمه من عواطف اعتبار الذات و الاعتزاز بها .

2- إدراك الفرد و مشاعر الفرد لحياته : يرى لوкас (Lucas 2002) أن جودة الحياة الفرد تحدد من خلال الطريقة التي يدرك بها مختلف أحداثه ، فهو يرى أن توجه الشخص نحو الحياة هو الذي يحدد مستوى رضاه العام عنها ، فإذا كانت النظرة العامة لحياته تفاعلية ، فإنه سوف يركز على كل ما هو إيجابي فيها و العكس صحيح .

3- إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة : يشير ماسلو (1987) أن أهم المترتبات على وصول الشخص لمرحلة من الإشباع حاجاته الأساسية إحساسه بجودة معيشته من خلال شعوره بالسعادة بالشكل الذي يجعل حياته أكثر إيجابية من الناحية الوجدانية ، و أن حاجة الإشباع الكلي للحاجات الإنسانية ، تجعل الفرد يسلك هادفا إلى تحقيق القيم العليا في الحياة محققا بذلك أهدافه و طموحاته ، و عند الوصول إلى حالة الإشباع هذه يتوجه إلى معالجة مشكلات الحياة و مختلف الخبرات بكفاءة و درجات عالية من الجودة و الإتقان .

4- الخبرة الإيجابية : يرى سليجمان (2000) أن علم النفس الإيجابي استطاع بلورة جودة الحياة وفقا لمبدأ طريقة إدراك الفرد لمختلف جوانب حياته المادية و المعنوية ، و ما يمتلك من مكونات شخصية هي العامل الأساسي لمكون لجودة حياته . (صادق : 2016 : 52 – 54) .

8- مقومات جودة الحياة :

تعتبر جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من اعتبارات تقييم حياته . و توجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة و هي :

- 1 – القدرة على التحكم .
- 2 – الصحة الجسدية و العقلية .
- 3 – الأحوال المعيشية و العلاقات الاجتماعية .
- 4 – القدرة على التفكير و أخذ القرارات .
- 5 – الأوضاع المالية و الاقتصادية .
- 6- المعتقدات الدينية و القيم الثقافية . (داهم : 2015 : 44) .

9- قياس جودة الحياة :

❖ مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية WHOQOL (1997) .

مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية OMS بوضع مقياس شامل لقياس جودة الحياة لدى الفرد و لكي يصبح وسيلة موجهة للاستخدام عالميا مع الأخذ بعين الاعتبار تماثل الثقافات بين بلدان العالم ككل .

يتكون WHOQOL من 100 بند في شكله الأصلي و آخر مختصر ، تم إعدادها و تكييفها في 15 دولة تحت إشراف المنظمة نفسها ، حيث يسمح المقياس في صورته المطولة بتقدير 6 ميادين لجودة الحياة : الصحة الجسمية و الصحة النفسية ، الاستقلالية ، العلاقات الاجتماعية ، المحيط ، الجانب الروحي .

أما النسخة المختصرة فتكون من 28 بند أو سؤال تقيس أربعة ميادين و هي : الصحة الجسمية ، الصحة النفسية ، العلاقات الاجتماعية ، المحيط . و الاستجابة من خمس نقاط وفقا لسلم التقدير لكيرت Likert و تتراوح درجات المقياس من 28 إلى 140 و تشير الدرجات المرتفعة إلى جودة الحياة مرتفعة .

أما النسخة الفرنسية المعدة من طرف لوبلاج و آخرون leplège all (2000) تم تطبيقها على عينة 2012 فردا يعانون من مرضي عصبي - عضلي و تمت ترجمته ل 20 لغة ، علما أنه تم إضافة بعض البنود الخاصة لبعث الصحة الجسمية لأمراض معينة (حرطاني : 2014 : 34) .

❖ مقياس جودة الحياة ل فريتش (1992) :

هو يقيس الرضا عن الحياة (جودة الحياة) و يتضمن مقياس الجودة الذاتية 14 مجال للحياة مثل العمل و الصحة ، وقت الفراغ ، العلاقات مع الأصدقاء و الأبناء ، و مستوى المعيشة و فلسفة الحياة و العلاقات مع الأقارب و الجيران و العمل الخ حيث يطالب من المفحوص تقدير الرضا في مجال معين من الحياة و كذلك قيمة أو أهمية ذلك المجال بالنسبة للسعادة العامة للفرد .

(شخي : 2014 : 91)

❖ مقياس تقييم جودة الحياة لهوثرني (Hawthorne ، G ، 1999):

وهو يتكون من 15 مفردة تقيس أبعاد خمسة لجودة الحياة المرتبطة بالصحة و هي : الأمراض و الحياة (العيش) المستقلة ، و العلاقات الاجتماعية ، و النواحي الجسمية و السعادة النفسية ، و الاستجابة عليها بنعم أو لا ، حيث تعطي درجة (صفر) لجودة الحياة السيئة ، و (واحد) لجودة الحياة العادية . (الشريف : 2017 : 52) .

10- جودة الحياة الوظيفية للمعلمين :

أظهرت بعض الدراسات الأهمية العملية لتطبيق جودة الحياة الوظيفية ، فإن هناك تأثيرا إيجابية بناءة لتطبيق ، أبعاد جودة الحياة الوظيفية و من أهمها ما يلي :

- 1 – تخفيض الصراعات بين المعلمين و الإدارة من خلال تطوير مناخ لعلاقات أكثر إنتاجية ، و تسوية عديد من المظالم الكامنة من خلال بيئة عمل مساعدة على حل المشاكل .
- 2- مشاركة أكبر عدد من العاملين بالأفكار البناءة التي يمكن أن تؤدي إلى تحسينات في إجراءات العمل المؤسسي .
- 3 – زيادة انتماء المعلمين وولاءهم و تحقيق التكامل و التفاعل بين أهداف المؤسسة و أهدافهم .
- 4- المساهمة في تعزيز الجودة و التعلم و الإبداع .
- 5- زيادة درجة الرضا الوظيفي
- 6- تحسين و دعم العلاقات الإنسانية في المؤسسة .
- 7 – انخفاض معدلات الغياب في المؤسسة .
- 8- زيادة الكفاءة و الفعالية التنظيمية للمؤسسة .
- 9- استثمار أفضل و أمثل للموارد البشرية في المؤسسة (الدحوح : 2015 : 29) .

خلاصة الفصل :

نظرا لأهمية مفهوم جودة الحياة حظي باهتمام واسع في العلوم النفسية و الطبية ، و قد تطور هذا المفهوم عبر العصور ، و اختلفت الآراء في تعريفه و تباينت وجهات النظر في تفسيره ، و أصبح في زماننا هذا أكثر شيوعا و استخداما من أي وقت مضى و هو مقياس لرفاهية الشعوب و الأفراد و تقدمهم حضاريا و تعتمد على مدى ما يتمتع به الفرد من خدمات صحية ، حياتية ، تعليمية ، و اجتماعية و غيرها من الخدمات التي تمنحه الشعور بالسعادة و الاستمتاع بالحياة .

الجانب الميداني

الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

- 1 - الزيارة الاستطلاعية
 - 2 - منهج الدراسة
 - 3 - عينة الدراسة
 - 4 - أدوات الدراسة
 - 5 - المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة .
- خلاصة الفصل

تمهيد :

يعتبر البحث وسيلة منهجية للتفسير العلمي و المنطقي للظواهر و المشكلات وبكل أبعادها ، و ينطلق من فرضيات أو تخمينات ، يمكن التأكد منها باستخدام الباحث لأكثر من طريقة أو أداة لجمع البيانات حول مشكلة الدراسة و الإجابة عن أسئلتها ، كما أن موضوع الدراسة يفرض منهاجاً و أدوات تتسجم مع متغيرات الدراسة . فكفاءة الباحث تكون في إتباع الطريقة المناسبة و انتقاء الأدوات بعناية و بدقة متناهية ، حتى يصل إلى إجابات عن تساؤلاته المطروحة ، ذلك لأنها إجراءات أساسية تتوقف عليها موضوعية نتائج البحوث العلمية سواء أكانت نفسية أو تربوية أو ... الخ .

1 - الزيارة الاستطلاعية :

بعد الحصول على ورقة الموافقة من مديرية التربية لولاية بسكرة قمنا باختيار المدارس الابتدائية بطريقة عشوائية ، بهدف الحصول على عينة قوامها 30 معلما ، و بعد ذلك قمنا بزيارة استطلاعية لبعض هذه المدارس إلا أننا وواجهنا صعوبة في زيارتها كاملة و ذلك بسبب انتشار وباء الكورونا ، و مع استمرار انتشاره في تلك الفترة لم نستطع إجراء الجانب الميداني ، و كانت هناك صعوبة في التواصل مع العينة لجمع العدد المطلوب ، فاستعملنا أكثر من طريقة لجمع العينة و كان اختيارا عشوائيا ، ثم أتممنا العدد المطلوب و تم توزيع عليهم مقياسي جودة الحياة و العوامل الخمس الكبرى للشخصية و تمت الإجابة عليهم .

2- منهج الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين متغيري العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، و بالتالي فإن المنهج الملائم للدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يناسب طبيعة الدراسة و موضوعها من أجل الحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع الدراسة .

و الذي عرف بأنه " المنهج الذي يحاول تحديد ما إذا كان هناك ارتباط بين متغيرين كميين أو أكثر ، و درجة هذا الارتباط ، و تحديد وجود أو عدم وجود علاقة بن متغيرات موضوع الدراسة .

(دويدري : 2001 : 88) .

3- عينة الدراسة :

بما أن موضوع الدراسة يتعلق بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية و علاقتها بجودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، فإن عينة الدراسة تمثلت في : معلمي المرحلة الابتدائية

3-1- تعريف العينة بأنها : " هي فئة تمثل مجتمع البحث أو جمهور البحث ، أي جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث أو جميع الأفراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضوع البحث (دويدري : 2000 : 305) .

و تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية ، و يمكن تعريف العينة العشوائية البسيطة :

و هي التي يتم اختيارها بحيث يكون لكل مفردة من مفردات المجتمع فرص متكافئة في الاختيار أي أنه ليس هناك تحيز ينتج من الاختيار و هناك أساليب عديدة لاختيار العينة العشوائية ، و من بينها طريقة اليانصيب أو القرعة . (بدر : بدون سنة : 325) .

. و قد تكونت العينة من 30 معلما (معلم / معلمة) من المدارس الابتدائية لولاية بسكرة .

4-أدوات الدراسة :

1-4 – قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية :

1-1-4 - 1 - التعريف :

أعدّها كوستا و ماكري (1992) ، و تعتبر أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس الأبعاد الأساسية للشخصية بواسطة مجموعة من البنود (60 بندا) تم استخراجها عن طريق التحليل العاملي لعدد كبير من بنود مشتقة من عديد من اختبارات الشخصية ، و تشتمل على خمس مقاييس فرعية و هي : العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، يقظة الضمير ، حيث قام الأنصاري (1997) بترجمة بنود القائمة من الإنجليزية إلى العربية الفصحى السهلة ، ثم خضعت الترجمة لدورات عديدة من المراجعة من قبل المتخصصين في علم النفس ، و في اللغة الإنجليزية ممن يتقنون اللغة العربية أيضا ، و لم يقم الباحث بأي تعديل بالنسبة لعدد البنود أو مضمونها .

(منصورى و آخرون : 2018 : 172- 173)

و يتكون كل بعد من هذه الأبعاد من 12 فقرة مابين عبارات إيجابية و عبارات سلبية .

جدول رقم : (8) يوضح توزيع العبارات على أبعاد الشخصية

الأبعاد	رقم العبارات
العصابية Neuroticism	6 - 11 - 21 - 26 - 36 - 41 - 51 - 56
	1 - 16 - 31 - 46
الانبساطية Extraversion	2 - 7 - 17 - 22 - 32 - 37 - 47 - 52
	57 - 42 - 27 - 12
الانفتاح على الخبرة Openness to experience	13 - 28 - 43 - 53 - 58
	3 - 8 - 18 - 23 - 33 - 38 - 48
الطيبة (المقبولية) Agreeableness	4 - 19 - 34 - 49
	9 - 14 - 24 - 29 - 39 - 44 - 54 - 59
يقظة الضمير Conscientiousness	5 - 10 - 20 - 25 - 35 - 40 - 50 - 60
	15 - 30 - 45 - 55

4-1-2 - طريقة تصحيح المقياس :

و تم توزيع درجات الإجابة على مقياس ليكرت الخماسي حيث يحصل المجيب على 5 درجات عند الإجابة بموافق جدا ، و 4 درجات عند الإجابة بموافق ، و 3 درجات عند الإجابة بمحايد ، و 2 درجة عند الإجابة بغير موافق ، و 1 درجة عند الإجابة بغير موافق على الإطلاق ، و تعكس الدرجات بالنسبة للفقرات السلبية . (عقباتي : 2016 : 97) .

يتم احتساب درجة المفحوص على المقياس بجمع درجاته على كل بعد بشكل مستقل ، و تتراوح الدرجة على بعد بين (12-60 درجة) و تعبر الدرجة المنخفضة عن ضعف العامل الشخصي ، بينما تعبر الدرجة المرتفعة عن قوة العامل الشخصي . (سعدي : 2017 : 135)

4-1-3 - الخصائص السيكومترية للمقياس :

تم تطبيق المقياس من طرف الباحثة " سعدي وردة " ، في دراسة بعنوان : " سمات شخصية المراهق الجزائري المهاجر غير شرعي وفق نظرية العوامل الخمس الكبرى للشخصية " على عينة استطلاعية بلغت (30) مراهقا يتراوح سنهم من 16 – 25 سنة ذوي مستوى تعليمي متفاوت (ابتدائي ، أساسي ، ثانوي ، جامعي) من أجل التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة .

أولا : صدق المقياس :

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) :

تم حساب القدرة التمييزية لجميع بنود أبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية باستعمال المقارنة الطرفية و يعتمد هذا النوع من الصدق على فرضية أن الاختبار كي يكون صادق يجب أن يكون له القدرة على التمييز بين مجموعتين متعارضتين (المجموعة و الأعلى الأدنى في الاختبار) ، و تم حساب هذا النوع من الصدق من حيث قدرته على التمييز بين الدرجة المنخفضة و الدرجة المرتفعة لكل بعد ، معتمدين في تحديد المجموعتين على نسبة (27) من الدرجات بعد أن تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية ترتيبا تنازليا ، و تم تقسيم الدرجات إلى طرفين حسب الرباعيات و ذلك بحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين العليا و الدنيا و الجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (9) : يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لأبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة (2) ذوي الدرجات العليا		المجموعة (1) ذوي الدرجات الدنيا		
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	-9.951	4.47	42.50	3.84	21.75	1-بعد العصابية
0.05	-7.966	1.19	50.50	4.77	36.63	2-بعد الانبساطية
0.05	-9.156	3.09	44.13	3.29	29.50	3-بعد الانفتاح على الخبرة
0.05	-10.50	2.07	49.50	3.62	34.00	4-بعد المقبولية
0.05	-7.672	1.99	56.38	5.60	40.25	5-بعد يقظة الضمير

يتضح من الجدول رقم (9) وجود فروق جوهرية دالة إحصائياً بين متوسطات الدرجات العليا و متوسط درجات الدنيا لجميع أبعاد المقياس يميز بين الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة و المنخفضة ما يدل على انه يتمتع بصدق عال .

ب - الصدق الذاتي :

تم حساب صدق المقياس بمعامل الصدق الذاتي الذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات عند استخدام التحزئة النصفية و النتائج كما هي موضحة في الجدول :

جدول رقم (10) : يوضح معامل الصدق الذاتي لأبعاد مقياس العوامل

الخمس الكبرى للشخصية

الأبعاد	الجذر التربيعي لمعامل الثبات
1-العصابية	0.80
2-الانبساطية	0.61
3-الانفتاح على الخبرة	0.64
4-المقبولية	0.77
5- يقظة الضمير	0.78

ثانياً : ثبات المقياس :

للتأكد من ثبات المقياس استخدمت الباحثة الطرق التالية :

أ- طريقة التجزئة النصفية :

تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية بحيث تم تقسيم بنود المقياس إلى جزء علوي و جزء سفلي لإظهار مدى الارتباط المتواجد بين نصفي المقياس ، من خلال حساب معامل الارتباط " بيرسون " بعدها تم تصحيح الطول بمعادلة " سبيرمان براون " فحسب النتائج الموضحة أسفل الجدول ، نجد أن أبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية يتمتع بثبات قوي

جدول رقم (11) : يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس العوامل الخمس

الكبرى للشخصية .

الأبعاد	معامل ارتباط بيرسون	تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون
1-العصابية	0.65	0.79
2-الانبساطية	0.38	0.55
3- الانفتاح على الخبرة	0.42	0.59
4-المقبولية	0.60	0.75
5-يقظة الضمير	0.61	0.75

ب- طريقة ألفا كرونباخ لجميع أبعاد مقياس العوامل الخمس الكبرى و كانت جميع القيم المتحصل عليها تتمتع بثبات جيد ، كما هو موضح في الجدول رقم (12) الآتي :

الأبعاد	قيمة ألفا كرونباخ
1-العصابية	0.77
2-الانبساطية	0.58
3-الانفتاح على الخبرة	0.52
4-المقبولية	0.54
5-يقظة الضمير	0.87

بناء على ما سبق يتضح لنا أن مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية له مؤشرات صدق و ثبات عالية و جيدة مما يؤكد من صلاحيته للاستخدام للدراسة الحالية .

(سعيد : 2017 : 135- 137)

4-2 - مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية :

4-2 -1- تعريفه ووصفه:

يتكون مقياس جودة الحياة من (100) بند في شكله الأصلي و آخر مختصر ، تم إعداده و تكييفه في (15) دولة تحت إشراف منظمة الصحة العالمية WHO ، حيث يسمح في صورته المطولة بتقدير (06) ميادين لجودة الحياة و هي : الصحة الجسمية ، الصحة النفسية ، الاستقلالية ، و العلاقات الاجتماعية ، و المحيط ، و الجانب الروحي ، أما النسخة المختصرة فتتكون من (26) بند) أو سؤال تقيس أربعة ميادين و هي :

الصحة الجسمية ، الصحة النفسية ، العلاقات الاجتماعية ، المحيط ، و تتراوح درجات المقياس من (26) إلى (130) و تشير الدرجات المرتفعة إلى جودة الحياة المرتفعة . (عمرون : 2017 : 51) .

أما النسخة العربية فكانت من تعريب بشرى إسماعيل أحمد (2008) ، حيث قامت بترجمته ثم عرضه على المختصين في علم النفس لتحكيمه بجامعة أم القرى السعودية ، ووصلت الصورة النهائية للمقياس إلى (26) عبارة و كان صدقه و ثباته عاليًا حيث بلغ (85) (عذبة : 2015 : 72).

و في هذه الدراسة قامت الباحثة بالاعتماد على مقياس المنظمة الصحية العالمية لجودة الحياة ، و تم الاعتماد على الصورة المختصرة المكونة من 26 بندًا . و ضم القياس (06) محاور يمكن تلخيصها في الجدول التالي :

جدول رقم (13) يوضح أبعاد مقياس جودة الحياة :

المحور	مؤشراته	البنود
- محور الإدراك العام لجودة الحياة	- الرضا الشخصي عن الحياة العامة	01
- محور الإدراك العام للصحة	- الرضا الشخصي عن الصحة عموماً	02
- البعد الجسمي	- القدرة على التحكم في النشاطات اليومية . - التمتع بطاقة أداء المهام - التحرك ، غايات ، الم المعيق . - غياب اضطرابات النوم	03 - 04 - 10 - 15 16 - 17 - 18
- البعد السيكولوجي	- صورة الجسم و المظهر العام . - تقييم الذات . - وجود معتقدات روحية ، دينية) غياب الفراغ الروحي (. - القدرة على التعليم ، التفكير ، التذكر .	5 - 6 - 7 - 11 - 19 26 -
- بعد العلاقات الاجتماعية	- العلاقات الشخصية ، الدعم الاجتماعي ، النشاط ، و الوظيفة الجنسية	20 - 21 - 22
- البعد البيئي	- توفر ووضوح مصدر المال . - السلامة البدنية . - بيئة المنزل . - الرعاية الصحية . - المرور و المواصلات . - توفر المعلومات . - المناخ و الظروف الفيزيائية .	8 - 9 - 12 - 13 14 - 23 - 24 - 25

4-2-2- طريقة تصحيح المقياس :

يتم الإجابة على بنود المقياس وفقا لمقياس مدرج تتراوح عليه ما بين خمس درجات إلى درجة واحدة و ذلك في حالة الإجابة الإيجابية حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع في جودة الحياة و تعكس هذه الدرجات في حالة الإجابات السلبية .

و يتم حساب درجة كل بعد من الأبعاد الأربعة بمتوسط مجموع درجات الفرد على البنود المكونة لكل بعد ، ثم بعد ذلك تجمع متوسط درجات الفرد على الأبعاد الأربعة للحصول على الدرجة الكلية و لكن بعد تحويل ، كما في المعادلة التالية :

$$\text{الدرجة المحولة} = (\text{الدرجة} - 4) \times (16/100) .$$

الخصائص السيكومترية للمقياس :

تم حساب صدق و ثبات المقياس من طرف الباحثة " عمرون دليلة " ، في دراسة بعنوان : " مستوى الطموح و علاقته بجودة الحياة لدى المرأة العاملة المتأخرة عن الزواج " .

أولا - الصدق :

تم حساب صدق مقياس جودة الحياة بنوعين من الصدق ، الصدق التمييزي و الصدق الذاتي كالتالي :

أ - حساب الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة :

– حساب الصدق التمييزي عن طريق حساب الفروق بين قيمة (27 %) من العينة الأدنى من العينة المتكونة من (30 فرد) ، و (المتحصلين على أقل الدرجات) ، و (27 %) من العينة العليا من العينة السابقة (المتحصلين على أعلى الدرجات) ، و كانت النتائج كالتالي :

جدول رقم (14) يمثل الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة :

العينة	المتوسط الحسابي	T المحسوبة	T المجدولة	درجة الحرية	الدلالة
العليا	96.88.37	8.72	2.15	14	دالة عند 0.05
الدنيا	56.63				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة (T) المحسوبة قد بلغت (8.72) عند درجة حرية (14) و مستوى الدلالة (0.05) ، و هي أكبر من قيمة (T) المجدولة ذات القيمة (2.15) ، و منه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دالة إحصائية بين المجموعتين العليا و الدنيا ، و بالتالي فإن لمقياس جودة الحياة القدرة على التمييز بين قدرات الأفراد الأقوياء و الضعاف .

ب - الصدق الذاتي :

و هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات بعد حسابه و تحصلنا على القيمة التالية (0.97) ، و منه يمكن القول أن القيمة المتحصل عليها من الصدق عالية جدا ، و بالتالي فإن مقياس جودة الحياة يقيس ما وضع لقياسه .

ثانيا - الثبات :

أ - حساب ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق التجزئة النصفية كما هو موضح في الجدول :

جدول رقم (15) يوضح معامل ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق التجزئة النصفية .

المتغير	العينة	معامل بيرسون	معامل سبيرمان براون
جودة الحياة	30	0.92	0.96

من خلال الجدول الموضح نلاحظ أن قيمة بيرسون لجزئي مقياس جودة الحياة يقدر ب (0.92) و هي قيمة عالية لكن هذه القيمة تعتبر قيمة ثبات نصف الاختبار فقط لذا كان لزاما تصحيح طوله بمعامل سبيرمان براون فكانت قيمة ثبات الإستبانة ككل : (0.96) و هي قيمة عالية جدا .

ب - حساب ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق ألفا كرونباخ :

جدول رقم (16) يوضح معامل ثبات مقياس جودة الحياة عن طريق معامل ألفا كرونباخ

المتغير	العينة	معامل ألفا كرونباخ
جودة الحياة	30	0.94

يتضح لنا من الجدول أن قيمة ألفا كرونباخ هي (0.94) و هي قيمة عالية .

من كل ما سبق ، و بعد حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية و معامل ألفا كرونباخ يمكن القول أن مقياس جودة الحياة يتميز بثبات عال جدا . (عمرون : 2017 : 52 - 53) .

6- المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة :

تم الاستعانة ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات و الوصول إلى النتائج ، حيث استخدمت المعالجات التالية :

معامل الارتباط بيرسون

خلاصة الفصل :

إن الإجراءات المنهجية في الدراسات الميدانية خطوة أساسية في البحوث العلمية ، فلا يمكن أن يقوم بحث دون الرجوع إليها ، فكل خطوة منهجية لها خصوصياتها و مميزاتها ، فالزيارة الاستطلاعية جزء مهم من الدراسة فهي تساعدنا على التعرف على الميدان الذي يجري فيه البحث و الإلمام بكل ما يتعلق به، بالإضافة إلى أن اختيار المنهج المناسب هو أساس نجاح أي بحث ، و كما لا يمكن الاستغناء عن العينة التي تعد جزء مهم في أي دراسة و منها تجمع البيانات ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة ، و عن طريق مجموعة من الأدوات كالمقابلة و المقاييس و غيرها .

الفصل الخامس : عرض و تفسير و مناقشة النتائج

تمهيد

❖ عرض و تفسير و مناقشة النتائج

- عرض النتائج
- تفسير و مناقشة النتائج

خلاصة الفصل

الخاتمة

الاقتراحات و التوصيات

قائمة المراجع

الملاحق

تمهيد

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصلنا إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة و للتحقق من الفرضيات العامة و الفرضيات الجزئية المطروحة و التي تم التوصل إليها وفق الأسلوب الإحصائي المناسب لكل منها و ذلك عن طريق معامل الارتباط بيرسون ، و تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري و الدراسات السابقة . و سنأتي في هذا الفصل إلى عرض و تفسير و مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات البحث على التوالي .

1 - عرض و تفسير و مناقشة النتائج :

للإجابة عن تساؤل الدراسة الحالية و هو كالتالي : هل توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية " و للتأكد من صحة الفرضيات تم استخدام معامل الارتباط بيرسون .

الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطية طردية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

و ذلك كما هو مبين في الجدول التالي :

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (17) : معامل الارتباط بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	العوامل الخمس الكبرى للشخصية	
0.01	30	0.163	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

من خلال قراءة الجدول يتبين لنا أنه :

-يوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصابية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، حيث بلغ معامل الارتباط 0.163 . و بالتالي تحققت الفرضية العامة .

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (18) نلاحظ أن هناك علاقة طردية موجبة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة و قد دل على ذلك معامل الارتباط (0.163) ، يعني تحقق الفرضية العامة من جهة الانبساطية و الطيبة و يقظة الضمير . ، أي أنه يوجد ارتباط بين العوامل الثلاثة للشخصية و جودة حياة ، في حين لم تتحقق من جهة العصابية و الانفتاح على الخبرة .

و هذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة الرويتع و الشريف (2003) ، دراسة قاروت (2007) ، دراسة جودة (2010) ، دراسة الشهري (2015) ، دراسة شريقي و آخرون (2018).

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

و يمكن تفسير ذلك بالرجوع إلى ما ورد في الإطار النظري فالسمات الثانوية المكونة لعوامل الشخصية تدخل في تكوين مفهوم جودة الحياة فالعوامل الثلاثة (الانبساطية ، يقظة الضمير ، الطيبة) تمثل الجوانب الايجابية من الشخصية و ترتبط بمجموعة من السمات الايجابية مثل : الود ، حب الحياة ، الاجتماعية ، التسامح . النظام ، التفاؤل ، التعاون ، التعاطف ، ضبط الذات كل هذه الصفات و السمات ماهي إلا عناصر أساسية للوصول إلى تحقيق جودة الحياة ، و من ثمة فإن المعلم في مكان العمل الذي يتميز بهذه السمات نجده أكثر تقبلاً للحياة الوظيفية و أكثر مقاومة للمشاكل و ضغوط سواء المتعلقة بالجانب العملي أو الجانب العلائقي و الاجتماعي و من ثمة يصلون من خلال هذه السلوكيات و الاستجابات الإيجابية إلى تحقيق جودة الحياة في حياتهم النفسية و الاجتماعية و المهنية .

أما في ما يخص سمة العصابية فهي دالة سلبياً . التي تحتوي على الصفات الثانوية التي تدل على السلبية ، بحيث نجد المعلم الذي يتصف بالخمول ، سرعة الاستثارة ، القلق الدائم ، الانسحابية ، الاندفاعية ، و كذا عدم القدرة على اتخاذ القرار هذا كله يؤثر على صحتهم النفسية و الجسمية و بالتالي يبتعدون عن جودة الحياة .

الفرضيات الجزئية :

الفرضية الأولى : نصت هذه الفرضية على وجود علاقة طردية بين عامل الشخصية (العصابية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (18) : معامل الارتباط بين العصابية و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	العصابية	
0.01	30	-0.819**	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

من خلال قراءة الجدول يتبين لنا :

- يوجد علاقة عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية بين عامل الشخصية (العصابية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، حيث بلغ معامل الارتباط -0.819 ، و بالتالي عدم تحقق الفرضية الأولى

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (19) نلاحظ أن هناك علاقة عكسية سالبة بين العصابية و جودة الحياة و قد دل على ذلك معامل الارتباط (-0.819**) ، أي أنه كل ما زاد في عامل العصابية لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، قلت أو نقص مستوى جودة الحياة .

كما تتفق النتيجة السابقة مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة سبالنجر و بالريتشا (2004) و دراسة جودة (2010) ، و دراسة منغهوي و لايو (2013) ، دراسة خلف علي (2015) ، دراسة خباط (2019) . و التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين عامل العصابية و جودة الحياة .

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

و يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية مع ما ورد في الإطار النظري حيث يرى الأنصاري أن العصابية تتضمن الميل إلى الأفكار و المشاعر السلبية فإن الأفراد الذين لديهم درجة مرتفعة من العصابية يشعرون بعدم الأمان (أولفت : 2016 : 10) . كما حدد كوستا و ماكري (1992) السمات الممثلة لعامل العصابية مثل القلق و الخوف ، النرفزة ، الهم ، الانشغال و القابلية للانجراح ، الغضب الناتج عن الإحباطات و الشعور بالإثم و الإحراج و القلق الاجتماعي من عدم الظهور أمام الآخرين في صورة مقبولة ، و عدم القدرة على ضبط الدوافع و فيه يشعر الفرد بالتوتر و القلق و سرعة الاستثارة . بالإضافة إلى ذلك يشعر الفرد بالعجز و اليأس و الاتكال و عدم القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف الضاغطة . (أولفت : 2016 : 42) . و هذا يفسر العلاقة السلبية بين جودة الحياة و العصابية .

الفرضية الثانية : نصت هذه الفرضية على وجود علاقة طردية بين عامل الشخصية (الانبساطية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (19) : معامل الارتباط بين الانبساطية و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	الانبساطية	
0.01	30	0.688**	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

من خلال قراءة الجدول يتبين لنا :

-يوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين عامل الشخصية (الانبساطية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حيث بلغ معامل الارتباط 0.688** . و بالتالي تحققت الفرضية الثانية .

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (20) نلاحظ على أن هناك علاقة طردية بين الانبساطية و جودة الحياة ، و قد دل على ذلك معامل الارتباط (0.688**) ، أي أنه كل ما زاد في عامل الانبساطية لدى معلمي المرحلة الابتدائية ارتفع مستوى جودة الحياة

كما تتفق النتيجة السابقة مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة الرويتع و الشريف (2003) ، دراسة سبالنجر و بالريتشا (2004) ، دراسة جودة (2010) ، دراسة زاهي وويليس و أوثن و زاهي (2013) .

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

و يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية بناء على ما ورد في الإطار النظري وفقا لنظرية يونج فإن الشخص المنبسط يكون متجها نحو الخارج ، و يهتم بالآخرين ، و بالعالم المحيط به ، و يتوجه نحو الفعل أكثر من التفكير ، و المنبسط أكثر نشاطا ، و هو ودود اجتماعي . (ذيب : 2013 : 486) . و يذكر كوستا و ماكري **Costa McCrae** أن الشخص المنبسط هو شخص لبق ، و متفائل و مبتهج ، و مستمتع بالايثارات و التغييرات في حياته ، و الانبساط يعني أيضا عدد العلاقات التي يشعر معها الفرد بالراحة . فالانبساط المرتفع يتميز بعدد اكبر من العلاقات . (ذيب : 2013 : 486) .

و يشير هوارد (1995) إلى أن الانبساطي يميل إلى ممارسة مزيد من القيادة و التمتع بمزيد من النشاط البدني و اللفظي و الألفة و الرغبة في المشاركة الاجتماعية ، و هذه الصورة الاجتماعية تمثل الأساس للأدوار الاجتماعية المتمثلة في المبيعات ، السياسة ، الفنون ، العلوم الاجتماعية .

(الشمالي : 2015 : 45) .

و قد حدد كوستا و ماكري (**Costa McCrae** عام 1992) السمات المميزة لهؤلاء الأفراد في الدفء أو المودة ، و الاجتماعية ، و توكيد الذات ، و النشاط و البحث عن الإثارة ، الانفعالات الإيجابية

، هذي الصفات و السمات الإيجابية التي ذكرها سابقا تلعب دور كبير في تكوين مفهوم جودة الحياة ، باعتبار أن جودة الحياة مؤشرا قويا على تحقيق المعلم لحاجاته و هذه الجودة تظهر مقوماتها من خلال المعاش النفسي للمعلم و شعوره بالراحة و السعادة و الإيجابية و كذا الاستقرار ، و هذا كله يعكس على استجاباته و سلوكياته مع المحيط الخارجي و المتمثل في المرونة و في التواصل و التفاعل ، حب الآخرين ، و استثمار كل الطاقات للنجاح و التفوق و الثقة بالنفس و بالآخرين ، و اكتساب مهارات نفسية و اجتماعية و مهنية تحقق له أكبر قدر من الإشباع و التوافق .

الفرضية الثالثة : نصت هذه الفرضية على وجود علاقة طردية بين عامل الشخصية (الانفتاح على للخبرة) وجودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (20) : معامل الارتباط بين الانفتاح على الخبرة و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	الانفتاح على الخبرة	
0.01	30	-0.292**	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

من خلال قراءة الجدول يتبين لنا :

- يوجد علاقة عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية بين عامل الشخصية (الانفتاح على الخبرة) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حيث بلغ معامل الارتباط -0.292^{**} . و بالتالي عدم تحقق الفرضية الثالثة .

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها يدل من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (21) نلاحظ على أن هناك علاقة عكسية بين الانفتاح على الخبرة و جودة الحياة ، قد دل على ذلك ، معامل الارتباط (-0.292^{**}) ، أي أنه كل ما نقص في عامل الانفتاح على الخبرة لدى معلمي المرحلة الابتدائية نقص في مستوى جودة الحياة .

الفرضية الرابعة : نصت هذه الفرضية على وجود علاقة طردية بين عامل الشخصية (المقبولية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (21) : معامل الارتباط بين الطيبة (المقبولية) و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	الطيبة (المقبولية)	
0.01	30	0.479**	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

-يوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين عامل الشخصية (الانبساطية) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حيث بلغ معامل الارتباط 0.479^{**} . و بالتالي تحققت الفرضية الرابعة

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (22) نلاحظ على أن هناك علاقة طردية بين المقبولية و جودة الحياة ، قد دل على ذلك ، معامل الارتباط (0.479^{**}) ، أي أنه كل ما زاد في عامل المقبولية لدى معلمي المرحلة الابتدائية ارتفع مستوى جودة الحياة

و كما تتفق النتيجة السابقة مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة قاروت (2007) ، دراسة الشهري (2015) .

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

و يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية بناء على ما ورد في الإطار النظري وبقال De Raad (2000) إن الطيبة تمثل أحد أبعاد الشخصية ، و تعرف بأنها : " الثقة و المساعدة في مقابل الشك و عدم التعاون (الطيبة) ، و تقيس الطيبة توافق الناس مع الآخرين أو قدرتهم على موافقة الآخرين ، كما تحتوي على عنصر العلاقات بين الأشخاص كالحب و الكره ، و الصراع و التعاون و التعاطف . و هؤلاء الأفراد يميلون نحو التقيد بالمجموعات ، و التواضع و عدم السعي وراء المغالاة في الطلبات ، و يتحمسون لمساعدة الآخرين . (ذيب : 2013 : 488) .

و يذكر هوجان (1983) Hogan : المقبولية تجعل الفرد قادرا على مواجهة مشاكل و ضغوط الحياة ، و تعكس هذه السمة الفروق الفردية في الاهتمام العام لتحقيق الونام الاجتماعي ، و يتسم الذين يصفون بهذه السمات بالتسامح و الثقة ، و حسن الطباع و التعاون و القبول بحيث يحترمون و يقدررون الآخرون و على ما يبدو فإن الأفراد ذوي الدرجات العليا على هذا العامل لديهم ميل لإجهاذ أنفسهم في محاولة لمساعدة و إرضاء الآخرين مثل زملاء العمل ، الأصدقاء ، و الأسرة . و هذا يفسر العلاقة بين عامل الطيبة و جودة الحياة .

الفرضية الخامسة : نصت هذه الفرضية على وجود علاقة طردية بين عامل الشخصية (يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

❖ عرض النتائج :

الجدول رقم : (22) : معامل الارتباط بين يقظة الضمير و جودة الحياة

مستوى الدلالة	العينة	يقظة الضمير	
0.01	30	0.169**	جودة الحياة

❖ تعليق على الجدول :

-يوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين عامل الشخصية (يقظة الضمير) و جودة الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حيث بلغ معامل الارتباط 0.169** . و بالتالي تحققت الفرضية الخامسة .

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (23) نلاحظ على أن هناك علاقة طردية بين الانبساطية و جودة الحياة ، قد دل على ذلك ، معامل الارتباط (0.169^{**}) ، أي أنه كل ما زاد في عامل يقظة الضمير لدى معلمي المرحلة الابتدائية ارتفع مستوى جودة الحياة

و كما تتفق النتيجة السابقة مع ما توصلت إليه الدراسات التالية : دراسة قاروت (2007) ، دراسة جودة (2010) ، دراسة زاهي و ويليسن و أوشن (2013) ، دراسة الشهري (2015) .

❖ تفسير و مناقشة النتائج :

و يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية بناء على ما ورد في الإطار النظري : إن الأشخاص الذين يسجلون درجات عالية على مقياس (نيو) ، لديهم القدرة على التحكم و الضبط الذاتي للسلوك ، و يتمسكون بالأخلاق و القيم و هم منظمون جيدا و يميلون إلى الدقة في التزاماتهم الأدبية و ، و لديهم مستوى روحاني عال . كما يتميزون بالمتابعة ، و تحمل المسؤولية و بالأمانة ، و الإيثار و الجدية .

و يشير (Howard 1995) إلى التفاني العالي " يقظة الضمير " يعني التركيز ، و في لمقابل يشير التفاني المنخفض إلى الشخص الذي يتابع عددا كبيرا من الأهداف ، و يظهر قدرا من التلقائية و السمو و عدم التركيز ، و التآني من الإنتاج إلى البحث . (جبر : 2012 : 22) .

و يذكر عبد الخالق و الأنصاري أن السمات النموذجية التي تقيس يقظة الضمير تتمثل في النظام و التمکن و التأثير و الثقة و التعاون . (عبد الخالق و آخرون : 1996 : 19) .

و يرى " Lioyd " (1998) ، أن الإلتقان يؤدي إلى السيطرة و الضبط ، و يرتبط بالنزاهة و الحدود الصحيحة ، و الكفاءة و الإحساس بالنظام ، و تنظيم الذات .

هذه السمات تعكس مدى رضا الفرد عن مهنته و حبه لها ، و مدى سهولة تنفيذ مهام وظيفته ، و قدرته على التوافق مع واجبات العمل . و هذا يعتبر من مؤشرات جودة الحياة .

الخاتمة :

تعتبر الشخصية ذلك التنظيم المنسق الديناميكي لصفات الفرد الجسمية و النفسية و العقلية و الاجتماعية التي تنمو و تتطور خلال تفاعل العديد من العوامل الداخلية (الوراثة ،) و الخارجية (العوامل الاجتماعية ،) و التي تسمح للفرد بالاستجابة للمثيرات الداخلية و الخارجية بصورة متزنة و منسجمة ، و تعتبر العوامل الخمس الكبرى من أهم التصنيفات أو النماذج التي أقرها علم النفس و جعلها من بين المواضيع الأساسية في أبحاثه و دراسته ، كونها تعطينا صورة واضحة و وصفا شاملا للشخصية الإنسانية ، و التي تميز فردا عن آخر من الناحية النفسية و العلائقية و الاجتماعية و تجعلها متفردة في سلوكها و معاشها و ردود أفعالها ، و هذه العوامل هي (العصبية ، الانبساطية ، الانفتاح على الخبرة ، الطيبة ، و يقظة الضمير) ، وهناك اختبارات تقيس هذه العوامل . كما أن الفرد خلال مراحل النمو المختلفة التي يمر بها أثناء بنائه لشخصيته يسعى إلى تحقيق أكبر قدر من المطالب و الحاجات للوصول إلى الإحساس بالرضى و التكيف و التوافق من ثمة تجسيد مفهوم جودة الحياة الذي يعبر عن المعاش النفسي الإيجابي الذي يشحن حياة الفرد بطاقة هائلة من النفتح و التفاؤل و الأمن و الرفاهية النفسية التي تدفع إلى سلوكيات و استجابات سوية و إيجابية تساعده على تحقيق التوافق النفسي و التكيف ، و قد أولت الدراسات النفسية الحديثة أهمية كبيرة لموضوع جودة الحياة باعتباره مجموعة من المكانزمات التي تدفع بالفرد إلى تحقيق حاجاته بإيجابية و دافعية كبيرة ، و للتعرف على العلاقة التي تربط العوامل الخمس الكبرى للشخصية بجودة الحياة ، و بناء على الجانب النظري و الميداني خلصت نتائج الدراسة أنه فعلا توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمس للشخصية و جودة الحياة ما عدا عاملي العصبية و الانفتاح على الخبرة .

❖ الاقتراحات و التوصيات :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في هذا البحث توصي الباحثة بما يلي :

- 1 – التأكيد على التربويين بسمات شخصية المعلم الناجح في مهنة التعليم و أثرها المهم في تحسين جودة العملية التربوية .
- 2- اعتماد مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية و جودة الحياة في اختيار المعلمين .
- 3 – تنمية السمات الشخصية المرغوبة عند المعلمين من خال غرس أنماط سلوكية و قيمة إيجابية و إطفاء السمات غير المرغوبة من خلال التوجيه و الإشراف و المتابعة من قبل مؤسسات الإعداد و وزارة التربية و التعليم .
- 4 – العمل تنمية السمات الإيجابية في شخصية المعلم .
- 5- إجراء دراسات أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين المتغيرات الإيجابية للشخصية و جودة الحياة . و ضرورة تنميتها .

قائمة المراجع

قائمة المراجع

❖ الكتب :

- 1 - ابتسام صاحب موسى الزويني ، رائدة حسين حميد ، عبد الرضا عبد الجليل التميمي (2016) : علم النفس الإيجابي : نشأته - أهدافه - تطبيقاته . دار الصفاء للنشر و التوزيع . عمان .
- 2 - أبو حلاوة محمد السعيد عبد الجواد (2010) : جودة الحياة ، المفهوم ، الأبعاد . كلية التربية بدمهور ، ضمن فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية ، الصحة النفسية ، جامعة كفر الشيخ ، الإسكندرية .
- 3 - أحلام حسن محمود (2011) : سيكولوجية الشخصية ، دار المعرفة الجامعية للطبع و النشر و التوزيع ، الإسكندرية .
- 4 - أحمد محمد عبد الخالق (1992) : قياس الشخصية ، ط1 ، مطبوعات جامعة الكويت .
- 5 - أحمد بدر (بدون سنة) : أصول البحث العلمي و مناهجه ، المكتبة الأكاديمية .
- 6 - الأنصاري ، بدر محمد (2002) : مقاييس الشخصية : تقنين على المجتمع الكويتي ، دار الكتاب الحديث . القاهرة
- 7 - بربرا أنجلر (بدون سنة) : مدخل إلى نظريات الشخصية ، ترجمة : فهد بن عبد الله بن دليم .
- 8- بدر الدين عامود (2001) : علم النفس في القرن العشرين (الجزء الأول) ، من منشورات اتحاد الكتاب ، العرب .
- 9- ثائر أحمد غباري ، خالد محمد أبو شعيرة (2015) : سيكولوجيا الشخصية ، ج1 ، دار الإعصار العلمي للنشر و التوزيع . الأردن - عمان .
- 10 - جابر عبد الحميد جابر (1990) : نظريات الشخصية ، البناء ، الديناميات ، النمو ، طرق البحث ، التقويم ، دار النهضة العربية للطبع و النشر و التوزيع . القاهرة .
- 11 - محمد حلمي خلف حمدان (2018) : قياس جودة الحياة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة و تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية عليها ، جامعة القاهرة .
- 12- رجاء وحيد دويدري (2000) : البحث العلمي أساسياته النظرية و ممارسته العملية ، دار الفكر، دمشق
- 13 - رمضان محمد القذافي (2001) : الشخصية : نظرياتها إختباراتها و أساليب قياسها ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية .
- 14 - سليمان عبد الواحد يوسف إبراهيم (2014) : الشخصية الإنسانية و اضطراباتها النفسية " رؤية في إطار علم النفس الإيجابي ، ط1 ، الوراق لنشر و التوزيع ، عمان .

- 15 - سوسن شاكر مجيد (2015) : اضطرابات الشخصية : أنماطها ، قياسها ، ط2 ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان .
- 16 - صفاء صلاح سند إبراهيم (بدون سنة) : جودة الحياة و الصحة النفسية طريقك إلى السعادة ،
- 17 - عبد الرحمان العيسوي (2000) : علم النفس العام ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .
- 18 - عبد المنعم الميلادي (2006) : الشخصية و سماتها ، مؤسسة شباب الجامعة . الإسكندرية .
- 19 - عبير بنت عبد الله بن هاشم الشريف (2017) : جودة الحياة لدى مرضى السكري ، أطلس للنشر و التوزيع الإعلامي ، الجيزة .
- 20- فيصل عباس (1990) : أساليب دراسة الشخصية " التكتيكات الإسقاطية ، دار الفكر اللبناني . بيروت
- 21- لورانس . أ . برافين (2010) : علم الشخصية (الجزء الأول) ترجمة : عبد الحليم محمود السيد ، أيمن محمد عامر ، محمد يحيى الرخاوي ، المركز القومي للترجمة ، القاهرة .
- 22- مأمون صالح (2011) : الشخصية : بناؤها ، تكوينها ، أنماطها ، اضطرابها ، درا أسامة للنشر و التوزيع ، عمان .
- 23- محمد جاسم العبيدي (2011) : علم النفس الشخصية ، دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان .
- 24- محمد السيد عبد الرحمان (1989) : نظريات الشخصية : دار قباء للطباعة و النشر و التوزيع . القاهرة
- 25- كامل محمد محمد عويضة (1996) : علم النفس الشخصية ، دار الكتب العلمية ، بيروت - لبنان .
- 26- يونس ، إبراهيم (2017) : قوة علم النفس الإيجابي ، مؤسسة حورس الدولية للنشر و التوزيع ، الإسكندرية .

❖ المذكرات :

- 1 - أحمد حسين إبراهيم العجوري (2013) : الذكاء الاجتماعي و علاقته بجودة الحياة لدى المعلمين و المعلمات بمحافظة شمال غزة ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، جامعة الأزهر ، غزة .
- 2- أحمد محمود جبر (2012) : العوامل الخمس الكبرى للشخصية و علاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، جامعة الأزهر ، غزة .
- 3- أولفت خليل محمود (2016) : نوعية الحياة و علاقتها بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى السيدات العاملات و الغير العاملات ، مذكرة دكتوراه في علم النفس ، جامعة بيروت العربية .

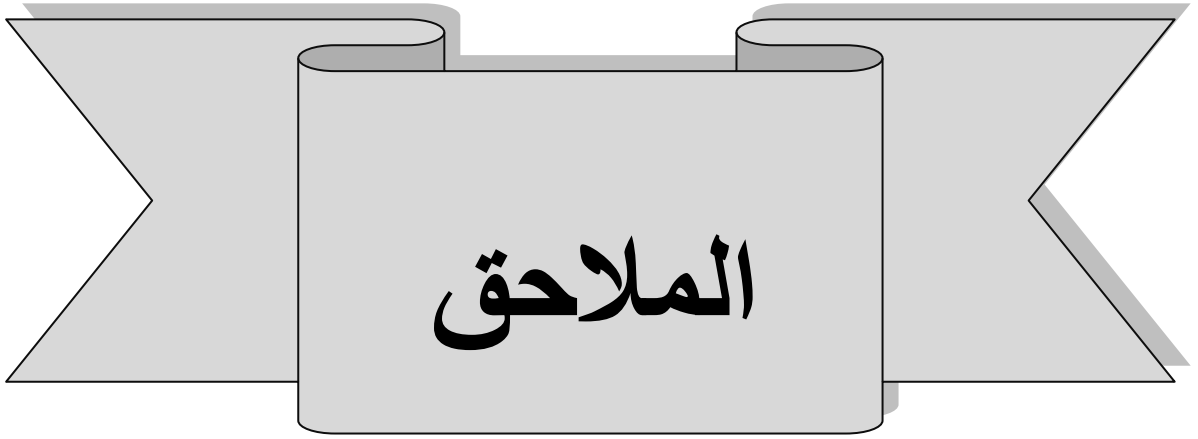
- 4 - بن عطية نوال (2017) : جودة الحياة و علاقتها بالرضا عن التخصص الدراسي لدى طلبة العلوم الاجتماعية ، مذكرة ماستر في علم النفس التربوي ، جامعة زيان عاشور الجلفة .
- 5 - بو عيشة أمال (2014) : جودة الحياة و علاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر : دراسة ميدانية ببلدية - براقى دائرة الحراش - الجزائر العاصمة ، مذكرة دكتوراه في علم النفس ، تخصص علم النفس المرضي الاجتماعي ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- 6- حرطاني أمينة (2014) : جودة الحياة لدى الأمهات و علاقتها بالمشكلات السلوكية عند الأبناء (دراسة وصفية تحليلية في وجود بعض المتغيرات : سن الأم ، عمل الأم ، المستوى التعليمي للأم) ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص في علم النفس الأسري ، جامعة وهران .
- 7- حسني فؤاد الدحدوح (2015) : جودة الحياة الوظيفية لدى معلمي المرحلة الأساسية بمحافظات غزة و علاقتها بمستوى أدائهم ، مذكرة ماجستير ، في تخصص أصول التربية ، و إدارة تربوية ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
- 8- حليلة أمزال (2017) : الذكاء الوجداني و علاقته بالدافعية للإنجاز و الرضا الوظيفي لدى معلمي مرحلة التعليم الابتدائي - ولاية تيزي وزو نموذجا- مذكرة ماجستير ، تخصص علم النفس الاجتماعي
- 9- حني خديجة (2015) : جودة الحياة و علاقتها بالرضا عن التخصص الدراسي لدى الطالب الجامعي - دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة محمد لخضر بالوادي- مذكرة ماستر في علوم التربية ، تخصص إرشاد و توجيه ، جامعة الشهيد محمد لخضر بالوادي .
- 10- حياة زكريا محمد الحوراني (2016) : فعالية الذات و المهارات الاجتماعية كمتنبات بجودة الحياة لدى المعلمات في مدارس التعليم العام . مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص الإرشاد النفسي ، جامعة الأقصى ، غزة .
- 11- خباط مريم (2019) : جودة الحياة و علاقتها بمستوى القلق لدى أساتذة المرحلة الابتدائية ، مذكرة ماستر في علم النفس ، تخصص علم النفس المدرسي ، جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة -
- 12- دبله خولة (2017) : علاقة الاغتراب النفسي بجودة الحياة لدى الجزائري المقيم بكندا - دراسة وصفية علائقية فارقية ، رسالة الدكتوراه غير منشورة ، تخصص علم النفس المرضي الاجتماعي ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- 13 - راوية قنيدي (2017) : سمات شخصية الطالب الجامعي المتفوق دراسيا ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ، تخصص علم النفس المدرسي و صعوبات التعلم ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- 14 - ربيعة عقباني (2016) : علاقة سمات الشخصية حسب نموذج العوامل الخمسة الكبرى بالذكاء الانفعالي لدى الممرضين بولاية وهران ، مذكرة ماجستير في علم النفس العمل و التنظيم ، جامعة وهران محمد ابن أحمد .

- 15- رزاق إيمان (2018) : مؤشرات جودة الحياة لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي - دراسة حالة بمستشفى بشير بن ناصر بسكرة – مذكرة ماستر في علم النفس ، تخصص : علم النفس العيادي ، جامعة محمد خيضر . بسكرة .
- 16- سعاد ياسين الرباعي (2014) : الشعور بالسعادة علاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص علم النفس التربوي ، جامعة دمشق .
- 17 - شيخي مريم (2014) : طبيعة العمل و علاقتها بجودة الحياة دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص الانتقاء و التوجيه ، جامعة أبي بكر بلقايد .
- 18 - صادق عبده حسن علي (2016) : تنمية الذكاء الوجداني و أثره على جودة الحياة النفسية لدى المراهقين الأيتام المقيمين بمؤسسات الرعاية الاجتماعية في الجمهورية اليمنية ، أطروحة دكتوراه ، تخصص إرشاد و توجيه ، جامعة وهران 2 .
- 19 – عذبة ، صلاح خضر (2015) : جودة الحياة لدى أسر الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ، مذكرة ماجستير ، الخرطوم ، السودان .
- 20- علي بن ناصر بن دشن القحطاني () : الاتزان الانفعالي و علاقته بالسماوات الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من متعاطي المخدرات بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص علم النفس النمو ، جامعة أم القرى بمكة المكرمة .
- 21- عمرون دليلة (2017) : مستوى الطموح و علاقته بجودة الحياة لدى المرأة العاملة المتأخرة عن الزواج ، مذكرة ماستر في علم النفس ، تخصص علم النفس العيادي ، جامعة محمد بوضياف ، المسيلة .
- 22- فهمية بنت سليمان محارب البلوي (2015) : قدرة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى المتزوجات بمنطقة تبوك ، مذكرة ماجستير في علم النفس تخصص الرعاية و الصحة النفسية ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية .
- 23- فواظمية محمد (2018) : الاتصال التنظيمي و تأثيره على جودة الحياة لدى معلمي التعليم الابتدائي ، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه ، في علم النفس ، تخصص علم النفس العمل و الصحة العقلية ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم .
- 24- فوزية داهم (2015) : جودة الحياة و علاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة الثانوي – دراسة وصفية ارتباطية في ثانوتي : " حفيان محمد العيد" ، عيد العزيز الشريف " بولاية الوادي ، مذكرة ماستر في علوم التربية ، تخصص إرشاد و توجيه ، جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي .

- 25- لونس عبد الحق ، راعي سعد (2018) : العوامل الخمس الكبرى للشخصية و علاقتها بالصحة النفسية لدى الطلبة المقبلين على التخرج ، مذكرة ماستر ، تخصص : النشاط البدني الرياضي المدرسي ، جامعة لأكلي محند أولحاج البويرة .
- 26- ماريا صولي (2018) : استراتيجيات مواجهة الضغوط و جودة الحياة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة - دراسة عيادية على خمس حالات بقسم العلوم الاجتماعية بسكرة - مذكرة ماستر في علم النفس ، تخصص علم النفس عيادي ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- 27- نجاح بنت عامر مطلق العميري (2015) : أنماط التعلق و علاقتها بالعوامل الخمس الشخصية الكبرى لدى طلبة جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات ، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص إرشاد نفسي ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .
- 28- نغم سليم جمال (2016) : جودة الحياة و علاقتها بالحاجات الإرشادية لدى طلبة المرحلة الثانوية ، مذكرة ماجستير في الإرشاد النفسي ، جامعة دمشق .
- 29- نزال عبد اللطيف لشمالي (2015) : العوامل الخمسة للشخصية و علاقتها بالاكئاب لدى المرضى المترددين على مركز غزة المجتمع ، برنامج غزة للصحة النفسية .
- 30- نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008) : الاحترق النفسي و علاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة ، مذكرة ماجستير الإرشاد النفسي ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .
- ❖ المجلة :
- 1 -- إيمان عبد الكريم ذيب (2013) : التفكير الجانبي و علاقته بسمات الشخصية على وفق نموذج قائمة العوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة ، العدد 301
- 2 - بشرى أحمد جاسم (2017) : قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية عند المعلمين و المعلمات ، العدد الثالث، جامعة الشارقة .
- 3- صالحى سعيدة ، أيت حبوش سعاد ، شريفي هناء .(2018) : علاقة جودة الحياة النفسية بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية . دراسة ميدانية مقارنة على طلبة الجامعة 2 ، المجلة الدولية للدراسات التربوية و النفسية ، العدد 3 .
- 4- العنزي و بدر محمد الأنصاري (2018) : العلاقة بين الأبعاد الثقافية العالمية و نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى المعلمين الكويتين و غير الكويتين ، العدد 1 .
- 5- مسعودي محمد (2015) : بحوث جودة الحياة في العالم العربي ، دراسة تحليلية ، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، العدد 20 ، جامعة وهران ، الجزائر .
- 6- مشري سلاف (2014) : جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي ، دراسة تحليلية ، مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية ، جامعة الوادي ، الجزائر .

7-نافز أحمد عبد بقيعي (2015) : العوامل الخمس الكبرى للشخصية و علاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمى وكالة الغوث الدولية فى منطقة إربد التعليمية، المجلة الأردنية فى العلوم التربوية ،العدد 4

8- نبيل المنصوري ، عبد الله وناس ، هناء برجى (2018) : الصحة النفسية و علاقتها بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى الطلبة ، العدد 19 ، جامعة البويرة .



قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية

إعداد : كوستا و ماكري Costa McCrae

تعريب : بدر محمد الأنصاري

البيانات الشخصية :

الجنس : السن :
الحالة الاجتماعية : سنوات الخبرة :

تعليمية المقياس :

إليك مجموعة من العبارات التي تدور حول طريقة سلوكك و شعورك و حيث أن كل شخص يختلف عن غيره ، فإنه لا يوجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة .

المطلوب منك قراءة كل عبارة جيدا ، ثم تقرر درجة انطباقها عليك من خلال وضع دائرة حول الدرجة التي ترى إنها توافق وجود السلوك لديك .

العبارات	غير موافق على الإطلاق	غير موافق	محايد	موافق	موافق جدا
	1	2	3	4	5
1-أنا لست قلقا					
2-أحب أن يكون حولي عدد كبير من الناس					
3-لا أحب أن أبدد وقتي في أحلام اليقظة					
4-أحاول أن أكون لطيفا مع كل فرد التقى به					
5- احتفظ بممتلكاتي نظيفة و مركبة					
6-أشعر أنني أدنى من الآخرين					
7- أضحك بسهولة					
8-عندما أستدل على الطريقة الصحيحة لعمل شيء أستمر عليها					

					9- أدخل كثيرا في نقاش مع عائلتي و زملائي في العمل
					10- أنا جيد إلى حد ما في دفع نفسي لإنجاز الأشياء في وقتها المحدد .
					11- عندما أكون تحت قدر هائل من الضغوط ، أشعر أحيانا كما لو أنني سأنهار .
					12- لا أعتبر نفسي شخص مفرح .
					13- تعجبنى التصميمات الفنية التي أجدها في الفن أو الطبيعة .
					14- يعتقد بعض الناس بأنني أناني و مغرور .
					15- إنني لست بالشخص الذي يحافظ جدا على النظام .
					16- نادرا ما أشعر بالوحدة أو الكآبة
					17- استمتع حقا بالتحدث مع الناس
					18- أعتقد أن ترك الطلاب يستمعون إلي متحدثين يتجادلون يمكن فقط أن يشوش تفكيرهم و يضللهم .
					19- أفضل التعاون مع الآخرين على التنافس معهم .
					20- أحاول إنجاز الأعمال المحددة لي بضمير .
					21- أشعر كثيرا بالتوتر و النرفزة .
					22- أحب أن أكون في مكان حيث يوجد الفعل و النشاط .
					23- ليس للشعر أي تأثير على قليل أو تأثير كبير علي البتة .
					24- أميل للشك و السخرية من نوايا الآخرين .
					25- لدي مجموعة أهداف واضحة أسعى إلى تحقيقها بطريقة منظمة .
					26- أشعر أحيانا بأنه لا قيمة لي .
					27- أفضل عادة عمل الأشياء بمفردي .
					28- أجرب الكثير الأكلات الجديدة و الأجنبية .
					29- أعتقد بان معظم الناس سوف تستغلك إذا سمحت لهم بذلك .
					30- أضيع الكثير من الوقت قبل أن أستقر لكي أعمل .
					31- نادرا ما أشعر بالخوف و القلق .
					32- أشعر و كأنني أفيض نشاطا و قوة .
					33- نادرا ما ألاحظ المشاعر و الحالات المزاجية التي تحدثها البيئات المختلفة .
					34- يحبني معظم الناس الذي أعرفهم .
					35- اعمل باجتهاد في سبيل تحقيق أهدافي .
					36- أغضب كثيرا من الطريقة التي يعاملني بها الناس.
					37- أنا شخص مبتهج و مفعم بالحيوية و النشاط .

					38- اعتقد بأنه علينا أن نلجأ إلى السلطات الدينية للبت في الأمور الأخلاقية .
					39- يعتقد بعض الناس بأنني بارد و حذر .
					40- عندما أتعهد بشيء أستطيع الالتزام به و متابعتة للنهاية .
					41- غالبا ، عندما تسوء الأمور تثبط همتي و أشعر كما لو كنت استسلم .
					42- إنني لست بمتفائل مبهج .
					43- أحيانا عندما أقرأ شعرا أو أنظر إلى قطعة من الفن أشعر بالشعريرة و نوبة من الاستثارة .
					44- أنا صلب الرأي و متشدد في اتجاهاتي .
					45- أحيانا لا يوثق بي و لا يعتمد على كما ينبغي أن أكون .
					46 - نادرا ما أكون حزينا أو مكتئبا .
					47- حياتي تجري بسرعة .
					48- لدي اهتمام قليل بالتأمل بطبيعة الكون أو الظروف الإنسانية .
					49- أحاول أن أكون حذرا و يقظا و مراعا لمشاعر الآخرين .
					50- أنا إنسان منتج ، دائما أنهى العمل .
					51- أشعر غالبا بالعجز و بالحاجة إلى شخص يحل مشاكلي .
					52- أنا شخص نشيط .
					53- لدي الكثير من حب الاستطلاع الفكري .
					54- إذا لم أكن أحب بعض الناس ادعهم يعرفون ذلك .
					55- لم أبد مطلقا على أنني قادر على أن أكون منظما .
					56- أحيانا كنت خجولا جدا لدرجة إنني أحاول الإختفاء
					57- أفضل أن أدبر أمور نفسي على أن أكون قائدا للآخرين .
					58- كثيرا ما أستمتع باللعب في النظريات و الأفكار المجردة .
					59- إن كان ضروريا ، يمكن أن أتحايل على الناس للحصول على ما أريد .
					60- أكافح من أجل التمييز .

مقياس جودة للحياة
(منظمة الصحة العالمية)
" الصورة المختصرة "

تعريب (بشري اسماعيل أحمد) 2008

البيانات الشخصية :

-الجنس :
- السن :
-الحالة الاجتماعية :
-سنوات الخبرة (عدد سنوات العمل) :

تعليمية المقياس :

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على اتجاهك نحو الحياة و رأيك في بعض جوانبها ، و لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة على الأسئلة ، فالمطلوب منك هو أن تجيب بما يتناسب مع رأيك الشخصي على البنود التالية ، و أمام كل منها خمسة اختيارات و عليك تحديد اختيار واحد يناسبك بوضع دائرة حول حرف هذا الاختيار ، و لا حظ جيدا أن لا تختار سوى إجابة واحدة فقط لكل بند ، و لا تترك أي بند دون الإجابة عنه ، و اعلم أن إجابتك ستحاط بالسرية التامة و لا يطلع عليها أحد و تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط .

الرقم	العبارة
01	ماهو تقديرك لنوعية الحياة ؟ (أ)سيئة جدا (ب)سيئة إلى حد ما (ج) جيدة إلى حد ما (د) لا سيئة و لا جيدة (ه) جيدة جدا
02	ماهو مدى رضاك عن حالتك الصحية ؟ (أ)راضي جدا (ب) راضي نوعا ما (ج) غير راضي نوعا ما (د) لا راضي و لا غير راضي (ه) غير راضي أبدا

03	من رأيك إلى أي مدى يمكن أن يؤدي مرضك إلى عجزك عن القيام بالعمل ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
04	حتى تستمر حياتك ما مقدار الرعاية التي تحتاج إليها ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
05	ما مدى استمتاعك بالحياة ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
06	ما مدى شعورك بوجود معنى لحياتك ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
07	إلى أي مدى يمكنك تركيز عقلك ببساطة ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
08	ما مد شعورك بالأمن في الحياة ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
09	ما مدى الاهتمام الصحي في بيتك الطبيعية ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
10	هل لديك الكفاية و الفاعلية الكافية للقيام بواجبات الحياة ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
11	هل أنت متقبل لبنائك الجسدي ؟ (أ) سيء جدا (ب) سيء نوعا ما (ج) جيد نوعا ما (د) لا سيء و لا جيد (هـ) جيد جدا
12	هل أنت كفاء لإشباع احتياجاتك ؟ (أ) سيء جدا (ب) سيء نوعا ما (ج) جيد نوعا ما (د) لا سيء و لا جيد (هـ) جيد جدا
13	ما مدى توافر المعلومات اللازمة و التي تحتاج إليها في حياتك اليومية ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
14	إلى أي مدى تتوافر لديك الفرصة للراحة و الاسترخاء ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
15	كم أنت قادر على التنقل هنا و هناك ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة
16	إلى أي مدى أنت راضي على نومك ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما

	(هـ) راضي جدا
17	ما مدى رضاك على أدائك لواجباتك اليومية ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
18	ما مدى رضاك عن قدرتك عن العمل ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
19	ما مدى رضاك عن نفسك ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
20	ما مدى رضاك عن علاقاتك الشخصية ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
21	ما مدى رضاك عن حياتك الجنسية ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
22	كم أنت راضيا عن المساندة الاجتماعية التي يقدمها لك أصدقائك ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
23	ما مدى رضاك عن السكن الذي تعيش فيه ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
24	ما مدى رضاك عن الخدمات الصحية التي يقدمها المجتمع ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
25	ما هو مدى رضاك عن مزاجك و رحلاتك ؟ (أ) غير راضي أبدا (ب) سيء نوعا ما (ج) لا راضي و لا غير راضي (د) جيد نوعا ما (هـ) راضي جدا
26	كم مرة شعرت فيها بالحزن ، الاكتئاب ، القلق ؟ (أ) ليس دائما (ب) بدرجة قليلة (ج) بدرجة متوسطة (د) كثيرا (هـ) بدرجة بالغة

ملحق رقم (03) :

- الموافقة على إجراء الزيارة الميدانية



