

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات

أ.د. اشواق سامي جرجيس نور حسين عبد الجليل
جامعة بغداد – كلية التربية للبنات

الخلاصة

تهدف الدراسة الى قياس المساندة الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية للبنات (عينة البحث) وقياس جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات (عينة البحث) و التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات و تكونت عينة البحث من (200) طالبة، تم اعتماد المقياس كاداة لجمع البيانات و اهم النتائج التي اسفرت عنها نتائج البحث ان طالبات كلية التربية للبنات لديهم مساندة اجتماعية اي ان الاهل و الاصدقاء يدعمون الطالبات. و الطالبات يمتلكون جودة في الحياة اي معنى ايجابي للحياة و ان الانسان عندما يمتلك جودة للحياة يكون توجهه ايجابي نحوه المساندة الاجتماعية و ذلك يساعد على و جود اهداف للحياة و اشارات المعالجة الاحصائية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة و تقدمت الباحثتان بعدد من التوصيات والمقترحات.

Social support and their relationship to the quality of life of students of the College Education for Women

Prof. Dr. Ashwaq Sami Jerjees Noor Hussein Abdul Jalil
University of Baghdad - College of Education for Women

Abstract

The study is aimed at social support to the students of the College of Education for women (The research sample) and measuring the quality of life at students of the College of Education for women (The research sample) And to identify the relationship between social support and quality of life of students of the College Education for Women and research sample consisted of 200 students The adoption of the resolution as a tool for data collection and the most important results of the search results that the students of the College Education for Women have social support. In other words, parents and friends are supporting the students. The students have the quality of life any positive meaning to life and that when a person has a quality of life be guided positively toward him social support and it helps and there are goals for life And statistical processing signals to the existence of a positive correlation between positive social support and quality of life and relationship researchers made a number of recommendation.

الفصل الاول

مشكلة البحث

تعد البيئة الاجتماعية مجالاً مهماً لتوفير المساندة و المؤازرة للفرد نظراً لكونها تشمل مجموعة من المصادر يمكن للفرد ان يلجأ اليها طلباً للمساعدة مثل الاسرة و الاصدقاء و الزملاء و الاقارب و الجيران و غيرهم من اعضاء المجتمع الذين لهم اهمية خاصة في حياة الفرد . كما ان المساندة الاجتماعية لها اثر كبير في اتخاذ الفرد لقراراته و تعد من مصادر الدعم الاجتماعية الذي يحتاجه الفرد و يؤثر حجم المساندة الاجتماعية على جودة حياته فكلما تقدم العمر بالفرد كان بحاجة الى التواصل الاجتماعي مع الاخرين و الذي يدعم حياة الفرد بالحب و التقدير و يزيد من قوته لمواجهة مشكلات الحياة وبما ان المساندة تاتي من الاسرة و الاقارب او الاصدقاء لذي يكون للمساندة الاجتماعية دور فعال في حل المشكلات التي يمر بها الفرد و بالتالي تحسين من جودة حياته. (حسين و عباس ، 2014 : 116) كما تعمل المساندة الاجتماعية على الحفاظ على جودة الحياة لديه للوصول الى تعزيز و دعم احساس المتلقي بالراحة النفسية و الاجتماعية و الاطمئنان في حياته و الشعور بالسعادة ، فالمساندة تنمي انماط التفاعل الاجتماعي الايجابي من المحيطين به و تزيل المشكلات التي يقع الفرد فيها. (احمد، 2011: 3)

وان البحث عن جودة الحياة هي هدف يسعى اليها كل انسان و لقد اعطى الله للانسان عن سائر الكائنات العقل و بالتالي فهو الوحيد المسؤول عن تحسين جودة حياته سواء بمساعدة الاخرين او بدونهم. (عيسوي، 2012: 2)
كما ان الجودة في الحياة من المتغيرات التي يسعى الفرد لتحقيقها و لاضفاء قيمة لوجوده من خلالها الا ان ظروف الحياة و ظروف الفرد نفسه قد تمنعه من تحقيقها الا اذا و جدت مساندة من الاخرين . لذا تتلخص مشكلة البحث الحالي في محاولة الاجابة عن السؤال الاتي :-

هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات؟

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث الحالي لدراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات وتعد جودة الحياة من أكثر الموضوعات التي تهتم الفرد وحتى أصبحت قضية حتمية تواجه الفرد لتطوير نفسه وما يمتلكه من طاقات في تحقيق معنى لجودة حياته بكل الوسائل الاجتماعية. وان أهمية المساندة الاجتماعية ودراساتها يوفر قدر من المعرفة ويساعد الإباء والأصدقاء على نهج أساليب مناسبة في تنشئة أبنائهم وتقديم ما يتناسب مع سماتهم الشخصية مما قد يشعروهم بالنجاح والشعور بالرضى كي يكون لحياتهم معنى في تحقيق أهدافهم العلمية والعملية. (السرسى، 2011 : 3)
كما تسعى الدراسة الحالية الى المساهمة في اثناء جانب مهم من مجالات الدراسة النفسية والاجتماعية وهي العلاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة ومعرفة مدى تأثير المساندة على جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات. فعندما يعتقد الشخص انه مدعم من قبل الاهل او الاقرباء وغيرهم فانه حينها سوف يكون اكثر إنجازا وتكون قدرته على التحكم بالضغوط او المشاكل التي يواجهها في جوانب الحياة اكثر دقة في فهمها وحلها. (العتيبي ، 1439 : 6)
يمر الفرد منا في حياته اليومية بمواقف تطلب منه انه يكون مدعم من الاخرين وانه بحاجة الى مساعدتهم لمعالجة مشكلاته فالمساندة مهمة في محيط الحياة الاجتماعية لإنجاز قرار .

وان المساندة الاجتماعية سواء في العمل او المنزل او الصداقات يمكن ان تزودنا بعازل فعال ومخفف للصدمات ضد اثار الضغوط النفسية وتساهم في التوافق النفسي الاجتماعي الفعال في البيئة المحيطة للفرد. (حكيمة، 2011: 4)
كما تساهم المساندة الاجتماعية في التخفيف لمن لديهم ضغوط في الحياة وقد تكون المساندة بالكلمة الطيبة او النصيحة او بتقديم معلومات او مال او بقضاء الحاجات عن الاخرين . (دياب، 2006: 6)
وتبرز أهمية البحث الحالي في ضوء الجوانب الاتية:

- 1- اننا في حاجة الى تنمية مفهوم المساندة الاجتماعية لأنه يعد مؤشراً من مؤشرات الصحة النفسية والاجتماعية ومدى علاقتها بجودة الحياة .
- 2- أهمية موضوع البحث وهو المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة إذا تعد هذه الموضوعات من المواضيع الحديثة نسبياً في مجال علم النفس على حد علم الباحثين.
- 3- الاستفادة من النتائج التي يتمحور عنها البحث في وضع بعض المقترحات والتوصيات التي تحقق جودة الحياة من خلال الدعم والمساندة الاجتماعية من قبل الاهل والأصدقاء.

اهداف البحث

يستهدف البحث الحالي الى:

- 1: قياس المساندة الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية للبنات.
- 2: قياس جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات.
- 3: تعريف العلاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات.

حدود البحث

- 1- الحدود البشرية: تم اجراء البحث على عينة من طالبات كلية التربية للبنات للاقسام كافة شمل المرحلة الثانية و الثالثة و الرابعة.
- 2- الحدود المكانية: تم تطبيق البحث في كلية التربية للبنات جامعة بغداد / الجادرية.
- 3- الحدود الزمانية : جرى تنطبق البحث عام (2016-2017م).

تحديد المصطلحات

تعريف المساندة الاجتماعية

تعتبر المساندة الاجتماعية من المفاهيم التي اختلف الباحثون في طريقة تعريفها تبعاً لتوجهاتهم النظرية، فقط تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في اطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية، حيث صاغوا مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية (social network) والذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية (social support) ويطلق عليه البعض مصطلح الموارد او الإمكانيات الاجتماعية (social resources) بينما يحدده البعض على انه امدادات اجتماعية (social provisions) (الشناوي و عبد الرحمن: 1994 : 3)

في حينها يرى ليبرمان ((Libarman (1982) ان مفهوم المساندة الاجتماعية مفهوم اضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية حيث تعتمد المساندة الاجتماعية في تقديرها على إدراك الفرد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الإطار التي تشتمل على الافراد الذين يتقون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم.

ويشير ليپور (Lepore 1994) الى ان المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الاجتماعية المتاحة للفرد التي يمكن للفرد ان يستعملها في أوقات الضيق والتي تهدف الى تدعيم صحة ورفاهية متلقي المساندة. التعريف النظري للباحثان :

تبنت الباحثان تعريف سارسون واخرون (Sarason al. (1983 ان المساندة الاجتماعية تعني مدى وجود او توافر اشخاص يمكن للفرد ان يثق فيهم ويعتقد ان هم في وسعهم ان يعتنوا به ويحبوه ويقفوا بجانبه عند الحاجة. (راوية حسين، 1996: 45)

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبة من التقديرات على فقرات مقياس المساندة الاجتماعية. **تعريف جودة الحياة**

تيلور وبوجدان (Taylor and Boyden 1996): يقولان " ان جودة الحياة موضوع الخبرة الذاتية اذ لا يكون لهذا المفهوم وجود او معنى الا من خلال ادراكات الفرد و مشاعره وتقييماته لخبراته الحياتية.

يشير فريكي (1997) الى ان وجود المعايير والقيم الخارجية لا يكون لها معنى الا في سياق ما تمثله من أهمية وقيمة بالنسبة للفرد نفسه وبمعنى اخر ان المؤشرات الخارجية لجودة الحياة لا قيمة لها في ذاتها، بل تكتسب اقيمتها من خلال ادراك الفرد.

تبنت الباحثان تعريف جودة الحياة "الشعور بالارتياح النفسي والرضى الناجم لتقدير الاشخاص لشروط حياتهم (joseph oliver al :2005,3)

التعريف الاجرائي للباحثان : هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبة من التقديرات على فقرات مقياس جودة الحياة.

الفصل الثاني

المساندة الاجتماعية:

تعتبر المساندة الاجتماعية ظاهرة قديمة قدم الإنسان و إن لم يهتم بها الباحثون إلا في منتصف السبعينات من هذا القرن مع دراسات "Wiess" ودراسات "Killilea" " & Caplan" وقد وضع كل منهم الأساس للعمل في مجال المساندة الاجتماعية، وأوضحوا أن أفعال المساندة الاجتماعية تخفف من التأثيرات الضارة للضغط التي قد تكون تأثيرات نفسية أو جسدية ، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المختلفة، وأساليب مواجهته وتعامله مع هذه الضغوط، كما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة للأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة الناتجة من ظروف الحياة وذات أثر في تخفيف حدة الأعراض المرضية التي منها على سبيل المثال القلق والاكتئاب.

والمساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً هاماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه، بعد لجوئه إلى الله سبحانه وتعالى، عندما يشعر أن هناك ما يهدده وعندما يشعر أن طاقته استنفدت أو أجهت بمعنى آخر أنه لم يعد بوسعه أن يجابه الخطر أو يحمل ما يقع عليه من إجهاد، وأنه يحتاج إلى مدد وعون من خارجه. فالإنسان بطبعه مخلوق اجتماعي وقد جعله الله سبحانه وتعالى دائماً في حاجة مستمرة ليستمد العون من أخيه الإنسان، والمساندة الاجتماعية متغيراً أساسياً له أهمية كبيرة في حياة الأفراد إذ إن المساندة الاجتماعية ترتبط بالصحة والسعادة النفسية، كما أن غيابها يرتبط بزيادة الأعراض المرضية وعليه فيجب أن نهتم بدراسة مصادر الدعم النفسية والاجتماعية، كالمساندة الاجتماعية، التي تجعل الفرد يقيم الضغط تقييماً واقعياً، وتجعله يواجه الضغوط بنجاح وتقع الدراسة الحالية في نطاق هذا النموذج النظري للمساندة الاجتماعية، وذلك لأنها تقوم على افتراض أنه كلما كان مستوى المساندة الاجتماعية مرتفعاً لدى الطالبات كلما ساعد ذلك على التخفيف من حدة وقوع أعراض القلق والاكتئاب، أما إذا قل مستوى المساندة الاجتماعية فإن ذلك سوف يزيد من احتمال تعرضهم لأعراض القلق والاكتئاب وكذلك نتيجة تعرضهم لضغوط الحياة المختلفة مما سيؤثر على صحتهم النفسية والجسمية. للفرد بأنها قد ترفع من مستوى الصحة النفسية بتقديم أدوار ثابتة باعثة على المكافأة، والارتقاء بالسلوك الصحي، والإبقاء على أداء ثابت خلال فترات التغير السريع.

ويعرفها كل من (الشناوي وعبد الرحمن ، 1994 : 4) على أنها " العلاقات القائمة بين الفرد وآخرين التي يدرکها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها، وللمساندة الاجتماعية أثر ملطف على ضغوط الحياة.

كما وعرف "Moss" المساندة الاجتماعية على أنها "الشعور الذاتي بالانتماء، والقبول، والحب، والشعور بأن الأفراد محتاجون إليه لشخصه وليس من أجل ما يستطيع أن يفعله (حسين، 1996 : 15) .

ويعرف "Cobb" المساندة بأنها: "إعتقاد الفرد بأنه مقبول وذو قيمة من قبل الآخرين، وهذا الاعتقاد يأتي من كون الفرد عضواً في جماعة معينة ينتمي إليها" (عبد الرزاق، 1998 : 54)

أهم النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

من النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية نظرية بانك وهورنز يفسر بها المساندة من وجهة نظر سوسولوجية (علم الاجتماع) ، المساندة الاجتماعية في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية ،بمعنى درجة التكامل الاجتماعي للفرد أو حجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد بأنها قد ترفع من مستوى الصحة النفسية بتقديم أدوار ثابتة باعثة على المكافأة، والارتقاء بالسلوك الصحي، والإبقاء على أداء ثابت خلال فترات التغير السريع.

جودة الحياة

تبدي جميع القضايا المفاهيمية الموجودة تائرا عميقا بنظرية الحاجات لماسلو في الرضا عن الحاجات التي استحدثت كما هو معروف " هرم الحاجات اي عملية تحقيق الذات " مع ذلك اعتمدت هذه النظرية على تجسيد الشروط الموضوعية لجودة الحياة (P1 : 1994 ; Mercier.I ,Pelc ; P.corten C) كما يعتقد كل من Per Holm, Jesper Holst & Birger Perlt ان جودة الحياة المقدمة تعتمد على المسار الشخصي ، درجة الوعي فيما يتعلق بظروف الحياة اليومية ، تصوره لنفسه، لتوقعاته و مستوى طموحه.

**الدراسات السابقة عن جودة الحياة
الدراسات العربية**

1- دراسة كاظم والبهادلي (2006)

عنوان الدراسة :- جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين و الليبيين دراسة ثقافية مقارنة استهدفت الدراسة التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان و الجمهورية الليبية و دور متغير البلد (ليبيا و عمان) و النوع (ذكر و انثى) و التخصص (انساني و علمي) في جودة الحياة طبق مقياس على (400) طالب جامعي (182) من ليبيا (218) من عمان و استخدم الاستبيان كاداة رئيسية لجمع البيانات . اظهرت النتائج ان مستوى جودة الحياة مرتفعا في بعدين هما جودة الحياة الاسرية و الاجتماعية و جودة التعليم و الدراسة و متوسط في بعدين جودة الصحة العامة و جودة شغل اوقات الفراغ و منخفض في بعدين جودة الصحة النفسية و جودة الجانب العاطفي و ان الطلبة العمانيين اعلى جودة شغل في وقت الفراغ اما متغير النوع فقد كان الذكور اعلى في جودة الصحة العامة، و جودة العواطف و جودة شغل وقت الفراغ .

اما العلاقة بين دخل الاسرى و المعدل التراكمي و ابعاد جودة الحياة فقد كانت غير دالة مع الدخل و دالة مع المعدل التراكمي في بعدين جودة الحياة الاسرية و جودة شغل وقت الفراغ (البهادلي و اخرون 2006 : 67)
2- دراسة د. رغداء علي نعيسه : كلية التربية : جامعة دمشق
عنوان الدراسة (جودة الحياة لطلبة جامعتي دمشق و تشرين)
هدفت الدراسة :-

الى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق و تشرين حسب متغير (المحافظة، التخصص و الجنس) بالإضافة الى تقسيم للمجالات المتضررة من تحقيق جودة الحياة و محاولة استخلاص بعض المظاهر المتعلقة باسباب هذا الانخفاض في حال وجودها . وبلغ افراد العينة للبحث الكلي (360) طالبا و طالبة من جامعتي دمشق و تشرين مقسمين على 180 طالبا من كلتا الجامعتين . و كانت النتائج من كالاتي :-

- 1- وجود مستوى متدن من جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق و تشرين بسورية : حيث كان مستوى جودة الحياة منخفضا في بعدين هما جودة الصحة و جودة الجانب العاطفي و مرتفع في بعدين جودة الحياة الاسرية و الاجتماعية و متوسط في بعدين هما جودة العالمية و جودة شغل اوقات الفراغ.
- 2- تأثير كل من المحافظة و الجنس و الجامعة على ابعاد جودة الحياة لدى الطلبة : وجود تأثير دال احصائيا للجامعة في الابعاد الخمسة ، وجود تأثير دال احصائيا للجنس في بعدين هما الصحة العامة و الحياة الاسرية ، وجود تأثير دال احصائيا للتخصص في ثلاثة ابعاد وهي الحياة الاسرية و العواطف و الصحة النفسية.
- 3- عدم وجود علاقة داله بين دخل الاسرة و ابعاد جودة الحياة و كانت جميع معاملات الارتباط غير داله احصائيا (كريمة ، 2014 : 12)

دراسات اجنبية

Marcus Henning :ChristiaKrgeloh ; Susan

عنوان الدراسة**Quality of life and motivation to learn ; a study of medical students**

هدفت الدراسة الى معرفة جودة حياة طلاب الطب و علاقتها بالدافعية الدراسية سعت الدراسة الى استكشاف الروابط بين جودة الحياة و الدافعية للدراسة شملت العينة طلاب جامعة اوكلاند في السنوات الاربعة و الخمس لمناقشتهم على جودة الحياة و الدافع للتعلم ركزت على مجموعتين من السنة الرابعة (6 : 5) ذكور و انثى واحدة و طلاب السنة الخامسة (13 : 7) ذكور و ستة انثى و نظمت معدلات القيد الاجمالي لعام 2009 حيث كانت (183) طالبا في السنة الرابعة و (180) في السنة الخامسة تمت الدراسة من خلال الانترنت .

Marcus henning : 2010

الدراسات السابقة للمساعدة الاجتماعية :

- 1- (دراسة ماهون و اخرون ، 1994) بدراسة المساعدة الاجتماعية و الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين من الجنسين في مراحل نمائية مختلفة على عينه عددها (325) طالبا و طالبة في مرحلة المراهقة بمراحل مختلفة (مبكرة - متوسطة - متأخرة) من طلبة و طالبات كلية التمريض بولاية نيو جيرسي الامريكية و استخدم مقياس للمساعدة الاجتماعية و مقياس الشعور بالوحدة النفسية و استمارة بيانات الحالة.

اظهرت نتائج الدراسة : لا توجد فروق دالة بين الطلاب والطالبات على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ، وجود فروق بين الذكور والاناث على مقياس المساندة الاجتماعية حيث تفوقت الاناث على الذكور ووجود علاقة ارتباط عكسية بين المساندة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية بصفة عامة لكل من الذكور والاناث (السوسي وآخرون، 2011: 17)

2- علي عبد السلام علي (2000)

وموضوعها المساندة الاجتماعية واحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع اسرهم والمقيمين في المدن الجامعية وذلك لهدف معرفة المساندة الاجتماعية والعاطفية في تخفيف تأثير الصراعات النفسية التي تواجهه طلاب الجامعة المقيمين مع اسرهم والمقيمين في المدن الجامعية وتساعدهم على مواجهة الإيجابية لأحداث الحياة الضاغطة وكانت العينة الكلية (100) طالب (50) طالب للمقيمين في المدن الجامعية ويمثلون المجموعة التجريبية (50) طالب مقيمين مع اسرهم ويمثلون المجموعة الضابطة وتتراوح أعمارهم (18 - 25) واستخدم : استبيان للمساندة الاجتماعية واستبيان مواجهة احداث الحياة الضاغطة ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية والنتيجة وجود علاقة سالبة بين درجة المساندة الاجتماعية و الإقامة الداخلية الطلاب المقيمين في المدن لديهم ادراك اقل للمساندة الاجتماعية عن الطلاب المقيمين مع اسرهم ووجود ظروف بين المجموعتين في درجة التفاعل الإيجابي لمواجهة احداث الحياة الضاغطة.(المقصود، 2011:11)

3- ماريون يورك (2005)

بدراسة أساليب المعاملة الوالدية والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بمتابعة الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة تتراوح أعمارهم (25-27) عاماً وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات افراد العينة من فئات عمرية مختلفة في فاعلية الذات لصالح الفئة العمرية الأكبر. (العتيبي ، 1439 هجرية : 64)

الفصل الثالث

إجراءات البحث :

تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي فيمجتمع البحث و عينته / تتحدد مجتمع البحث بطالبات كلية التربية للبنات / جامعة بغداد / الجادرية و البالغ عددهم (3131) طالبة، و تم اختيار عينه البحث بالطريقة العشوائية البسيطة اذ تم اختيار (200) طالبة من الاقسام كافة .

الجدول (1)

العدد	العينة
50	المرحلة الثانية
50	المرحلة الثالثة
100	المرحلة الرابعة
200	المجموع

اداتا البحث

اولا / مقياس المساندة الاجتماعية

قامت الباحثتان بتحديد ما هيه المساندة الاجتماعية من خلال تحديد المنطلقات النظرية و الاسس الرئيسية التي يستند اليها في بناء المقياس . وهذا ما يؤكد عليه (كرونباخ) cronbach اذ يرى ضرورة تحديد الاطار النظري و المفاهيم البنائية التي يعتمدها و يستند اليها الباحث في عملية البناء و بالتالي تحديد فقرات المقياس في ضوء المنطلقات النظرية و الدراسات السابق و الاسس و المفاهيم الاساسية

(Cronbach, 1970:469)

-تحديد فقرات المقياس / بعد اطلاع الباحثتان على الادبيات و المنطلقات النظرية و الدراسات السابقة كدراسة ماهون و اخرون (1994) و علي عبد السلام (2000) و ماريون يورك (2005) تم صياغة (28) فقرة و قد روعي ان تكون شاملة قدر الامكان و بهذا تكون مقياس المساندة (28) فقرة و تحديد ثلاث بدائل لكل فقرة . (دائما - احيانا - ابدا) و ناخذ الدرجات (1-2-3) على التوالي.

-الصدق الظاهري / المقياس الصادق هو المقياس الذي يصفه الباحثون بانهيكشف عن المتغيرات او (السمه) التي و ضع من اجل الكشف عنها و قياسها ويعد من الاجراءات المهمة التي يهتم بها واضع المقياس .

(الزوبعي و جماعته ، 1981: 39)

ويعد الصدق خاصية سيكومترية تكشف عن مدى تادية الادارة للغرض الذي اعدت من اجله .

(ابراهيم و اخرون ، 1989: 72)

وللتأكد من صدق المقياس اعتمدت الباحثتان الصدق الظاهري وهو كما يشير (ايبيل) Ebel يتم بعرض المقياس على عدد من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما و وضعت من اجله .

(Ebel , 1972 , p 555)

ومن اجل التأكد من صدق مقياس المساندة الاجتماعية تم عرضه على عدد من الاساتذة الخبراء المختصين في مجال التربية و علم النفس لبيان رايهم بمدى و صلاحية كل فقرة من حيث درجة موضوعيتها و وضوحها في قياس الخاصية التي و ضع

المقياس من اجلها و مدى ملاءمتها للمرحلة العمرية لعينة البحث و اضافة ما يقترح او اجراء التعديلات و اعتمدت الباحثان على نسبة اتفاق (80 %) فاكثر لقبول الفقرة و لقد تم قبول الفقرات كلها مع اجراء التعديلات على بعض منها .
- وضوح التعليمات و الفقرات / بغية التحقق من و وضوح التعليمات و فهم الطالبات للفقرات قامت الباحثان بتطبيق المقياس على عينة عشوائية من طالبات كلية التربية للبنات في جامعة بغداد تم اختيارهم بصورة عشوائية بلغ عددهم (30) و كانت التعليمات و اضحة و طريقة الاجابة واضحة و مفهومه لدى الطالبات و بلغ المتوسط الزمني للاجابة (20) دقيقة.

تحليل الفقرات احصائيا - تمييز الفقرات

تعد عملية تحليل الفقرات خطوه مهمه و اساسية للمقياس و كما يشير تحليل (ايبيل) Ebel ان الهدف من تحليل الفقرات هو الابقاء على الفقرات المميزة الجيده في المقياس .

(Ebel, 1972, p: 392)

ولغرض اجراء هذا التحليل اتبعت الخطوات الاتية: الهدف من التحليل و تمييز الفقرات هو البقاء على الفقرات الجيدة في المقياس و لذلك طبق المقياس على عينة مكونة من (200) طالبة و تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة ثم رتبتم الاستمارة من اعلا درجة الى ادنى درجة وقد اختيرت نسبة (27 %) العليا و التي سميت المجموعة العليا (27 %) و التي سميت بالمجموعة الدنيا و بذلك تم تحديد مجموعتين باكبر حجم و اقصى تمايز ممكن وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستمارات (108) استمارة و بعد ان حلت الفقرات باستخدام الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين (t .test) لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا و الدنيا لكل فقرة من الفقرات و موازنة قيمتها بالقيمة التائية الجدولية و قد وجد ان الفقرات (1، 21) عند مستوى دلالة (0,05) و الجدول 2 يوضح ذلك .

الجدول (2) القوة التمييزية لفقرات مقياس المساندة الاجتماعية

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
1,040-	0,53787	1,8889	0,57188	1,7778	1
5,306	0,77883	2,1852	0,39210	2,8148	2
6,637	0,57188	1,4444	0,67111	2,2224	3
4,812	0,71154	1,9444	0,60397	2,5556	4
2,596	0,68451	2,3889	0,57065	2,7037	5
6,757	0,60973	2,0741	0,46242	2,7778	6
4,364	0,65849	2,0185	0,57340	2,5370	7
5,316	0,77093	1,8333	0,63444	2,5556	8
3,030	0,72684	1,6667	0,73378	2,926	9
5,378	0,69941	2,0370	0,54337	2,6852	10
7,524	0,63444	2,2222	0,26435	2,9259	11
5,000	0,66351	2,1111	0,47583	2,6667	12
5,438	0,75143	1,9630	0,58277	2,6667	13
4,847	0,73449	2,3704	0,35120	2,9074	14
5,318	0,61316	1,9630	0,50331	2,5370	15
4,309	0,68425	2,1481	0,60887	2,6852	16
4,843	0,67422	1,8704	0,63664	2,4815	17
6,628	0,71129	1,8519	0,48744	2,6296	18
6,804	0,73758	1,9444	0,44234	2,7407	19
6,017	0,58874	1,7407	0,52903	2,3889	20
0,703	0,71154	2,0556	0,65610	2,1481	21
6,743	0,61430	2,0000	0,49208	2,7222	22

4,568	0,74018	1,5926	0,69137	2,2222	23
4,366	0,63444	1,8889	0,59932	2,4074	24
3,324	0,63911	1,6852	0,69137	2,1111	25
4,748	0,60973	1,9259	0,60628	2,4815	26
5,312	0,75975	2,3704	0,23121	2,9444	27
5,205	0,64887	2,3519	0,33905	2,8704	28

- علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي يعطي هذا الاسلوب مقياس متجانس في فقراته اذ تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة و المجموع الكلي للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها المستعملة في اسلوب العينتين المتطرفتين اذ تم استخراج القيم التائية لمعاملات الارتباط لغرض معرفة دلالتها و ذلك بموازنتها بالقيمة التائية الجدولية و قد اظهرت النتائج ان الفقرات (1 ، 21) غير مميزة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05) و جدول 3 يوضح ذلك.

جدول 3 معاملات الارتباط بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية

معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة
0,079	21	0,491	11	0,070	1
0,470	22	0,322	12	0,432	2
0,331	23	0,401	13	0,423	3
0,337	24	0,474	14	0,295	4
0,291	25	0,363	15	0,210	5
0,325	26	0,302	16	0,456	6
0,341	27	0,386	17	0,356	7
0,428	28	0,506	18	0,467	8
		0,419	19	0,336	9
		0,392	20	0,399	10

الثبات / ويقصد بالثبات هو ان يعطي المقياس النتائج نفسها اذا ما اعيد على الافراد انفسهم و في الظروف نفسها. (الغريب ، 1988: 653)

و المقياس الثابت هو المقياس الذي يمكن الاعتماد عليه ، و يقصد بالثبات ايضا دقة الاداة في القياس و عدم تناقضه مع نفسه. (ابو حطب و عثمان، 1987: 101).

معامل الفا للاتساق الداخلي / تعتمد هذه الطريقة على اتساق اداء الافراد من فقرة الى اخرى و لاجل استخراج الثبات بهذه الطريقة تم سحب (50) استمارة بصورة عشوائية من عينة تحليل الفقرات و بعد تطبيق معادلة الفا كروبناخ بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0,86) و هو معامل ثبات يمكن الركون اليه اعتمادا على المعيار المطلق.

الصيغة النهائية لمقياس المساندة الاجتماعية / يتضمن مقياس المساندة الاجتماعية بصورته النهائية من (28) فقرة و قد حددت امام كل فقرة البدائل (دائما-احيانا-ابدا) و ناخذ الدرجات (3-2-1) للفقرات ذات الاتجاه الايجابي و بالعكس للفقرات ذات الاتجاه السلبي و بذلك تتراوح الدرجات النظرية للمقياس بين (84-28) درجة و بمتوسط فرضي يساوي (56) و كلما ترتفع الدرجة كلما دل على المساندة الاجتماعية اكبر .

ثانيا/ مقياس جودة الحياة

قامت الباحثتان ببناء مقياس جودة الحياة اعتمادا على الادب النظري و دراسات و مقاييس سابقة كدراسة و مقياس (ناصر ، 2007) و دراسة و مقياس (الربيعي ، 2013) اذ تمكنتا من اعداد (30) فقرة بصورتها الاولية و قد روعي عند صياغة الفقرات ان تكون ممثلة للمواقف اليومية و الاجتماعية المختلفة و ان تكون بصيغة المنكلم و ان تقيس الفقرة فكرة واحدة فقط و عدم استعمال صيغة النفي كي لا تربك المستجيب. (ابو علام ، 1989 : 134) كما تضمنت بدائل المقياس المدرج الثلاثي للتقدير و هي (دائما-احيانا-ابدا) الذي تتراوح اوزانه بين (3-1) على التوالي .

- صلاحية الفقرات/ لغرض تعرف مدى صلاحية فقرات المقياس و تعليماته و بدائله فقد تم عرض فقرات المقياس بصورته الاولية على مجموعة من الخبراء في التربية و علم النفس لبيان ارائهم و ملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات و ملائمة البدائل و تعديل ما يروونه مناسباً او حذفه و بعد جمع اراء الخبراء و تحليلها اعتمدت الباحثتان نسبة (80%) و اكثر وفقاً لذلك تم تعديل بعض الفقرات لغويا .

التطبيق الاستطلاعي للمقياس / بعد اعداد المقياس في ضوء اراء الخبراء قامت الباحثتان بتطبيقه على عينة مكونة (30) طالبة ، وذلك لمعرفة وضوح فقرات المقياس و تعليماته و بدائله فضلا عن حساب الوقت المستغرق للاجابة على جميع الفقرات و كان الوقت يتراوح بين (13-16) دقيقة.

- تحليل الفقرات / ان الهدف من تحليل الفقرات هو الابقاء على الفقرات المميزة في المقياس (Ebel, 1972, :392) ويقصد بالقوة التمييزية للفقرة مدى قدرتها على التمييز بين الافراد في الصفة التي يقيسها المقياس. و يعد اسلوب العينتين المتطرفتين و علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي اجرائيين مناسبين في عملية تحليل الفقرات .

- العينتان المتطرفتان/ لغرض اجراء التحليل في ضوء هذا الاسلوب اتبعت الخطوات الانية.

طبقا للمقياس على عينة مكونة من (200) طالبة و تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة . رتبنا الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة اختبرت نسبة (27%) العليا التي سميت بالمجموعة العليا و (27%) الدنيا و التي سميت بالمجموعة الدنيا ، و بذلك تم تحديد مجموعتين باكبر حجم و اقصى تمايز ممكن و في ضوء هذه النسبة بلغ عدد

الاستمارات (108) استمارة خضعت للتحليل و بعد ان حلت فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t.test) للاختبار الفرق بين المجموعتين العليا و الدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس و موازنة القيمة التائية المحسوبة

لكل فقرة مع القيمة التائية الجدولية ، تبين ان الفقرة (28) غير مميزة و الجدول 4 يوضح ذلك.

جدول رقم (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس جودة الحياة

القيمة النهائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
4.229	0.70463	1.6481	0.75073	2.2407	1
4.665	0.53560	2.5741	0.23121	2.9444	2
3.907	0.61996	0.2593	0.50746	2.6852	3
5.384	0.72684	2.3333	0.29258	2.9074	4
3.337	6.4428	2.2333	0.50017	2.7037	5
6.810	0.67293	2.0000	0.50157	2.7778	6
4.103	0.67189	2.0370	0.54047	2.5185	7
6.128	0.58427	2.1296	0.44234	2.7407	8
5.525	0.68451	2.2778	0.39076	2.8704	9
5.168	0.64428	2.3333	0.35858	2.8519	10
2.871	0.66588	2.1667	0.60628	2.5185	11
5.718	0.69866	2.2407	0.35858	2.8519	12
3.959	0.64319	1.9630	0.56974	2.4259	13
4.628	0.69640	2.0741	0.49208	2.6111	14
5.593	0.66351	2.1111	0.45211	2.7222	15
4.788	0.77883	1.8148	0.57188	2.4444	16
2.263	0.68118	1.6296	0.59140	1.9074	17
3.348	0.66562	1.5185	0.65637	1.9444	18
4.421	0.67733	1.6481	0.75698	2.2593	19
5.302	0.62696	2.3889	0.35120	2.9074	20
9.048	0.62696	2.0556	0.29258	2.9074	21
5.551	0.6397	2.2222	0.41964	2.7778	22
2.330	0.67500	1.8148	0.55859	2.0926	23
4.695	0.59611	1.6111	0.71056	2.2037	24
2.668	0.71814	2.2222	2.57188	2.5556	25
6.449	0.55952	1.6296	0.68731	2.4074	26
2.423	0.73663	2.2037	0.69263	2.5370	27
0.567	0.63582	1.4630	0.71935	1.5370	28
3.544	0.65290	2.3704	0.47325	2.7539	29
4.612	0.60541	1.5370	0.76250	2.1481	30

- علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي يعطي هذا الأسلوب مقياسا متجانسا في فقراته لذا تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة المجموع الكلي للمقياس باستعمال عينه التحليل ذاتها المستعملة في أسلوب العينتين المتطرفتين ثم استخرجت القيم التائية لمعاملات الارتباط لغرض معرفة دلالة معامل الارتباط وذلك بموازنتها بالقيمة الجدولية وقد أظهرت النتائج ان فقرة (28) غير مميزة عند مستوى دلالة (0.05) . و الجدول 5 يوضح ذلك

جدول (5) معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة لمقياس جوده الحياة

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
1	0.344	11	0.234	21	0.575
2	0.330	12	0.363	22	0.396
3	0.374	13	0.324	23	0.158
4	0.406	14	0.345	24	0.324
5	0.207	15	0.442	25	0.192
6	0.510	16	0.432	26	0.452
7	0.286	17	0.157	27	0.195
8	0.445	18	0.239	28	0.071
9	0.463	19	0.379	29	0.351
10	0.416	20	0.288	30	0.369

الثبات / يعني دقة المقياس وعدم تناقضه واتساقه فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك الفرد ويشير كرونباخ الى ان الثبات هو اتساق درجات الاستجابات عبر سلسلة من القياسات.

وقد تم إيجاد ثبات المقياس بطريقتين هما :

طريقة الفا كرونباخ / تم استخراج معامل التجانس الداخلي باستعمال معادلة الفا كرونباخ اذ ان معامل التجانس المستخرج بهذه الطريقة يعطينا تقديرا جيدا للثبات في اكثر المواقف والاستخراج للثبات بهذه الطريقة سحبت (50) استمارة وبشكل عشوائي من استمارات عينه التحليل الاحصائي ثم استعملت معادلة الفا كرونباخ وقد بلغ معامل الثبات لمقياس جودة الحياة (0.81) وظهر ان قيمة معامل الارتباط دالة إحصائية وهو معامل ارتباط يمكن الركون اليه اعتمادا على المعيار المطلق. الصيغة النهائية لمقياس جودة الحياة / يتضمن المقياس بصورته النهائية من (29) فقرة وتحدد امام كل فقرة البدائل (دائما – أحيانا – أبداً) وتأخذ الدرجات (3-2-1) بالنسبة لل فقرات ذات الاتجاه الايجابي و العكس لل فقرات ذات الاتجاه السلبى وبذلك تتراوح الدرجات النظرية المقياس بين (87-29) درجة وبمتوسط فرضي يساوي (58) ولكما ترتفع الدرجة كلما دل على قدرة ذات اكبر على تحدي ضغوط الحياة.

عرض نتائج البحث ومناقشتها و تفسيرها :

أولا- التعرف على المساندة الاجتماعية

بعد ان تم تحليل البيانات احصائيا ظهر المتوسط الفرضي (56) اما وسط العين فبلغ (66.925) بانحراف معياري بلغ (6.320) ولغرض معرفة دلالة الفرق فقدم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة (0.05) اذا بلغت القيمة التائية المحسوبة (33.18) وعند موازنتها بالقيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) تبين ان وسط العينة اعلى من الوسط الفرضي والجدول (6) يوضح ذلك :

الجدول (6) الاختبار التائي لعينه واحدة لاختبار دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي المتوسط الحسابي لعينة طالبات كلية التربية للبنات على مقياس المساندة الاجتماعية.

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى
200	66.925	6.320	56	33.18	1.96	0.05

ان النتائج التي يظهرها الجدول اعلاه تشير الى ان طالبات كلية التربية للبنات لديهم مساندة اجتماعية اي ان الاهل والاصدقاء يدعمون الطالبات ووالطالبات يتسمون بخصائص نفسية ايجابية اي يتمتعون بثبات واستقرار ولايشعرون بالعزلة عن حولهم وتؤكد هذه النتيجة الانسجام في البيت والكلية بالاعتماد على الاهل والزملاء لمساعدتهم عندما يكونون في ازمة وبالتالي لايشعرون بضعف في مساندة بعضهم للآخر.

ثانيا : التعرف على جودة الحياة

بعد ان تم تحليل البيانات احصائيا ظهر المتوسط الفرضي (58) اما وسط العينة فبلغ (59.905) بانحراف معياري بلغ (6.570) ولغرض معرفة دلالة الفرق فقد تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة (0.05) اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (4.15) وعند موازنتها بالقيمة التائية الجدولية و البالغة (1.96) تبين ان وسط العينة اعلى من الوسط الفرضي و الجدول 7 يوضح ذلك.

جدول (7) الاختبار التائي لعينة واحدة دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي و المتوسط الحسابي للعينة الكلية لجودة الحياة

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
200	59.905	6.570	58	4.15	1.96	0.05

ان النتائج التي يظهرها الجدول (7) اعلاه تشير الى ان طالبات كلية التربية للبنات يمتلكون جودة في الحياة اي معنى اجابي للحياة.

ثالثاً:- التعرف على العلاقة الارتباطية بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات .
للتحقق من هذا الهدف العلاقة الارتباطية بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات استعملت الباحثان معادلة معامل الارتباط بيرسون بين متغيري البحث اذ اشارت المعالجة الاحصائية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية بين المساندة الاجتماعية و جودة الحياة اذ بلغ معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين (0.504) وهذا يدل على ان العلاقة بين المتغيرين ضعيفة وان الفرد عندما يمتلك جودة للحياة يكون توجه ايجابي نحو المساندة الاجتماعية لذا يعد معامل الارتباط دالا و ترى الباحثتان وان الانسان عندما يمتلك جودة للحياة يكون توجه ايجابي نحوه المساندة الاجتماعية و ذلك يساعد على وجود اهداف للحياة و يساعد على التوجه الايجابي نحو المستقبل و الاعتقاد الايجابي نحو كل النشاطات و العلاقات الاجتماعية التي يلزم بها الانسان نفسه.

التوصيات :-

- 1- التاكيد على دور المساندة الاجتماعية في المحافظة على مستويات الصحة النفسية و الجسدية خاصة فيما يتعلق بهذه الفئة العمرية مرحلة الشباب
- 2- تعزيز الدراسات النفسية و الاجتماعية بمفهوم جودة الحياة لانها من المتغيرات التي يسعى الفرد لتحقيقها و لتحسين حياته.

المقترحات

- 1- اجراء دراسة عن مفهوم جودة الحياة و علاقته بالاستقرار العائلي لدى التلاميذ
- 2- الافادة من مقياس المساندة الاجتماعية في اجراء دراسة على عينات اخرى كالمرحلة الابتدائية و المتوسطة.

المصادر

- ابراهيم محمد واخرون (1989) : مبادئ القياس و التقويم في التربية ط1 ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، القاهرة
- أبو حطب فؤاد وعثمان ، سيد احمد (1987) : التقويم النفسي ط3 ، مكتبة الانجلو المصرية القاهرة
- أبو علام ، رجا محمود (1987) قياس و تقويم التحصيل الدراسي ، ط1 ، دار القلم للنشر و التوزيع ، الكويت
- الربيعي ، دعاء معن عبد الهادي (2013) : تأثير التحصين ضد الضغوط في تنمية قدرة الذات على المواجهة لدى طالبات المرحلة الإعدادية رسالة ماجستير غير منشور – كلية التربية الإسلامية - جامعة ديالى
- الزوبعي ، عبد الجليل و الكناني ، ابراهيم وبكر ، محمد الياس (1981) الاختبارات و المقاييس النفسية ، دار الكتب للطباعة و النشر جامعة الموصل – العراق
- الغريب ، رمزية (1988) : التقويم و القياس النفسي و التربوي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، مصر .
- السريس ، المقصود (2011) المساندة الاجتماعية المراهقين و علاقتها ببعض المتغيرات النفسية
- الوائلي ، جميل رحيم (2012) المعنى في الحياة و علاقته بنمط الشخصية (A-B) لدى طلبة جامعة بغداد.
- العتيبي ، بندر بن محمد حسن الزبيدي (2017م)
- بحرة، كريمة (2014) جودة حياة التلميذ و علاقتها بالتحصيل الدراسي ، جامعة وهران ، كلية العلوم الاجتماعية ، قسم علم النفس و علوم التربية.
- حليلة ، احمد ارشيد (2011م) أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى الشباب ، قسم علم النفس و علوم التربية ، جامعة الجزائر
- دياب ، مروان عبد الله (2006) دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الاحداث.
- عليوى ، نفيسة نوري عمر (2012م) المساندة الاجتماعية و علاقتها بمعنى الحياة و بعض سمك الشخصية لدى المراهقين المكفوفين
- ناصر ، انمار شاكر مجيد (2007) أعباء الحرب و علاقته بقدرة الذات على المواجهة و الاسناد الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية – جامعة بغداد
- يوسف ، داليا عبد الخالق عثمان (2008) معنى الحياة و علاقته بواقعية الإنجاز الاكاديمي و الرضا عن الدراسة لدى طلبة الجامعة ، رسالة مقدمة للحضور على الماجستير في التربية ، قسم الصحة النفسية.
- Buunk, B. & Hoorens, V. (1992). Social support and stress: The role of social comparison and social exchange processes. British Journal of Clinical Psychology, Vol., 31, 445-457.

- Enel ,R,L (1972) Essentianls of Educa..... Measurement ,new jersey Englewood Prantic – hall
- Marcus Henning ;Christionkrgeclon; susanhawkevs, yipinzoho and lain dohey, (2010) Quality oflife and motirate to learn , A study of medical students.
- P.Corten , C ;Mercier.I ,Pelc(1994). Socpsychiatry Psychic Epidemiol