العفو كمتغير وسيط بين جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

ملخص:

استهدفت الدراسة الحالية تحقيق مجموعة من الأهداف من أهمها:

محاولة التعرف إلى الفروق بين عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز في كل من جودة الحياة، والعفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.، الوقوف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز، التعرف إلى العلاقة بين جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.، التعرف إلى العلاقة بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز. تقنين مجموعة من الأدوات التي تقيس متغيرات الدراسة واثبات صلاحيتها وكفاءتها في التطبيق على عينة الدراسة والعينات المشابهة في المجتمع السعودي.، استنباط مجموعة من التوصيات التي تُساهم في تحسين جودة الحياة وتنمية سمات العفو في المجتمع السعودي. وتكونت عينة الدراسة الحالية من مجموعتين إحداهما مجموعة الطلاب والأخرى مجموعة الطالبات وذلك على النحو التالي: مجموعة الطلاب: وتكونت من (٩٠) طالباً من طلاب كلية التربية والدبلوم العام في التربية بجامعة الملك عبد العزيز وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٩-٢٩) بمتوسط عمري قدره ٢٣,٣٥، وانحراف معياري قدره ٤,٥٩ عاماً

- مجموعة الطالبات: وتكونت من (٩٠) طالبة من طالبات كلية التربية والدبلوم العام في التربية بجامعة الملك عبد العزيز وقد تراوحت أعمارهن ما بين (١٩-٢٥) بمتوسط عمري قدره ٢٢,٢٧ عاماً، وانحراف معياري قدره ٤,٨٧ عاماً وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

١- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.

٢- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العفو وجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين عينة الدراسة في العفو باختلاف السن والنوع.

٤-توجد فروق دالة إحصائياً بين عينة الدراسة في جودة الحياة باختلاف السن والنوع.

٥- تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بالعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

٦- تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

٧- يُسهم العفو في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

وقد أوصت الدراسة بمجموعة من التوصيات التي يجب الأخذ بها لتنمية وترسيخ المفاهيم الايجابية والحياتية منذ الصغر بصفةٍ عامةٍ ولدى طلاب الجامعة بصفةٍ خاصةٍ

الكلمات المفتاحية: العفو- جودة الحياة- العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

Forgiveness as a medium variable between quality of life and the big five factors of personality

By

Dr.Yazied M. Alshehry

Assistant Professor of Mental Health, Faculty of Education, Jeddah University

The current study aimed to achieve the following:

to identify the differences between the study sample of students of the King Abdul Aziz University in both the quality of life, and the big five factors of personality., Stand on the nature of the relationship between quality of life and forgiveness among a sample study., Identified to the relationship between quality of life and the big five factors of personality among the sample, to identify the relationship between the big five factors of personality and forgiveness among the sample. And finally the current study aimed to devise a set of recommendations that contribute to improve the quality of life and the development of amnesty attributes in Saudi society. The sample consisted of two groups, The first were male students: consisted of 90 students from the Faculty of Education and Diploma in General Education at King Abdul Aziz University have ranged in age between (19-29) with an average age of 23.35, and a standard deviation of 4.59 year& the second were female students: consisted of 90 female students from the College of Education and Diploma in General Education at King Abdul Aziz University has ranged between the ages (19-25) with an average age of 22.27 years, standard deviation of 4.87 years and the study resulted in the following results:

١-There is a statistically significant correlation between the big five factors in the study sample of personality & forgiveness among the students of King Abdul Aziz University.

٢-There is a statistically significant correlation between forgiveness and the quality of life among the students of King Abdul Aziz University

3-There are significant among the sample in the forgiveness depending on age and sex.

4-There are statistically significant differences among the sample in the quality of life depending on age and sex.

5-The big five factors of personality contributes in predicting the forgiveness among the sample

6-The big five factors of personality contributes in predicting the quality of life among the sample

7- the forgiveness contribute to predict the quality of life among the sample.

The study recommended a set of recommendations which must be introduced for the development and consolidation of the positive and life concepts from an early age in general and among university students in particular

Keywords:

Forgiveness – Quality of Life - Big Five Factors of Personality

مقدمة:

يعد العفو من المفاهيم الدينية لمعظم أديان العالم، وقد ظل هذا المفهوم مرتبطا بالدراسات الدينية إلى عهد قريب، ثم بدأ علماء النفس حديثا في تناوله بالدراسة العلمية خارج التراث الديني،وقد ربطت الثقافات المختلفة بين العفو والسمو الديني من أجل التقليل من دوافع الانتقام، ومن المظالم الاجتماعية، وقد وجد العفو كمفهوم نفسي اهتماما متزايدا من قبل الباحثين في الشخصية وعلم النفس الاجتماعي خلال العقد الماضي، ويعتبر العفو من الأساليب الدينية الهامة في التغلب على الضغوط الناتجة عن الإساءة الصادرة من آخرين، وهو محاولة مقصودة ومتأنية للتغلب على المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية الناتجة عن الإساءة، ويتطلب ذلك تغييرا في النظرة إلى المسيء، والتحول من النظرة السلبية له إلى نظرة أكثر ايجابية، وهو يمثل أحد العوامل لتحقيق السعادة النفسية (عبد المنعم السيد ونبيلة شراب، ٢٠٠٨، ١٣٢)

فالعفو يعتبر ذا قيمة أخلاقية واجتماعية ودينية تفيد في استمرارية العلاقات ذات الموثوقية بين الأفراد والتغلب على الانفعالات السلبية التي تنشأ عن الصراعات بين الأفراد فقد كشفت العديد من الدراسات عن وجود ارتباطات فسيولوجية لسمة العفو في الاستجابة للصراع بين الأفراد، وتنوع الخبرات الانفعالية مثل العدائية والغضب فيكونان مرتبطان بالحالة الصحية والمرضية وباضطرابات في القلب الوعائي استجابة لرد الفعل من الجهاز العصبي السمبيثاوي للتوترات، وأن سمة العفو مرتبطة بمستويات منخفضة من ضغط الدم، ومعل نبضات القلب (Lawler, Younger, Piferi, Billington, Jobe, Edmondson, Jones, 2003).

تجدر الإشارة هنا إلى أن النموذج الفسيولوجي في تفسيره للعفو يركز على المكونات النيرولجية والبيولوجية (Clark, 2005: 649) حيث يعمل الجهاز العصبي على التعامل الفعال مع الظلم أو الجور المدرك من خلال نشاط الجهاز العصبي الباراسمبتاوي مؤديا إلى حدوث تحسن نفسي وفسيولوجي يتضمن خفض معدلات ضربات القلب، وتنفس أكثر استرخاء وانخفاض مستويات القلق والاكتئاب والعدائية، الغضب (Newberg et al. 2000)

وفي نموذج إنريت النفسي التطوري لتفسير العفو يفترض أنه عملية داخلية يتم فيها تحول لكل من القائم بالعفو والمعفي عنه وتتضمن هذه العملية جوانب معرفية وانفعالية وسلوكية (In: Worthington, 1998 : 142).

بينما نجد نموذج ماكلا في تفسيره للعفو يركز على دور الدافعية الأساسية في حدوث العفو بين الأفراد، ويرى ماكلا أن العفو يكون عبارة عن تغييرات اجتماعية في الدافعية لتجنب أو البحث عن الانتقام ضد الفرد المسيء وفيها قد يحدث توفيق بكف

الاستجابات التدميرية وبناء استجابات بناءة (McCullough,2000-200143,45,601)

ويرى سليجمان (Seligman,2002) أن العفو يُعد من الركائز الأساسية لعلم النفس الايجابي، لأنه ييُسر حدوث الانفعالات الايجابية كالأمل والتفاؤل والإيثار والحب، كما يُسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة. ولهذا فإن مفهوم العفو يعتبر من المفاهيم النفسية التي أثارت جدلا بين الناس، فمنهم من اعتبره سمة من سمات الشخصية، ومنهم من اعتبره من المسلمات الدينية الواجبة، والبعض أقرنه بالسلوك الايجابي فقط، بينما قسم آخر أقرنه بالسلوك الايجابي والسلبي معا.

ومن هنا يؤكد سليجمان (Seligman, 2002: 11) علـى أن علـم الـنفس الإيجابي يهتم بالحياة الهادفة ذات المعنى، وبكيفية بناء حياة ذات طبيعة إيجابية للفرد، ولذلك يركز على الدور المهم الذي يمكن أن تؤديه بعض المتغيرات الإيجابية من قبيـل جودة الحياة والرضا عنها، وغيرها من المتغيرات التي يمكن أن يكون لها دور مهم في تفعيل نقاط القوة لدى الفرد بدلا من الاقتصار على دراسة العوامل السلبية لدى الفـرد، وعلى المستوى الفردي يتعلق علم النفس الإيجابي بدراسة وتحليل السمات الإيجابيـة للفرد كالسعادة وفهم المشاعر الإيجابية والعفو، وتحسين جودة الحياة.

ويرى العارف بالله الغندور (١٩٩٩: ٢٨- ٢٩) أن علم النفس له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة في جودة حياة الإنسان، وقد يرجع ذلك لكون جودة الحيـاة عبارة عن الإدراك الذاتي لنوعية الحياة؛ حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل والعمل والتعليم، يمثل في إحدى مستوياته انعكاس مباشـر لإدراك هـذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات على هذا المستوى والذي يتوقف بدرجة ما على مدة أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفردـ وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، ويظهر ذلك بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، والذي يؤثر بدوره في تعاملات هذا الإنسان مع كافة المتغيرات الأخرى التي تدخل في نطاق تفاعلاته بما في ذلك أسلوبه في حل المشكلات ومواجهة المواقف الضاغطة.

إن جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار، والقدرة على التحكم، وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة.

وباستقراء معظم الدراسات العربية نجد أن هنالك ندرة في الأدبيات والدراسات المتعلقة بمجال العفو على الرغم من أهميته، فقد لاحظ الباحث من خلال عرض الدراسات السابقة أنه لم توجد دراسة – على حد اطلاع الباحث – قد بحثت في العفو كمتغير وسيط بين جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما أن معظم الدراسات التي أجريت على موضوع العفو كانت قد أجريت على بيئات تختلف عن البيئة السعودية، ولذلك فقد رأى الباحث ضرورة إجراء هذه الدراسة على البيئة السعودية لاسيما طلاب وطالبات مجتمع الجامعة .ومن هنا جاءت هذه الدراسة التي تستهدف التعرف على علاقة العفو بكلٍ من جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعةً الملك عبد العزيز، ومن هنا كانت الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة:

يمكن تحديد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية

١. هل توجد علاقة ارتباطيه بين العفو وجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
٢. هل توجد علاقة ارتباطيه بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
٣. هل تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بالعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة؟
٤. هل تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة؟
٥. هل يُسهم العفو في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة؟
٦. هل توجد فروق بين عينة الدراسة في العفو باختلاف السن والنوع؟
٧. هل توجد فروق بين عينة الدراسة في جودة الحياة باختلاف السن والنوع؟

أهداف الدراسة:

تستهدف الدراسة الحالية تحقيق مجموعة من الأهداف من أهمها.

١. الوقوف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز.

٢. التعرف إلى العلاقة بين جودة الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.
٣. التعرف إلى العلاقة بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.
٤. محاولة التعرف إلى الفروق بين عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز في كل من جودة الحياة، والعفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

أهمية الدراسة:

يمكن إيجاز أهمية الدراسة في النقاط التالية:

١. تكتسب هذه الدراسة أهميتها من خلال عينتها ومتغيراتها باعتبار أن جودة الحياة والعفو من السلوكيات والسمات الايجابية التي تسعي جميع المجتمعات لغرسها في نفوس مواطنيها.
٢. تحاول الدراسة الحالية توفير خلفية علمية ونظرية للتأصيل لمتغيرات الدراسة.
٣. توجد ثمة محدودية – في حدود اطلاع الباحث – في الدراسات المُشابهة التي تناولت متغيرات الدراسة أو عينتها في المجتمع السعودي.
٤. تُساهم الدراسة الحالية في استنباط مجموعة من التوصيات التي تُعزز لمستوى جودة الحياة وتُساهم في تنمية قيم وسمات العفو والتسامح في المجتمع السعودي.

المفاهيم النظرية للدراسة:

أولاً: العفو: Forgiveness

يعتبر العفو من المفاهيم الدينية لمعظم أديان العالم، وقد ظل هذا المفهوم مرتبطا بالدراسات الدينية إلى عهد قريب، ثم بدأ علماء النفس حديثا في تناوله بالدراسة العلمية خارج التراث الديني،وقد ربطت الثقافات المختلفة بين العفو والسمو الديني من أجل التقليل من دوافع الانتقام، ومن المظالم الاجتماعية، وقد وجد العفو كمفهوم نفسي اهتماما متزايدا من قبل الباحثين في الشخصية وعلم النفس الاجتماعي خلال العقد الماضي، ويعتبر العفو من الأساليب الدينية الهامة في التغلب على الضغوط الناتجة عن الإساءة الصادرة من آخرين، وهو محاولة مقصودة ومتأنية للتغلب على المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية الناتجة عن الإساءة، ويتطلب ذلك تغييرا في النظرة إلى المسيء، والتحول من النظرة السلبية له إلى نظرة أكثر ايجابية، وهو يمثل أحد العوامل لتحقيق السعادة النفسية (عبد المنعم السيد ونبيلة شراب، ٢٠٠٨، ١٣٢)

ويعد مفهوم العفو من مكارم الأخلاق، ومفتاح لكثير من الفضائل، فلقد سجل مفهوم العفو حضوره في عمق التجربة الإنسانية، حيث عرفت الحضارات الإنسانية مفهوم العفو، ومع أهمية الحضور التاريخي لهذا المفهوم يعلن عدد كبير من المفكرين والفلاسفة وعلماء النفس عن صعوبة كبيرة في تحديده، فقد قام عدد من الباحثين والمختصين بتناول مفهوم العفو من جوانب مختلفة تعكس وجهات نظرهم المختلفة لهذا المفهوم ودلالته.

ومفهوم العفو يعتبر من المفاهيم النفسية التي أثارت جدلا بين الناس، فمنهم من اعتبره سمة من سمات الشخصية، ومنهم من اعتبره من المسلمات الدينية الواجبة، والبعض أقرنه بالسلوك الايجابي فقط، بينما قسم آخر أقرنه بالسلوك الإيجابي والسلبي معا.

والعفو لغةً يعني المحو وإزالة الأثر، يُقال عفت الريح الأثر أي محته ودرسته، وعفا له بماله أي أعطاه مما زاد على نفقته، وعفا عن ذنبه عفواً أي لم يُعاقبه (المعجم الوجيز، ٢٠٠١، ٤٢٥)

ويُعرف العفو اصطلاحاً بأنه: استعداد الفرد للصفح عن حقه في رد الإساءة الموجهة إليه من شخص أو أشخاص آخرين وغياب مشاعر الانتقام السيئ (Enright,et.al,1998,47)

كما يُعرف بأنه ترك المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية واستبدالها بأخرى حيادية أو إيجابية تجاه الذات أو الأشخاص الآخرين (Thompson,et.al,2005,317)

ويرى "سليجمان" ((Seligman, M., 2002, 40 أن العفــو Forgiveness يُعد من الركائز الأساسية لعلم النفس الإيجابي، فهو يسير ويمهد لحدوث الانفعالات الإيجابية كالأمن، التفاؤل، الابتكار والحب، كما يسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة والحب والإيثار. ولهذا ظل مفهوم العفو مرتبطاً بالدراسات الدينية طوال العقود السابقة إلى أن بدأ علماء النفس حديثاً في تناوله بالدراسة باعتباره عاملاً مهماً في التخفيف من المشاعر والأفكار السلبية الناتجة عن وقع الإساءة الصادرة من الشخص المُسيء واستبدالها بأخرى إيجابية تجاه هذا الشخص. من هنا يختلف مفهوم العفو اختلافاً طفيفاً عن مفهومي التسامح والصفح في حين قابل البعض بين كل من مفهوم التسامح والعفو؛ حيث يقصد بالعفو "ترك عقاب المذنب مع القدرة أو الاقتدار على عقابه (أي عن قوة وتفضل وتكرم)".أما التسامح فيعنى التساهل في عقاب المذنب، في حين يشير الصفح إلى ترك المذنب تماماً، والابتعاد عنه، هكذا تشير الدلالات المعجمية لكل من مادة عفا وسمح وصفح إلى ترك المُسيء وعدم عقابه (ابن فارس، ١٩٩١، ٢٩٣)

وتذهب "بورنيت وآخرين" ((Burnette, J., et al., 2007, 1585 لما كان العفو يرتبط بسمات الشخصية؛ لذا فإنه يتضمن مجموعة من المشاعر والسلوكيات التي تدفع الفرد للتسامح أو الصفح من خلال ترويض النفس على تقبل الإساءة وتجاوز أثارها السلبية خاصة مشاعر الخنق والغضب والاستياء والكدر والعداء الذي ينوي الفرد المُساء إليه توجيهه إلى من أساء في حقه.

ولهذا فإن بعض عوامل الشخصية الإيجابية يمكن أن تكون دافعة للفرد في اتخاذه لسلوك العفو، وأن العفو بمكوناته (العفو عن الذات، أو عن الآخر) يرتبط إيجابياً بصحة الفرد النفسية؛ حيث ينقله من حالة التمزق النفسي، والرغبة في الانتقام إلى حالة من حالات الهناء والرضا والشعور بالسعادة (سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩، ٣٢٨).

كما أشار "بيري وآخرين" ((Berry, J., et al., 2005, 183 إلى أن: "العفو انفعال معقد يتضمن استبدال المشاعر السلبية المتسمة بالعدائية Hostility، والرغبة في الانتقام بمشاعر وأفكار أخرى إيجابية تتسم بالطهرانية والخيرية، والرحمة والشفقة"، وبهذا يتم إعادة تشكيل البناء المعرفي للفرد حتى تتحول مشاعر الانتقام إلى مشاعر التسامح والصفح والعفو، أو بمعنى آخر استبدال الانفعالات السالبة والمتسمة بعدم الرحمة بأخرى إيجابية.

هذا وتؤثر بعض سمات الشخصية في العفو بأبعاده سواء كان عفو الشخص عن ذاته أو عفوه عن الآخرين؛ حيث تشير "روس وآخرين" ((Ross, et al., 361 إلى أن العفو يرتبط ارتباطاً سلبياً بالعصابية، والتسامح أيضاً لما يتصف به مرتفعا العصابية من اجترار مشاعر الحنق والغضب الناتجة عن الإساءة (سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩، ٢٢٧).

وهناك عدد من السمات التي تُميز العفو من أهمها ما يلي:

١- أن العفو يتضمن مجموعة من المتغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تحدث داخل الفرد مثله في ذلك مثل التسامح.

٢- أن العفو يعنى تناقص المشاعر السلبية ودافعية الانتقام نحو المُسيء والاتجاه نحو المشاعر الإيجابية كالثقة والإيثار.

٣- قرار العفو يتوقف على الموقف الذي حدثت فيه الإساءة، وحجمها وخطورتها، علاقة المُساء إليه بمرتكب الإساءة، عمر المُساء إليه ومعتقداته وكفاءته وقدرته على التحمل، ومن هنا كان التسامح هو التغاضي عن هفوات الآخرين وإيجاد الأعذار لهم بما يؤدي إلى تماسك المجتمع وعدم انحرافه واضطرابه. (Kachadourian, L., et al., 2004, 375, Philpot, C., 2006, 5 & Barbee, K., 2008,4)

ويرى الباحث أن العفو عملية تتم داخل الفرد تتضمن حدوث تغيير إيجابي تجاه المسيء وتجاوز الإساءة وقد ترتقي هذه العملية بقدرة الفرد على الإحسان إلى من أساء إليه.

مستويات العفو:

يُقرر العلماء بأن العفو عن الناس يتم على ثلاثة مستويات هي:

أولا: كظم الغيظ: وهي عملية نفسية فيها غضب من الإساءة، وامتناع إرادي عن الانتقام من المسيء، وتحويل مشاعر الغيظ إلى أفكار ومشاعر تحمل وتقبل .فكظم الغيظ ليس حبساً للغضب في النفس، ولكنه إعلاء له، وتصريفه في ابتغاء مرضاة الله وهو هدف صحي من الناحية النفسية.

ثانيا: الصفح عن الإساءة: وهي عملية نفسية فيها تقبل إساءة المسيء وتحملها، فلا نغضب منها، ولا نشعر بالإهانة منها، ونصفع عنه دون توتر أو قلق، فالصفح عن الإساءة أفضل نفسيا من كظم الغيظ.

ثالثا: الإحسان إلى المسيء: وهي أيضا عملية نفسية ولكنها أعلى من الصفح، ومن تقبل الإساءة والمسيء، لأن فيها عطاء ومودة ومحبة للمسيء، وإحسانا إليه ودعاء له .فالإحسان إلى المسيء عملية نفسية راقية، لا يقدر عليها إلا من قوى إيمانيه، وصفت نفسه، وسما تفكيره، وقد دعت إليه الأديان السماوية (كمال مرسي، ٢٠٠٠، ٣٣١)

مما سبق نجد أن الناس يتفاوتون في مدى اتسامهم بسمة العفو، فهناك ارتباط وثيق بين تقدير الفرد لذاته وبين عفوه عن أخطاء الناس والتجاوز عن إساءتهم واتساع صدره لهم، مما يدل على عظمة هذا الشخص وقوة إيمانه وثقته بنفسه، ومن هنا نجد أن العفو يتضمن تحولا معرفيا يوجه التركيز إلى الجانب الجيد والطيب لدى المسيء.

ثانياً: جودة الحياة: Quality of life

زاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزا

من الجانب السلبي، وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك (جبر جبر،٢٠٠٥)

اختلف الباحثون حول مفهوم جودة الحياة، وتعددت المؤشرات التي أشار إليها الباحثون عن جودة الحياة، وعادة ما يتم تعريفا في ضوء بعدين أساسيين لكل منهما مؤشرات معينة، وهما البعد الموضوعي، والبعد الذاتي، إلا أن غالبية الباحثين ركزوا على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لجودة الحياة ويتضمن البعد الموضوعي لجودة الحياة مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل أوضاع العمل الأكاديمية، ومستوى الدخل والمكانة الاجتماعية، والاقتصاد، وحجم المساندة المتاح من شبكة العلاقات الاجتماعية، والتعليم، ومع ذلك أظهرت نتائج البحوث أن التركيز على المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة لا يسهم إلا في جزء صغير من التباين الكلي لجودة الحياة.

ومن هنا تشير ناهد صالح (١٩٩٠: ٥٨) إلى أن البعد الموضوعي لجودة الحياة لا يعني بالضرورة تحسنا لنوعية الحياة، ولا يدل على أن المجتمع انتقل إلى حالة أفضل، أو أن الأفراد قد أصبحوا أكثر سعادة ورضا عن حياتهم.

ويتفق العارف بالله الغندور (١٩٩٩: ٢٢) مع ما سبق في أن المشتغلين بالبحث في العلوم الإنسانية يركزون على حقيقة مؤداها أن المؤشرات الموضوعية بكل مظاهرها المادية القابلة للرصد والقياس لم تعد كافية للتعبير عن نوعية الحياة بمعناها الدقيق، فالبحوث التي تركز على الجوانب الموضوعية لا تقدم إلا القليل جدا فيما يتعلق بجودة أو نوعية الحياة المدركة بالنسبة للفرد. ومن هذا المنطلق التفسيري لجودة الحياة بدأ البحث في الجانب الآخر عن محددات هي أقرب للمحددات الذاتية من المؤشرات الموضوعية المتعارف عليها حيث بدأ البحث عن نوعية الحياة المدركة، كما يدركها الفرد نفسه.

ويشير كلاً من تايلور وبوجدان (Taylor & Bogdan, 1990: 11) إلى أن جودة الحياة ليس لها معنى إلا من خلال إدراك الفرد ومشاعره وتقييماته لخبراته الحياتية، ولذا تكمن جودة الحياة داخل الخبرة الذاتية للشخص.

ويرى كل من جيلمان وآخرين (Gilman, et al, 2004: 144) أن جودة الحياة بالمعنى الكلي تنظم وفقا لميكانيزمات داخلية، وبالتالي يتعين على الباحثين التركيز على المكونات الذاتية لجودة بما يتضمن من التقدير الذاتي عن الاتجاه نحو الحياة بصفة عامة، وتصورات وإدراك الفرد لعالم الخبرة الذي يتعامل فيه، ونوعية طموحاته ومستواها.

أما عبد المعطي فيعرف جودة الحياة بأنها: "تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد، وتقييمه للنواحي المادية المتوافرة في حياته، ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة، ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية (حسن عبد المعطي، ٢٠٠٥، ١٧)

وترى فوقية السيد ومحمد سعيد (٢٠٠٦: ٢٠٤- ٢٠٥) إن جودة الحياة تتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية، والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومتضمنات حياته، وشعوره بالسعادة، وصولا إلى العيش في حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم المساندة في المجتمع.

وفي هذا السياق أشارت (Gillison, et al., 2008) إلى أن جودة الحياة تعتبر مجال مهم في البحث خلال فترة المراهقة، ويرجع ذلك لارتباطها بالصحة البدنية والعقلية والنفسية، وظهور سلوكيات محفوفة بالمخاطر ويعتبر الانتقال من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة الثانوية هو الوقت الذي يشكل تهديدا خاصة لجودة الحياة

وتؤكد سناء جسام (٢٠٠٩) بأن جودة الحياة هي درجة رضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشتمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي- النشاطات، ومدى انجاز الفرد للمواقف.

يتضح مما سبق أن العنصر الأساسي في جودة الحياة هي العلاقة الانفعالية بين الفرد وبيئته، هذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر الفرد، ومدركاته فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية تمثل المخرجات التي تظهر من خلال نوعية حياة الفرد، ومن ثم يمكن النظر إلى مفهوم جودة الحياة من خلال إحساس الفرد بالرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها، وتحقيق الذات، وإدراك الفرد لقيمة الحياة التي يحياها، ومن ثم فإن جودة الحياة تمثل شعورا شخصيا للفرد بالرغم من تأثر جودة الحياة في بعض الإمكانات المادية إلا أن العوامل الذاتية هي المؤثر الأكبر في الشعور بجودة الحياة.

ومن خلال ما سبق فإننا نستطيع أن نقول أنه يقصد بجودة الحياة في البحث الحالي درجة إحساس الفرد بالكفاءة وإجادة التعامل مع التحديات، وحسن الحال، وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، والاستماع بالبيئة التي تحيط بالفرد، كما تعرف جودة الحياة إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطلاب المشاركين في المقياس

المستخدم في هذا البحث، والذي يهدف إلى قياس مستوى جودة الحياة لدى طلاب من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز.

أبعاد جودة الحياة:

ومن خلال التعريفات المتعددة لهذا المفهوم يمكن تمييز ثلاثة أبعاد لجودة الحياة:

١-**جودة الحياة الموضوعية:** وتشمل هذه الفئة الجوانب الاجتماعية لحياة الأفراد والتي يوفرها المجتمع من مستلزمات مادية.

٢- **جودة الحياة الذاتية:** ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة، وشعور الفرد بجودة الحياة.

٣-جودة الحياة الوجودية: وتمثّل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد، واستطاعته العيش بتوافق روحي ونفسي مع ذاته ومع مجتمعه (حسن عبد المعطي، ٢٠٠٥، ٢٠)

مقومات جودة الحياة:

تتمثّل مقومات جودة الحياة في حالة المعافاة الكاملة بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً. ووفقا لتعريف منظمة الصحة العالمية فإن للصحة عناصر عدة هي:

الصحة الجسدية: القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية وحالة مثلى من اللياقة البدنية.

الصحة النفسية: القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب أو تردد.

الصحة الروحية: وهي صحة تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للحصول على سلام مع النفس.

الصحة العقلية: وهي صحة تتعلق بالقدرة على التفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية، وقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها.

الصحة الاجتماعية: وهي القدرة على إقامة العلاقات مع الآخرين والاستمرار بها والاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم.

الصحة المجتمعية: وهي القدرة على إقامة العلاقة مع كل ما يحيط بالفرد من مادة وأشخاص وقوانين وأنظمة.

المؤشرات الدالة على الشعور بجودة الحياة:

حدد فالوفيلد ((Fallowfield,1990، عدد من المؤشرات الدالة على شعور الفرد بجودة الحياة من عدمه من أهمها ما يلي:

١-الإحساس بجودة الحياة: حالة شعورية تجعل الفرد يرى نفسه قادرا على إشباع حاجاته المختلفة (الفطرية والمكتسبة) والاستمتاع بالظروف المحيطة به.

٢-المؤشِّرات النفسية: وتتبدى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

٣-المؤشِّرات الاجتماعية وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

٤-المؤشِّرات المهنية: وتتمثل في رضا الفرد عن مهنته وحبه لها، والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.

٥-المؤشِّرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، والتعايش مع الآلام، والنوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية.

ثالثاً: العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

يُعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية Big Five Personality Factorsمن أهم النماذج وأحدثها التي فسرت سمات الشخصية ((Goldberg,1993 وهذا النموذج الهرمي يتكون من خمسة عوامل رئيسية هي:

(١) المقبولية (agreeableness) A ويعكس هذا العامل كيفية التفاعل مع الآخرين، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد يكونون أهل ثقة ويتميزون بالود والتعاون والإيثار والتعاطف والتواضع والحرص والمحافظة ويحترمون مشاعر وعادات الآخرون، بينما تدل الدرجة المنخفضة على العدوانية وعدم التعاون٠ وحدد Costa & McCare (1995) السمات المميزة للمقبولية في الثقة، والاستقامة والإذعان أو القبول، والتواضع، واعتدال الرأي.

(٢) الضمير الحي (Conscientiousness)C ويشمل المثابرة والتنظيم لتحقيق الأهداف المرجوة، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الفرد منظم ويؤدى واجباته باستمرار وبإخلاص، بينما الدرجة المنخفضة تدل على أن الفرد أقل حذراً وأقل تركيزاً أثناء أدائه٠ وحدد(1995) Costa & McCare

السمات المميزة للأفراد ذوى الضمير الحي في الاقتدار والكفاءة، مناضلين فى سبيل الإنجاز، التأني أو الروية، ضبط الذات ٠ كما يتميزون بالأمانة، والإيثار، والتسامح، والتعاطف، والتعاون، والتواضع، والجدية، والدقة، والرحمة، والصدق، والوفاء

(٣) الانبساطية (Extraversion) E وتشمل التفضيل للمواقف الاجتماعية والتعامل معها، والاستقلالية، والتفتح الذهني، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد مرتفعي الانبساطية يكونون نشطين ويبحثون عن الجماعة، بينما تدل الدرجة المنخفضة السمات على الانطواء، والهدوء، والتحفظ ٠ وحدد(1995) Costa & McCare السمات المميزة لهؤلاء الأفراد في الدفء والمودة، والاجتماعية، وتوكيد الذات، والنشاط، والبحث عن الإثارة، والانفعالات الإيجابية.

(٤) العصابية (Neuroticism) N وتعنى الميل إلى الأفكار والمشاعر السلبية أو الحزينة، فالدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد يتميزون بالعصابية فهم أكثر عرضة لعدم الأمان، والأحزان بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يتميزون بالاستقرار الأنفع إلى، وأكثر مرونة، وأقل عرضه للأحزان وعدم الأمان٠ وحدد Costa & McCare (1995)السمات المميزة لهؤلاء الأفراد في القلق، والغضب والعدائية والاكتئاب، والشعور بالذات، والاندفاع، والانعصاب، وعدم القدرة على تحمل الضغوط ٠

(٥) الانفتاح على الخبرة (Openness to Experience)O وتعنى النضج العقلي والاهتمام بالثقافة، والتفوق، وحب الاستطلاع، وسرعة البديهة، والسيطرة، والطموح، والمنافسة، والدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد خياليون، ابتكاريون، يبحثون عن المعلومات بأنفسهم، بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يولون اهتماماً أقل بالفن، وأنهم عمليون في الطبيعة. وحدد(1995) Costa & McCare السمات المميزة لهؤلاء الأفراد في: الخيال، والاستقلالية في الحكم، والقيم، والمشاعر، والأفكار. وتتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على كل عامل على حدة في قائمة العوامل الخمسة الكبرى من إعداد ((Goldberg,1998 وتعريب السيد أبو هاشم (٢٠١٠)

دراسات سابقة وفروض الدراسة:

أولاً: دراسات تناولت العفو وعلاقته ببعض المتغيرات

ثالثاً: دراسات تناولت جودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات

ثالثاً: دراسات تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بـــبعض المتغيرات

أولاً: دراسات تناولت العفو وعلاقته ببعض المتغيرات:

أجرى كل من نيتو ومولييه (Neto &Mullet, 2004)دراسة هدفا منها التعرف على العلاقة بين العفو وبعض أبعاد الشخصية) تقدير الذات، الخجل، الوحدة، الشعور بالحرج، الاستقلال عن آخرين والاعتماد على آخرين (، أما عينة الدراسة فكانت مكونة من (٣٩٧) طالب من طلاب الكلية .واستخدما في هذه الدراسة المقاييس التالية: مقياس تقدير الذات، ومقياس العفو، ومقياس الخجل، ومقياس الشعور بالإحراج، ومقياس الاعتماد والاستقلال عن آخرين، ومقياس الوحدة .وأظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين يكونون أكثر شعورا بالإحراج يكونون أكثر حساسية للظروف التي تحصل فيها الإساءة، في حين لم تكن هناك علاقة دالة بين تقدير الذات وأبعاد العفو الثلاثة(استمرارية الغضب، الرغبة في العفو، الحساسية للظروف (، ومن النتائج أيضا التي تم التوصل إليها أن الأفراد الذين أظهروا استقلالية أكثر عن آخرين كانوا اقل رغبة في العفو، أما الأفراد الأكثر ارتباطا بآخرين كانوا أكثر ميلا للعفو، والأفراد الذين كانوا أكثر خجلا كانوا أكثر حساسية للظروف المحيطة للإساءة الموجهة إليهم.

كما تناولت دراسة براون (2004) Brown العلاقة بين الميل للعفو والنزعة للانتقام والنرجسية، وقد أجريت الدراسة على عينة قدرها (٧١١) طالبا وطالبة، وتوصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج منها: وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين النزعة للعفو والنزعة للانتقام، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة بين النرجسية والنزعة للانتقام، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة بين تقدير الذات والنزعة للعفو، أما عن الفروق بين الجنسين فقد أكدت النتائج وجود فروق دالة لصالح الذكور في النزعة للانتقام، ولصالح الإناث في النزعة للعفو.

كما أجرى كل من ثومبسون وآخرين ((Thompson, et.al,2005 دراسة اهتمت بالتعرف على تأثير العفو بأبعاده الفرعية (العفو عن الذات، العفو عن الآخرين، العفو العام) على كل من الصحة النفسية والسعادة. وتكونت العينة من (٥٠٤) طالباً وطالبة طُبق عليهم مقياس العفو لثومبسون (٢٠٠٥) ومقياس الرضا عن الحياة لدينر

وآخرين (١٩٨٥) بالإضافة إلى مقياس الاكتئاب لرادلوف (١٩٧٧) ومقياس الغضب لسبيبلرجر (١٩٨٣) وأكدت النتائج على وجود ارتباط دال بين العفو بأبعاده والرضا عن الحياة كمكون معرفي للسعادة، وأن العفو عن الآخرين كان مُنبئاً بالرضا عن الحياة، بينما كان الارتباط غير دال بين العفو عن الذات والرضا عن الحياة، وأن الارتباط كان سالباً بين العفو العام وكل من الاكتئاب والغضب.

أما الدراسة التي أجراها كل من لولير وبيفيري Lawler & Piferi (2006) فقد هدفت إلى دراسة الشخصية التي تتصف بالنزعة للعفو، ودور بعض العوامل الوسيطة في العلاقة بين العفو والصحة النفسية كالقلق والاكتئاب والتدين والرضا عن الحياة، وقد أجريت على عينة قدرها (١٧٥) من الراشدين الذكور والإناث، وقد توصلت إلى عدة نتائج من أهمها: أن الأفراد الأعلى عفوا أقل اكتئابا وقلقا وأكثر تدينا وإحساسا بالسعادة والصحة النفسية، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين العفو والعمر الزمني، حيث يزداد العفو مع التقدم في العمر الزمني، مع وجود فروق دالة إحصائيا في العفو بين الجنسين لصالح الإناث.

في حين قام سوارتونو وبراوستي ومولیه Suwartono, Prawasti, & Mullet (2007) بإجراء دراسة هدفت إلي الكشف عن تأثير العوامل الثقافية على أبعاد العفو، وقد أجريت الدراسة على عينتين أحداهما فرنسية وقدرها (٧٠١) طالبا وطالبة، والأخرى اندونيسية وقدرها (٣٧٤) طالبا وطالبة وقد توصلت الدراسة إلي وجود فروق دالة في بعد استمرار الشعور بالاستياء لصالح الطلاب الفرنسيين، ولصالح الاندونيسيين في بعد الحساسية للظروف وبعد الرغبة في العفو، في حين لم توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في أبعاد العفو، كما لم توجد فروق بين الطلاب الأصغر سنا والأكبر سنا في أبعاد العفو.

كما قام كل من عبد المنعم السيد ونبيلة شراب (٢٠٠٨) بإجراء دراسة استهدفت معرفة العلاقة بين العفو والضبط الانتباهي والذكاء الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، وكذلك الكشف عن الفروق في متغيرات الدراسة تبعا لاختلاف النوع والعمر الزمني، وتكونت عينة الدراسة من (٧١٠) طالبا وطالبة من أقسام مختلفة بكلية التربية بالعريش، واستخدم الباحثان في دراستهما مقياس العفو لموليه (٢٠٠٧) وتعريب وتقنين عبد المنعم السيد (٢٠٠٨) ومقياس مهام الضبط الانتباهي لنبيلة شراب (٢٠٠٨)، ومقياس الذكاء الاجتماعي لجيني (٢٠٠٦) تعريب وتقنين عبد المنعم السيد (٢٠٠٨)، وقد انتهت الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطيه بين أبعاد العفو والأداء على مهام الضبط الانتباهي، في حين توجد علاقة ارتباطيه سالبة ودالة إحصائيا بين بعد استمرار الشعور بالاستياء في العفو وبين بعدي المهارات الاجتماعية والوعي الاجتماعي في الذكاء الاجتماعي، كما توجد علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا بين

بعد الحساسية للظروف وبعد المهارات الاجتماعية في الذكاء الاجتماعي، كما أنه لم توجد علاقة ارتباطيه بين بعد الرغبة في العفو وأبعاد الذكاء الاجتماعي، كما أنه ظهرت فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في استمرار الشعور بالاستياء لصالح الذكور، وفي الحساسية للظروف والرغبة في العفو لصالح الإناث، غير أنه لم توجد فروق دالة إحصائيا في أبعاد الذكاء الاجتماعي ومهام الضبط الانتباهي تبعا لاختلاف النوع، كما وجدت فروق دالة إحصائيا في مهام الضبط الانتباهي لصالح الأكبر سنا، إلا أنه لم توجد فروق دالة في كل من الذكاء الاجتماعي والعفو تبعا لاختلاف العمر الزمني.

كما أجرى جياكوما ((Giacoma,2008 دراسة عن تأثير العفو في التخفيف من المشاعر السلبية وزيادة الشعور بالسعادة النفسية، وتكونت العينة من (٢٩٢) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية، استخدمت معهم عدة مقاييس لتحقيق أهداف الدراسة منها مقياس الاتجاه نحو العفو، مقياس الرضا عن الحياة ومقياس العصابية – المقبولية، ومقياس الاكتئاب. وتبين من نتائج الدراسة أن الاتجاه نحو العفو ارتبط سلبياً بالعصابية والاكتئاب بينما ارتبط ايجابياً بالمقبولية والرضا عن الحياة، وكان العفو مُنبئاً قوياً بالرضا عن الحياة، وأن الفروق في العفو كانت لصالح الإناث بينما لم توجد فروق دالة بين الجنسين في الرضا عن الحياة.

كما أجرى السيد منصور (٢٠٠٩) دراسة بعنوان العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٣٠) طالب وطالبة من قسم التربية الخاصة بجامعة الطائف بواقع (١٦٠ طالبة)، (١٧٠ طالباً) وقد تبين من نتائج الدراسة ما يلي:

– وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلاب والطالبات في العفو عبر المواقف والدرجة الكلية للعفو وكانت الفروق في صالح الذكور.

– وجود فروق دالة إحصائيا في العفو بين أفراد عينة الطلاب الذين يقطنون في الريف والذين يقطنون في الحضر لصالح الطلاب الذين يقطنون في الحضر.

– وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية للعفو والرضا عن الحياة.

– يُنبئ بُعد العصابية والمزاج الغاضب بالعفو عبر المواقف، كما يُنبئ حالة الغضب والمقبولية والسعادة بالعفو عن الذات.

– تُنبئ السعادة والعصابية والمقبولية وحالة وسمة الغضب بالدرجة الكلية للعفو.

كما أجرى كل من إجان وتدروف ((Egan& Todorov,2009 والتي اهتمت بدراسة العفو كأسلوب لمواجهة العنف في ضوء بعض سمات الشخصية، وتكونت العينة من (٣٥٤) طالباً وطالبة من المدارس الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من

أهمها أنه يرتبط العفو بأبعاده الفرعية ارتباطاً سلبياً بكل من العصابية والعنف، وعدم وجود ارتباط دال بين العفو عن الذات والمقبولية الاجتماعية، ووجود ارتباط سلبي دال بين سلوك العنف ويقظة الضمير، كما تفوق الإناث على الذكور في العفو بينما كانت الفروق دالة في العنف لصالح الذكور.

كما أجرى سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) دراسة بعنوان العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٤) طالباً وطالبة من الشعب المختلفة بالفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية بجامعة طنطا، وقد بلغ المتوسط العمري لطلاب الفرقة الأولى ١٧,٢ وانحراف معياري ٢,٣٢ بينما بلغ متوسط العمر الزمني لطلاب الفرقة الرابعة ٢٠,٧ وانحراف معياري ١,٥٦. وتضمنت الدراسة مجموعة من الأدوات مثل مقياس العفو، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ومقياس السعادة. وقد أكدت النتائج على ما يلي:

١-توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبين العفو بأبعاده الفرعية.

٢- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين العفو بأبعاده الفرعية وبين الشعور بالسعادة

٣- لا يوجد تأثير دال إحصائيا لمتغيري السن والنوع والتفاعل بينهما على متغيرات كل من العفو والشعور بالسعادة لدى عينة الدراسة.

٤-توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلاب مرتفعي العفو ومنخفضي العفو في السعادة لصالح مرتفعي العفو.

٥-تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في تفسير التباين في درجة العفو لدى أفراد عينة الدراسة.

٦-تُسهم أبعاد العفو في تفسير التباين في درجة الشعور بالسعادة لدى أفراد عينة الدراسة.

كما أجرت إيمان الدوسري (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى معرفة درجة كل من العفو بأبعاده المختلفة وانفعال الغضب كحالة وسمة لدى طالبات جامعة أم القرى، ومعرفة مقدار واتجاه العلاقة بين العفو بأبعاده المختلفة وانفعال الغضب كحالة وسمة لدى طالبات جامعة أم القرى. ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة بتطبيق مقياس العفو من إعداد موليهMullet (٢٠٠٧) وترجمة وتقنين الباحثة، ومقياس الغضب كحالة وكسمة لسبيلبرجر ولندن ترجمة وتقنين محمد عبد الرحمن وفوقية عبد الحميد (١٩٩٨)، على عينة عشوائية بلغت (١٢٤) طالبة من طالبات جامعة أم القرى فرع الزاهر، وللإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من فرضياتها استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وقامت الباحثة باستخدام عدد من الأساليب الإحصائية

المناسبة لتساؤلات وفرضيات البحث، وشملت تلك الأساليب على الأساليب الإحصائية الوصفية، ومعامل ارتباط بيرسون وجاءت نتائج الدراسة كالتالي:

-أن هنالك انخفاضا في درجة بعد استمرارية الشعور بالاستياء لدى عينة الدراسة، في حين ترتفع درجة بعد الحساسية للظروف، أما بالنسبة لدرجة بعد الرغبة في العفو لدى عينة الدراسة فهي درجة معتدلة.

-أن هنالك انخفاضا في درجة الغضب كحالة والغضب كسمة لدى عينة الدراسة.

-وجود علاقة ارتباطيه ايجابية منخفضة جدا ذات دلالة إحصائية بين العفو (بعد استمرار الشعور بالاستياء) وانفعال الغضب كحالة وكسمة.

-عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين العفو) بعد الحساسية للظروف) انفعال الغضب كحالة وكسمة.

-وجود علاقة ارتباطيه سالبة منخفضة جدا ذات دلالة إحصائية بين العفو (بعد الرغبة في العفو) وانفعال الغضب كحالة وكسمة.

ثانياً: دراسات تناولت جودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات

أجرت فوقية أحمد عبد الفتاح ومحمد حسين سعيد (٢٠٠٦) بحثا عن العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية والمنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، وتكونت مجموعة البحث من (١٠٠) تلميذ وتلميذة بالصف السادس الابتدائي مقسمين إلى (٥٠) تلميذا عاديا (٥٠) تلميذا ذوي صعوبات التعلم، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم في جودة الحياة لصالح التلاميذ العاديين، كما وجد اختلاف في مستوى جودة الحياة لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم باختلاف مستوى دخل الأسرة لصالح الأسرة ذات الدخل المرتفع، ولم توجد فروق دلالة بين متوسط درجات التلاميذ في مقياس جودة الحياة بالنسبة لمتغير السن.

وحاول جابر عيسى وربيع رشوان (٢٠٠٦) دراسة الذكاء الوجداني وتأثيره في التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي والصف الأول والثاني الإعدادي، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة بين متوسط درجات الذكور والإناث في التعبير عن الانفعالات لصالح الإناث، بينما وجدت فروق في تنظيم الانفعالات لصالح الذكور، ولم توجد فروق دالة بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الذكاء الوجداني وأبعاد الإدراك الانفعالي والتعاطف واستخدام الانفعالات، وعدم وجود فروق دالة بين متوسطات درجات المجموعة العمرية المختلفة في الرضا عن الحياة كما أوضحت النتائج عدم وجود تأثير دال للتفاعل بين العمر والنوع على

الرضا عن الحياة، أو بين العمر والنوع في الذكاء الوجداني إلا في بعد التعبير عن الانفعالات.

وأجرى على كاظم ومحمد البهادلي (٢٠٠٦) دراسة استهدفت معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان والجماهيرية الليبية، ودور متغير البلد والنوع والتخصص الدراسي في جودة الحياة. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب جامعي (١٨٢) من ليبيا، و (٢١٨) من عمان، وتبين من نتائجها أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين، هما جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، ومتوسطاً في بعدين، هما جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفضاً في بعدين هما جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي. كما أشارت النتائج إلى وجود فرق دال إحصائياً في متغير البلد والنوع، وبين النوع والتخصص.

كما أجرى كما أجرى السيد كمال الشربيني (٢٠٠٧) دراسة بعنوان: جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والقلق. وتكونت العينة من (٤٠٣) منهم (٢٩٠) ذكور (١١٣) إناث من طلاب كلية التربية. وتضمنت الأدوات: مقياس جودة الحياة (إعداد الباحث)، مقياس الذكاء الانفعالي (إعداد: سيلجمان محمد وعبد الفتاح رجب، ٢٠٠٢)، مقياس سمة ما وراء المزاج للمراهقين والراشدين (إعداد: بتر سالوفي وآخرون، ١٩٩٥)، قائمة العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية (إعداد: توم بوتشانان، ٢٠٠١)، قائمة القلق الحاد –السمة (إعداد: سبيلرجر وآخرون، ١٩٨٣). وأكدت نتائج الدراسة على ما يلي:

– وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الطلاب الإناث والذكور في أبعاد مقياس جودة الحياة: علاقات إيجابية مع الأسرة، علاقات إيجابية مع الآخرين، الرضا الأكاديمي، والدرجة الكلية.

– وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الطلاب القسم العلمي والأدبي في أبعاد مقياس جودة الحياة: الدفة والاستمتاع بالحياة، والرضا الأكاديمي، والدرجة الكلية.

– وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الطلاب تبعا لاختلاف أعمارهم الزمنية في بعدي الرضا عن الحياة، وعلاقات إيجابية مع الآخرين.

– وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلاب منخفضي ومرتفعي جودة الحياة في متغيرات الدراسة

– وجود علاقات ارتباطيه دالة إحصائيا بين درجات الطلاب في أبعاد مقياس جودة الحياة ومتغيرات الدراسة

- تباين الإسهامات النسبية لأبعاد متغيرات الدراسة في أبعاد مقياس جودة الحياة، وكذلك لأبعاد متغيرات الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة.

كما حاول (Barry, et al, 2007) بحث مشروع جودة الحياة الأسرية الدولية لتطوير مفهوم جودة الحياة الأسرية وتطوير أدوات وطرق جمع معلومات منظمة مبنية على منطق معرفة الحياة الأسرية المشاركة، وتكونت المجموعة من (٣٠٠) فرد، وتوصلت النتائج إلى تحول حديث لجودة الحياة الأسرية ويركز هذا التحول الجديد على تسعة مناطق للحياة الأسرية، هي الصحة والمال والعلاقات الأسرية والدعم من الأناس الآخرين وأثر القيم والمستقبل والتخطيط له والترفيه والتفاعل المجتمعي واستطلع الباحثون معرفة علاقة كل من هذه المناطق مع عدة مفاهيم هي الأهمية، والبداية والاستقرار والرضا.

كما اهتم (Peraira, et al., 2008) ببحث أثر البيئة والدعم الأسري على التمسك بالعلاج وجودة الحياة لدى البالغين المصابين بمرض السكر لدى مجموعة قوامها (١٥٧) مريضا، وتوصلت النتائج إلى أن الدعم والبيئة الأسرية المنظمة من تماسك أسري عال له إيجابيات مضمونة بتمسك أفضل للعلاج وسيطرة على المرضي جودة حياة أعلى.

وبحث (Gillison, et al., 2008) التغيرات في جودة الحياة والحاجة إلى الرضا النفسي بعد الانتقال إلى المدرسة الثانوية، وتكونت المجموعة من (٦٣) طالبا، وتوصلت النتائج إلى تسجيل تحسن في جودة الحياة، كما ظهر تحسن في إشباع الاحتياجات للحكم الذاتي والقدرة على الاتصال بالآخرين في حين لم يوجد تحسن في الكفاءة، كما أسفرت النتائج عن أن الدعم لتلبية الاحتياجات للحكم الذاتي والقدرة على الاتصال بالآخرين من شأنه أن يوفر الطريق الأكثر نجاحا لتعزيز جودة الطالب للانتقال إلى المدارس العليا.

وحاول عبد العزيز سليم (٢٠٠٩) بحث فاعلية برنامج علاجي في خفض حدة الإعاقة النوعية للغة وتحسين جودة الحياة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتكونت المجموعة من (٣٠) تلميذا وتلميذة، وتم تقسيمهم إلى (١٥) تلميذا كمجموعة تجريبية، و (١٥) تلميذا كمجموعة ضابطة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في شدة الإعاقة النوعية للغة لصالح المجموعة التجريبية، كما وجدت فروق دالة بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في جودة الحياة النفسية لصالح المجموعة التجريبية.

وأجرى (Singh & Dixit, 2010) بحثا هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والصحة ودور العوامل النفسية مثل إدراك الألم وإدراك العواقب الاجتماعية والشخصية والعاطفية والمالية المواكبة للمرضى والدعم الاجتماعي، وأشارت النتائج

إلى وجود علاقة إيجابية بين الصحة وجودة الحياة كما أشارت النتائج إلى تأثير العوامل النفسية على جودة الحياة.

وهدف بحث (Baumann, et al., 2011) إلى معرفة ارتباط جودة الحياة النفسية بتوظيف المهارات الأكاديمية بين الطلاب، والمكونة من (٣٥٥) طالبا من طلاب السنة الأولى، وتوصلت النتائج إلى ارتباط جودة الحياة النفسية باكتساب مهارات تزيد فرص العمل لدى الكليات التي تمد بدورات مهنية تطبيقية متخصصة، واستخدمت كمؤشرات رئيسية لتعزيز البرامج الموجهة نحو الإرشاد وتحسين البيئة الاجتماعية والخدمات المساعدة في عمل الجامعة وتسهيل إنجاز المشاريع المهنية المستقبلية.

وأجرت رغداء نعيسة (٢٠١٢) دراسة بعنوان جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، استهدفت التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين حسب متغيرات البلد المحافظة دمشق واللاذقية، والنوع الاجتماعي ذكر، أنثى) والتخصص (علوم نظرية، علوم تطبيقية)، للتعرف على جودة الحياة لدى عينة من هاتين الجامعتين .وقد تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة من إعداد منسي وكاظم (٢٠٠٦) بلغ عدد أفراد العينة ككل (٣٦٠) طالباً بينهم (١٨٠) طالباً من طلبة جامعة دمشق، و (١٨٠) طالباً من طلبة جامعة تشرين .ومن أهم النتائج، وجود مستوى متدنٍ من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين، والتأثير المشترك للمتغيرات الديموغرافية الثلاثة معا في جودة الحياة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

وأجرت سمية جميل وداليا عبد الوهاب (٢٠١٢) دراسة بعنوان جودة الحياة في ضوء بعض الذكاءات المتعددة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية من تخصصات مختلفة، استهدفت معرفة التفاعل بين متغيري النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص (علمي/ أدبي) في أبعاد جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية، معرفة التفاعل بين متغيري النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص (علمي/ أدبي) في الذكاءات المتعددة (الذكاء المنطقي الرياضي- الذكاء اللغوي- الذكاء البصري المكاني) لدى طلاب المرحلة الثانوية، معرفة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة الأكاديمية والذكاءات المتعددة (الذكاء المنطقي الرياضي- الذكاء اللغوي- الذكاء البصري المكاني) لدى طلاب المرحلة الثانوية. وتكونت العينة من (١٧٤) منهم (٩٦) طالبا، (٧٨) طالبة، (٨٥) طالبا وطالبة من القسم العلمي، (٨٥) طالبا وطالبة من القسم الأدبي، وقد تبين امن النتائج ما يلي:

- توجد فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الثانوية العامة.

- توجد فروق بين طلاب القسم العلمي والقسم الأدبي في جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الثانوية العامة.

- يوجد تفاعل دال بين النوع (ذكور/ إناث) والتخصص (علمي/ أدبي) لدى طلاب الثانوية العامة في جودة الحياة الأكاديمية.

- توجد فروق بين الذكور والإناث في الذكاءات المتعددة (الذكاء المنطقي الرياضي- الذكاء البصري المكاني- الذكاء اللغوي) لدى طلاب الثانوية العامة.

- توجد فروق بين طلاب القسم العلمي والقسم الأدبي في الذكاءات المتعددة (الذكاء المنطقي الرياضي- الذكاء البصري المكاني- الذكاء اللغوي) لدى طلاب الثانوية العامة.

- يوجد تفاعل دال بين النوع (ذكور/ إناث) والتخصص (علمي/ أدبي) في الذكاءات المتعددة.

- توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة الأكاديمية والذكاءات المتعددة (الذكاء المنطقي الرياضي، الذكاء المكاني البصري- الذكاء اللغوي) لدى طلاب الثانوية العامة.

ثالثاً: دراسات تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

أجرى كل من هاجبرج وآخرون ((Hagberg & et. al 2001 دراسة على عينة مكونة من (١٠٠) فرد منهم (٥٠) من الذكور، (٥٠) من الإناث طبق عليهم مقياس جودة الحياة LGC Quality of Life ويشتمل الرضا عن الحياة الحالية والسعادة النفسية، والجودة مدى الحياة، والتوافق مع التغيرات البيئية، والصحة العامة، والعلاقات مع الآخرين، والأنشطة الاجتماعية. وقائمة جوردن للشخصية وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين السعادة النفسية وعوامل الشخصية في قائمة جوردن انحصرت بين (٠,٢٤) للاجتماعية (٠,٥٤) للاستقرار الانفعالي وأن عوامل الشخصية تفسر من (٣١%) إلى (٣٢%) من التباين في مستويات السعادة النفسية لدى الأفراد.

وبحثت دراسة كل من سومر وآخرون (Sumer & et al. (2005 خصائص الشخصية كمنبئات بالسعادة النفسية لدى عينة مكونة من (١٤٢٨) فرداً يعملون بالقوات المسلحة التركية، متوسط أعمارهم (٣٣,١١) سنة طبق عليهم قائمة الشخصية للعمل الخاص وقائمة الصحة العقلية العامة لتقييم مستوى السعادة النفسية العامة لديهم، أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين خصائص الشخصية والصحة العقلية .وأن هذا الارتباط موجب مع كل من (الثقة بالذات – الاستقرار الانفعالي – التكيف –

الانضباط الذاتي – المقبولية)، وسالب مع كل من (القلق – العدوانية – الاكتئاب – الرهاب الاجتماعي)

وتناول كل من برميت وآخرين Brummett & et al. (2007) العلاقة بين السعادة النفسية والشخصية لدى (١٢٤) طالباً وطالبة بالجامعة، منهم (٣١) طالباً، (٩٣) طالبة متوسط أعمارهم (٢٣,٤٦) سنة طبق عليهم استبيان التوجه المتنوع – العالمي للمظاهر المعرفية والانفعالية والعاطفية والاجتماعية، وقائمة العلاقات البين شخصية – النفسية الاجتماعية وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين سمات الشخصية والسعادة النفسية انحصرت قيمته بين (٠,٢١، ٠,٤١) وأن سمات الشخصية تسهم بنحو إلى النفسية فقد تباينت بدرجة ملحوظة (٢٧%) من التباين في السعادة النفسية لدى الأفراد.

وهدفت دراسة كل من روميروا وآخرين Romero & et al. (2009) إلى التحقق من النموذج البنائي للعلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، الضمير الحي) والسعادة، الانفعالات الموجبة، الانفعالات السالبة، والرضا عن الحياة والأهداف في الحياة وتكونت العينة من (٤٠٥) فرداً، منهم (١٥٨) من الذكور، (٢٤٧) من الإناث، متوسط أعمارهم (٨٧.٣١) سنة طبق عليهم قائمة كوستا وماكري للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس الانفعالات الموجبة والسالبة ومقياس الرضا عن الحياة وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين العصابية ومكونات السعادة انحصرت قيمته بين (-٠,٣٦، – ٠,٥٧) بينما كان هذا الارتباط موجب مع الانفعالات السالبة (٠,٥٤) ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الانبساطية وبعض مكونات السعادة انحصرت قيمته بين (٠,٣٤، ٠,٤٣) بينما كان هذا الارتباط سالب مع الانفعالات السالبة (- ٠,١٩)، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الانفتاح على الخبرة والانفعالات الموجبة (- ٠,١٢) بينما لم يوجد ارتباط مع المكونات الأخرى للسعادة، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين المقبولية وكل من الرضا عن الحياة، والأهداف في الحياة، والدرجة الكلية للسعادة انحصرت قيمته بين (٠,١٧، ٠,٢٠) بينما كان الارتباط سالب مع الانفعالات السالبة (- ٠,١٢) ولم يوجد ارتباط مع الانفعالات الموجبة. ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الضمير الحي وبعض مكونات السعادة انحصرت قيمته بين (٠,١٩، ٠,٢٨)، بينما كان هذا الارتباط سالب مع الانفعالات السالبة. وأن إسهام العصابية في السعادة سالب وقيمته (٠,١٩، ٠,٢٨)، بينما إسهام كل من الانبساطية والضمير الحي (٠,١٩، ٠,٢٣) على الترتيب.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من عرض الدراسات السابقة تنوع هذه الدراسات وأن منها ما ركز على جودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات، بينما ركز بعض منها على العوامل الخمسة للشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات، في حين ركزت دراسات أخرى على متغير العفو، بيد أنه رغم تنوع هذه الدراسات إلا أنه لا توجد دراسة من هذه الدراسات ربطت بين متغيرات الدراسة الحالية الثلاث وهو ما يميز هذه الدراسة، إلا أن هذا لا يمنع من استفادت هذه الدراسة من تلك الدراسات خاصة في الإطار النظري وبعض الإجراءات المنهجية.

فروض الدراسة:

طبقاً للإطار النظري والدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث وأهدافه وأدواته، أمكن للباحث صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

١. توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.

٢. توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العفو وجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز.

٣. تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بالعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

٤. تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

٥. يُسهم العفو في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة.

٦. توجد فروق دالة إحصائياً بين عينة الدراسة في العفو باختلاف السن والنوع.

٧. توجد فروق دالة إحصائياً بين عينة الدراسة في جودة الحياة باختلاف السن والنوع.

المنهج والإجراءات:

أولاً: المنهج

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي ألارتباطي المقارن لتحديد الفروق بين عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز، والتعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاثة.

ثانياً: العينة

من منطلق أهداف الدراسة الحالية وأهميتها وفروضها وأدواتها تكونت عينة الدراسة الحالية من مجموعتين إحداهما مجموعة الطلاب والأخرى مجموعة الطالبات وذلك على النحو التالي:

أ-**مجموعة الطلاب**: وتكونت من (٩٠) طالباً من طلاب كلية التربية والدبلوم العام في التربية بجامعة الملك عبد العزيز وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٩-٢٩) بمتوسط عمري قدره ٢٣,٣٥، وانحراف معياري قدره ٤,٥٩ عاماً

ب-**مجموعة الطالبات**: وتكونت من (٩٠) طالبة من طالبات كلية التربية والدبلوم العام في التربية بجامعة الملك عبد العزيز وقد تراوحت أعمارهن ما بين (١٩-٢٥) بمتوسط عمري قدره ٢٢,٢٧ عاماً، وانحراف معياري قدره ٤,٨٧ عاماً

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تضمنت الدراسة الأدوات الآتية:

(١) مقياس العفو إعداد موليه (Mulet,2007) تعريب إيمان الدوسري

يحتوي المقياس في صورته الأولية على (٢٠) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد مختلفة، هي (بعد استمرار الشعور بالاستياء.، بعد الحساسية للظروف.، بعد الرغبة في العفو) يتم الإجابة عنها باختيار استجابة من ثلاث استجابات هي (موافق، غير متأكد، غير موافق) ويتم تصحيح الفقرات الموجبة من خلال إعطاء درجات هي (١،٢،٣) على الترتيب للاستجابات الثلاث، وفي حالة العبارات السالبة يتم إعطاء درجات خام هي (٣،٢،١) على الترتيب لكل فقرة من فقرات المقياس المتفقة مع مفتاح التصحيح وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢٠، ٦٠) درجة للمقياس ككل.

كفاءة المقياس السيكومترية:

قامت معربة المقياس بالحصول على صدقه وثباته من خلال ما يأتي:

أولاً: الصدق:

قامت معربة المقياس بالحصول على صدقه من خلال صدق المحكمين بعرضه على (١٠) محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية، واتفق المحكمون بنسبة ١٠٠%على صلاحية المقياس وكفاءته في قياس العفو.

كما تم الحصول على الصدق أيضا من خلال قياس الباحثة بالحصول على صدق الاتساق الداخلي بين كل بند من بنود المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس على عينة قوامها (٨١) طالباً وتراوحت قيم مُعاملات الارتباط ما بين (٠,٥١٥، ٠,٨٥٩) وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يُعبر عن صدق المقياس.

ثانياً: الثبات:

قامت معربة المقياس بالحصول على ثبات المقياس بعدة طرق من أهمها (إعادة التطبيق .معامل ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية) وقد تبين من جميع قيم هذه المعاملات الثلاثة الخاصة بالثبات أنها دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يُعبر عن ثبات المقياس.

(٢) مقياس جودة الحياة: إعداد محمود منسي، على كاظم (٢٠٠٦)

قام الباحثان بإعداد هذا المقياس اعتماداً على استقراء التعريفات والمكونات الفرعية والمؤشرات الدالة على جودة الحياة، وتبين لهما أنها تتكون من ستة متغيرات أو مكونات هي:

(جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة شغل الوقت وإدارته) وتمت صياغة ١٠ فقرات لكل مكون من المكونات الستة السابقة، بواقع خمس فقرات موجبة، وخمس فقرات سالبة، ووضع أمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (أبداً، قليلاً جداً، إلى حد ما، كثيراً، كثيراً جداً) لمعرفة درجة شعور الفرد بجودة الحياة تُعطى الاستجابات (١،٢،٣،٤،٥) حسب الاتفاق مع مفتاح التصحيح.

كفاءة المقياس السيكومترية:

قام معدا المقياس بالحصول على صدقه وثباته من خلال ما يأتي:

أولاً: الصدق:

صدق المحتوى: وتم الحصول عليه من خلال عرض المقياس على ستة محكمين في مجال القياس النفسي، والطب النفسي، وقد تراوحت نسبة اتفاقهم ما بين ٨٣-١٠٠% على أن فقرات مقياس جودة الحياة تقيس مكونات الجودة الستة التي يتكون منها المقياس.

ثانياً: الثبات:

ثبات ألفا كرونباخ:

وتم حساب ثبات معامل ألفا كرونباخ لدرجات كل محور من محاور المقياس الستة، وقد تراوحت معاملات الثبات ما بين ٠,٦٢-٠,٨٥ بوسيط قدره ٠,٧٥ وللمقياس ككل ٠,٩١ مما يُعبر عن ارتفاع معاملات ثبات المقياس.

ثبات الاتساق الداخلي:

حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجات فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه وقد كانت جميعاً دالة إما عند مستوى ٠,٠١ أو عند مستوى ٠,٠٥ مما يُعبر عن ثبات المقياس (محمود منسي، على كاظم، ٢٠٠٦، ٦٣-٧٨)

كفاءة المقياس في الدراسة الحالية:

قام الباحث بإعادة كفاءة المقياس في دراسته للتحقق من صدقه وثباته وصلاحيته للتطبيق على مجتمع الدراسة في البيئة السعودية. حيث قام بالحصول على صدق المقياس وثباته وذلك على النحو التالي:

أولاً: الصدق:

وتحقق منه الباحث من خلال الحصول على صدق الاتساق الداخلي عن طريق تطبيق مقياس جودة الحياة على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من إجمالي العينة الكلية للدراسة وتم الحصول على معامل الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية للمقياس والدرجة الكلية له وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (١)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة ن= ١٠٠

البعد	معامل الارتباط	دلالة معامل الارتباط
جودة الصحة العامة	٠,٨٦٧	دال عند مستوى ٠,٠١
جودة الحياة الأسرية	٠,٧٥٣	دال عند مستوى ٠,٠١
جودة التعليم والدراسة	٠,٨١٠	دال عند مستوى ٠,٠١
جودة العواطف	٠,٩٣٠	دال عند مستوى ٠,٠١
جودة الصحة النفسية	٠,٧٩٥	دال عند مستوى ٠,٠١
جودة شغل وإدارة وقت الفراغ	٠,٨٥٩	دال عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين ارتفاع معاملات الارتباط الخاصة بالعلاقة بين الأبعاد الفرعية لمقياس جودة الحياة وبين الدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٧٥٣، ٠,٩٣٠) وهي جميعاً معاملات مقبولة إحصائيا مما يُعبر عن صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

ثانياً الثبات:

وقد قام الباحث بالحصول على ثبات المقياس من خلال استخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ودلالته الإحصائية وذلك على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلال الجامعة وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٢)

معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس جودة الحياة ن= ١٠٠

البعد	عدد البنود	ألفا كرونباخ
جودة الصحة العامة	١٠	٠,٧٣٣
جودة الحياة الأسرية	١٠	٠,٦٨٤
جودة التعليم والدراسة	١٠	٠,٦٧٦
جودة العواطف	١٠	٠,٧٥٧
جودة الصحة النفسية	١٠	٠,٧٣٨
جودة شغل وإدارة وقت الفراغ	١٠	٠,٧٦٦
الدرجة الكلية للمقياس	٦٠	٠,٨٦٧

من الجدول السابق يتبين ارتفاع معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس جودة الحياة بأبعاده الفرعية، حيث تراوحت معاملات ألفا ما بين (٠,٦٧٦، ٠,٨٦٧) وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يُعبر ثبات المقياس

(٣) قائمة العوامل الخمسة للشخصية: تعريب (السيد أبو هاشم) من إعداد Goldberge 1999 وتتكون من (٥٠) عبارة لقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بواقع (١٠) عبارات لكل عامل: المقبولية، والضمير الحي، والانبساطية، والعصابية، والانفتاح على الخبرة وهى من نوع التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس خماسي التدريج (لا تنطبق على إطلاقاً، تنطبق على قليلاً، تنطبق على أحياناً، تنطبق على كثيراً، تنطبق على تماماً وتعطى الدرجات (٤، ٣، ٢، ١) في حالة العبارات الموجبة

والعكس في حالة العبارات السالبة ٠ وقام السيد أبو هاشم (٢٠١٠) بتعريب القائمة والتحقق من صدقها وثباتها على عينة مكونة من (١٦٠) طالب وطالبة بالجامعة، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للعامل دالة إحصائياً حيث انحصرت بين (٠,٤٣٥، ٠,٦٥١)، وكانت قيم معامل ألفا (٠,٨٤٥) للمقبولية، (٠,٨١٥) للضمير الحي، (٠,٧٥١)، للانبساطية، (٠,٨٤٧) للعصابية، (٠,٧٥٧) للانفتاح على الخبرة. (السيد أبو هاشم، ٢٠١٠: ٢٩٦-٣٥٠)

كفاءة المقياس في الدراسة الحالية:

قام الباحث بإعادة تقنين المقياس في دراسته للتحقق من صدقه وثباته وصلاحيته للتطبيق على مجتمع الدراسة في البيئة السعودية. حيث قام بالحصول على صدق المقياس وثباته وذلك على النحو التالي:

أولاً: الصدق:

تحقق منه الباحث من خلال الحصول على صدق الاتساق الداخلي عن طريق تطبيق قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من إجمالي العينة الكلية للدراسة وتم الحصول على معامل الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية الخمسة للقائمة والدرجة الكلية لها وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ن= ١٠٠

البعد	معامل الارتباط	دلالة معامل الارتباط
١-المقبولية	٠,٨١٩	دال عند مستوى ٠,٠١
٢-الضمير الحي	٠,٨٢٩	دال عند مستوى ٠,٠١
٣-الانبساطية	٠,٨٠٢	دال عند مستوى ٠,٠١
٤-العصابية	٠,٦٦٩	دال عند مستوى ٠,٠١
٥-الانفتاح على الخبرة	٠,٧٥٣	دال عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين ارتفاع معاملات الارتباط الخاصة بالعلاقة بين الأبعاد الفرعية لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبين الدرجة الكلية للقائمة، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٦٦٩، ٠,٨٢٩) وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يُعبر عن صدق الاتساق الداخلي للقائمة.

ثانياً الثبات:

قام الباحث بالحصول على ثبات القائمة من خلال استخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ودلالته الإحصائية وذلك على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلال الجامعة وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٤)

معامل ثبات ألفا كرونباخ لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ن= ١٠٠

البعد	عدد البنود	ألفا كرونباخ
١-المقبولية	١٠	٠,٧٨٣
٢-الضمير الحي	١٠	٠,٧٧٨
٣-الانبساطية	١٠	٠,٧٩٤
٤-العصابية	١٠	٠,٨٣٨
٥-الانفتاح على الخبرة	١٠	٠,٨٠٧
٦-الدرجة الكلية للمقياس	٥٠	٠,٨٣٤

من الجدول السابق يتبين ارتفاع معاملات ثبات ألفا كرونباخ لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بأبعادها الفرعية، حيث تراوحت معاملات ألفا ما بين (٠,٧٧٨، ٠,٨٣٨) وهي جميعاً معاملات مرتفعة ومقبولة إحصائياً مما يُعبر ثبات القائمة.

رابعاً: الأساليب الإحصائية:

اعتمدت الدراسة على استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية بواسطة الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية spss ومنها ما يلي:

١-معامل ارتباط بيرسون من الدرجات الخام مباشرة.

٢-اختبار ت لقياس دلالة الفروق بين متوسطي مجموعتين.

١-معامل الانحدار الخطي المتعدد بطريقة stepwise.

نتائج الدراسة:

أولاً: نتائج الفرض الأول:

ينص هذا الفرض على أنه: توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة الملك

عبد العزيز. وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على عينة الطلاب والطالبات كل على حدة، وتم الحصول على معامل ارتباط بيرسون من الدرجات الخام مُباشرةً وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٤)

يوضح العلاقة بين العفو والعوامل الخمسة للشخصية

لدى عينة الدراسة من الطلاب والطالبات

المتغيرات	العينة	أبعاد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية					
		المقبولية	الضمير الحي	الانبساطية	العصابية	الانفتاح على الخبرة	الدرجة الكلية
العفو	طلاب	٠,٢١٤*	٠,٢٢٧ *	٠,٢٣٨ *	-٠,٢١٧*	٠,٣١٢ **	٠,٢٢٧ *
	طالبات	٠,٢٧٨ **	٠,٢٣٦ *	٠,٢٦٢*	-٠,١١٢	٠,٢٥٢ *	٠,٢٦١ *

*دالة عند مستوى ٠,٠٥ **دالة عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا لدى عينة الدراسة من الطلاب والطالبات بين العفو والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية.

ففيما يتعلق بعينة الطلاب وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين العفو وبعد الانفتاح على الخبرة حيث بلغت قيمة مُعامل الارتباط (٠,٣١٢) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، كما وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين العفو وكل من المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية والدرجة الكلية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية حيث تراوحت قيم مُعامل الارتباط ما بين (٠,٢١٤، ٠,٢٣٨) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠٥. بينا وجدت علاقة ارتباطيه عكسية سالبة بين كل من العفو العصابية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-٠,٢١٧) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥

وفيما يتعلق بعينة الطالبات وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين كل من العفو والمقبولية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٢٧٨) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، كما وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين العفو وكل من الضمير الحي، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة والدرجة الكلية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، حيث تراوحت قيم مُعامل الارتباط ما بين (٠,٢٣٦، ٠,٢٦٢) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠٥. مما

يُعبر عن تحقق صحة هذا الفرض من فروض الدراسة الحالية.

ويرى "سليجمان" ((Seligman, M., 2002, 40 أن العفــو Forgiveness يُعد من الركائز الأساسية لعلم النفس الإيجابي، فهو يسير ويمهد لحــدوث الانفعــالات الإيجابية كالأمن، التفاؤل، الابتكار والحب، كما يسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافــق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة والحب والإيثار

وتذهب "بورنيت وآخرين" ((Burnette, J., et al., 2007, 1585 لما كان العفو يرتبط بسمات الشخصية؛ لذا فإنه يتضمن مجموعة من المشاعر والسلوكيات التي تدفع الفرد للتسامح أو الصفح من خلال ترويض النفس على تقبل الإساءة وتجاوز أثارها السلبية خاصة مشاعر الخنق والغضب والاستياء والكدر والعداء الذي ينوي الفرد المُساء إليه توجيهه إلى من أساء في حقه.

ولهذا فإن بعض عوامل الشخصية الإيجابية يمكن أن تكون دافعة للفرد في اتخاذه لسلوك العفو، وأن العفو بمكوناته (العفو عن الذات، أو عن الآخر) يرتبط إيجابياً بصحة الفرد النفسية؛ حيث ينقله من حالة التمزق النفسي، والرغبة في الانتقام إلى حالة من حالات الهناء والرضا والشعور بالسعادة. (سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩، ٣٢٨)

هذا وتؤثر بعض سمات الشخصية في العفو بأبعاده سواء كان عفو الشخص عن ذاته أو عفوه عن الآخرين؛ حيث تشير "روس وآخرين" ((Ross, et al., 361 إلى أن العفو يرتبط ارتباطاً سلبياً بالعصابية، والتسامح أيضاً لما يتصف به مرتفعا العصابية من اجترار مشاعر الحنق والغضب الناتجة عن الإساءة. (سيد أحمد البهاص، ٢٠٠٩، ٢٢٧) وهذا ما أكدت عليه نتائج هذا الفرض أيضاً. وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة جياكوما ((Giacoma,2008 والتي تبين من نتائجها أن الاتجاه نحو العفو ارتبط سلبياً بالعصابية بينما ارتبط ايجابياً بالمقبولية والرضا عن الحياة. واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) والتي أكدت نتائجها على وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبين العفو بأبعاده الفرعية.

بينما لم تتفق هذه النتائج مع نتائج كل من إجان وتدروف (Egan& Todorov,2009) والتي أكدت على عدم وجود ارتباط دال بين العفو عن الذات والمقبولية الاجتماعية.

ثانياً: نتائج الفرض الثاني:

توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين كل من العفو وجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة. وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على عينة الطلاب والطالبات كل على حدة، وتم الحصول على معامل ارتباط بيرسون من الدرجات الخام مُباشرةً وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (٥)

يوضح العلاقة بين العفو وجودة الحياة لدى عينة الدراسة من الطلاب والطالبات

المتغيرات	العينة	أبعاد جودة الحياة						
		جودة الصحة العامة	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف	جودة الصحة النفسية	جودة شغل الوقت وإدارته	الدرجة الكلية
العفو	طلاب	٠,٣٠٥**	٠,٢٧٨**	- ٠,٠١٧	٠,٢١٢*	٠,٢٣٤ *	٠,٢٩٤**	٠,٢٨٣**
	طالبات	٠,٤٢٥**	٠,٣٤٨**	٠,٣٩٨**	٠,٤٠٥**	٠,٤١٥**	٠,٣٦٦**	٠,٤٧٨**

*دالة عند مستوى ٠,٠٥ **دالة عند مستوى ٠,٠١

من الجدول السابق يتبين وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا لدى عينة الدراسة من الطلاب والطالبات بين العفو وجودة الحياة.

ففيما يتعلق بعينة الطلاب وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين العفو وبعض الأبعاد الفرعية لجودة الحياة علاوة على الدرجة الكلية لجودة الحياة، مثل جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية، جودة شغل الوقت وإدارته، والدرجة الكلية لجودة الحياة حيث بلغت تراوحت قيم مُعامل الارتباط ما بين (٠,٢٧٨)، (٠,٣٠٥) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠١، كما وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين العفو وكل من جودة العواطف وجودة الصحة النفسية حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٢١٢، ٠,٢٣٤) وهما قيمتان دالتان عند مستوى ٠,٠٥

وفيما يتعلق بعينة الطالبات وجدت علاقة ارتباطيه طرديه موجبة دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين كل من والأبعاد الفرعية لجودة الحياة علاوة على الدرجة الكلية لجودة الحياة حيث تراوحت قيم مُعامل الارتباط ما بين (٠,٣٤٨)، (٠,٤٧٨) وهي قيم

دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يُعبر عن تحقق صحة هذا الفرض من فروض الدراسة الحالية.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من ثومبسون وأخرين ((Thompson, et.al,2005 والتي أكدت على وجود ارتباط دال بين العفو بأبعاده والرضا عن الحياة، وأن العفو عن الآخرين كان مُنبئاً بالرضا عن الحياة.

واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة جياكوما ((Giacoma,2008 والتي تبين من نتائجها أن الاتجاه نحو العفو ارتبط بالرضا عن الحياة، وكان العفو مُنبئاً قوياً بالرضا عن الحياة.

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث:

ينص هذا الفرض على أنه: تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بالعفو لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة. وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه. قام الباحث باستخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (٩)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطلاب

م. المستقل	م. التابع	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
المقبولية	العفو	٥٥,٨٧	٩,٣٩ **	٠,٣٧٨	٠,١٤٣	٠,٢٧٨	٢,٧٢ **
الضمير						٠,٠٧٤	١,٠١
الانبساط						٠,١٤٣	١,٥٣
العصابية						-٠,٠٤٣	٠,٦٧٧ -
الانفتاح						٠,٢٦٧	٢,٣٧ *

**دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطلاب نُلاحظ ما يلي:

نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من المقبولية والانفتاح على الخبرة، وانحصرت قيمة بيتا بين (-٠,٠٤٣) للعصابية، (٠,٢٧٨)

للمقبولية وكانت ((0.143 =2R وهذا يعني أن كل من المقبولية والانفتاح على الخبرة، يفسرا (١٤,٣٠ %) من التباين في العفو مما يُعبر عن تحقق هذا الفرض، وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

العفو = ٥٥,٨٧ + ٠,٢٧٨ x المقبولية +٠,٢٦٧x الانفتاح على الخبرة

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية في العفو لدى عينة الطلاب مرتفعة، حيث تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في العفو بقيم (٠,٢٦٧، ٠,٢٧٨) لكل من المقبولية والانفتاح على الخبرة، على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم كل من الضمير، الانبساط، العصابية بقيم قدرها (٠,٠٧٤، ٠,١٤٣، – ٠,٠٤٣) وهي غير دالة إحصائيا. مما يؤكد على أن بعض العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تُعد مُنبئاً جيداً للعفو لدى عينة الدراسة من الطلاب مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

جدول (١٠)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطالبات

م. المستقل	م. التابع	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
المقبولية	العفو	٥٩,١٩	١٢,١٠ **	٠,٤٢٧	٠,١٨٢	٠,٣٢٩	٤,٧٩ **
الضمير						٠,٠٣٩	٥٥٤..
الانبساط						٠,٣١٤	٤,٥٢ **
العصابية						٠,٠٧٧–	١,٥١
الانفتاح						٠,٣٤٧	٤,٨٩ **

** دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطالبات نُلاحظ ما يلي:

نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من المقبولية والانبساط والانفتاح على الخبرة، وانحصرت قيمة بيتا بين (–٠,٠٧٧) للعصابية، (٠,٣٤٧) للانفتاح على الخبرة وكانت ((0.182 =2R وهذا يعني أن كل من المقبولية والانبساط والانفتاح على الخبرة، يفسروا (١٨,٢٠ %) من التباين في العفو مما يُعبر عن تحقق هذا الفرض، وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

العفو = ٥٩,١٩ + ٠,٣٢٩ x المقبولية +٠,٣١٤ x الانبساط + ٠,٣٤٧x الانفتاح على الخبرة

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية في العفو لدى عينة الطالبات مرتفعة، حيث تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في العفو بقيم (٠,٣٢٩، ٠,٣١٤، ٠,٣٤٧) لكل من المقبولية والانبساط والانفتاح على الخبرة، على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم كل من الضمير الحي، العصابية بقيم قدرها (٠,٠٣٩،- ٠,٠٧٧) وهي غير دالة إحصائيا. مما يؤكد على أن بعض العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تُعد مُنبئاً جيداً للعفو لدى عينة الدراسة من الطالبات مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة السيد منصور (٢٠٠٩) والتي أكدت على أن سمة المقبولية يُنبئ بالعفو، وهو ما أكدت عليه نتائج هذا الفرض أيضاً في حين أنها أكدت أيضاً على أن العُصابية تُنبئ بالدرجة الكلية للعفو وهو ما لم تؤيده نتائج هذا الفرض.

كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) والتي أكدت نتائجها على أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تُسهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في تفسير التباين في درجة العفو لدى أفراد عينة الدراسة من الذكور والإناث. وهو ما أكدته نتائج الدراسة الحالية أيضاً.

رابعاً: نتائج الفرض الرابع:

ينص هذا الفرض على أنه: تُساهم العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، والانفتاح على الخبرة) في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة. وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه. قام الباحث باستخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise وهذا ما يوضحه الجدول الأتي:

جدول (١١)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطلاب

م. المستقل	م. التابع	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
المقبولية	جودة الصحة العامة	٢١,٥٤	١٨,٦٦ **	٠,٤٨٩	٠,٢٤٨	٠,٠١١	٠,٢٧
الضمير						٠,١٥١	١,٥٧
الانبساط						٠,٧٢٥	١٠,٤٥**
العصابية						٠,١٣٤-	١,٢٧
الانفتاح						٠,٢٩٣	٤,٢١ **
المقبولية	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	١١,٩٤	١٧,٦٥ **	٠,٥٢٦	٠,٢٧٧	٠,٢٩٥	٤,٤٢ **
الضمير						٠,١٠١	٠,٩٧
الانبساط						٠,٦١٨	٨,٧٥ **
العصابية						٠,١١٣-	٠,١٠١
الانفتاح						٠,٢٨٨	٣,٤٤ **
المقبولية	جودة التعليم والدراسة	٢١,١٨	١٩,٢٥ **	٠,٥٠٦	٠,٢٥٦	٠,٢٨٩	٣,٨٩ **
الضمير						٠,١٣٩	٠,١٤٩
الانبساط						٠,١١٥	١,٠٩
العصابية						٠,١٣٣-	١,١٧
الانفتاح						٠,٦١٠	٨,٥٠ **
المقبولية	جودة العواطف	٢١,٤٠	١٨,٩١ **	٠,٥٢٩	٠,٢٨٠	٠,٤٨٥	٥,٢٤ **
الضمير						٠,١٠٥	١,٠٧
الانبساط						٠,١٣٣	١,١٧
العصابية						٠,١٤٠-	١,١٣٠
الانفتاح						٠,٦٣٣	٩,٢٩ **
المقبولية	جودة الصحة					0.176	١,٥٧
الضمير						0.175	١,٥٩

الانبساط	النفسية	13.22	** 18.71	0.499	0.249	0.423	٤,٦٤ **
العصابية						0.421-	٤,٤٤ **
الانفتاح						٠,٢٨٨	٣,٦٩ **
المقبولية	جودة شغل الوقت وإدارته	٢٩,١٩	** ١٨,٨٦	٠,٥٢٣	٠,٢٧٤	٠,٠٥٣	٠,٥٩
الضمير						٠,١٣٤	١,٢٧
الانبساط						٠,٣١٢	٤,٩٢ **
العصابية						٠,١٣٧-	١,٣٧
الانفتاح						٠,٤١٣	٥,٧٤ **
المقبولية	الدرجة الكلية لجودة الحياة	118.47	90.59	0.875	0.766	٠,٢٨٨	٣,٤٤ **
الضمير						٠,٢٨٩	٣,٨٩ **
الانبساط						0.423	٤,٦٤ **
العصابية						0.411-	٤,٤٤ **
الانفتاح						٠,٣٨٨	٤,٠٩ **

** دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطلاب نُلاحظ ما يلي:

١- <u>فيما يتعلق بجودة الصحة العامة</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من الانبساط والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية، الضمير، والعصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠١١) للمقبولية، (٠,٧٢٥) للانبساط وكانت ((2R= 0.248 وهذا يعني أن كل من الانبساط والانفتاح على الخبرة يفسرا (24.80 %) من التباين في جودة الصحة العامة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الصحة العامة = ٢١,٥٤ + ٠,٧٢٥ x الانبساط+٠,٢٩٣x الانفتاح على الخبرة

٢-<u>فيما يتعلق بجودة الحياة الأسرية والاجتماعية</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من المقبولية، الانبساط، والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية للضمير الحي، العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٠١) للضمير الحي (٠,٦١٨) للانبساط وكانت ((2R= 0.277 وهذا يعني أن كل من المقبولية، الانبساط، والانفتاح على الخبرة يفسروا (27.70%) من التباين في

جودة الحياة الأسرية وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الحياة الأسرية = ١١,٩٤ +٠,٦١٨x الانبساط+ ٠,٢٩٥ x المقبولية +٠,٢٨٨ x الانفتاح على الخبرة

٣- فيما يتعلق بجودة التعليم والدراسة: نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من المقبولية، والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من إحصائية للضمير الحي، الانبساط، العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١١٥) للانبساط، (٠,٦١٠) للضمير الحي وكانت ((0.256 =2R وهذا يعني أن كل من المقبولية، والانفتاح على الخبرة يفسرا (٢٥,٦%) من التباين في جودة التعليم والدراسة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة التعليم والدراسة = ٢١,١٨ + ٠,٢٨٩x المقبولية+٠,٦١٠x الانفتاح على الخبرة

٤- فيما يتعلق بجودة العواطف (الجانب الوجداني): نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار المقبولية، الانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من الضمير الحي، الانبساط، العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٠٥) للضمير الحي، (٠,٦٣٣) للانفتاح على الخبرة وكانت ((0.280 =2R وهذا يعني أن المقبولية، الانفتاح على الخبرة يفسرا (٢٨%) من التباين في جودة العواطف وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة العواطف =٢١,٤٠ + ٠,٤٨٥ x المقبولية + ٠,٦٣٣ x الانفتاح على الخبرة

٥- فيما يتعلق بجودة الصحة النفسية: نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة، بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية، الضمير الحي، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٧٥) للضمير الحي، (٠,٤٢٣) للانبساط وكانت ((0.249 =2R وهذا يعني أن كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة يفسروا (٢٤,٩%) من التباين في جودة الصحة النفسية وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الصحة النفسية =١٣,٢٢ + ٠,٤٢٣ x الانبساط+ ٠,٢٨٨ x الضمير الحي – ٠,٤٢١x العصابية

٦- فيما يتعلق بجودة شغل وقت الفراغ: نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار الانبساط، الانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية، الضمير الحي، والعصابية، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥٣) للمقبولية، (٠,٤١٣) للانفتاح على الخبرة وكانت ((0.274 =2R وهذا يعني أن الانبساط،

الانفتاح على الخبرة يفسرا (٢٧,٤٠%) من التباين في جودة شغل الفراغ وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة شغل وقت الفراغ =٢٩,١٩ + ٠,٣١٢x الانبساط + ٠,٤١٣x الانفتاح على الخبرة

٧- <u>وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لجودة الحياة</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٢٨٨) للمقبولية، (0.423) للانبساط وكانت ((2R= 0.776 وهذا يعني أن العوامل الخمسة للشخصية مجتمعة تفسر معاً (٧٨,٥%) من التباين في الدرجة الكلية لجودة الحياة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الحياة = ١١٨,٤٧+ ٠,٢٨٨x المقبولية + ٠,٢٨٩x الضمير الحي + 0.423 x الانبساط + ٠,٣٨٨x الانفتاح على الخبرة -0.411 x الانفتاح على الخبرة.

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض إلى حد كبير، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لأبعاد جودة الحياة لدى عينة الطلاب على النحو التالي:

*تتأثر جودة الصحة العامة بقيم قدرها (٠,٧٢٥، ٠,٢٩٣) لكل من الانبساط والانفتاح على الخبرة على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١. بينما يُسهم بقيم (٠,٠١١، ٠,١٥١، - ٠,١٣٤) في كل من المقبولية، الضمير الحي، العصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائيا.

* تتأثر جودة الحياة الأسرية والاجتماعية بقيم (٠,٢٩٥، ٠,٦١٨، ٠,٢٨٨) في كل من المقبولية، الانبساط، الضمير الحي على التوالي وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم بقيم (٠,١٠١، -٠,١١٣) في كل من الضمير الحي، العصابية، وهي غير دالة إحصائياً.

* تتأثر جودة التعليم والدراسة بقيم (٠,٢٨٩، ٠,٦١٠) في كل من المقبولية، الانفتاح على الخبرة على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ كما يُسهم بقيم (٠,١٣٩، ٠,١١٥، -٠,١٣٣) في كل من الضمير الحي، الانبساط، العصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائيا.

*تتأثر جودة العواطف بقيم (٠,٤٨٥، ٠,٦٣٣) في كل من المقبولية، الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم بقيم (٠,١٠٥، ٠,١٣٣، - ٠,١٤٠) في كل من الضمير الحي، الانبساط، العصابية على التوالي وهي غير دالة

إحصائياً.

*تتأثر جودة الصحة النفسية بقيم (٠,٤٢٣، -٠,٤٢١، ٠,٢٨٨) في كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم بقيم (٠,١٧٦، ٠,١٧٥) في كل من المقبولية، الضمير الحي، على التوالي وهي غير دالة إحصائياً.

*تتأثر جودة شغل وقت الفراغ بقيم (٠,٣١٢، ٠,٤١٣) في كل من الانبساط، الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يُسهم بقيم (٠,٠٥٣، ٠,١٣٤، -٠,١٣٧) في كل من المقبولية، الضمير الحى، والعصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائياً.

*تتأثر الدرجة الكلية لجودة الحياة بقيم قدرها (٠,٢٨٨، ٠,٢٨٩، 0.423، -0.411، ٠,٣٨٨) للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية على التوالي وهي المقبولية، الضمير الحي، الانبساط، العصابية، والانفتاح على الخبرة وهي جميعاً دالة عند ٠,٠١ مما يؤكد على أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تُعد مُنبئاً جيداً بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

جدول (١٢)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطالبات

م. المستقل	م. التابع	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
المقبولية	جودة الصحة العامة	٢٨,٠٩	٩,١٢ **	٠,٣٥٢	٠,١٢٤	٠,٢١٢	٣,٢١ **
الضمير						٠,١٤٦	١,٥١
الانبساط						٠,٤١٣	٥,٤٣**
العصابية						-٠,١٢٦	١,٤١
الانفتاح						٠،٣٢٠	٤,٣٥**
المقبولية	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	٢٥,٣٧	٩,٤٣ **	٠,٤٦٠	٠,٢١٢	٠,٠٩٠	٠,٩٨
الضمير						٠,١٨٦	١,٧١
الانبساط						٠,٤٢٥	٥,٤٩**
العصابية						-٠,١٨٣	١,٦٩
الانفتاح						٠,٣١٥	٤,٣٠**

المقبولية	جودة التعليم والدراسة	٢٧,٠٩	٩,٢٣ **	٠,٤١٦	٠,١٧٣	٠,٠٥٦	٠,٦٧
الضمير						٠,٤٢٥	٥,٤٩**
الانبساط						٠,١٢٧	١,١٥
العصابية						-٠,١٤٢	١,٦٢
الانفتاح						٠,٣٢١	٤,٣٥**
المقبولية	جودة العواطف	٣٦,٦٢	٩,٥١ **	٠,٣٢٣	٠,١٠٤	٠,١٠٢	١,١٢
الضمير						٠,١٠٥	١,٢٢
الانبساط						٠,٤٣٦	٥,٥٩**
العصابية						-٠,١٧٨	١,٥١
الانفتاح						٠,٣٢٧	٤,٣٥**
المقبولية	جودة الصحة النفسية	٢٠,٤٣	٩,١١ **	٠,٣١٣	٠,٠٩٨	٠,١٤١	١,٤٢
الضمير						٠,١٦٩	١,٥١
الانبساط						٠,٤١٤	٥,٣٠**
العصابية						-٠,٢٨٣	٢,٩٨ **
الانفتاح						٠,٣٢١	٤,٣٥**
المقبولية	جودة شغل الوقت وإدارته	٣٥,٤١	١٩,٥٢**	٠,٥٢٧	٠,١٦٥	٠,٠٩٠	٠,٩٨
الضمير						٠,١٨٧	١,٧١
الانبساط						٠,١٢٨	١,٣١
العصابية						-٠,١٨٣	١,٦١
الانفتاح						٠,٣٢٧	٤,٣٥**
المقبولية	الدرجة الكلية لجودة الحياة	173.01	70.85 **	٠,٨٤٥	٠,٧١٤	٠,٤١٢	٥,٣٨**
الضمير						٠,٢٩٧	٣,١٠ **
الانبساط						٠,٣٢٧	٤,٣٥**
العصابية						-٠,٢٩٨	٣,١٧ **
الانفتاح						٠,٤٤٣	٥,٦٩**

** دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة الطالبات نُلاحظ ما يلي:

١- <u>فيما يتعلق بجودة الصحة العامة</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من المقبولية والانبساط والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من الضمير، والعصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (-٠,١٢٦) للعصابية، (٠,٣٢٠) للانفتاح على الخبرة وكانت ((2R= 0.124 وهذا يعني أن كل من المقبولية والانبساط والانفتاح على الخبرة يفسروا (١٢,٤٠%) من التباين في جودة الصحة العامة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الصحة العامة = ٢٨,٠٩ +٠,٢١٢ x المقبولية+٠,٤١٣x الانبساط+٠,٣٢٠x الانفتاح على الخبرة

٢-<u>فيما يتعلق بجودة الحياة الأسرية والاجتماعية</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من الانبساط، والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية أو الضمير الحي، أو العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٩٠) للمقبولية (٠,٤٢٥) للانبساط وكانت ((2R= 0.212 وهذا يعني أن كل من المقبولية، الانبساط، والانفتاح على الخبرة يفسروا (21.20%) من التباين في جودة الحياة الأسرية وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الحياة الأسرية = ٢٥,٣٧+٠,٤٢٥x الانبساط+ ٠,٣١٥ x الانفتاح على الخبرة

٣- <u>فيما يتعلق بجودة التعليم والدراسة</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من الضمير الحي، والانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من إحصائية المقبولية، الانبساط، العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٥٦) للمقبولية، (٠,٤٢٥) للضمير الحي وكانت ((2R= 0.173 وهذا يعني أن كل من الضمير الحي، والانفتاح على الخبرة يفسرا (١٧,٣%) من التباين في جودة التعليم والدراسة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة التعليم والدراسة = ٢٧,٠٩ + ٠,٤٢٥x الضمير الحي+٠,٣٢١x الانفتاح على الخبرة

٤- <u>فيما يتعلق بجودة العواطف (الجانب الوجداني)</u>: نُلاحظ وجود دلالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار الانبساط، الانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية أو الضمير الحي، أو العصابية. وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٠٢) للمقبولية، (٠,٤٣٦) للانبساط وكانت ((2R= 0.104 وهذا يعني أن المقبولية، الانفتاح على الخبرة يفسرا (١٠,٤%) من التباين في جودة العواطف

وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة العواطف =٣٦,٦٢ + ٠,٤٣٦ x الانبساط + ٠,٣٢٧ x الانفتاح على الخبرة

٥- فيما يتعلق بجودة الصحة النفسية: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة، بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية، الضمير الحي، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١٤١) للمقبولية، (٠,٤١٤) للانبساط وكانت ((0.0.098 =2R وهذا يعني أن كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة يفسروا (98.%) من التباين في جودة الصحة النفسية وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الصحة النفسية =٢٠,٤٣ + ٠,٤١٤ x الانبساط+ ٠,٣٢١ x الضمير الحـــي – ٠,٢٨٣x العصابية

٦- فيما يتعلق بجودة شغل وقت الفراغ: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار الانفتاح على الخبرة بينما لم توجد دلالة إحصائية لأي من المقبولية، الضمير الحي، الانبساط أو العصابية، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٠٩٠) للمقبولية، (٠,٣٢٧) للانفتاح على الخبرة وكانت ((0.165 =2R وهذا يعني أن الانفتاح على الخبرة يفسر (16.50%) من التباين في جودة شغل الفراغ وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة شغل وقت الفراغ =35.41+ ٠,٣٢٧x الانفتاح على الخبرة

٧- فيما يتعلق بالدرجة الكلية لجودة الحياة: نُلاحظ وجود دلالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لمعاملات انحدار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية سلباً وإيجاباً، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٢٩٧) للضمير الحي، (٠,٤٤٣) للانفتاح على الخبرة وكانت ((0.714 =2R وهذا يعني أن أبعاد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مجتمعة تفسر معاً (٧١,٤%) من التباين في الدرجة الكلية لجودة الحياة وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

جودة الحياة = 173.01+ ٠,٤١٢ x المقبولية + ٠,٢٩٧ x الضمير الحي + ٠,٣٢٧ x الانبساط + ٠,٤٤٣x الانفتاح على الخبرة – ٠,٢٩٨ x العصابية

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض إلى حد كبير، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لأبعاد جودة الحياة لدى عينة الطالبات على النحو التالي:

*تتأثر جودة الصحة العامة بقيم قدرها (٠,٢١٢، ٠,٤١٣، ٠,٣٢٠) لكل من المقبولية، الانبساط والانفتاح على الخبرة على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١. بينما يتأثر بقيم (٠,١٨٦،- ٠. -٠,١٢٦) لكل من الضمير الحي، العصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائيا.

* تتأثر جودة الحياة الأسرية والاجتماعية بقيم (٠,٤٢٥، ٠,٣١٥) في كل من الانبساط، والانفتاح على الخبرة التوالي وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يتأثر بقيم (٠,٠٩٠، ٠,١٨٦،-٠,١٨٣) في كل من المقبولية، الضمير الحي، العصابية، وهي غير دالة إحصائياً.

* تتأثر جودة التعليم والدراسة بقيم (٠,٤٢٥، ٠,٣٢١) في كل من الضمير الحي، الانفتاح على الخبرة على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ كما تتأثر بقيم (٠,٠٥٦،، ٠,١٢٧، -٠,١٨٢) في كل من المقبولية، الانبساط، العصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائيا.

*تتأثر جودة العواطف بقيم (٠,٤٣٦، ٠,٣٢٧) في كل من الانبساط، الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يتأثر بقيم (٠,١٠٢، ٠,١٠٥، -٠,١٧٨) في كل من المقبولية، الضمير الحي، العصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائياً.

*تتأثر جودة الصحة النفسية بقيم (٠,٤١٤، -٠,٢٨٣، ٠,٣٢١) في كل من الانبساط، العصابية، الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما يتأثر بقيم (٠,١٤١، ٠,١٦٩) في كل من المقبولية، الضمير الحي، على التوالي وهي غير دالة إحصائياً.

*تتأثر جودة شغل وقت الفراغ بقيمة قدرها (٠,٣٢٧) في الانفتاح على الخبرة، وهي دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بينما تتأثر بقيم (٠,٠٩٠، ٠,١٨٧، ٠,١٢٨،-٠,١٨٨) في كل من المقبولية، الضمير الحي، والانبساط والعصابية على التوالي وهي غير دالة إحصائياً.

*تتأثر الدرجة الكلية لجودة الحياة بقيم قدرها (٠,٤١٢، ٠,٢٩٧، ٠,٣٢٧، -٠,٢٩٨، ٠,٤٤٣) في كل من المقبولية، الضمير الحي، الانبساطية، العصابية، الانفتاح على الخبرة على التوالي هي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١. مما يؤكد على أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تُعد مُنبئاً جيداً بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طالبات الجامعة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة السيد الشربيني (٢٠٠٧) والتي أكدت نتائجها على وجود تباين في الإسهامات النسبية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في أبعاد مقياس جودة الحياة، وهذا ما أكدته نتائج هذا الفرض أيضا حيث تتباين الإسهامات النسبية الخاصة بالعوامل الخمسة الكبرى في الشعور بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من الطلاب والطالبات. كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة كل من (Singh & Dixit, 2010) والتي أكدت على تأثير العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في الشعور بجودة الحياة من عدمه.

خامساً: نتائج الفرض الخامس:

ينص هذا الفرض على أنه: يُسهم العفو في التنبؤ بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه. قام الباحث باستخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise وهذا ما يوضحه الجدول الأتي:

جدول (١٣)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال جودة الحياة لدى عينة الطلاب

م. التابع	م. المستقل	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
جودة الصحة	العفو	٥١,١١	٢٨,٤٨ **	٠,٦٤٩	٠,٤٢١	٠,٢٥٦	٤,٣٥ **
جودة الحياة الأسرية						٠,٢٤٢	٤,١١ **
جودة التعليم						٠,١١٥	١,٥١
جودة العواطف						٠,٦٣٦	٨,٢٧ **
جودة الصحة النفسية						٠,٢٨١	٤,٦٧ **
جودة إدارة الوقت						٠٤٥٠	٦,٣٣ **

**دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العفو لدى عينة الطلاب نُلاحظ ما يلي:

نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من جودة الصحة، جودة الحياة الأسرية، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة

الوقت، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,١١٥) لجودة التعليم، (٠,٦٣٦) لجودة العواطف وكانت ((2R= 0.421 وهذا يعني أن كل من جودة الصحة، جودة الحياة الأسرية، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة الوقت، يفسروا (٤٢,١٠ %) من التباين في العفو مما يُعبر عن تحقق هذا الفرض، وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

العفو = ٥١,١١ + ٠,٢٥٦ x جودة الصحة العامة +٠,٢٤٢x جودة الحياة الأسرية+ ٠,٦٣٦ x جودة العواطف +٠,٢٨١x جودة الصحة النفسية +٠,٤٥٠x جـــودة إدارة الوقت

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لجودة الحياة في العفو لدى عينة الطلاب مرتفعة، حيث يتأثر العفو بقيم (٠,٢٥٦، ٠,٦٣٦، ٠,٢٨١، ٤٥٠) لكل من جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية، جودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة شغل وقت الفراغ على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١ بينما يتأثر بقيمة قدرها (٠,١١٥) لجودة التعليم وهي غير دالة إحصائيا. مما يؤكد على أن العفو يُعد منبئاً جيداً بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من الطلاب مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

جدول (١٤)

يوضح تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالعفو من خلال جودة الحياة لدى عينة الطلاب

م. التابع	م. المستقل	الثابت	ف	R	2R	بيتا	ت ودلالتها
جودة الصحة	العفو	٣٧,٤٩	٧١,١٠ **	٠,٨٢٠	٠,٦٧٢	٠,٣١١	٤,٨١ **
جودة الحياة الأسرية						٠,٢١٦	٣,٢١ **
جودة التعليم						٠,٢٥٥	٣,٩٧ **
جودة العواطف						٠,٥٥٩	٧,٤١ **
جودة الصحة النفسية						٠,٢٩٤	٤,١١ **
جودة إدارة الوقت						٠,٣٤٠	٥,٣٧ **

**دالة عند ٠,٠١

من الجدول السابق الخاص بتحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بجودة الحياة من خلال العفو لدى عينة الطالبات نُلاحظ ما يلي:

نُلاحظ وجود دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل انحدار كل من جودة الصحة، جودة الحياة الأسرية، جودة التعليم وجودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة الوقت، وانحصرت قيمة بيتا بين (٠,٢١٦) لجودة الحياة الأسرية، (٠,٥٥٩) لجودة العواطف وكانت ((2R= 0.672 وهذا يعني أن كل من جودة الصحة، جودة الحياة الأسرية، جودة التعليم وجودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة الوقت، يفسروا (٦٧,٢٠ %) من التباين في العفو مما يُعبر عن تحقق هذا الفرض، وبالتالي يمكن كتابة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

العفو = ٣٧,٤٩ + ٠,٣١١ x جودة الصحة العامة +٠,٢١٦x جودة الحياة الأسرية+ ٠,٢٥٥ x جودة التعليم + ٠,٥٥٩ x جودة العواطف +٠,٢٩٤x جودة الصحة النفسية +٠,٣٤٠x جودة إدارة الوقت

مما سبق يتبين لنا تحقق صحة هذا الفرض، حيث كانت نسبة إسهام مُعاملات الانحدار المعيارية (بيتا) لجودة الحياة في العفو لدى عينة الطلاب مرتفعة، حيث يتأثر العفو بقيم قدرها (٠,٣١١، ٠,٢١٦، ٠,٢٥٥، ٠,٥٥٩، ٠,٢٩٤، ٠,٣٤٠) لكل من جودة الصحة، جودة الحياة الأسرية، جودة التعليم وجودة العواطف، جودة الصحة النفسية، جودة إدارة الوقت على التوالي وهي جميعاً دالة عند مستوى ٠,٠١. مما يؤكد على أن العفو يُعد منبئاً جيداً بجودة الحياة لدى عينة الدراسة من الطلاب مع اختلاف نسب إسهام كل عامل منها.

وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة كل من ثومبسون وآخرين (Thompson, et.al,2005) والتي أكدت على أن العفو عن الآخرين كان مُنبئاً بالرضا عن الحياة. وقد اتفقت نتائج هذا الفرض أيضاً مع نتائج دراسة جياكوما ((Giacoma,2008 والتي أكدت على أن العفو يُعد مُنبئاً قوياً بالرضا عن الحياة.

سادساً: نتائج الفرض السادس:

ينص هذا الفرض على أنه توجد فروق دالة إحصائياً في العفو بين عينة الدراسة طبقاً لمتغيري (السن والنوع) وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه قام الباحث بالحصول على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعفو لعينة الدراسة، والحصول على دلالة الفروق في متوسط هذه الدرجات باستخدام اختبار "ت" وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

أولاً: دلالة الفروق بين عينة الدراسة في العفو طبقاً للسن:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين عينة الدراسة في العفو طبقاً للسن

المتغيرات	عينة صغار السن (١٩-٢٤) ن= ٨٠		عينة كبار السن (٢٥-٢٩) ن=١٠٠		ت	دلالة ت
	م	ع	م	ع		
العفو	٥٣,٥١	٢,١٥	٥٤,٨٩	٢,٧٢	-١,٨٩	دالة عند ٠,٠٥

من الجدول السابق يتبين وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات عينة الدراسة من صغار السن وكبار السن في العفو عند مستوى ٠,٠٥ لصالح عينة كبار السن مما يُعبر عن تحقق صحة هذا الجزء من هذا الفرض.

ولم هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من سوارتونو وبراوستي ومولیه (Suwartono, Prawasti, & Mullet (2007) والتي أكدت على عدم وجود فروق بين الطلاب الأصغر سنا والأكبر سنا في أبعاد العفو. كما لم تتفق أيضاً مع نتائج دراسة كل من عبد المنعم السيد ونبيلة شراب (٢٠٠٨) والتي أكدت على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في العفو تبعا لاختلاف العمر الزمني. وربما يعود هذا الاختلاف إلى اختلاف سمات الشخصية بين المجتمعات العربية والمجتمعات الأوروبية، فالتقدم في العمر يكسب الفرد في مجتمعاتنا العربية حكمة وحنكة ومرونة في التفكير والسلوك.

ثانياً: دلالة الفروق بين عينة الدراسة في العفو طبقاً للنوع:

جدول (٧)

دلالة الفروق بين عينة الدراسة في العفو طبقاً للسن

المتغيرات	عينة الذكور ن=٩٠		عينة الإناث ن=٩٠		ت	دلالة ت
	م	ع	م	ع		
العفو	٥٣,٥٠	٢,٢٠	٥٥,٠٦	٢,٦٨	- ٤,٢٥	دالة عند ٠,٠٠١

من الجدول السابق يتبين وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات عينة الدراسة من الذكور والإناث في العفو عند مستوى ٠,٠٠١ لصالح عينة الإناث مما يُعبر عن تحقق صحة هذا الجزء من هذا الفرض.

فالإناث أكثر عفواً وتسامحاً من الذكور بحكم الطبيعة العاطفية التي تغلب على المرأة ومرونتها وقابليتها للعفو والصفح والتسامح.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة براون Brown (2004) والتي أكدت نتائجها على وجود فروق دالة لصالح الذكور في النزعة للانتقام، ولصالح الإناث في النزعة للعفو. وهو ما أكدت عليه نتائج هذا الفرض أيضاً.

كما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من لولير وبيفيري Lawler & Piferi (2006) والتي أكدت على وجود فروق دالة إحصائيا في العفو بين الجنسين لصالح الإناث. وهذا ما أكدته نتائج هذا الفرض أيضاً.

كما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة جياكوما (Giacoma,2008) والتي أكدت على وجود فروق بين الذكور في العفو وأن الفروق في العفو كانت لصالح الإناث وهذه النتائج هي ذات النتائج التي كشف عنها هذا الفرض.

وهذا أيضاً ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من إجان وتدروف (Egan& Todorov,2009) والتي أكدت على تفوق الإناث على الذكور في العفو. وهو ما توصلت إليه نتائج هذا الفرض أيضاً.

بينما لم تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من سوارتونو وبراوستي ومولية(Suwartono, Prawasti, & Mullet (2007) والتي أكدت على أنه لم توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في أبعاد العفو. ويرى الباحث أن عدم الاتفاق بين هذه النتيجة ونتائج الفرض الحالي يعود إلى الفروق الثقافية والبيئية بين المجتمعات العربية والمجتمعات الأوروبية.

سابعاً: نتائج الفرض السابع:

ينص هذا الفرض على أنه: **توجد فروق دالة إحصائياً بين عينة الدراسة في جودة الحياة باختلاف السن والنوع.** وللتحقق من صحة هذا الفرض من عدمه قام الباحث بالحصول على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لجودة الحياة بأبعادها الفرعية الستة لعينة الدراسة، والحصول على دلالة الفروق في متوسط هذه الدرجات باستخدام اختبار "ت" وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

أولاً: دلالة الفروق بين عينة الدراسة في جودة الحياة وأبعادها الفرعية طبقاً للسن:

جدول (٨)

دلالة الفروق بين عينة الدراسة في جودة الحياة طبقاً للسن

أبعاد جودة الحياة	عينة صغار السن (١٩-٢٤) ن= ٨٠		عينة كبار السن (٢٥-٢٩) ن=١٠٠		ت	دلالة ت
	م	ع	م	ع		
جودة الصحة العامة	٤٣,٩٩	٣,٧٨	٤٤,٣٦	٤,٥٣	- ٠,٥٩	غير دالة
جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	٤٣,٥٩	٥,٠٤	٤٥,٤٢	٣,٧٥	- ٢,٢٧	دالة عند ٠,٠٥
جودة التعليم والدراسة	٤١,٧٥	٥,١٨	٤٣,٩٩	٣,٢٩	- ٣,٥٣	دالة عند ٠,٠٠١
جودة العواطف	٤٠,٧١	٥,٦٢	٤٣,٧١	٥,١١	- ٣,٩١	دالة عند ٠,٠٠١
جودة الصحة النفسية	٤٢,٠٨	٤,٦٩	٤٢,٨٩	٤,٥٥	- ١,١٨	غير دالة
جودة شغل الوقت وإدارته	٤٠,١٨	٥,٦٢	٤٣,٧٢	٤,٠٥	- ٤,٩١	دالة عند ٠,٠٠١
الدرجة الكلية لجودة الحياة	٢٥٢,١٥	٢٢,٧٠	٢٦٣,٠٩	٢٢,٠٠	- ٣,٢٧	دالة عند ٠,٠٠١

من الجدول السابق يتبين وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الدرجة الكلية لجودة الحياة وبعض أبعادها الفرعية بين عينة الدراسة من صغار وكبار السن.

فقد وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٠١ في متوسط درجات الدرجة الكلية لجودة الحياة وبعض أبعادها الفرعية المتمثلة في (جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف، جودة شغل الفراغ) بين عينة الدراسة من صغار وكبار السن لصالح عينة الدراسة من كبار السن. كما وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ في متوسط درجات جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، لصالح عينة الدراسة من كبار السن.

بينما لم توجد فروق دالة إحصائيا بين صغار وكبار السن في بعدي (جودة الصحة العامة، وجودة الصحة النفسية) حيث لم تصل الفروق بينهما لمستوى الدلالة الإحصائية، مما يُعبر عن صحة هذا الفرض من فروض الدراسة الحالية.

ثانياً: دلالة الفروق بين عينة الدراسة في العفو طبقاً للنوع:

جدول (٩)

دلالة الفروق بين عينة الدراسة في جودة الحياة طبقاً للنوع

أبعاد جودة الحياة	عينة الذكور ن=٩٠		عينة الإناث ن=٩٠		ت	دلالة ت
	م	ع	م	ع		
جودة الصحة العامة	٤٣,٨٣	٣,٨٦	٤٤,٥٦	٤,٥١	- ١,١٥	غير دالة
جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	٤٣,٣٨	٥,١٨	٤٤,٧٢	٣,٢٨	- ٢,٠٨	دالة عند ٠,٠٥
جودة التعليم والدراسة	٤١,٦٨	٥,٢٠	٤٤,٣١	٢,٧٩	- ٤,٢٣	دالة عند ٠,٠٠١
جودة العواطف	٤٠,٤٠	٥,٦٨	٤٤,٢٣	٤,٧٢	- ٤,٩٣	دالة عند ٠,٠٠١
جودة الصحة النفسية	٤١,٩١	٤,٨٩	٤٣,١٤	٤,٢٨	- ١,٨٧	دالة عند ٠,٠٥
جودة شغل الوقت وإدارته	٤٠,٠٠	٥,٧٣	٤٤,٣٠	٣,٢٢	- ٦,٢٢	دالة عند ٠,٠٠١
الدرجة الكلية لجودة الحياة	٢٥١,١٩	٢٣,٦١	٢٦٥,٢٧	١٩,٩٥	- ٤,٣٢	دالة عند ٠,٠٠١

من الجدول السابق يتبين وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الدرجة الكلية لجودة الحياة وبعض أبعادها الفرعية بين عينة الدراسة من الذكور والإناث (الفروق طبقا للنوع).

فقد وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٠١ في متوسط درجات الدرجة الكلية لجودة الحياة وبعض أبعادها الفرعية المتمثلة في (جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف، جودة شغل الفراغ) بين عينة الدراسة من الطلاب والطالبات (ذكور وإناث) لصالح عينة الدراسة من الطالبات. كما وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ في متوسط درجات جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة الصحة النفسية لصالح عينة الدراسة من الطالبات. مما يُعبر عن تحقق وصحة هذا الفرض.

فبصفةً عامةً كشفت النتائج عن أن عينة الدراسة من الطالبات أكثر شعوراً وإحساساً وتمثلاً بجودة الحياة بمظاهرها وأبعادها الفرعية. وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة السيد كمال الشربيني (٢٠٠٧) والتي أكدت نتائجها على وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الطلاب الإناث والذكور في أبعاد مقياس جودة الحياة: علاقات إيجابية مع الأسرة، علاقات إيجابية مع الآخرين، الرضا الأكاديمي، والدرجة الكلية، وهذا ما أكدت عليه نتائج هذا الفرض أيضاً. كما اتفقت هذه النتائج أيضاً مع نتائج دراسة كل من سمية جميل ودواليا عبد الوهاب (٢٠١٢) والتي أكدت نتائجها على وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الثانوية العامة. كما توجد فروق بين طلاب القسم العلمي والقسم الأدبي في جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الثانوية العامة. كما يوجد تفاعل دال بين النوع (ذكور/

إناث) والتخصص (علمي/ أدبي) لدى طلاب الثانوية العامة في جودة الحياة الأكاديمية. بينما لم تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من جابر عيسى وربيع رشوان (٢٠٠٦) والتي أكدت على عدم وجود تأثير دال للتفاعل بين العمر والنوع على الرضا عن الحياة.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث فإن الباحث يوصى بما يلي:

١. تدريب الطلاب على مهارات إدارة الوقت وشغل وقت الفراغ بطريقة بناءة وإيجابية.
٢. استثارة دافعية الطلاب نحو الاهتمام بالعناية بأحوالهم الصحية والنفسية والاجتماعية والأكاديمية.
٣. تنمية المفاهيم والمعاني الايجابية لدى الطلاب والطالبات من خلال البرامج الإرشادية الموجهة.
٤. العمل على إدراج المفاهيم الايجابية مثل جودة الحياة والعفو والتسامح ضمن المقررات التي يتم تدريسها وتفعليها لدى الطلاب.
٥. تنمية شعور الطالب الجامعي بشكل عام بجودة الحياة من خلال بناء تصور واضح ومحدد لمعنى الحياة.
٦. التدريب على مهارات العفو لما لها من أهمية بالغة في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات، والقدرة على تنظيم الذات وتوظيف الإمكانيات، والقدرة على التخطيط لإنجاز الأهداف.
٧. التعود على حب الحياة بحلوها ومرها، والرضا عنها، وحب العمل، وإيجاد الهدف من الحياة بوصفه هدف أسمى تسعى إليه النفس في غدوها ورواحها رغبة في أن تعيش الحياة أنساً وقيمة في وجود الآخر حتى لو كان مخالفاً، أو مختلفاً عنها.
٨. تعديل أفكار الراشدين تجاه المفاهيم الخاصة بالشخصية الإيجابية (التفاؤل، الأمـــل، السعادة، والشعور بالبهجة والمتعة، الاستمتاع بالحياة، وحب الحياة) والحرص على تنميتها لديهم منذ نعومة أظفارهم والحرص على إتباعها في حياتهم دعماً لاستقرار حياتهم، وتنمية قدراتهم على كسب ثقة ومودة الآخرين، ونيل رضاهم.
٩. الاهتمام بالبرامج الإرشادية من أجل تدريب الصغار والمراهقين الراشدين على مهارات التسامح، والتدريب على قبول الآخر المختلف، والتحرر من الانفعالات السالبة قدر الإمكان، والتأكيد على المهارات الإيجابية أو متغيرات الشخصية الإيجابية، والتدريب على الضبط الانفعالي، والتحكم في الذات وضبط الانفعالات والتمسك بأخلاق الإيثار.

المراجع:

١. السيد الشربيني منصور (٢٠٠٩). العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، المجلد الثالث، العدد الثاني، (٢٩-١٠١).

٢. السيد كامل الشربينى (٢٠٠٧) جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وسمة ما وراء المزاج والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والقلق، المجلة المصرية للدراسات النفسية، م١٧،ع ٥٧، ١-٨٠.

٣. السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠) النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، م٢٠، ع ٨٠، ٢٦٨-٣٥٠.

٤. العارف بالله الغندور (١٩٩٩): أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة، دراسة نظرية المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جودة الحياة توجيه قومي للقرن الحادي والعشرين، جامعة عين شمس، ٧٠- ٧١.

٥. المعجم الوجيز (٢٠٠٢) مجمع اللغة العربية، القاهرة: الهيئة المصرية العامة لشئون المطابع الأميرية.

٦. إيمان محمد الدوسري (٢٠١٢) العفو وعلاقته بانفعال الغضب لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٧. ابن فارس (١٩٩١) مقاييس اللغة – تحقيق عبد السلام هارون، بيروت: دار الجيل.

٨. جابر محمد عيسى وربيع عبده رشوان (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مجلد ١٢، أكتوبر ٤٥- ١٣٠.

٩. جبر محمد جبر (٢٠٠٥) علم النفس الإيجابي، ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر العلمي الثالث للإنماء النفسي التربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر، ٨٧-٩٣.

١٠. حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٥) الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر ورقة عمل منشورة في وقائع المؤتمر العلمي الثالث للإنماء النفسي التربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر، ١٣-٢٣.

١١.رغداء علي نعيسة (٢٠١٢) جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، م٢٨، ع١، ١٤٥-١٨١.

١٢.سمية طه جميل، داليا خير عبد الوهاب (٢٠١٢) جودة الحياة في ضوء بعض الذكاءات المتعددة لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية من تخصصات مختلفة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع٢٢، ج١، ٦٨-١٠٧.

١٣.سناء أحمد جسام (٢٠٠٩ (فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها لدى عينة من المسنين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

١٤.سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٢٣)، القاهرة، جامعة عين شمس، ص ص (٣٢٧-٢٧٨).

١٥.فوقية أحمد عبد الفتاح ومحمد حسين سعيد (٢٠٠٦): العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، المؤتمر العلمي الرابع، دور الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني في اكتساب ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة من ٣- ٤ مايو، القاهرة، جامعة بني سويف، كلية التربية، ١٨٩- ٢٧٠.

١٦.عبد المنعم السيد؛ نبيلة شراب (٢٠٠٨) العفو وعلاقته بالضبط الانتباهي والذكاء الاجتماعي لطلاب الجامعة .المجلة المصرية للدراسات النفسية .العدد ٥٩، المجلد ١٨، ١٣٢-١٨١.

١٧.عبد العزيز إبراهيم سليم (٢٠٠٩): دراسة فعالية برنامج علاجي في خفض حدة الإعاقة النوعية للغة وأثره في تحسين جودة الحياة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة دكتوراه، جامعة الإسكندرية، كلية التربية بدمنهور.

١٨.على مهدي كاظم وعبد الخالق نجم البهادلى (٢٠٠٦) مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط ١٧-١٩ ديسمبر.

١٩.كمال إبراهيم مرسى (٢٠٠٠) السعادة وتنمية الصحة النفسية، ج١، القاهرة، دار النشر للجامعات

٢٠.محمود عبد الحليم منسي، على مهدي كاظم (٢٠٠٦) مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة قابوس، ٦٣-٧٨.

٢١.ناهد صالح (١٩٩٠): مؤشرات نوعية الحياة، نظرة عامة على المفهوم والمدخل، المجلة القومية، مجلد (٢٧)، العدد (٢) مايو، ٥٣- ٨١.

22. Barbee. K.. (2008): Agreeableness Facets and Forgiveness of Others. Unpublished Doctoral Dissertation. Faculty of the School of Psychology & Counseling. Regent University.
23. Bauman. M. Iones, & Chau, N (2011) Psychogical Quality of life and its association with academic Employ ability skills among newly registered students from three European Facilities ، BMC Psychiatry ، Vol 10, Pp. 11-63
24. Berry, J.: Parrot, L. & Wade, N. (2005). Forgiveness Vengeful Rumination and affective traits. Journal of Personality, 73 (1), 283-255.
25. Berry, J., Worthington ،L., O'connor, L., Parrott ،L., & Wade, N. (2005). Forgivingness Vengeful Rumination and affective traits. Journal of Personality ، 73 (1), 183-226.
26. *Brown, R. (2004). Vengeance is Mine: Narcissism, Vengeance, and the Tendency to Forgive. Journal of research in Personality, Vol. 28, 576- 584*
27. Brummett ، B ، Wade ، J & Ponterotto ، J ، Thombs ، B and Lewis ، C (2007).Psychosocial Well – Being and a Multicultural Personality Disposition ، Journal of Counseling &Development ، 85 ، 73- 81.
28. Brunette; J., Taylor, K. & Forsyth, D. (2007). Attachment and Trait Forgiveness, The mediating Role of Angry Rumination. Journal of Personality and Individual Difference, 42, 1585-1596.
29. Clark, A (2005). Forgiveness : A neurological model. Medical Hypotheses. 649-654
30. Egan, L & Todorov, N (2009) Forgiveness as a coping strategy to allow school students to deal with the effects of being bullied, journal of Social and Clinical Psychology, 28 (2), 198-222
31. Enright, R., & Coyle, C. (1998). Researching the Process Model of Forgiveness within Psychological Interventions, In Worthington E., (ed.), Dimensions of Forgiveness Psychological Research and the Ecological Perspective. (PP. 139-161). Randnor, P.A Templeton Found Foundation.

32. **Fallow field, L. (1990) The Quality of Life: the Missing Measurement in Health Care. Human Horizons Series. London: Souvenir Press.**

33. **Giacomo, B. (2008).Forgiveness, feeling connected to other ، and wellbeing: two longitudinal studies. Personality and Social Psychology bulletin, 34 (2), 182-195.**

34. **Gillison, F, Standage, M, Skevington, S & Suzzane, A (2008) Changes in Quality of Life & Psychological needs Satisfaction Following the Transition to Secondary School, British Journal of Clinical Psychology, No1, 182-195.**

35. **Goldberg ، L (1993). The Structure of phenotypic personality traits ، American Psychologist ، 48 (1) ، 26-34 .**

36. **Hagberg ، M ، Hagbera ، B & Saveman ، B (2002). The significance of Personality Factor For Various Dimensions Of Life Quality Among Older People ، Aging &Mental Health ، 6 (2) ، 178-185 .**

37. **Kachadouria. L.. Fincham. F.. & Davila. J.. (2004): The Tendency to Forgiveness in dating and Married Couples: The Role Of attachment and Relationship Satisfaction. Personal Relationships. 11. 373-393.**

38. **Lawler, K, Younger, J, Piferi, R, Billington, E, Jobe, R, Edmondson, K, Jones, of forgiveness in response to interpersonal conflict. Journal of Behavioral Medicine,26 (5), 373-393.**

39. ***Lawler, K. and Piferi, L. (2006). The Forgiving Personality: Describing a Life Well Lived? Journal of Personality and Individual Differences, Vol. 41, issue 2, 1009- 1020***

40. **McCrae ، R ، Costa ، P ، Pilar ، G ، Rolland ، J & Parker ، W (1998). Cross – Cultural Assessment of the Five – Factor Model: The Revised NEO Personality Inventory ، Journal of Cross- Cultural Psychology ، 29 (1) ، 171-188.**

41. **McCullough ،M (2000) Forgiveness as human strength: Theory measurement and liks to well-being. Journal of Social and Clinical Psychology, 19, 43-55.**

42. **McCullough ،M (2000) Forgiveness, Who does it and how do they do it American Psychology, 19, 43-55.**

43. **Newberg, A, D Aquili ، E, Newberg, S, & Demarici, V (2000) The neuropsychological correlates of forgiveness. In McCullough, M, Pargament ، K, &Thoresen, C (eds), Forgiveness: theory, research and practice (pp. 19-110), New York: Guilford.**

44. ***Neto, Felix and Mullet, Etienne (2004). Personality, Self-Esteem, and Self-Construal as Correlates of Forgivingness. European Journal of Personality, Vol. 18, 15- 30.***

45. **Peraira, M.G ، Berg ، L, Gorss, A, & Machado, J.C (2008) Impact of Family environment & Support on adherence metabolic control & Quality of Life in adolescents with diabetes ، International ، Journal of Behavioral Medicine ، Vol 15, Pp.187-193**

46. **Philpot. C.. (2006): Inter- Group Apologies Unpublished Doctoral Dissertation. University of Queensland. Brisbane. Australia.**

47. **Roberts, D. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others and Situations. Journal of Personality, 73, 313-360.**

48. **Romero ، E ، Villar ، P ، Luengo ، A and Gomez – Fraguela ، J (2009). Traits ، Personal Strivings and Well- Being ، Journal Of Research in Personality ، 43 ، 535-546**

49. **Ross, S., Kendall, A., Matters, K., Wrobel,T., & Rye ، M. (2004). A personological examination of self and other-forgiveness in the five factor model. Journal of Personality Assessment ، 82 (2), 207-214.**

50. **Seligman. M.. (2002): Positive Psychology. Positive Prevention and Positive Therapy. In C. R. Snyder& S. J. Lopez (Eds.). The Handbook of Positive Psychology. New York: Oxford.**

51. **Singh, R & Dixit, S (2010) Health Related Quality of Life & Health Management ، Vol12, N2,. 153-172.**

52. **Sumer ، H ، Bilgic ، R, Sumer ، N and Erol ، T (2005). Personality Attributes as Predictor of Psychological Well – Being For NCOs ، Journal of Psychology ، 139 (6) ،529-544.**

53. ***Suwartono, C., Prawasti, C., & Mullet, E. (2007). Effect of Culture on Forgiveness: A Southern Asia – Western Europe Comparison. Journal of Personality and Individual Differences, Vol. 42, issue 2, 513- 523***

54. *Taylor, H.R & Bogdan, R. (1990) Quality Of life and the individual perspective. In: R. L. Schalok & M. Begab (eds.) ، Quality of life*

55. *Thompson. L.. Y.. Synder. C.. R.. Hoffman. L.. Michael. S.. T.. Rasmpson. L.. Michael. S.. T.. Rasmussen. H.. N.. Billings L.. S.. Heinz. L.. Noufeld. J.. E. Shorey. H.. S.. Roberts.. J.. C.. & Roberts. D.. E.. (2005). Dispositional Forgiveness of Self. Others and Situations. Journal of Personality. 73. 313-360.*

56. *Worthington, E. (1998). Dimensions of forgiveness: Psychological research & Theological Perspectives ، Philadelphia: Templeton Foundation Press.*