



جامعة صلاح الدين / أربيل

Salahaddin University–Erbil

كلية التربية - قسم الارشاد التربوي و النفسي

(مستوى شعور بجودة الحياة لدى مرضى السرطان)

مشروع تخرج

مقدمة إلى قسم (الارشاد التربوي و النفسي) وهو جزء من متطلبات نيل درجة

البكالوريوس في (كلية التربية / جامعة صلاح الدين / أربيل)

أعداد الباحثة

سايه پشتيوان احمد

بإشراف

م. جيران صباح عبدالله

□



رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و على ولدي و أن أعمل صلحا ترضه و أدخلني برحمتك في عبادك

الصلحين (١٩)

سورة النمل

الآيات (١٩)

إقرار المشرف

أؤيد بان هذه البحث الموسوم بـ(مستوى شعور بجودة الحياة لدى مرضى السرطان) التي قدمتها الطالبة (سايه بشتيوان احمد) قد انجزت وكتبت تحت اشرافي واناوافق بان تقدم بشكلها الحالي للمناقشة لنيل درجة بكالوريوس.

الاسم : جيران صباح عبدالله

التوقيع.....

التاريخ:

الأهداء

الىقلم و الفكر امس ادى الى وصول علم والفن اليوم.

الى.....الذكريات المؤلة للامس ادى الى تشويق المستقبل.

الى.....ابي و امي الحبيبة الذان ادا الى تزويد الدافعية الانجاز لدي.

الى.....كل انسان انتصروا من اجل العلم.

الى دفة العلم التي نستنير بها... استاذتنا.

الباحثة

شكر وإمتنان

في نهاية حصيلة عملنا هذا بعد الحمد لله وشكره نتقدم بجزيل الشكر والتقدير والامتنان والعرفان إلى أستاذتي الفاضلة المشرفة (م.جيران صباح عبدالله) الذي قدم المساندة المعنوية والدعم اللازم، كما نتقدم بالشكر إلى رئاسة القسم الارشاد التربوي و النفسي (أ.م.د. محمد محي الدين جباري) كما نقدم شكرنا وتقديرنا الى الاساتذة الافاضل في كلية التربية قسم الارشاد التربوي والنفسي لجهودهم والأساتذة الخبراء لما ابدهوه من آراء علمية لتقويم أدوات البحث، ونشكر كل من ساهم في انجاز هذا البحث.

الباحثة

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. التعرف على مستوى شعور بجودة الحياة لدى مرضى سرطان.
 ٢. دلالة الفروق الاحصائية في شعور بجودة الحياة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي.
 ٣. دلالة الفروق الاحصائية في شعور بجودة الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (غير متزوج-متزوج مطلقاً).
- وتكونت عينة البحث من (٨٠) مرضى السرطان في مستشفى نانكلي للسنة (٢٠٢٢ □ ٢٠٢٣).
- و قد إستخدمت باحثة في هذا البحث مقياس شعور بجودة الحياة من اعداد (ryff,١٩٨٩).
- و قد تم استخراج صدق الفقرات عن طريق استخدام الصدق الظاهري للمقياس, اما الثبات المقياسين فقد تم التحقق منه عن طريق التجزئة النصفية, قامت الباحثة باستخدام برامج SPSS (الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية) بغية التحقق من اهداف بحثها.

و قد اسفرت نتائج البحث عما يلي:

- ١- وجود مستوي عالية في شعور بجودة الحياة لدى عينة البحث.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة الاحصائية في المتغير التحصيل الدراسي عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة الاحصائية في المتغير الحالة الاجتماعية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

و قد أوصلت الباحثة في ختام البحث ببعض التوصيات و المقترحات منها:-

التوصيات:

١. تصميم برامج ارشادية لمرضى السرطان للتعامل معهن اثناء تشخيص المرض وعلاجه ولتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لهن.
٢. القيام بدراسات و بحوث النفسية في مجال الاورام السرطانية، وذلك لزيادة الوعي بدور العوامل النفسية في هذه الامراض.

٣. تقديم خدمات إرشادية في مستشفيات لمرضى السرطان قبل أن يعرفوا أنهم مصابون بالمرض سرطان.

المقترحات:

١. الشعور بجودة الحياة وعلاقتها بأمان الاجتماعي لدى الموظفين الحكوميين.

٢. شعور بجودة الحياة وعلاقتها بأساليب معامل والدين لدى المراهقين.

٣. علاقة بين الشعور بجودة الحياة و تقدير الذات لدى المصابات بسرطان.

ثبت المحتويات الجداول

الصفحة	الموضوع
أ	الآية القرآنية
ب	اقرار المشرف
نا	الإهداء
شا	شكر وامتنان
ج-ح	ملخص البحث
خ-ذ	ثبت المحتويات
ر	ثبت الجداول
ز	ثبت الملاحق
٧-١	الفصل الاول: التعريف بالبحث
٣-٢	مشكلة البحث

٣	اهمية البحث
٤	اهداف البحث
٤	حدود البحث
٧-٥	تحديد المصطلحات
١٧-٨	فصل الثاني اطار نظري و دراسات سابقة
١٠-٩	مفهوم جودة الحياة
١٢-١١	أبعاد جودة الحياة
١٤-١٣	النظريات التي فسرت جودة الحياة
١٧-١٥	الدراسة سابقة
٢٤-١٨	الفصل الثالث: إجراءات البحث
١٩	منهجية البحث
١٩	مجتمع البحث
٢٠	عينة البحث
٢٠	أداتا البحث

٢١	١-صدق الأداة
٢٢	٢-صدق ترجمة
٢٢	ثبات الأداة
٢٣	تطبيق أدوات البحث
٢٣	تصحيح أدوات البحث
٢٤	الوسائل الإحصائية
٣٠-٢٥	الفصل الرابع
٢٩-٢٥	عرض النتائج وتفسيرها
٢٩	التوصيات
٣٠	المقترحات
٣٥-٣١	المصادر
٤٥-٣٦	الملاحق

ثبت الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم
٢٦	يبين توزع المجتمع الأصلي لأفراد عينة البحث	١
٢٨	يبين النسب المئوية لآراء المحكمين لفقرات مقياس شعور بجودة الحياة	٢
٢٩	يبين معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس شعور بجودة الحياة	٣
٣٣	الإختبار التائي العينة الواحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس شعور بجوده الحياة	٤
٣٤	الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مقياس الشعور بجوده الحياة تبعاً لتحصل الدراسى	٥
٣٥	نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق بين المجموعات حسب الحالة الاجتماعية	٦

ثبت الملاحق

رقم الصفحة	عنوان الملاحق	رقم الملحق
٤٣-٤١	كتاب تسهيل المهمة صدر عن عمادة كلية التربية	١
٤٥-٤٤	استبيان اراء الخبراء والمحكمين حول مقياس الشعور بجودة الحياة بصورته الاولى	٢
٤٦	قائمة اسماء السادة خبراء و محكمين	٣
٥٦-٥٥	مقياس شعور بجودة الحياة باللغة الكوردي	٧

الفصل الاول

الاول/المشكلة بحث

الثاني/أهمية بحث

الثالث/اهداف بحث

الرابع/حدود بحث

الخامس/تعريف بحث

أولاً: مشكلة البحث

السرطان هو مجموعة من الأمراض التي تتميز خلاياها بالتوغل والانتشار (وهو النمو والانقسام الخلوي غير المحدود)، هذه الخلايا المنقسمة لها القدرة على غزو الأنسجة المجاورة وتدميرها، أو الانتقال إلى أنسجة بعيدة في عملية يطلق عليها الانبثاث، وهذه القدرات هي صفات الورم الخبيث على عكس الورم الحميد الذي يتميز بنمو محدد وعدم القدرة على الغزو أو القدرة على الانتقال، مع ذلك يمكن أن يتطور الورم الحميد إلى سرطان خبيث في بعض الأحيان، حوالي ١٠-٥ ٪ من السرطانات تحدث بسبب عيوب جينية وراثية من والدي الشخص ويمكن الكشف عن السرطان بعلامات وأعراض معينة أو اختبار فحص بعد ذلك يتم إجراء المزيد من الاختبارات عن طريق التصوير الطبي والتأكيد بأخذ خزعة.

الأشخاص الذين يصابون بمرض السرطان يكونون أكثر حساساً و يفكرون بأنفسهم و يصابون بخوف شديد، فيصل إلى حد تنزل فيه روحهم المعنوي، أكثر أمراض السرطان يصلون إلى حالة خطيرة بسبب التفكير السلبي في ذهنهم، لأن هذا المرض منتشر جداً و مميت لذلك من ناحية النفسية يتحطمون و هذا يؤثر على شفائهم.

وجودة الحياة هي السلامة العامة للأفراد والمجتمعات، مع تلخيص السمات السلبية والإيجابية في الحياة، ترصد جودة الحياة الرضا عن الحياة بما في ذلك كل شيء من الصحة الجسدية، والعائلة، والتعليم، والتوظيف، والثروة، والأمان، وضمان الحرية، والمعتقدات الدينية، والبيئة، لجودة الحياة مدى واسع من السياقات، بما في ذلك مجالات التنمية الدولية، والرعاية الصحية، والسياسة والتوظيف، من المهم عدم الخلط بين مفهوم جودة الحياة وبين مجال جودة الحياة الصحية النامية حديثاً، تقييم جودة الحياة الصحية هو تقييم فعال لجودة الحياة وعلاقتها بالصحة.

كما يعد مفهوم جودة الحياة أحد المفاهيم الرئيسية لعلم النفس الإيجابي، التي حظيت باهتمام كبير في مجالات الطب و علم الاجتماع والاقتصاد، وتعددت استخدامات مفهوم الجودة بصورة واسعة في السنوات الأخيرة، وترى الباحثة أن جودة الحياة عامل مهم في تفاعل الأفراد وإيجابيتهم مع الآخرين ومن ثم مع المجتمع من حولهم، وبالتالي توافرها

بدرجة كبيرة له مردوده الايجابي على المجتمع حيث يكون الافراد أكثر إيجابية وأكثر انخراطا في تحقيق أهداف المجتمع والاسهام في تقدمه وازدهاره.

ولذلك اهتمت العديد من البحوث بدراسة جودة الحياة، ومنها دراسات كل من (علام، ٢٠١٢) و (احمد، ٢٠١٥) كما أشارت بعض الدراسات إلى أن المصابين بالسرطان غالبا ما يشعرون بالقلق والخوف من الموت والاكثاب مما يؤثر سلباً على جودة الحياة لديهم (السجاري واخرون، ٢٠١٧، ٩١).

يتبين ان مرضى السرطان يتعرضون للعديد من الضغوط النفسية التي قد تترك اثاراً نفسية كبيرة على شخصياتهم وتوافقهم مع المجتمع المحيط، كل ذلك ينعكس سلباً او ايجاباً على سلوكهم.

وفي ضوء ما سبق تتحدد مشكلة البحث في ما هو مستوى شعور الجودة الحياة لدى مرضى السرطان.

ثانياً: أهمية البحث:

أهمية جودة الحياة من المنظور النفسي، والتي أصبحت ضرورة ملحة لتكوين الفرد و مطلباً نفسياً في حياته، وهي بمثابة عامل إشباع لحاجات لمرضى السرطان ، وإرضاء لطموحاته الشخصية ، وتأكيد لقيمة الإنسانية(مصطفاوي، ٢٠٢٠، ص٨٥٢).

جودة الحياة هي درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته في النواحي النفسية والمرضية والإبداعية والثقافية والرياضية والشخصية والجسمية والتنسيق بينهما، مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والإنجاز والتعلم المتصل بالعادات والمهارات والاتجاهات، وكذلك تعلم حل المشكلات وأساليب التوافق والتكيف وتبني منظور التحسن المستمر للأداء كأسلوب حياة وتلبية الفرد لاحتياجاته هو رغبته بالقدر المتوازن والاستمرارية في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلم التعاونيما ينمي مهاراته النفسية الاجتماعية (نعيمة، ٢٠٢٠، ص٢).

نوعية الحياة التي يرغب الإنسان في أن يحققها، فإذا كان معنى الحياة واضحاً ومرتفعاً لديه فإن الحياة تبدو
لنسبة له مثيرة جداً، وأن كل يوم يكون جديداً تماماً، ويلتزمه شعور أنه وجد ما ظل يبحث عنه طيلة حياته،
ويستطيع أن يحدد الأشياء المفقودة من حياته بدقة ووضوح، وتظل النشاطات تتمتع بجاذبيتها كأول مرة (ميروغ
وهاروني، ٤١٧، ٢٠٢١ ص).

هذا البحث مهم جداً، مهم للأشخاص الذين يواجهون صعوبة صغيرة و ينهارون خاصة الأشخاص الذين
يصابون بمرض السرطان لسبب الخوف من الموت بهذا المرض، لهذا نستطيع نساعدهم، حتى حياتهم يصبح أجمل و
تسهل صعوبة الحياة.

ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:-

١. التعرف على مستوى شعور بجودة الحياة لدى مرضى سرطان.
٢. دلالة الفروق الاحصائية في شعور بجودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس.
٣. دلالة الفروق الاحصائية في شعور بجودة الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

رابعاً: حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي ب:-

١. المجال البشري: مرضى سرطان
٢. المجال الزمني: للعام (٢٠٢٢ - ٢٠٢٣).
٣. المجال المكاني: مركز مدينة اربيل.

خامساً: تحديد المصطلحات:

أ. جودة الحياة

١. عرفها (Ruff, ١٩٨٩):

هي الاحساس الايجابي بحسن الحال، كما يرصد بامؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليتته في تحديد وجهة ومسار حياته، واقامته لعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الاخرين، والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة، النفسية بكل من الاحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff, ١٩٨٩, ٨٧).

٢. عرفها (جمال، ٢٠١٦):

حالة عامة ايجابية يشعر خلالها الفرد بالصفاء والهدوء والطمأنينة والبهجة، والارتياح والرضا، وحسن الحالة الصحية النفسية، وتقبل وفهم الذات كما هي، والتوافق والتفاعل الأكاديمي والاجتماعي (جمال، ٢٠١٦، ص٩).

٣. عرفها (نورس، خرفية، ٢٠١٦):

- شعور الطالبة بالرضا والسعادة عن حياتها , أي أنها حالة شعورية تجعل الطالبة ترى نفسها قادرة على إشباع حاجاتها المختلفة من خلال ما يتوافر لديها من قدرات وإمكانيات في ضوء الظروف المحيطة بها (نورس، خرفية، ٢٠١٦، ص١١).

٤. عرفها (البلوشي،الظفري،٢٠١٩) :

- مجموعة من العمليات المتكاملة المخططة والمستمرة والتي تستهدف تحسين مختلف الجوانب التي تؤثر في الحياة الوظيفية للعاملين وحياتهم الشخصية والذي يسهم بدوره في تحقيق الأهداف الاستراتيجية للمنظمة والعاملين فيها والمتعاملين معه(البلوشي،الظفري،٢٠١٩،ص٣٩١).

٥. عرفها (المقبل،٢٠٢٠) :

- كل ما يحمله الفرد من إدراكات لقدراته وإمكاناته التي تساعد على تحقيق أهدافه بشكل عام بما يؤدي إلى الإحساس بالسعادة والرضا والراحة الشخصية (المقبل،٢٠٢٠،ص٢١).

تعريف نظري:

تبنت الباحثة تعريف (Ruff, ١٩٨٩) لجودة الحياة في بحثها الحالي.

اما تعريف الاجرائي جودة الحياة:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها افراد العينة على فقرات المقياس جودة الحياة والمستخدم في البحث الحالي.

ب.مرض السرطان

١. عرفها (الرحامنه,٢٠١٠):

ويعتبر مرض السرطان مجموعة متشابكة من الأمراض وليست مرضا واحدا، وما يميزه هو عدم قدرة الجسم السيطرة على نمو وانتشار الخلايا غير الطبيعية دون ضبط أو نظام مما يسبب تلف النسيج السليم، وتعرض الحياة للخطر((الرحامنه, ٢٠١٠,ص١٥).

٢. عرفها (كرسوع ، ٢٠١٢):

يعتبر مرض السرطان من الأمراض الخطيرة الهامة التي تشغل بال الباحثين في جميع أنحاء العالم نظرا لازدياد معدل الإصابة فيه. ولرض السرطان بعداً جغرافياً وبيئياً تحاول الطالبة ربطها بالأسباب التي تؤدي للإصابة بالمرض(كرسوع ، ٢٠١٢,ص١).

٣. عرفها (الحسن,٢٠١٩):

هو مرض معقد ينشأ بسبب عوامل عديدة منها الجينات الوراثية، العمر، الغذاء، والتعرض للمواد المسرطنة وغير ذلك، كما أنه ليس مرضا واحدا إنما أكثر من مئة مرض يتشاركون في مشكلة مسببة واحدة، وهي أن الخلايا تتصرف بطريقة غير طبيعية، فتتمو بشكل خارج عن السيطرة وتتدخل في وظائف الجسم الطبيعية(الحسن,٢٠١٩,ص٢٠).

الفصل ثاني

الاول/الاطار النظري

الثاني/ الدراسة سابقة

مفهوم جودة الحياة:

يعتبر مفهوم جودة الحياة من المهام الصعبة لما تحمله من جوانب متعددة ومتفاعلة ومن بين العلوم التي اهتمت بجودة الحياة، علم النفس الحديث تبين هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية والنظرية منها والتطبيقية.

لغة:

فمن الناحية اللغوية يرتبط مفهوم الجودة Quality بالكلمة اللاتينية Qualitas وهي تعني طبيعة الفرد أو طبيعة الشيء، وتعني الدقة والاتقان (بخيت، ٢٠١٢ ، ١٣). وطبقا لابن منظور الجودة أصلها من الفعل الثلاثي "جود"، والجيد: نقيض الرديء، والجمع جواد، وحيادات، جمع الجمع، وجاد بالشيء وتستخدم لتعكس مدى الاحترام المتزايد لأهمية كيفية شعور المريض ورضاه عن الخدمات الصحية المتقدمة، بجانب النظرة التقليدية التي تتركز على نتائج المرض. (حمص، ٢٠١٠، ٤٧).

ويعرف تايلور وروجان جودة الحياة بأنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة (نعيسة، ٢٠١٢ : ١٥٠).

وكذلك يعرف (أبوسريع وآخرون، ٢٠٠٦ : ٢٠٦) أن جودة الحياة هي المشاعر الذاتية بالسعادة الشخصية، والرضا عن النفس وعن الجوانب ذات الأهمية في حياة الشخص، ويضيفوا أيضا بأنه يجب التأكيد على مفهوم الذاتية باعتبار أن تقدير الشخص الذاتي لمدى سعادته ورضاه عن حياته هو أساس في الحكم على حياته.

في حين يرى جسام (٢٠٠٩) أن جودة الحياة هي درجة رضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الانساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كذلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي، النشاطات، ومدى إنجاز الفرد للمواقف (حسان، ٢٣، ٢٠٠٩).

كما يرى الكرخي (٢٠١١) أن شعور الفرد بالرضا والسعادة وبالقدرة على إشباع الحاجات في الأبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل (النمو الشخصي، والسعادة البدنية والمادية، والاندماج الاجتماعي، والحقوق البشرية) الكرخي، ٢٠١١، ٢٣).

ويعرف مصطفى الشرفاوي جودة الحياة: " كل ما يفيد الفرد بتنمية طاقته النفسية والعقلية ذاتيا والتدريب على كيفية حل المشكلات واستخدام أساليب مواجهة المواقف الضاغطة والمبادرة بمساعدة الآخرين والتضحية من أجل رفاهية المجتمع وهذه الحالة تتسم بالشعور وينظر إلى جودة الحياة من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية والاستقرار الأسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية، ويؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات القوية الدالة على جودة الحياة (حسن، ٢٠٠٤، ١٥).

ويرى العادلي إلى أن جودة الحياة "قد تتمثل لدى البعض بامتلاك الثروة التي تحقق لهم السعادة في حين يرى البعض الآخر أن الحياة الجيدة هي التي يتوافر فيها فرص العمل والدراسة ويراها آخرون التي وهناك صعوبة في صياغة تعريف محدد لجودة الحياة، فعلى الرغم من استخدامه إلا أنه لا يزال غير واضح ويتسم بالغموض.(عبد الفتاح والحسين، ٢٠٠٦).

فأسباب الصعوبة هي كالاتي:

- حداثة المفهوم على المستوى التناول العلمي.
- تطرق هذا المفهوم للاستخدام في العديد من العلوم، حيث يستخدم أحيانا للتعبير عن الرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تمنح، تقدم لأفراد المجتمع كما يستخدم للتعبير عن الإدراك الأفراد لدى قدرة هذه الخدمات على اشباع حاجاتهم.

- لا يرتبط هذا المفهوم بمجال محدد من مجالات الحياة، أو بفرع من فروع العلم، إنما هو مفهوم موزع بين الباحثين والعلماء على اختلاف تخصصاتهم ، والملفت للنظر أن أصحاب كل تخصص يرون أنهم باستخدامه سواء كان تخصصهم علم الاجتماع أو الطب بفروعه المختلفة، أو العلوم البيئية أو الاقتصادية.(الأشول ، ٢٠٠٥ ، ٩٢).

أبعاد جودة الحياة:

يرى الراسبي إلى أن الباحثين و الدارسين قد أكدوا بأن مفهوم جودة الحياة الفرد هو مفهوم متعدد الأبعاد ومتعدد الجوانب، فكل منا ينظر إلى جودة حياته من زاوية أو مجال أو عدة مجالات، وهو مفهوم نسبي لدى الشخص ذاته وفقا للمراحل العمرية والمواقف التي يعيشها الفرد ويتعايش معها، ويضيف أيضا بأنه حينما يرتبط هذا المفهوم بحاجات الفرد النفسية والاجتماعية والروحية والدينية والعقلية، ومن ثم تلبية اشباع هذه الحاجات، حينما تمثل هذه الحاجات واشباعها مقومات جودة الحياة الفرد. (الراسبي، ٢٠٠٦ ، ١٣٥).

ويرى كلا من (كومينز وماك كيب، ١٩٩٤) ،أيضا أن مفهوم جودة الحياة من المفاهيم متعددة الأبعاد، وأن جميع المقاييس التي أعدت في ذا الاتجاه، ويضيف أن أي مقياس لجودة الحياة يتضمن المؤشرات الموضوعية objective indicators والمؤشرات الذاتية subjective indicators, ويرى الباحثان على الرغم من أن كلا من المؤشرات الموضوعية والذاتية ترتبط ارتباطا قويا بجودة الحياة، إلا أنه ملفت للنظر أن الارتباط بين البعدين يعتبر ارتباطا ضعيفا، ربما يعود ذلك إلى أن الاتجاهين يستعرضان مجموعتين مختلفتين من البيانات.(الهنداوي، ٢٠١٠ ، ٣٨).

في حين تعتبر المؤشرات الموضوعية للمجتمع أو الجماعة التي تنتمي إليها الفرد محكا مرجعيا و تقيس بيانات مثل: الدخل والسكن وترى منظمة الصحة العالمية (Who) إلى أن مفهوم جودة الحياة العالمي يتكون من عدة أبعاد مثل: الحالة النفسية والحالة الانفعالية أو الرضا عن العمل والرضا عن الحياة، والمعتقدات الدينية، والتفاعل الأسري، والتعليم، والدخل المادي، هذا وتتكون جودة الحياة من خلال الإدراك الذاتي للفرد عن حالته العقلية، وصحته الجسمية وقدراته الوظيفية، ومدى فهمه للأمراض التي تعثره (جبريل، ٢٠٠٧ ، ٣٠).

كما يرى شالوك ١٩٩٦ shalook فسيشير إلى أنه ليس هناك حاجة إلى تصنيف متغيرات جودة الحياة إلى

بعدين (موضوعي وذاتي)، بل اعتبره تصنيفا ينقصه بعض المرونة، حيث توجد متغيرات أخرى تخرج عن هذا التصنيف الثنائي، وبذلك يضيف(شالوك) بأن هناك ثمانية أبعاد متنوعة لمفهوم جودة الحياة، والتي يمكن أن تختلف في درجة أهميتها، وفقا لتوجه الباحث وأهدافه عند دراسة المفهوم والمنطق النظري الذي يحكم هذه الدراسة، والأبعاد الثمانية كالتالي:

- جودة المعيشة الانفعالية: وتشمل الشعور بالأمان، والجوانب الروحية والسعادة، والتعرض للمشقة، ومفهوم الذات، والرضا أو القناعة.

- العلاقات بين الأشخاص: وتشمل الصداقة الحميمة، والجوانب الوجدانية، والعلاقات الأسرية، والتفاعل، والمساندة الاجتماعية.

- جودة المعيشة المادية: وتشمل الوضع المادي، وعوامل الأمان الاجتماعي، وظروف العمل، والممتلكات، والمكانة الاجتماعية والاقتصادية.

- الارتقاء الشخصي: وتشمل مستوى التعليم، والمهارات الشخصية ومستوى الانجاز.

- جودة المعيشة الجسمية: وتشمل الحالة الصحية، والتغذية والاستحمام، والنشاط الحركي ومستوى الرعاية الصحية، والتأمين الصحي، ووقت الفراغ، ونشاطات الحياة اليومية.

- محددات الذات: وتشمل الاستقلالية والقدرة على الاختيار الشخصي، وتوجيه الذات والأهداف، والقيم.

- التضمين الاجتماعي: وتشمل القبول الاجتماعي والمكانة وخصائص بيئة العمل، والتكامل والمشاركة الاجتماعية، والدور الاجتماعي، والنشاط التطوعي، والبيئة المسكن (محمد , ٢٠١٥، ص٢٤).

النظريات التي فسرت جودة الحياة:

أولاً : التحليل النفسي

١- (فرويد ١٨٥٦-١٩٣٩ . Freud)

يرى فرويد Freud - صاحب مدرسة التحليل النفسي- أن جودة الحياة هي الشعور بالسرور والسعادة ، وتخفيف الآلام وهو هدف أساسي للسلوك البشري ، وأيضاً تعني إشباع الغرائز إذ أن مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي. كما يعتقد أن الحياة مليئة بالآلام والتوترات نتيجة عدم قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد عنها الصراعات والتوترات النفسية المتعددة (فرح ، ١٩٨٩ ، ص٢٥) واعتقد فرويد أن غريزة الحياة أو مبدأ السرور Pleasure principle هو دافع لديمومة الحياة والرضا عنها (Myers, ١٩٨٦, p:٣٨٠) وإضافاً فرويد إلى أن خبرات الطفولة الأولى بشقيها المؤلم والسار تكون مهمة في التأسيس للحياة مستقبلاً (المسعودي، ٢٠٠٦، ص ٤٥).

٢- أدلر (١٨٧٠-١٩٣٧) Adler

يقول أدلر ((أن الهدف النهائي لنشاط الإنسان وكفاحه هو أن يحقق التفوق)) والتفوق يأتي على نوعين :

أولاً: يتخذ شكل الرغبة في القوة والسيطرة على الآخرين وهو هدف خاطئ يمارسه الفرد العصبي .

ثانياً : يتخذ شكل الكفاح من أجل التفوق نحو الكمال بطريقة تحقيق ((جودة الحياة والسعادة فيها وهو هدف صحيح

يمارسه الأفراد الأصحاء)) (المسعودي، ٢٠٠٦، ص ٤٥).

٣- اريك فروم (١٩٠٠-١٩٨٠) E.fromm

يعتقد فروم fromm أن الأمراض النفسية تنتج عن الصراع القائم بين سعي الإنسان المشروع لتحقيق

أهدافه في الحياة ، وبين النظم والقوانين القائمة في مجتمعه التي تعارض هذا السعي، وأشار أن جودة حياة الإنسان تنشأ

من إنتاجه ، وإحساس الإنسان بالواقع الملموس واتحاده مع غيره مع احتفاظه بخصائص شخصيته في آن واحد . وهي

إحساس الفرد بالطاقة الحيوية الفياضة التي تنجم عن ارتباطه بالعالم الخارجي ارتباطاً منتجاً. وأكد فروم على الجانب الاجتماعي للإنسان إذ إنه أساس جودة الحياة وسعادتها إذ يرى إن الإنسان اجتماعي بطبيعته وإن غالبية مشكلاته ناتجة عن انفصاله وتفرد في مجتمعه . والشخصية السوية هي الشخصية الاجتماعية المنتجة التي توفر المتعة النفسية (المسعودي، ٢٠٠٦، ص ٤٥).

ثانياً: المعرفي

١- نظرية لاوتن (١٩٩٦):

مفهوم طبعة البيئة، طرح لاوتن (١٩٩٦) ليوضح فكرته عن جودة الحياة ، والتي تدور حول الآتي : ان ادراك الفرد لنوعية حياته يتأثر بظرفان هما : الظرف المكاني ، اذ ان هناك تأثيراً للبيئة المحيطة بالفرد على ادراكه لجودة حياته ، وطبعة البيئة في الظرف المكاني لها تأثيران احدهما مباشر على حياة الفرد كالتأثير على الصحة مثلاً ، والآخر تأثيره غير مباشر إلا انه يحمل مؤشرات ايجابية كرضى الفرد على البيئة التي يعيش فيها. الظرف الزمني ، ان ادراك الفرد لتأثير طبعة البيئة على جودة حياته □ يكون اكثر ايجابياً كلما تقدم في العمر ، فكلما تقدم الفرد في عمره كلما كان اكثر سيطرة على ظروف بيئته ، وبالتالي يكون التأثير اكثر ايجابية على شعوره بجودة الحياة (مبارك ، ٢٠١٢ ، ص ٧٢٣).

٢. نظرية شالوك (٢٠٠٢) Schalok Theory

تحليلاً مفصلاً لمفهوم جودة الحياة على اساس (Schalock), قدم شالوك (٢٠٠٢) انه مفهوم مكون من ثمانية مجالات ، وكل مجال يتكون من ثلاثة مؤشرات ، تؤكد جميعها على اثر الابعاد الذاتية كونها المحددات الاكثر اهمية من الابعاد الموضوعية في تحديد درجة شعور الفرد بجودة الحياة ، على ان هناك نسبة في درجة هذا الشعور فالعامل الحاسم في ذلك يكمن في طبيعة ادراك الفرد لجودة حياته(مبارك , ٢٠١٢, ص ٧٢٤).

الدراسة سابقة:

الدراسة الأولى: دراسة بوعيشة أمال (٢٠١٤):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه ، بالإضافة إلى محاولة الكشف عن إمكانية وجود فروق في مستوى جودة الحياة والتفاؤل لديهم والتي قد تعزى إلى متغيرات (الجنس، التخصص)، وقد تكونت عينة الدراسة من حوالي (٥٧) طالب وطالبة دكتوراه، تم اختيارهم بطريقة قصديه. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم مقياسين: مقياس جودة الحياة، ومقياس التفاؤل. وابتاع للمنهج الوصفي. توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: - وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه. - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه حسب متغيري الجنس والتخصص. - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى طلبة الدكتوراه حسب متغيري الجنس والتخصص.

الدراسة الثاني: دراسة أحمد, ياسين (٢٠١٩):

تضمنت هذه الدراسة موضوع جودة الحياة الوظيفية وأثرها على مستوى الأداء الوظيفي للعاملين بمؤسسة باتيميتال فرع عين الدفلى، ونظرا لتجانس و كبر حجم مجتمع الدراسة الكلي فقد تم اقتصار تطبيق الدراسة على الإطارات وأعاون التحكم، والبالغ عددهم حوالي ٧٥ موظف، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، والإستبانة الإصدار ٢٤ لاختبار فرضيات الدراسة، حيث تم توزيع ٤٥ إستبانة SPSS كأداة رئيسية لجمع البيانات، وبرنامج استرد منهم ٣٧ ، وتبين أن ٢٥ استبانة فقط تحقق الشروط المطلوبة، وتم صياغة فرضية واحدة رئيسية وستة فرضيات فرعية لتغطية كافة جوانب الدراسة. توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج أهمها أنه يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لجودة الحياة الوظيفية على الأداء الوظيفي بمؤسسة باتيميتال- عين الدفلى حسب أفراد عينة الدراسة، كما تبين أن بعد الأجور والرواتب يعتبر من أهم أبعاد جودة الحياة الوظيفية تأثير على الأداء الوظيفي، بينما

يعتبر بعد الترقية والتقدم الوظيفي أقل بعدا من أبعاد جودة الحياة الوظيفية تأثيرا على الأداء الوظيفي داخل مؤسسة باتيميتال.

الدراسة ثالث: دراسة نورس، خرفية (٢٠١٦):

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى جودة الحياة و مستوى الصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور بالجلفة حسب متغيرات السن ،المستوى الدراسي، (أولى جامعي ، الثانية، الثالثة ، الأولى ماستر. الثانية ماستر) ، التخصص (علمي ، أدبي) . الإقامة (داخلي،خارجي)لاوقد تم إستخدام مقياس جودة الحياة لطالبات الجامعة ومقياس الصحة النفسية. ومن أهم النتائج :

- وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من جامعتي التأثير المشترك للمتغيرات الثلاثة معا في جودة الحياة

-عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة- وانتهت الدراسة إلى مجموعة من المقترحات، منها إعطاء الطالب مساحة أكبر من الحرية لإثبات الذات وتحقيقها من خلال إختيار نوع الدراسة المتناسبة مع قدراته وميوله، وتخصيص مرشد أكاديمي ونفسي يقدم خدمات الإرشاد الفردي والجامعي للطلاب، وتطوير قدرة الطلاب على عملية التربية الذاتية، وتوسيع آفاق البحث الذاتي.

الدراسة رابعة: دراسة ضميري (٢٠١٩):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي معرفي- سلوكي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، واستخدم المنهج الشبه تجريبي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٠ طالب أوطالبة ممن لديهم درجة منخفضة على مقياس جودة الحياة النفسية، وزعوا عشوائيا إلى مجموعتين الأولى تجريبية طبق عليهم البرنامج الإرشادي، والثانية ضابطة لم تتلقى أي نوع من الإرشاد. صمم لأغراض الدراسة برنامجا إرشاديا يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية، وطبق على المجموعة التجريبية، في جلسات بلغ عددها (١٥) جلسة بواقع جلستين أسبوعيا، مدة

منها (٩٠) دقيقة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجة الكلية لجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة حجم الأثر للبرنامج (٠,٩٢٢), وكانت الفروق دالة أيضاً في القياس القبلي والبعدي لمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي, مما يؤشر إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق في تحسين جودة الحياة النفسية, كما أظهرت النتائج من خلال القياس التبعي استمرارية الفاعلية لبرنامج الإرشادي. وفي ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها انبثقت عنها توصيات عديدة, أهمها: توظيف البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية على فئات أخرى في المجتمع وتقويم فاعليته مع كل فئة من فئات المجتمع. والاهتمام بإعداد برامج إرشادية في الجامعات للتعامل مع المشكلات والاضطرابات النفسية التي تؤدي إلى انخفاض جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعات.

الفصل الثالث

منهجية البحث

١/مجتمع البحث

٢/عينة البحث

٣/اداة البحث

٤/الصدق الاداة

٥/ثبات الاداة

٦/تطبيق النهائي

٧/تحصيل المقياس

٨/الوسائل الاحصائية

اجراءات البحث

يتناول هذا الفصل وصفاً مفصلاً للإجراءات التي اتبعها الباحثة في تنفيذ الدراسة، ومن ذلك تعريف منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، أداة الدراسة (الاستبانة)، والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات :

منهجية البحث:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، اتبع الباحثة المنهج الوصفي "الذي يحاول الباحث من خلاله وصف ظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها" (حبيب: ١٩٩١: ١٠٥).

فالمنهج الوصفي يتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية، حيث يعتمد على جمع البيانات، وتبويبها، وتحليلها والوصول إلى الاستنتاجات التي تسهم في فهم الواقع تصويره، و ذلك من أجل قياس مستوى شعور بجودة الحياة لدى مرضى السرطان .

أولاً:مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث الحالي من مرضى سرطان مستشفى (نانكلي) للسنة الدراسية ٢٠٢٢-٢٠٢٣ و البالغ عددهم * (٢٨٦)، كما وضع في الجدول (١).

^١ حصلت الباحثة على هذه الأرقام خلال زيارتهما الى مديريات تسجيل عام لكلية التربية بواسطة كتاب تسهيل المهمة صدر عن عمادة كلية التربية والرقم (٢٥٧/٢/١) في (٢٠٢٣/٢/٢٣). (ملحق١).

الجدول (١)

يبين توزيع المجتمع الأصلي لأفراد عينة البحث

مستشفى	السنة	العدد	مجموع
نانكلي	٢٠٢٢	٢٥٠	٢٨٦
	٢٠٢٣	١٣٦	

ثانياً: عينة البحث:

بعد تحديد مجتمع البحث للمرضى السرطان، اختارت الباحثة عينة من المستشفى نانكلي و عدد المرضى (٨٠)

المریضة لبحثها في التطبيق النهائي في البحث.

ثالثاً: اداة البحث

لجأت الباحثة إلى استخدام الاستبيان كأداة للبحث و ذلك لملائمته مع طبيعة البحث الحالي، اذ يعد الاستبيان إحدى الوسائل التي يعتمد عليها الباحثة في جمع المعلومات و البيانات من مصادرها، كما ويتمتع الاستبيان بخصائص منها انه أقل الوسائل كلفة و أكثر الوسائل تقنيا لا يحتاج إلى وقت كبير و يسمح بجمع معلومات من أعداد كثيرة كما وقد يجد المجيب ثقة أكبر في نفسه من حيث أنه غير معروف للباحثة مما سيتيح له التعبير عن رأيه بحرية أكبر.

(عقيل، ١٩٩٩، ص ١٤٨).

ولغرض التحقق من اهداف البحث لجأت الباحثة الى الاستعانة بمقياس واحد، مقياس جودة الحياة (ryff,١٩٨٩).

رابعاً: صدق الاداة:

١-الصدق الظاهري :-

يعد الصدق من الشروط المهمة في البحث العلمي حيث يشير الى مدى ملائمة الدرجات المستمدة من الاختبار للاستخدامات المعينة المناسبة للغرض الذي يبني من اجله الاختبار(علام،٢٠٠١،ص٢٧٧).

ولغرض التأكد من صدق المقياس قامت الباحثة بعرض فقرات المقياس شعور بجودة الحياة بصيغتها الاولية والبالغ عددها (٤٧) (ملحق٢) على مجموعة من الخبراء والمختصين في ميدان التربية وعلم النفس (ملحق ٣) وذلك لإبداء ارائهم و لبيان مدى ملائمة الفقرات لقياس ما اعد لقياسه ، علماً أن الباحثة أعتمدت في قبول كل الفقرة في حالة تحقيقه على نسبة اتفاق المحكمين (٧٥%) وبخلافه يتم حذف الفقرة من الاستبيان، وبعد جمع الاستبانات من السادة المحكمين استطاعت الباحثة الحصول على(٤٧) فقرة بالنسبة لمقياس شعور بجودة الحياة، و بذلك اصبح المقياس جاهز للتطبيق (ملحق٢)، كما موضح في جدول (٢).

الجدول (٢)

يبين النسب المئوية لآراء المحكمين لفقرات مقياس شعور بجودة الحياة

ت	مقاييس	ارقام الفقرات	الموافقين		غير الموافقين	
			العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية
١	شعور بجودة الحياة	١٧-١٦-١٥-١٤-١٣-١١-١٠-٩-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١ ٣٠-٢٩-٢٨-٢٦-٢٥-٢٤-٢٣-٢٢-٢٠-١٩-١٨ ٤٢-٤١-٤٠-٣٩-٣٧-٣٦-٣٥-٣٤-٣٣-٣٢-٣١	٩	%١٠٠	صفر	%٠

				٤٧-٤٤-٤٣	
١١,١%	١	٨٨,٩%	٨	٤٦-٣٨-٣٧-٢١-١٢-٨	

٢-صدق الترجمة

بعد ان حصلت الباحثة على صدق المقياس، وذلك من خلال عرضها على لجنة الخبراء، قامت بترجمة المقياس الى اللغة الكوردية، ثم قامت بعرض المقياسين المترجم الى اللغة الكوردية ملحقا بنصه العربي الى لجنة من خبراء اللغة الكوردية (ملحق٣)، بعد ان راجعته الباحثة ملاحظات خبراء اللغة الكوردية اخذت بأرائهم على النص المترجم واعادت صياغة بعض الفقرات حسب هذه الملاحظات ومن ثم قامت الباحثة بعرض هذا المقياس على خبراء اللغة العربية والخبراء علم النفس التربوي(ملحق٣) في الكلية التربوية وظهر بانهم لم يكن لديهم اي اعتراض على اللغة المترجمة وبهذا اتفق على ان النص المترجم الى الكوردية لاتعارض مع النص العربي، بذلك تم التحقق من صدق الترجمة للمقياس (ملحق٤).

خامساً: ثبات الاداة

الثبات يعنى الاتساق أو الرسوخ و الاستقرار في النتائج ، وبعد المقياس اذا حصلنا على انتاج نفسها اذا اعيد تطبيقه على الافراد أنفسهم وفي ضل الظروف نفسها (روزنرج،٢٠٠٨:ص١٩٢،١٩١).

أعتمدت الباحثة على طريقة التجزئة النصفية لحساب الثبات لمقياس شعور بجودة الحياة ، تطبقت الباحثة المقياس على عينة تم اختيارهم عشوائياً، و البالغ عددهم (٣٠) مريض، وتطبقت الاختبار عليهم بتاريخ (٢٠٢٣/٢/٢٧)، وبعد معالجة البيانات احصائياً و ذلك باستخدام الوسيلة الاحصائية المناسبة و هي معامل ارتباط (بيرسون)، التي بلغت في جودة الحياة (٠,٩١) وعند تصحيحها بمعادلة سبيرمان براون أصبحت معامل الثبات (٠,٩٥) اذ يتمتع المقياس بدرجة ثبات جيدة كما موضع في الجدول (٣).

الجدول (٢)

يبين معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس شعور بجودة الحياة

مقياس	عينة الثبات	الجزء الأول للاختبار		الجزء الثاني للاختبار		معامل الثبات	بعد التعديل
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
شعور بجودة الحياة	٢٠	١٦,٤١	٩٦,٢٣	١٦,٥٩	٩٢,٧٣	٠,٩١	٠,٩٥

سادسا/ تطبيق النهائي :

بعد الانتهاء من اجراءات البحث على الاداتين تم تطبيق الاداة على عينة البحث الاساسية والبالغ عددها (٨٠) مريض في مستشفى نانكلي، اذ تطبقت الباحثة الاداة بتاريخ (٦-٣-٢٠٢٣) و قامت بتوزيع الاستبانات على افراد العينة فضلا عن الاجابة على كل استفتاءات افراد العينة وبعد جمع الاستبانات استطاعت الباحثة الحصول على (٨٠) من مجموع ما تم توزيعه، وبعد ذلك قامت الباحثة بتفريغ الاستبانات ومعالجتها احصائيا لغرض تحقيق اهداف البحث.

سابعا / تصحيح المقياس:

قامت الطالبة الباحثة بتصحيح اداتا البحث وفق ما يلي:

١- تصحيح مقياس شعور بجودة الحياة:

يتكون مقياس جودة الحياة من (٤٧) فقرة وكل الفقرات ايجابية لمقياس جودة الحياة، ووضع امام كل فقرة

مدرج خماسي لتقدير الاستجابات على الفقرات هي: (موافق بشدة, موافق, محايد, غير موافق, غير موافق بشدة) تعطى الباحثة أوزاناً من (٥ ١) للفقرات التي كانت ايجابية, وتتراوح الدرجات على المقياس بين (٤٧-٢٣٥) درجة, و بمتوسط فرضي (١٤١) درجة.

ثامناً: الوسائل الاحصائية:

قامت الباحثة باستخدام برامج SPSS (الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية) بغية التحقق من اهداف بحثها.

الفصل الرابع

نتائج البحث

١/ عرض النتائج و مناقشتها

٢/ التوصيات

٣/ المقترحات

نتائج البحث:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها هذا البحث ، على وفق الأهداف التي عرضها في الفصل الأول ، ومناقشة تلك النتائج في ضوء دراسات السابقة ، و تفسيرها ، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات و المقترحات في ضوء تلك النتائج .

أولاً: عرض النتائج و مناقشتها :

الهدف الأول : التعرف على مستوى الشعور بوجوده الحياة لدى أفراد عينة البحث الحالي.

من أجل تحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات الكلية لأفراد العينة على مقياس ، ومن ثم أستخدم الإختبار التائي لعينة واحدة لتعرف على دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس، و تبين كالآتي:

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات الواردة في البحث، ان قيمة متوسط درجات أفراد العينة على مقياس شعور بوجوده الحياة بلغت (١٧٠,٤٦)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (٢٢,٥٨)، وعند مقارنتها مع قيمة المتوسط الفرضي لمقياس شعور بوجوده الحياة (١٤١)، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، تبين أن هناك فرق دال إحصائياً بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس توافق النفسي، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (١١,٦٦) هي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٦٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٧٩) ، انظر الجدول(٤).

الجدول (٤)

الإختبار التائي العينة الواحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس شعور بوجوده الحياة

مستوي الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المقياس
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	١,٦٦	١١,٦٦	٧٩	١٤١	٢٢,٢٨	١٧٠,٤٦	٨٠	شعور بجوده الحياة

تشير هذه النتائج بأن المتوسط الحسابي لشعور بوجوده الحياة لدى مرضى السرطان اعلى من متوسط الفرضي، وهذه النتيجة تشير بان عينة البحث تشعرون بجودة الحياة، و ترجع الباحثة هذه النتيجة الى أن ممكن بسبب وعى أكثر من العوائل و تطور الدواء.

الهدف الثاني : دلالة الفروق الإحصائية في الشعور بجوده الحياة وشعور بجوده الحياة تبعاً لمتغيري

التحصيل الدراسي

لتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، إذ كان قيمة المتوسط الحسابي لدرجات عينة الامي البالغ عددهم (٣٦) مريض هي (١٦٧,٨٨) وبانحراف معياري قدره(٢٤,٥٥) بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة المتعلم البالغ عددها(٤٤) مريض على المقياس نفسه(١٧٣,٥٦) وبانحراف معياري قدره(٢٠,٨٩)،

وقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٠,٩٢) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة الحرية (٧٨) لأنها اصغر من القيمة التائية الجدولية في مقياس شعور بوجوده الحياة.

الجدول (٥)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مقياس الشعور بوجوده الحياة تبعاً لتحصل الدراسى

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العينة	المقياس
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة ٠,٠٥	١,٦٦	٠,٩٢	٢٤,٥٥	١٦٧,٨٨	٣٦	الامي	شعور بوجوده الحياة
			٢٠,٨٩	١٧٢,٥٦	٤٤	المتعلم	

وتشير هذه النتائج إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً في شعور بوجوده الحياة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي

بين المرضى السرطان وترجع الباحثة هذه النتيجة الى ان يمكن المستشفيات و الأطباء أصبحوا أحسن بهذه الحالة يساعدون المرضى النفسية حتى يصبحون بشكل الجيد.

الهدف الثالث: الفروق في مستوى شعور بجودة الحياة بحسب الحالة الاجتماعية (غير متزوج-متزوج-

مطلقة)

وتحقيقاً لهذا الهدف فقد استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي ، إذ أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات

دلالة احصائية في شعور بجودة الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية كما مبينة في الجدول (٧) .

جدول (٦)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق بين المجموعات حسب الحالة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفئوية	النسبة الفئوية الجدولية	مستوى دلالة
بين المجموعات	٤٩٣,٧٣	٢	٥١٧,١١	٠,٤٧	٢,١٥	غيردالة احصائياً
داخل المجموعات	١٧٥٦٨,٦١٣	٧٧	٧٩,٤٩			
الكلي	٣٧٧٤٩,٩٢	٧٩				

* النسبة الفئوية الجدولية تساوي (٢,١٥) عند مستوى ٠,٠٥ ودرجة حرية (٢ ، ٧٧).

يتبين من الجدول (٦) لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية في شعور بجودة الياة تبعاً لمتغير الحالة

الاجتماعية إذ بلغت النسبة الفائية المحسوبة (٠,٤٧) درجة وهي اصغر من النسبة الفائية الجدولية (٢,١٥) عند

مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجتي حرية (٢, ٧٧) مما يدل على أن ليس هناك فرق.

التوصيات :

تقدم الباحثة بعض التوصيات وقف نتائج التي توصلت اليها في الدراسة وهي كما يأتي :

١. تصميم برامج ارشادية لمرضى السرطان للتعامل معهن اثناء تشخيص المرض وعلاجه ولتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لهن.

٢. القيام بدراسات و بحوث النفسية في مجال الاورام السرطانية، وذلك لزيادة الوعي بدور العوامل النفسية في هذه الامراض.

٣. تقديم خدمات إرشادية في مستشفيات لمرضى السرطان قبل أن يعرفوا أنهم مصابون بالمرض سرطان.

المقترحات:

في ضوء نتائج هذه الدراسة يمكن اقتراح الآتية:

١.الشعور بجوده الحياة وعلاقتها بأمان الاجتماعي لدى الموظفين الحكوميين.

٢.شعور بجودة الحياة وعلاقتها بأساليب معامل والدين لدى المراهقين.

٣.علاقة بين الشعور بجودة الحياة و تقدير الذات لدى المصابات بسرطان.

المصادر

قائمة المصادر:

١. أمال ، بوعيشة .(٢٠١٤). جودة الحياة و علاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الارهاب،الدراسية لنيل شهادة دكتوراه علوم في علم النفس تخصيص علم النفس المرضي الاجتماعي ،كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة محمد خيضر .الجزائر.
٢. أحمد ،فروج . ياسين ، شعشوعه.(٢٠١٩).جودة الحياة الوظيفية و أثرها على الاداء الوظيفي،الدراسة حالة مؤسسة باتميتال،شهادة ماستر في علوم التسيير،كلية العلوم الإقتصادية و التجارية جامعة الجيلالي بونعامه.
٣. الجمعية الملكية للتوعية الصحية.(٢٠١٤). السرطان: عوامل الخطورة والوقاية منه، إصدارات الجمعية المطبوعة، عمان: الأردن.
٤. الرشيدى ،هارون توفيق. (١٩٩٩). الضغوط النفسية طبيعتها □نظرياتها برنامج مساعدة الذات في علاجها. القاهرة: مكتبة الأنجلومصرية.
٥. الفرا، اسماعيل صالح ، النواجحة، زهير عبد الحميد .(٢٠١٢). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية .مجلة جامعة الأزهر.١٤.(٢).٥٧-٩٠.
٦. باوية.نبيلة.(٢٠١٧).جودة الحياة لدى المرأة المطلقة:دراسة تحليلية.مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية.(٣٠).٢٠٥-٢١٤.
٧. حبيب ، عبد الكريم (٢٠٠٦): فعالية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح ودافعية الانجاز عند طلبة الثانوي العام والثانوي الفني ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ،جامعة القاهرة ، مصر .
٨. ضميري، (٢٠١٩).مهند ياسر صالح،فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى - طلبة جامعة القدس المفتوحة،جامعة القدس المفتوحة.فلسطين.
٩. عبد الرحمن ، سعيد عبد الرحمن محمد (٢٠٠٧) : استخدام بعض استراتيجيات التعايش في تحسين جودة الحياة لدى المعوقين سمعياً ، الندوة العلمية الثامنة للاتحاد العربي للهيئات العاملة في رعاية الصم ، تطوير التعليم والتأهيل للأشخاص الصم وضعاف السمع.
١٠. عمر، شريف (١٩٨٥)، السرطان واورام الثدي ، القاهرة: دار الكتاب والوثائق القومييه.

١١. كرسوع ,مريم عيسى حسين.(٢٠١٢). مرض السرطان في قطاع غزة. دراسة في الجغرافية الطبية . كلية الآداب الجامعة الإسلامية غزة .
١٢. مصطفىاوي, امباركة. (٢٠٢٠). جودة الحياة و علاقتها بمفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الوادي, مجلة العلوم الانسانية لجامعة أم البواقي.الجزائر.
١٣. نورس , بخوش و خرفية ,حميداني.(٢٠١٦). جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى.
١٤. أبو سريع أسامة، وعبير محمد أنور، وصفاء اسماعيل مرسى (٢٠٠٦)،أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد جودة الحياة لدى تلاميذ المدارس التعليم العام بالقاهرة، وقائع ندوة علم النفس جودة الحياة، جامعة السلطان قابوس ١٩،١٧ ديسمبر، عمان.
١٥. الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٥)،نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي، وقائع المؤتمر العلمي الثالث، الانماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة ، جامعة الزقازيق، مصر.
١٦. بخيت، خديجة أحمد السيد(٢٠١٢)،جودة الحياة لدى الطالبات الدبلوم العام لكلية التربية وعلاقتها بمستوى الرضا عنها، دراسات عربية من التربية وعلم النفس ASEP ، جامعة الملك عبدالعزيز .
١٧. جبريل، عماد محمد(٢٠٠٧)،جودة الحياة وبعض المتغيرات الشخصية لدى فئتين من الألم المزمن مقارنة بأصحاء، رسالة ماجستير مقدمة لقسم علم النفس، جامعة المنوفية.
١٨. جسام، سناء أحمد (٢٠٠٩)،فاعلية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها لدى عينة من المسنين، أطروحة الدكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
١٩. الراسبي، خميس سالم(٢٠٠٦)،تجربة وزارة التربية والتعليم في التعزيز جودة الحياة المتعلمين بمدارس السلطنة، ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، ١٧، ١٩ ديسمبر، عمان.
٢٠. السوداني , يحيى محمود سلطان , ١٩٩٠ , قياس التوافق الاجتماعي والنفسي لأبناء الشهداء في المرحلة المتوسطة (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية ابن رشد , جامعة بغداد .
٢١. صالح ، قاسم حسين (١٩٩٨) : نظريات معاصرة في علم النفس ، مكتبة الجيل الجديد ، الطبعة الأولى ، صنعاء ، اليمن .

٢٢. سالم اسماعيل عبدالله الحمص، (٢٠١٠)، قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات الجنوبية لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة، رسالة الماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
٢٣. طالبات جامعة زيان عاشور. شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس التربوي، كلية العلوم الإنسانية جامعة زيان عاشور الجلفة .
٢٤. فرج ، صفوت ، ١٩٨٩ ، القياس النفسي ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢٥. فروم ، اريك (١٩٦٠) ، المجتمع السليم ، ترجمة : محمد محمود ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
٢٦. الكرخي، خنساء نوري (٢٠١١)، جودة الحياة لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالذكاء الانفعالي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى.
٢٧. محمد حامد الهنداوي،(٢٠١٠)،الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن الجودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظة غزة، دراسة ميدانية على عينة بمحافظات غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة.
٢٨. محمد،فواطمية محمد،(٢٠١٥)،التوجهات النظرية لجودة الحياة،مجلة الحوار الثقافي،عدد٢٤.
٢٩. مصطفى، حسن حسين،(٢٠٠٤)،بعض المتغيرات النفسية لنوعية الحياة وعلاقتها بسمات الشخصية لمدمن الهروين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الأدب: جامعة عين شمس.
٣٠. نعيصة، رغداء علي (٢٠١٢)،جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق ، العدد٢٨.
٣١. حبيب، مجدي (١٩٩١)القلق العام والخاص، دراسة عاملية لاختبارات القلق، بحوث مؤتمر السابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، لانجلوا المصرية، القاهرة.
٣٢. عقيل، عقيل حسين. (١٩٩٩). فلسفة مناهج البحث العلمي، القاهرة: مكتبة مدبولي.
٣٣. علام، صلاح الدين محمود. (٢٠٠١). القياس والتقويم التربوي والنفسى، دار الفكر العربي، جامعة الأزهر، مصر.
٣٤. روزنرج، مارشال. (٢٠٠٨). التواصل غير العنيف لغة حياة، مكتبة كتب تنمية البشرية.

- Al-Kharusi, B., Aldhafri, S., Al-Kharusi, H., Al-Busaidi, S., Ambosaidi, A., Al-Hosani, K , .٣١
&Alrajhi, M. (٢٠١٦). Measuring the quality of working life of teachers: Theoretical models and
results of exploratory factor analysis. A paper presented at the ٤th International Conference of
.the College of Education, Muscat, Sultanate of Oman
- Argyl.M.(١٩٩٩):causes and correlates of happiness nD.kahneman.E. Diener & N.Schwarz .٣٢
(Eds) , well — being : the foundations of hedonic psychology.pp.(٣٥٢-٣٧٣
- Mirrored Biological Correlates. Psychotherapy Psychometrics .(٧٥).pp٨٥-٩٥ .٣٣
- Myers , D.J. (١٩٨٦).Psychology. worth publication Inc., New York .٣٤
- Ryff, C ,and et all ,(٢٠٠٦).Psychological Well-Being And Ill-Being : Do They Have Distinct .٥٣
Or

الملاحق:

ملحق (١)

کتھب تسهیل المهمة صدرعن عمادة كلية التربية

حكومة اقليم كوردستان - العراق
مجلس الوزراء
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
رئاسة جامعة صلاح الدين - اربيل
كلية التربية
التسجيل



حکومتی هه رێمی کوردستان-عێراق
نهنجومهنی وهزیران
وهزارهتی خوێندنی بالا و توێژینهوهی
زانستی
سه رۆکایهتی زانکۆی سه لاجه دین-هه ولیر
کۆلیژی پهروه ده
تۆمار

Kurdistan Regional Government – Iraq/Council of Ministers /Ministry of Higher Education &
Scientific Research Salahaddin University/Erbil/Collage of Education / Registration

No: ٥٦ / 2 / 1 ژماره: ٥٦ / 2 / 1
Date: / / 2023 رێکهوت: 2023 / 2 / 23

بۆ/ بهریوه به رایه تی گشتی ته ندروستی هه ولیر - نهخۆشخانه ی نانه که لی
بابه ت/ ئاسانکاری

سڵاو و پێژ...

داواکارین له به رێژتان که ئاسانکاری بکه ن بۆ قوتابی (سایه پشتیوان احمد) که قوتابی له به شی
(رینمایبی پهروه رده یی ودهرونی) قونای (چاره م) بۆ سالی خویندنی (2022-2023) له
کۆلیژه که مان به مه به سستی وه رگرتنی داتا وزانیاری بۆ توێژینه وه ی قونای چواره م

له گه ل پێژماندا ...

تۆمارکاری کۆلیژ
محمد حسن محمد

ت. 0662222813

تاسک

کۆلیژی پهروه ده

رێگای سه رده کی که رکوکه له لیه ت سه رۆکایه تی زانکۆی سه لاجه دین

ملحق(٢)

جامعة صلاح الدين [أربيل]

كلية التربية / قسم الارشاد التربوي النفسي

بحث التخرج (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

استبيان اراء الخبراء والمحكمين حول مقياس الشعور بجودة الحياة بصورته الاولى

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تروم الطالبة الباحثة باجراء دراسة بعنوان (مستوى الشعور بجودة الحياة لدى مرضى السرطان) ولهذا الغرض سوف تستخدم الباحثة مقياس (Ruff، ١٩٨٩) التي موزعة على (٦) ابعاد و (٤٦) فقرة، والذي عرف جودة الحياة بانها (هي الاحساس الايجابي بحسن الحال، كما يرصد بامؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، واقامته لعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الاخرين، والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة، النفسية بكل من الاحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff, ١٩٨٩, ٨٧).

ونظراً لما لديكم من خبرة وموضوعية يرجى ارائكم حول درجة صلاحية كل فقرة من فقراتها ومدى مناسبتها لموضوع الدراسة والمجال الذي وضع فيه ، وذلك بوضع أشارات (✓) أزاء كل فقرة تحت بند الحكم على الفقرة مناسبة أو غير مناسبة تدوين ملاحظتكم، سواء بأقتراح الحذف أو التعديل في صياغة الفقرة او مقترحات اخرى ترونها مناسبة، علماً بأن بدائل فقرات المقياس هو (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة).

مع شكرنا وتقديرنا لجهودكم

الطالبة الباحثة :

ساية نشتيوان احمد

المشرفة :

م،ي، جيران صباح عبدالله

رقم	العبارة	صالحة	غير صالحة	تعديلات
	البعد الاول : تقبل الذات			
١	أقبل ذاتي كما هي			
٢	أشعر بالطمأنينة			
٣	أثق في قدراتي			
٤	أقبل جوانب ضعفي			
٥	يسعدني ما حققته في حياتي			
٦	أنا راض عن مظهري الخارجي			
٧	أقبل الأمور الخارجة عن إرادتي			
٨	أنا متصالح مع ذاتي			
	البعد الثاني: العلاقات الاجتماعية الايجابية			
٩	لدي القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ايجابية			
١٠	أنا سعيد بعلاقاتي الطيبة مع الآخرين			
١١	علاقاتي مع الآخرين تقوم على الثقة			
١٢	أميل إلى العمل الذي يتطلب التعاون			
١٣	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح			
١٤	استمتع بوجودي مع زملائي وأصدقائي			
١٥	أحظى باحترام الآخرين			

			البعد الثالث: الاستقلالية	
			أشارك الآخرين أفراحهم	١٦
			أتحمل مسؤولية كل سلوك أقوم به	١٧
			أنجز أعمالى بنفسي دون طلب المساعدة من الآخرين	١٨
			أحاول حل مشكلاتي قبل عرضها على الآخرين	١٩
			أنا قادر على تقرير مصيري	٢٠
			أنا قادر على اتخاذ أي قرار يخصني	٢١
			اعتبر نفسي شخص مسئول	٢٢
			أنا قادر على تحقيق ذاتي	٢٣
			البعد الرابع: التمكن البيئي	
			أسلوبي في الحياة يحقق لي السعادة النفسية	٢٤
			أقبل التغيير وأعتبره جزءاً من الحياة	٢٥
			أعدل من طريقة تفكيري لأتمكن من إنجاز ما يطلب مني	٢٦
			لدي القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة	٢٧
			لدي القدرة على تعديل البيئة التي أعيش فيها	٢٨
			أضع خططاً واقعية وأتخذ الإجراءات اللازمة لتطبيقها	٢٩
			لدي القدرة على مواجهة المواقف الصعبة	٣٠
			أستطيع مواصلة الحياة بفاعلية واقتدار	٣١
			أميل إلى تغيير ما هو سائد من أوضاع سلبية	٣٢

البعد الخامس: الفرض من الحياة				
			أعتقد أن للحياة هدفاً	٣٣
			أضع أهدافي بما ينسجم مع عادات وقيم المجتمع الذي أعيش فيه	٣٤
			أنا بمرور من أجل تحقيق أهدافي في الحياة	٣٥
			أفكر من أي شيء يحول دون تحقيق أهداف حياتي	٣٦
			أحدد أهدافي في الحياة بطريقة واقعية	٣٧
			لدي اهتمامات جادة ونشطة في حياتي	٣٨
			لدي خطط مناسبة لتحقيق أهدافي	٣٩
البعد السادس: النمو والتطور الشخصي				
			لدي اهتمام في الاطلاع على كل جديد	٤٠
			أبذل قصارى جهدي في تطوير ذاتي	٤١
			أنا شديد الحماسة لما أقوم به من عمل	٤٢
			أرى أن قيمة الإنسان ونجاحه في الحياة تكمن فيما يمتلكه من خبرات ومهارات	٤٣
			أحرص على تحسين أدائي في كل مرة	٤٤
			أتمتع بقدرة عالية على استغلال وقتي	٤٥
			أهتم بما يدور حولي من أحداث متجددة	٤٦
			لدي روح المبادرة في تغيير ذاتي إلى الأفضل	٤٧

ملحق (٣)

قائمة اسماء السادة خبراء و محكمين

ر	اسم	لقب العلمي	الأختصاص	مكان
٢	مؤيد اسماعيل جرجيس حمد	أستاذ	الشخصية و الصحة النفسية	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
١	عزالدين احمد عزيز	أستاذ مساعد	علم النفس الإيجابي و صحة النفسية	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
	ابراهيم حسن حمد	مدرس	فولكلور	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٤	تانيه وصفي عبالله	مدرس	الإرشاد النفسي	كلية تربية/جامعة صلاح الدين
٦	كاظم زرار احمد	مدرس	الشخصية و الصحة النفسية	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٣	كاروخ جوهر جلال	مدرس مساعد	التربية خاصة	كلية التربية /جامعة صلاح الدين
٥	شاهين خالد رشيد	مدرس مساعد	قياس و تقييم	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٧	فاطيمه هاشم درويش	مدرس مساعد	الإرشاد و صحة النفسية والشخصية	كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٨	نوزاد اسماعيل حسين	مدرس مساعد	الصحة النفسية	كلية التربية /جامعة صلاح الدين

ملحق (٤)



وهزارهتی خویندنی بالا و توئزینهوهی زانستی

زانکۆی صلاح الدین-کۆلیژی پەرورده

بهشی پینمایی پەروردهیی و دروونی

توئزینهوهی درچوون - بهکالۆریۆس

سالی (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

پاپرسی

سلاو ریز

بهمه بهستی ئهجامدانی توئزینهوهیهکی دروونی ، توئزهر ئهم فۆرمه دهخاته بهردهستی بهپزتان ، داواکارم له بهریت که برهگهکان بهوردی بخوینیتهوه و ولامی راست بهشیوهی (✓) له ژیر یهکیک لهو جیگرهوانه دابنئ بهرامبهه ئهوبرهگهیهی که لهگهڵ بیرو بۆچونت دهگونجیت . دلنیا به ههموو وهلامهکانت به نهینی لای توئزهر دهمینیتهوه بۆیه پپووست به ناونوسین ناکات تهنه بۆ مه بهستی زانستی بهکار دیت.

هاوکاریتان جیگای ریزو خزمهته به بواری زانست

زانباری پپووست:

ئاستی خویندن : نه خویندهوار () خویندهوار : ()

بارودۆخی کۆمه لایهتی : سهلت : () ، خیزاندار () ، جیا بوهوه : ()

فوتابی توئزهر :

به سه پرستی : م. حیران

سایه پشتیوان احمد

زۆر پازىم	رازىم	نازانم	نارازىم	زۆر پازىم
				۱- لە خودى خۆم رازىم وەكو ئەوئەوى هەم
				۲- مەست بە ئارامى و ئاسايش دەكەم
				۳- متمانە بە تواناكانم دەكەم
				۴- لایەنە لاوازهكانم قبول دەكەم
				۵- دۆل خۆشم بەوئەوى كە لە ژياندا بە دەستم هێناوه
				۶- من بە روخسار و شۆبەوى دەرەوئەوى خۆم رازىم
				۷- من لەگەڵ خودى خۆم ئاشت بۆيمەوه
				۸- توانام هەيە پەيوەندى كۆمەلایەتى ئەرتى ببەستم
				۹- من دۆلخۆشم بەو پەيوەندىە باشەى كە لەگەڵ كەسانى تر هەمە
				۱۰- لەسەر بنەمايى متمانە پەيوەندى لەگەڵ كەسانى تر دەبەستم
				۱۱- ئارەزووى كارى بە مەرەوز دەكەم
				۱۲- مەئسوكەوتم لیبوووردەيە لەگەڵ كەسانى تر
				۱۳- چۆن لە بوونم لەگەڵ هاورژيانم وەر دەگرم
				۱۴- رۆزم هەيە بۆ كەسانى تر
				۱۵- بەشدارى لە خۆشى كەسانى تر دەكەم
				۱۶- بەرپرسيارىتى مەموو مەئسوكەوتى خۆم مەل دەگرم
				۱۷- خۆم كارەكانم چۆن بە چۆن دەكەم بە ئىن داوا كردنى يارمەتى
				۱۸- خۆم مەوئەدەم كێشەكانى خۆم چارەسەر بكەم بەر لە باس كردنى بۆ كەسانى تر

				۱۹- من تواناى برياردانم مەيە لە چارەنووسى خۆم
				۲۰- تواناى برياردانم مەيە لەسەر مەر شتێك پەيوەندى بە خۆم مەيپێت
				۲۱- خۆم بە كەسيكى بەرپرسيار دادەنێم
				۲۲- تواناى بە ديهينانى خودى خۆم مەيە
				۲۳- شۆبەوى ژيانم بەختەوئەرى دەرروونيم پێن دەبەخشیت
				۲۴- گۆرانكارى قبول دەكەم و بە شتێك لە ژيانى دايدەنێم
				۲۵- شۆبەوى بېرگردنەوئەم رۆك دەخەم بۆ چۆن بە چۆن كردنى مەر داواكارى بە
				۲۶- توانام هەيە بەرەنگارى ئەو رووداوه فشار مێنەرانهى ژيان ببمەوه
				۲۷- توانام هەيە ئەو ژینگەيە رۆك بخەم كە تيبدا دەژيم
				۲۸- پلانى واقعى دادەنێم و رۆ شوپى پېويست دەگرم بەر بۆ جيبە چۆن كردنى

				۲۹- توانای رووبه‌روو بونه‌وهی رووداوه سه‌خته‌کانم هه‌یه
				۳۰- توانای به‌رده‌وامی ژیانم هه‌یه به چالاکئی و هیزه‌وه
				۳۱- مه‌وئل ده‌دهم گۆرانکاری بکه‌م له لایه‌نه نه‌رتیه‌کان
				۳۲- بپروام وایه که ژیان نامانجه
				۳۳- نامانچ داده‌نیم به پچی داب و نه‌رتیی کۆمه‌لگه‌که‌م که تئیدا ده‌ژیم
				۳۴- تی ده‌کۆشم بۆ به ده‌ست هینانی نامانجه‌کانم له ژیاندا
				۳۵- مهر شتیکی بییته به‌ریه‌ست بۆ نامانجه‌که‌م له ناوی ده‌بهم
				۳۶- نامانجه‌کانی ژیانم به زیگه‌یه‌کی واقعی دیاری ده‌که‌م
				۳۷- گرینگیه‌کی ته‌واو وچالاکم هه‌یه له ژیانم
				۳۸- پلانی گونجاوم هه‌یه بۆ به دی هینانی نامانجه‌کانم
				۳۹- گرینگیی به دوا داچوون ده‌دهم بۆ مهر شتیکی نوئ
				۴۰- مه‌موو توانام به‌کار دینم بۆ به‌ره‌و پیش بردنی خودی خۆم
				۴۱- من زۆر به په‌رۆشه‌وه به‌کاره‌که‌م مه‌لده‌ستم
				۴۲- وا ده‌بینم نرخی مرۆف سه‌رکه‌وتنی له ژیان له ئەزمون و توانایه‌تی
				۴۳- جه‌خت له باشی کردنی کرده‌وه‌کانم ده‌که‌م
				۴۴- توانایه‌کی زۆرم هه‌یه له سوود وه‌رگرتنی کات
				۴۵- گرینگیی به مه‌موو رووداوه نوپیه‌کان ده‌وره‌به‌رم ده‌دوم
				۴۶- رۆحیکی ده‌ست پیشخه‌رم هه‌یه له گۆرینی خودی خۆم به‌ره‌و باشت
				۴۷- به‌شداریی له مه‌موو ئەو چالاکیانه ده‌که‌م که خودی خۆم به‌ره‌و پیش ده‌بات