الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات

فيصل خليل الربيع، كوكب يوسف عبابنه *

ملخص

هدفت هذه الدراسة الكشف عن مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. تكونت عينة الدراسة من (240) طالباً، و(560) طالبةً، اختيروا بالطريقة المتيسرة. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث أداتين، هما: مقياس الامتنان، ومقياس جودة الحياة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الامتنان ككل، وعلى جميع أبعاده، جاء بدرجة مرتفعة، باستثناء بُعد الشعور بالرخاء، فقد جاء بدرجة متوسطة، كما جاء مستوى جودة الحياة ككل، وعلى جميع الأبعاد بدرجة متوسطة، باستثناء بُعد الجودة الأسرية والاجتماعية، فقد جاء بدرجة مرتفعة. كما بينت النتائج وجود فرق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة، يعزى لمتغير الجنس، حيث كان المتوسط الحسابي للذكور أعلى من المتوسط الحسابي للإناث. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الامتنان، تعزى لأثر متغير التخصص، لصالح التخصصات الإنسانية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة، تعزى لمتغير التخصص، لصالح التخصصات العلمية. كما تبين أن مستوى جودة الحياة لدى طلبة السنوات الثانية والثالثة والرابعة أفضل منه لدى طلبة السنة الأولى. كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى الامتنان، ومستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك.

الكلمات الدالة: الامتنان، جودة الحياة، طلبة جامعة اليرموك.

المقدمة

أكّد العديد من علماء النفس على أهمية المشاعر الإيجابية في حياة الفرد، ومن أهم هذه المشاعر التعبير عن الامتنان للآخرين في مختلف مواقف الحياة التي بدورها تؤدي إلى السعادة، وتنعكس بشكل مباشر على جودة الحياة متمثلة بما يتمتع به الفرد من خدمات صحية واجتماعية وتعليمية.

الامتنان

يُعد الامتنان من الأحاسيس المهمة في المجتمع العصري (Emmons & Crumpler, 2000)، وينظر إليه على أنه من الموضوعات الحديثة، حيث بدأ الاهتمام به بصورة جدية بعد عام 2000 (Wood & Tarrier, 2010).

وقد تناول العديد من الباحثين تعريف مفهوم الامتنان، فقد عرفه أيمونز وكرامبلر (Emmons & Crumpler, 2000, 56) على أنه: "استجابة عاطفية لهدية ما"، وأضافا أن الامتنان هو الشعور الذي ينتاب الفرد عند حصوله على منفعة من شخص آخر. فيما يشير ماكولو وآخرون (McCullough et al., 2001) إلى أن الامتنان هو سمة دائمة من الشكر المستمر على مر الزمان.

وعرف تسانغ (Tsang, 2006, 139) الامتنان على أنه: "ردود أفعال عاطفية إيجابية ناتجة عن الشعور بالنوايا الطيبة من الآخرين". فيما يرى وود وفروه وجيراهتي (Wood, Froh & Gerahty, 2010) أن الامتنان هو رد الفعل المعرفي والعاطفي الناشئ عن الملاحظة والتقدير للفوائد التي يتلقاها الفرد.

استناداً إلى ما تم تناوله من تعريفات حول مفهوم الامتنان، يمكن للباحثين أن يشيرا إلى أن الامتنان هو: المشاعر التي يُبديها الفرد اتجاه من يقدم لهُ خدمة مفيدة.

وللامتنان ثلاث وظائف، فهو بمثابة مقياس أخلاقي؛ لأنه يشير إلى تغيير في إحدى العلاقات الاجتماعية، وكذلك يشير إلى الاعتراف بأن أحدهم كان المستفيد من الإجراءات لفرد ما (McCullough et al., 2001). ويمكن أن يكون الامتنان بمثابة الدافع المعنوي؛ لأنه يُحفز الفرد الممتن على أن يتصرف بشكل إيجابي تجاه من قام بفعل الخير، وتجاه الآخرين

* كلية التربية، جامعة اليرموك. تاريخ استلام البحث 2016/4/27، وتاريخ قبوله 2016/6/24.

© 2018 عمادة البحث العلمي / الجامعة الأردنية. جميع الحقوق محفوظة.

(McCullough &Tsang, 2004). ويمكن أن يلعب الامتنان دور المعزز الأخلاقي؛ فهو يشجع من قام بفعل الخير على أن يقدم المزيد من المساعدة في المستقبل (McCullough et al., 2001).

وهناك نظريتان مهمتان تناولتا موضوع الامتنان، هما: النظرية الأولى لفريدريكسون (Fredrickson, 1998, 2001)، حيث تناولت المشاعر الإيجابية والسلبية، حيث تعمل المشاعر السلبية على الحد من تركيز الفرد، كما أنها تقيد سلوكاته المختلفة، بينما تعمل المشاعر الإيجابية على الحد من ظهور مشكلات غير محددة قد تؤثر على نشاط الفرد وسلوكه في مختلف المجالات. أما المشاعر الإيجابية فتساعد الأفراد في بناء علاقات دائمة مع الآخرين أساسها المحبة، ولعل هذا يفسر لماذا يميل الأفراد إلى أن يكونوا دائماً في حيوية وتفاؤل (McCullough & Witvliet, 2002).

أما النظرية الأخرى التي تناولت الامتنان، فقد أشار ماكولو وآخرون (McCullough et al., 2001) من خلالها إلى الأخلاق ودورها في الامتنان، والدوافع الأخلاقية لدى الفرد، وأن للأخلاق دوراً إيجابياً في السلوك الاجتماعي الإيجابي والامتنان تجاه الآخرين، الذي يلعب دوراً مهماً في علاقة الفرد مع الآخرين.

ويعمل الامتنان على تعزيز العلاقات الاجتماعية (Emmons & Shelton, 2002)، والمساعدة في بناء الثقة في العلاقات الاجتماعية (Dunn & Schweitzer, 2005)، والمحافظة على الموارد، وبناء الدعم الاجتماعي (Fredrickson, 2004). ويوفر فرصة للحصول على أكبر مقدار من الرضا والسعادة في المواقف الإيجابية، كما أنه قد يحجب ظهور المشاعر السلبية (McCullough et al., 2001). فالتعبير عن الامتنان يمكن أن يكون بمثابة استراتيجية لتحويل الصعاب إلى نظرة إيجابية (Fredrickson, Tugade, Waugh & Larkin, 2003). ويقود إلى زيادة الشعور الإيجابي وتقليل الشعور السلبي وزيادة الرضا عن الحياة (Owens, 2013) . إذ إن الفرد الممتن يتميز بأربع صفات، هي (Weiner, 1985):

- أن يكون بحالة إيجابية؛ فالأفراد الممتنون يجب أن يكون لديهم شعور بالوفرة.
- أن يُقدّر مساهمة الآخرين بالنسبة لرفاهيته.
- أن يُقدّر أبسط أنواع المتعة والسرور.
- أن يعترف بأهمية خوض تجربة الامتنان والتعبير عنها.

إن التعبير عن المشاعر والرغبات الفردية يحتاج إلى قدرات نوعية للتعامل الفعّال مع الآخرين في مواقف محددة بالشكل الذي يحقق أهدافاً معينة، سواءً فيما يتعلق بالفرد أم بالأفراد الآخرين، كما أن القدرة على التفاعل مع الآخرين في البيئة الاجتماعية بطرق مختلفة تعد مقبولة اجتماعياً، أو ذات قيمة إذا تم التعبير عن المشاعر والرغبات الفردية بشكل جيد، فتكون ذات فائدة للفرد ولمن يتعامل معه، وفي إطار هذه العوامل مجتمعة يمكن تحقيق استمتاعاً في الحياة وصولاً إلى السعادة وجودة الحياة (الجوالدة، 2013).

جودة الحياة

لعلم النفس دوره المهم في دراسة السلوك الإنساني وتنميته وتحسينه، والسلوك الإنساني هو الذي يسهم في تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان والخدمات التي تقدم له أو عدم تحقيقها؛ أي أن جودة السلوك الإنساني تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق جودة الحياة (منسي وكاظم، 2006).

وعند استعراض الأدب التربوي، هناك العديد من التعريفات لمفهوم جودة الحياة، فقد عرفها بونومي وباتريك وبوشنل (Bonomi, Patrick & Bushnel, 2000) على أنها تمثل مفهوماً واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية مرتبطة بالحالة الصحية والنفسية للفرد، ومدى الاستقلال الذي يتمتع به، والعلاقات الاجتماعية التي يكونها، فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها. فيما يشير رايف وآخرون (Ryff et al., 2006, 86) إلى أن "جودة الحياة تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال، كما أنها ترصد بالمؤشرات السلوكية الدالة على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة، وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، وإقامته، واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، وبالإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية".

استناداً إلى ما تم تناوله من تعريفات حول مفهوم جودة الحياة، يمكن للباحثين أن يشيرا إلى أن جودة الحياة: شعور الفرد بالرضا عن الحياة، والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات، والقدرة على القيام بالأدوار الحياتية والاجتماعية والنفسية والمعرفية.

وأشار بعض الباحثين إلى تحديد مؤشرات لقياس جودة الحياة، حيث حدد فالوفيلد (Fallowfield, 1990) أربعة مؤشرات لقياس جودة الحياة، هي:

المؤشرات النفسية: تظهر من خلال الخلو من المرض النفسي، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

- **المؤشرات الاجتماعية:** تظهر من خلال العلاقات الفردية ونوعيتها، وممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.
- **المؤشرات المهنية:** تتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبه لها، وينعكس ذلك على قدرته على تنفيذ المهام الطلوبة منه، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.
- **المؤشرات الجسمية والبدنية:** وتتمثل برضا الفرد عن حالته الصحية، والتعايش مع المرض، والنوم، والشهية في تناول الغذاء.

يذكر ويدار واهلتروم ويك (Widar, Ahltrom & Ek, 2004) أن هناك إجماعاً على وجود أربعة أبعاد رئيسة لجودة الحياة، هي:

- البُعد الجسمي: وهو خاص بالأمراض المتصلة بالأعراض.
- البُعد الوظيفي: وهو خاص بالرعاية الطبية، ومستوى النشاط الجسمي.
- البُعد الاجتماعي: وهو خاص بالاتصال والتفاعل الاجتماعي مع المحيطين.
- البُعد النفسي: وهو خاص بالوظائف المعرفية والحالة الانفعالية، والإدراك العام للصحة، والصحة النفسية، والرضا عن الحياة والسعادة.

وهناك عدة اتجاهات حاولت تفسير جودة الحياة، كما يراها (فوزية وبوعيشة، 2013):

- **الاتجاه الاجتماعي:** بدأ الاهتمام بدراسة جودة الحياة منذ عام 1984، وقد تم التركيز على المؤشرات الموضوعية في الحياة، مثل: معدلات المواليد والوفيات، ومعدل ضحايا المرض، ونوعية السكن، والمستويات التعليمية لأفراد المجتمع، بالإضافة إلى مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد، وما يجنيه من عائد مادي ومن المكانة المهنية التي يحتلها. ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تُعد من العوامل الهامة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا، أو عدم رضا العامل عن عمله.
- **الاتجاه النفسي:** يرى أن الحياة بالنسبة للفرد هي ما يدركه منها، فهو يقيّم المؤشرات الموضوعية في حياته كالمسكن، والتعليم والعمل إضافة إلى الدخل، وكل ذلك ينعكس بشكل مباشر على إدراك الفرد لجودة الحياة في وجود مثل هذه المتغيرات ضمن وقت وظروف معينة. ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية، منها: مفهوم الاتجاه، والطموح، والتوقع، والحاجات، إضافة إلى مفاهيم الرضا، والتوافق، والصحة النفسية. ويرى البعض أن جوهر جودة الحياة يكمن في إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة، وذلك وفقاً لمبدأ إشباع الحاجات في نظرية ابراهام ماسلو.
- **الاتجاه الطبي:** يشير إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسمية، أو نفسية، أو عقلية عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية التي تتعلق بالوضع الصحي، وتطوير الصحة.

وباستعراض الأدب التربوي نجد العديد من الدراسات التي تناولت هذين المفهومين:

أولاً: الدراسات التي تناولت الامتنان

هدفت دراسة سنغ وجيه (Sing & Jhe, 2008) الكشف عن العلاقة بين مفاهيم السعادة والرضا عن الحياة والتأثير الإيجابي والسلبي والامتنان. تكونت عينة الدراسة من (254) طالباً وطالبةً منهم (225) طالباً، و(29) طالبةً، طلب منهم تعبئة الاستبانات. أظهرت النتائج أن علاقة الارتباط بين السعادة والتأثير الإيجابي للامتنان والرضا عن الحياة كانت علاقة موجبة، ووجود علاقة موجبة بين الرضا عن الحياة والسعادة، كما أشارت النتائج إلى أن السعادة والتأثير الإيجابي والرضا عن الحياة والامتنان مفاهيم مرتبطة ببعضها ارتباطاً إيجابياً ذا دلالة إحصائية.

أما دراسة شن وشن وكي وتساوي (Chen, Chen, Kee& Tsai,2009) فهدفت إلى التحقق من صحة مقياس الامتنان. تكونت عينة الدراسة من (608) طالبًا (متوسط أعمارهم 19–20 سنة). تم استقطابهم من جامعة تايوان المركزية للعلوم والتكنولوجيا، ومعهد تايشونغ الوطني للتكنولوجيا وجامعة سوشو في تايوان. وتم استخدام استبانة الامتنان لقياس الاستعداد نحو الامتنان بعد ترجمتها إلى اللغة الصينية، إلى جانب نسخة مختصرة من مقياس السعادة الشخصية، وكذلك اختبار توجه الحياة المعدل لقياس الفروق الفردية في التفاؤل المعمم مقابل التشاؤم. كما تم استخدم مقياس السمات الشخصية الخمس الكبرى الصيني. أظهرت النتائج أن مقياس الامتنان ارتبط إيجابياً مع السعادة، والتفاؤل، والتوافق، والانبساط.

وهدفت دراسة بيشغادام وزاري (Pishghadam & Zarei, 2011) إلى البحث في إستراتيجيات متعلمي اللغة الإنجليزية الإيرانيين في التعبير عن الامتنان في مواقف مختلفة. تكونت عينة الدراسة من (180) طالباً وطالبةً، منهم (90 طالباً، و90

طالبةً) من طلبة جامعة الفردوسي في مدينة مشهد في إيران. أظهرت النتائج أن الطلبة الإيرانيين يشعرون بوجوب إظهار الامتنان للآخرين في كل موقف يتلقون فيه مساعدة أو معروف؛ ويستخدمون الشكر والإستراتيجيات الإيجابية، كما أظهرت النتائج أن الإناث يستخدمن استراتيجيات الامتنان أكثر من الذكور.

كما قام لاو وشنغ (Lau & Cheng, 2013) بدراسة هدفت التعرف إلى ما إذا كان يمكن للامتنان من تقليل مستوى قلق الموت وتعزيز الشعور بالرفاهية. تكونت عينة الدراسة من (90) طالباً من طلبة المرحلة الجامعية الصينيّة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. أظهرت النتائج أن الطلبة في حالة الامتنان ذكروا قلق الموت بشكل قليل مقارنة مع الظروف المحايدة والمتاعب. ومع ذلك كان الامتنان يؤثر إيجاباً.

وهدفت دراسة سن وجيانغ وشو وكيان (Sun, Jiang, Chu & Qian, 2014) إلى البحث في العلاقة بين الامتنان والصحة المدرسية (النفسية) والعلاقات الاجتماعية والدعم الاجتماعي. تكونت عينة الدراسة من (782) طالباً وطالبةً جامعياً صينيّاً، منهم (461 طالبةً، و321 طالباً). أظهرت النتائج أن الامتنان له علاقة إيجابية مع الصحة النفسية المدرسية، وأن العلاقات الاجتماعية الشخصية والدعم الاجتماعي كانت ذات علاقة متوسطة مع الامتنان، كما ظهر تتابع كبير من الامتنان في العلاقات الشخصية.

كما أجرى تسانق وكابينتر وروبيرتز وفيرسك وكارلسل (Tsang, Carpenter, Robers, Frisch & Carlisle, 2014) دراسة هدفت إلى بيان العلاقة بين الامتنان والحاجة للرضا والعلاقة بين المادية والرضا عن الحياة. تكونت عينة الدراسة (246) طالباً وطالبةً، منهم (129 طالبةً، و117 طالباً)، من طلبة قسم التسويق في جامعة متوسطة في الجنوب الغربي في الولايات المتحدة. أظهرت النتائج أن الامتنان توسط في العلاقة بين المادية والرضا عن الحياة، وكانت العلاقة عكسية بين المادية والامتنان، وكان الامتنان يزيد من الرضا عن الحياة، وأن انخفاض الامتنان كان له دور فعال في تفسير أن الماديين هم أقل رضا وسعادة في حياتهم.

ثانيا: الدراسات التي تتعلق بجودة الحياة

هناك العديد من الدراسات الاجنبية التي تناولت جودة الحياة، فقد أجرى كنج وناب (King & Nape, 1998) دراسة هدفت إلى معرفة المفهوم الشائع عن مصطلح جودة الحياة. تكونت عينة الدراسة من (368) طالباً، منهم (104) طلبة جامعيين من الجامعة الميثودية الجنوبية في الولايات المتحدة الأمريكية، و(264) من المراهقين من طلبة المدارس. توصلت الدراسة إلى أن أهم المتغيرات المرتبطة بجودة الحياة هي: المرغوبية، وحسن الخُلق، والرفاهية، ومعنى الحياة. وقد ارتبطت هذه المتغيرات بالسعادة والرضا عن الحياة.

دراسة دوكينكيني وكاليديبي وبيتراسكيني (Ducinskiene, Kalediene & Petrauskiene, 2003) فهدفت إلى تقويم جودة الحياة بين طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (919) طالباً وطالبةً من طلبة جامعات (كاوناس للطب، وكاوناس للتكنولوجيا، وجامعة فيلنيوس للعلوم الانسانية). بواقع (389) طالباً، و(530) طالبةً من الجامعة الليتوانية. وأظهرت النتائج أن جودة الحياة لدى الطلبة كانت فوق المتوسط بقليل، كما أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة قوية دالة إحصائياً بين المجالين الجسدي والبيئي، وكذلك بين المجالين النفسي والعلاقات الاجتماعية، وأظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً في المجال الجسدي، وفقاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعات الثلاث في التخصصات الطبية، والتكنولوجية، والإنسانية في المجالين الجسدي والنفسي رغم أن المجال النفسي كان منخفضاً عند طلبة المرحلة الثالثة، في حين ظهرت فروق دالة إحصائياً في المجال الاجتماعي، وفقاً للتخصص لصالح التخصصات الإنسانية، بينما كان الفرق لصالح التخصصات الطبية والتكنولوجية في المجال البيئي.

أما دراسة هيننج وكراجيلوه وهاوكين وزهاو ودوهيرتي (Henning, Krageloh, Hawken, Zhao & Doherty, 2010) التي أجريت في نيوزيلاند، فهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة ودافعية التعلم لدى طلبة كلية الطب. وتكونت عينة الدراسة من (19) طالباً من جامعة أوكلاند، بواقع (6) من طلبة السنة الرابعة، و(13) من طلبة السنة الخامسة، منهم (11) طالباً، و(8) طالبات. واعتمدت المقابلة الجماعية أداة لغرض جمع البيانات، أكدت النتائج وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين جودة الحياة، والدافعية نحو التعلم.

أما في البيئة العربية فقام كاظم والبهادلي (2007) بدراسة هدفت إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عُمان والجماهيرية الليبية، ودور متغيرات البلد، والجنس، والتخصص في جودة الحياة ، وطبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة وكل من دخل الأسرة والمعدل التراكمي. تكونت عينة الدراسة من (400) طالب جامعي، منهم (182) طالباً من ليبيا،

و(218) طالباً من سلطنة عُمان. أشارت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بُعدين من أبعاد الجودة، هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، وكان مستوى جودة الحياة متوسطا في بُعدين، هما: جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ، كما كان منخفضاً في بُعدين أيضاً، هما: جودة الصحة النفسية، وجودة الجانب العاطفي. أظهرت النتائج أيضا وجود تأثير دال إحصائياً في متغير البلد، والجنس، وفي التفاعل الثنائي بين الجنس، والتخصص، وفي التفاعل الثلاثي بين البلد، والجنس، والتخصص على جودة الحياة؛ حيث كانت تقديرات الطلبة الليبيين أعلى في مجالي جودة الصحة العامة، وجودة العواطف، في حين كان تقديرات الطلبة العُمانيين أعلى في جودة شغل وقت الفراغ وإدارته، كما كان تقديرات الذكور أعلى من تقديرات الإناث في مجال جودة الصحة العامة، وجودة العواطف، وجودة شغل وقت الفراغ وإدارته. وأن العلاقة بين دخل الأسرة، وأبعاد جودة الحياة غير دالة، وأن العلاقة بين المعدل التراكمي وجودة الحياة فقد كانت دالة في بُعدين، هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة شغل وقت الفراغ وإدارته.

وهدفت دراسة سليمان (2010) إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء متغيري التخصص، والتقدير الدراسي للطالب. كما هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة ودخل الأسرة الشهري للطلبة. تكونت عينة الدراسة من (694) طالباً من الذكور في جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية. أشارت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بُعدين من أبعاد جودة الحياة، هما: جودة الحياة الأسرية، وجودة الصحة النفسية، ومنخفضاً في بُعدين، هما: جودة الحياة التعليمية، وجودة إدارة الوقت، ومتوسطاً في بُعد جودة الصحة العامة، كما أشارت النتائج إلى وجود تأثير دال إحصائياً لمتغير التخصص على جميع أبعاد جودة الحياة، باستثناء بُعد جودة إدارة الوقت، وكان التأثير لصالح التخصصات العلمية في أبعاد جودة الحياة الآتية: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة الحياة النفسية، وجودة التعليم، بينما كان التأثير لصالح التخصصات الأدبية في بُعد جودة الصحة العامة. أما أثر متغير التقدير التراكمي فكان دالاً إحصائياً في بُعدين من أبعاد جودة الحياة، هما: جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم، ولصالح الطلبة الحاصلين على تقدير تراكمي أعلى، أما العلاقة بين دخل الأسرة وجودة الحياة، فقد كانت دالة في بُعدين من أبعاد جودة الحياة، هما: جودة التعليم، وجودة الحياة الأسرية.

وهدفت دراسة محمود والجمالي (2010) إلى الكشف عن فاعلية الذات كما يدركها طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسياً من الأقسام العلمية والأدبية وتأثيرها على جودة الحياة لديهم. تكونت عينة الدراسة من (202) من طلبة كلية التربية في جامعة الاسكندرية، منهم (102 طالبة، و100 طالب ؛ 166 طالباً متفوقاً، و36 طالباً متعثراً). وتم استخدام مقياس فعالية الذات، ومقياس جودة الحياة. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين فاعلية الذات وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. وعدم وجود فرق دال إحصائياً في فاعلية الذات بين الذكور والإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً في فاعلية الذات لصالح المتفوقين دراسياً، ووجود فروق دالة إحصائياً في فاعلية الذات بين طلبة الأقسام الأدبية، والأقسام العلمية، لصالح طلبة الأقسام العلمية، كما بينت النتائج إمكانية التنبؤ بجودة الحياة من فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة.

وأجرت نعيسة (2012) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعتي دمشق وتشرين. تكونت عينة الدراسة من (360) طالباً وطالبةً، بينهم (180) طالباً وطالبةً من طلبة جامعة دمشق، و(180) طالباً وطالبةً من جامعة تشرين. أظهرت النتائج وجود مستوى متدنٍ من جودة الحياة الكلي لدى طلبة كل من جامعتي دمشق وتشرين. كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين جودة الحياة، ودخل الأسرة.

فيما أجرى الفرا والنواجحة (2012) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، والتحصيل الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة بالسنة الرابعة من طلبة جامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة، والتحصيل الأكاديمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مرتفعي التحصيل الأكاديمي ومتوسطات درجات منخفضي التحصيل الأكاديمي في الذكاء الوجداني وجودة الحياة، ولصالح ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع.

وهدفت دراسة مصطفى وبكر (2013) التعرف إلى جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعي والتنبؤ بجودة الحياة لدى طلبة جامعة صلاح الدين بالعراق. تكونت عينة الدراسة من (430) طالباً. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين جودة الحياة والانتماء الاجتماعي، ووجود علاقة دالة إحصائياً بين جودة الحياة والقبول الاجتماعي. ووجود علاقة دالة إحصائياً بين الانتماء الاجتماعي والقبول الاجتماعي. وكذلك أظهرت الدراسة أن الانتماء الاجتماعي يتنبأ بجودة الحياة بنسبة

(56%)، والقبول الاجتماعي يتنبأ بجودة الحياة بنسبة (5%)، بالمتغيران معاً يتنبآن بجودة الحياة بنسبة (61%)، وأن المتغيرات المستقلة مجتمعة قادرة على التنبؤ بجودة الحياة لدى الطلبة، في حين أسهمت متغيرات الانتماء الاجتماعي بنسبة (51%)، والجنس بنسبة (10%)، والمرحلة الدراسية (8%)، ومستوى المعيشة (30%) منفردة في جودة الحياة.

وقد استفاد الباحثان من مطالعتهما للدراسات السابقة في التعرف إلى المجتمعات التي تم تناولها بالبحث والدراسة، بالإضافة إلى الاطلاع على الأدوات والمقاييس التي تم استخدامها في هذه الدراسات؛ مما ساعد الباحثين في إعداد أداتي الدراسة الحالية، وكذلك الاطلاع على الأدب النظري في هذه الدراسات؛ مما سهل عليهما صياغة مشكلة الدراسة، وتحديد موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تعمل الجامعة على توفير الأجواء الإيجابية لطلبتها لمساعنتم على زرع الثقة بانفسهم، والارتقاء بمستواهم الأكاديمي والاجتماعي، الأمر الذي قد يسهم في الارتقاء بجودة الحياة، ومع ذلك لاحظ الباحثان كثرة الشكوى والتذمر وعدم الامتنان من الطلاب لما يقدم لهم. لذا جاءت هذه الدراسة لتقدم صورة جلية عن مستوى الامتنان وعلاقته بجودة الحياة، اللذان يعتبران من المتغيرات المهمة ففي حياة الطالب الجامعي

وبشكل أكثر تحديداً حاولت هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟
- هل يختلف مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات كالجنس والتخصص والمستوى الدراسي والدخل الاقتصادي والمعدل التراكمي؟
- هل هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟

أهداف الدراسة

سعت هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- الكشف عن مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك.
- التعرف إلى درجة الاختلاف لمستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات كالجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي.
- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك.

أهمية الدراسة

تبرز أهمية هذه الدراسة في تناولها لمتغيرات على درجة من الأهمية في الحياة العامة، وفي حياة الطلبة بشكل خاص، وتبحث هذه الدراسة في ظاهرة اجتماعية مؤثرة في سلوك الطلبة.

وتأتي أهمية الدراسة من خلال تناولها جانبين مهمين، هما:

الأهمية النظرية

- تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال تناولها متغيرات على درجة من الأهمية لدى طلبة الجامعة، التي قد تبدو ذات تأثير بالغ في نمو الأفراد اجتماعياً.
- ندرة الدراسات التي بحثت في موضوع الامتنان وجودة الحياة، وبالتالي الحاجة إلى مزيد من البحث في هذا الموضوع.
- تزويد المكتبة بإطار نظري عن متغيرات جديدة نسبياً في مجال علم النفس مما يؤدي إلى سد ثغرة في المجال المعرفي في المجتمع العربي بشكل عام والمجتمع الأردني خاصة.

الأهمية التطبيقية

- قد تلفت الدراسة الحالية نظر الباحثين في الميدان النفسي والاجتماعي إلى إجراء دراسات أخرى حول متغيرات الدراسة، وربطها بمتغيرات أخرى.
- يمكن أن تسهم الدراسة من خلال نتائجها إلى توجيه الاهتمام نحو طلبة الجامعة.
- يمكن أن تسهم الدراسة بتصميم برامج إرشادية لبعض المشكلات التي تظهر لدى طلبة الجامعة، وتوجيه مشاعرهم إلى الجوانب الإيجابية في الفردية.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية

الامتنان: هو ما يشعر به الفرد عندما يقر بأنه حصل على فائدة من شخص آخر(Emmons& McCullough, 2003). ويعرف إجرائياً في هذه الدراسة بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على مقياس الامتنان المستخدم في هذه الدراسة.

جودة الحياة: " شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة، ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والإجتماعية، والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والإستفادة منه" (نعيسة، 2012، 148). وتعرف جودة الحياة إجرائياً في هذه الدراسة بأنها: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على مقياس جودة الحياة المستخدمة في هذه الدراسة.

حدود الدراسة

- اقتصرت عينة الدراسة على طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك للفصل الدراسي الثاني 2014-2015.
- اقتصرت عملية جمع البيانات على استخدام الإستبانة.

الطريقة والإجراءات

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة اليرموك لمرحلة البكالوريوس خلال الفصل الدراسي الثاني 2014 - 2015، والبالغ عددهم (33566) طالباً وطالبةً، منهم (13949) طالباً و(19617) طالبةً، وفق السجلات الرسمية لدائرة القبول والتسجيل في جامعة اليرموك.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (800) طالب وطالبةٍ، منهم (240) طالباً، و(560) طالبةً، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة من أفراد مجتمع الدراسة الكلي، وهم من الطلبة المسجلين في مساقات متطلبات الجامعة، وهي المواد التي يسجل فيها طلبة الجامعة من كافة التخصصات. ويبين الجدول (1) توزيع أفراد العينة، وفقاً لمتغيرات الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي

	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	240	30.0
	أنثى	560	70.0
التخصص	تخصصات إنسانية	444	55.5
	تخصصات علمية	356	44.5
المستوى الدراسي	أولى	325	40.6
	ثانية	219	27.4
	ثالثة	146	18.3
	رابعة	110	13.8
الدخل الاقتصادي	1-449 دينار	406	50.8
	450-799 دينار	288	36.0
	800 دينار فأكثر	106	13.3
المعدل التراكمي	أقل من 68	153	19.1
	68- 76	360	45.0
	76- 84	202	25.3
	84 فأكثر	85	10.6
	المجموع	**800**	**100.0**

أداتا الدراسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام أداتين لقياس كل من الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، وفيما يلي وصف لهاتين الأداتين:

أولا: مقياس الامتنان

تم في الدراسة الحالية استخدام مقياس الامتنان، المُعد من قبل واتكنز وآخرون (Watkins et al., 2003)، وتكون المقياس بصورته الأصلية من (44) فقرة تضمن كل منها جملة واحدة يُجيب المستجيب بتحديد مدى انطباقها عليه، وقد تمت ترجمة فقرات هذا المقياس إلى اللغة العربية.

دلالات صدق مقياس الامتنان المستخدم في الدراسة الحالية

لقد تم إيجاد مؤشرات الصدق الآتية للمقياس.

أولاً: صدق المحتوى

للتأكد من دلالات صدق محتوى مقياس الامتنان المستخدم في الدراسة الحالية، تم عرضه بصورته المُعربة على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في علم النفس الإرشادي والتربوي، والقياس والتقويم في جامعة اليرموك، ملحق (2)، حيث طلب منهم إبداء الرأي في فقرات المقياس من حيث مدى وضوح المعنى للفقرات، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات، وأية تعديلات وملاحظات يرونها مناسبة. وفي ضوء اقتراحات المحكمين وآرائهم، تمت إعادة صياغة (22) فقرة، كما تم حذف فقرة واحدة من مجال الشعور بالرخاء، وحذفت فقرة واحدة من مجال الامتنان البسيط، وحذف فقرة واحدة من مجال الامتنان للآخرين، وبذلك أصبحت الأداة مكونة من (41) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات.

ثانياً: صدق البناء

للتحقق من مؤشرات صدق بناء مقياس الامتنان المستخدم في الدراسة الحالية، تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالباً وطالبةً من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون، تم استخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال، وبالمقياس ككل، وقد تراوحت للمجالات ما بين (0.33 –0.81)، أما قيم معاملات إرتباط الفقرات بالمقياس ككل، فقد تراوحت بين (0.31– 0.63)، وتم اعتماد المعيار الآتي بأن لا تقل قيمة معامل ارتباط الفقرة مع المجال ومع المقياس ككل عن (0.30).

ثبات مقياس الامتنان

تم إيجاد ثبات مقياس الامتنان المستخدم في الدراسة الحالية على عينة الصدق نفسها بطريقة الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، للتحقق من ثبات (الاتساق الداخلي) للمقياس، ومجالاته، كما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2)

قيم معاملات الثبات (الاتساق الداخلي) لفقرات مجال الامتنان

المجال	الاتساق الداخلي بالدراسة الأصلية	الاتساق الداخلي بالدراسة الحالية
الشعور بالرخاء	0.87	0.79
الامتنان البسيط	0.85	0.72
الامتنان للآخرين	0.80	0.75
المقياس ككل	**0.92**	**0.85**

تصحيح مقياس الامتنان

تكون مقياس الامتنان بصورته النهائية من (41) فقرة موزعة على (3) مجالات (ملحق 3)، يضع المستجيب إشارة (X) أمام كل فقرة لبيان مدى تطابق ما يناسبه في الفقرة بما يتناسب مع قناعته الشخصية، على تدرج يتكون من (5) درجات، وفقاً لتدرج ليكرت (Likert) الخماسي: وهي أوافق بشدة، وأعطيت لها (5) درجات، وأوافق، وأعطيت لها (4) درجات، ومحايد، وأعطيت لها (3) درجات، ولا أوافق، وأعطيت لها درجتان، ولا أوافق بشدة، وأعطيت لها درجة واحدة، وتعكس الدرجة في حالة الفقرات السالبة وهي: (2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 11، 12، 14، 15)، إذ تعطى أوافق بشدة (1) درجة، أوافق تعطى لها (2) درجتين، ومحايد

وتعطى لها (3) درجات، لا أوافق وتعطى لها (4) درجات، لا أوافق بشدة وتعطى لها (5) درجات.

وبناءً على ذلك فقد تراوحت الدرجة على كل فقرة بين درجة واحدة، وخمس درجات، وبما أن المقياس تكون بصورته النهائية من (41) فقرة، فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب (205) درجات، وأدنى درجة هي (41). ولتحديد مستوى الامتنان، تم استخدام المعيار الإحصائي الآتي: (أقل من 2.33 مستوى امتنان منخفض)، (من 2.33 – 3.66 مستوى امتنان متوسط)، (أعلى من 3.66 مستوى امتنان مرتفع).

ثانياً: مقياس جودة الحياة

تم في هذه الدراسة استخدام مقياس جودة الحياة، المُعد من قبل منسي وكاظم (2006)، وتكون المقياس بصورته الأصلية من (60) فقرة، تتضمن كل منها جملة واحدة حيث يجيب المستجيب بتحديد مدى انطباقها عليه. بدأ الباحثان بعمل إجراءات استخراج الصدق والثبات للمقياس تمهيداً لتطبيقه على أفراد عينة الدراسة.

صدق المقياس في الدراسة الحالية

أولاً: صدق المحتوى

للتأكد من دلالات صدق محتوى مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة الحالية، تم عرضه على مجموعة من المحكمين والمتخصين في علم النفس الإرشادي والتربوي، والقياس والتقويم في جامعة اليرموك، حيث طلب منهم إبداء الرأي في فقرات المقياس من حيث مدى وضوح المعنى للفقرات، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات، وأي تعديلات وملاحظات يرونها مناسبة. وفي ضوء اقتراحات المحكمين وآرائهم، تمت إعادة صياغة (7) فقرات.

ثانياً: صدق البناء

للتحقق من مؤشرات صدق بناء مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة الحالية، تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالباً وطالبةً من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون، تم حساب قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجالات، وبالمقياس ككل، وقد تراوحت بين (0.32– 0.58)، وقيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل تراوحت بين (0.30– 0.65)، وتم اعتماد معيار بأن لا تقل قيمة ارتباط الفقرة مع المجال والعلامة الكلية للمقياس عن (0.30).

وتم حساب ثبات مقياس جودة الحياة من قبل منسي وكاظم (2006)، بطريقة الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، للمقياس ومجالاته، حيث بلغت قيمته (0.91)، وفي الدراسة الحالية تم حساب ثبات مقياس جودة الحياة بطريقة الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، كما هو موضح في الجدول (3).

جدول (3)

قيم ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ومجالاته

المجال	الاتساق الداخلي بالدراسة الأصلية	الاتساق الداخلي بالدراسة الحالية
جودة الصحة العامة	0.62	0.71
الجودة الأسرية والاجتماعية	0.79	0.74
جودة التعليم والدراسة	0.77	0.69
جودة العواطف	0.74	0.77
جودة الصحة النفسية	0.62	0.73
جودة شغل الوقت وإدارته	0.85	0.75
المقياس ككل	**0.91**	**0.84**

تصحيح مقياس جودة الحياة

تكون مقياس جودة الحياة بصورته النهائية من (60) فقرة موزعة على (6) مجالات يضع المستجيب إشارة (X) أمام كل فقرة لبيان مدى تطابق يناسبه في الفقرة بما يتناسب مع قناعته الشخصية، على تدرج يتكون من (5) درجات، وفقاً لتدرج ليكرت (Likert) الخماسي: وهي أوافق بشدة، وأعطيت لها (5) درجات، وأوافق، وأعطيت لها (4) درجات، ومحايد، وأعطيت لها (3) درجات، ولا أوافق، وأعطيت لها درجتين، ولا أوافق بشدة، وأعطيت لها درجة واحدة، وتعكس الدرجة في حالة الفقرات سالبة الإتجاه

وهي الفقرات ذات الأرقام: (2، 3، 4،5 ، 6، 8، 9، 10، 12، 14، 17، 22، 24، 26، 28، 30، 32، 34، 35، 36، 38، 40، 42، 44، 46، 48، 50، 52، 56، 58)، إذ تعطى أوافق بشدة (1) درجة، وتعطى أوافق (2) درجتين، وتعطى محايد (3) درجات، وتعطى لا أوافق (4) درجات، وتعطى لا أوافق بشدة (5) درجات.

وبناءً على ذلك فقد تراوحت الدرجة على كل فقرة بين درجة واحدة، وخمس درجات، وبما أن المقياس بصورته النهائية يتكون من (60) فقرة فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (300) درجة، وأدنى درجة هي (60) درجة. ولتحديد مستوى جودة الحياة، تم استخدام المعيار الإحصائي الأتي: (أقل من 2.33 مستوى جودة حياة منخفض)، (من 2.33 – 3.66 مستوى جودة حياة متوسط)، (أعلى من 3.66 مستوى جودة حياة مرتفع).

إجراءات الدارسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، تم اتباع الخطوات والإجراءات الآتية:

- أعدت أداتي الدراسة بصورتيهما النهائية بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما، وهما مقياسا الامتنان، جودة الحياة.
- توزيع أدوات الدراسة على أفراد العينة، وتوضيح الإرشادات الضرورية واللازمة لتعبئة الأدوات.
- جمع أدوات الدراسة بعد الإجابة عن فقراتها، وإعدادها لأغراض التحليل الإحصائي.
- تدقيق البيانات، والتأكد من صلاحيتها لأغراض التحليل، حيث تم توزيع (1050) استباتة، أُسترد منها (994)، كما تم استبعاد (194) استبانة لعدم اكتمال الشروط فيها، إما لعدم ذكر الجنس، أو التخصص، أو المستوى الدراسي، أو الدخل الاقتصادي، أو المعدل التراكمي، أو وضع أكثر من إجابة. ولم يُسترجع (56) استبانة، وبالتالي فإن عينة الدراسة النهائية تكونت من (800) طالب وطالبة.

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

المتغيرات الرئيسية

- الامتنان، وجودة الحياة، ولكل منها ثلاثة مستويات (مرتفع، متوسط، منخفض).

المتغيرات التصنيفية

- الجنس: وله فئتان (ذكور، إناث).
- التخصص: وله فئتان (تخصصات إنسانية، وتشمل: كلية الشريعة، وكلية القانون، وكلية الآثار، وكلية الإعلام، وكلية التربية، وكلية الرياضة، وكلية الإقتصاد باستثناء تخصص المحاسبة، أما التخصصات العلمية، فتشمل: كلية الحجاوي، كلية الطب، كلية العلوم، وتخصص المحاسبة بكلية الاقتصاد).
- المستوى الدراسي: وله أربع فئات (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة).
- الدخل الاقتصادي: وله ثلاثة مستويات (مرتفع، متوسط، منخفض).
- المعدل التراكمي: وله أربعة مستويات (ممتاز، جيد جداً، جيد، مقبول).

المعالجات الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة، تم استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

- للإجابة عن السؤال الأول: تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- للإجابة عن السؤال الثاني: تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الخماسي في ضوء المتغيرات التالية: الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي. وتم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شفيه لأثر المستوى الدراسي على متغير جودة الحياة.
- للإجابة عن السؤال الثالث: تم استخراج معامل ارتباط بيرسون.

نتائج الدراسة

أولاً: التنائج المتعلقة بالسؤال الأول: "ما مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، وهي على النحو الآتي:

أولاً: الامتنان

للكشف عن مستوى الامتنان لدى طلبة جامعة اليرموك، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الامتنان لدى طلبة جامعة اليرموك مرتبة تنازلياً وفق المتوسطات الحسابية

الرتبة	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	الامتنان البسيط	4.15	0.578	مرتفع
2	الامتنان للآخرين	4.06	0.524	مرتفع
2	الشعور بالرخاء	3.31	0.558	متوسط
	الامتنان ككل	**3.80**	**0.380**	**مرتفع**

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لمستوى مجالات الامتنان تراوحت بين (3.31-4.15)، حيث جاء مجال الامتنان البسيط في المرتبة الأولى، وبدرجة مرتفعة، وبأعلى متوسط حسابي بلغ (4.15)، وبانحراف معياري (0.578)، بينما جاء مجال الشعور بالرخاء في المرتبة الأخيرة، وبدرجة متوسطة، وبمتوسط حسابي بلغ (3.31)، وبانحراف معياري (0.558)، وبلغ المتوسط الحسابي للإمتنان ككل (3.80)، وبدرجة مرتفعة، وبانحراف معياري (0.380).

ثانياً: جودة الحياة

للكشف عن مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك مرتبة تنازلياً وفق المتوسطات الحسابية

الرتبة	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	الجودة الأسرية والاجتماعية	3.72	0.531	مرتفع
2	جودة العواطف	3.59	0.632	متوسط
3	جودة الصحة النفسية	3.53	0.628	متوسط
4	جودة شغل الوقت وادارته	3.51	0.655	متوسط
5	جودة التعليم والدراسة	3.50	0.662	متوسط
6	جودة الصحة العامة	3.33	0.701	متوسط
	جودة الحياة الكلي	**3.53**	**0.479**	**متوسط**

يتبين من الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية لمستوى مجالات جودة الحياة تراوحت بين (3.33-3.72)، حيث جاء مجال الجودة الأسرية والاجتماعية في المرتبة الأولى، وبدرجة مرتفعة، بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.72)، وبانحراف معياري (0.531)، بينما جاء مجال جودة الصحة العامة في المرتبة الأخيرة، وبدرجة متوسطة، وبمتوسط حسابي بلغ (3.33)، وبانحراف معياري (0.701) فيما بلغ المتوسط الحسابي لمستوى جودة الحياة ككل (3.53)، وبدرجة متوسطة، وبانحراف معياري (0.479).

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: "هل يختلف مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض

المتغيرات كالجنس والتخصص والمستوى الدراسي والدخل الاقتصادي والمعدل التراكمي؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، وفق متغيرات الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي، كما هو مبين في الجدول (6).

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك وفق متغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي والدخل الاقتصادي والمعدل التراكمي

			الامتنان	جودة الحياة
الجنس	ذكر	المتوسط الحسابي	3.83	3.62
		الانحراف المعياري	0.358	0.456
	أنثى	المتوسط الحسابي	3.78	3.49
		الانحراف المعياري	0.389	0.485
التخصص	تخصصات انسانية	المتوسط الحسابي	3.82	3.49
		الانحراف المعياري	0.366	0.453
	تخصصات علمية	المتوسط الحسابي	3.76	3.58
		الانحراف المعياري	0.396	0.506
المستوى الدراسي	أولى	المتوسط الحسابي	3.76	3.43
		الانحراف المعياري	0.388	0.456
	ثانية	المتوسط الحسابي	3.81	3.56
		الانحراف المعياري	0.346	0.469
	ثالثة	المتوسط الحسابي	3.84	3.63
		الانحراف المعياري	0.371	0.482
	رابعة	المتوسط الحسابي	3.81	3.60
		الانحراف المعياري	0.429	0.518
الدخل الاقتصادي	أقل من 449 دينار	المتوسط الحسابي	3.78	3.53
		الانحراف المعياري	0.386	0.475
	450-799 دينار	المتوسط الحسابي	3.80	3.52
		الانحراف المعياري	0.379	0.487
	800 دينار فأكثر	المتوسط الحسابي	3.85	3.53
		الانحراف المعياري	0.361	0.480
المعدل التراكمي	أقل من 68	المتوسط الحسابي	3.82	3.54
		الانحراف المعياري	0.438	0.517
	68- 76	المتوسط الحسابي	3.79	3.56
		الانحراف المعياري	0.372	0.475
	76-84	المتوسط الحسابي	3.79	3.49
		الانحراف المعياري	0.357	0.479
	84 فأكثر	المتوسط الحسابي	3.81	3.46
		الانحراف المعياري	0.360	0.423

يتبين من الجدول (6) وجود تباين ظاهري في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك بسبب اختلاف فئات متغيرات الجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي.

ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، تم استخدام تحليل التباين الخماسي المتعدد، كما هو مبين في الجدول جدول (7).

جدول (7)

تحليل التباين الخماسي المتعدد عديم التفاعل لأثر متغيرات الجنس وسنوات الخبرة على كل من الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك

مصدر التباين	المتغيرات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	الامتنان	0.330	1	0.330	2.300	0.130
هوتلنج=011.						
ح=033.	جودة الحياة	1.813	1	1.813	8.245	0.004 *
التخصص	الامتنان	0.813	1	0.813	5.662	0.018 *
هوتلنج=035.						
ح=000.	جودة الحياة	1.601	1	1.601	7.281	0.007 *
المستوى الدراسي	الامتنان	0.604	3	0.201	1.402	0.241
ويلكس=968.						
ح=003.	جودة الحياة	5.225	3	1.742	7.919	0.000
الدخل الاقتصادي	الامتنان	0.451	2	0.225	1.570	0.209
ويلكس=989.						
ح=183.	جودة الحياة	0.058	2	0.029	0.131	0.877
المعدل التراكمي	الامتنان	0.110	3	0.037	0.255	0.858
ويلكس=985.						
ح=214.	جودة الحياة	0.913	3	0.304	1.384	0.246
الخطأ	الامتنان	113.241	789	0.144		
	جودة الحياة	173.539	789	0.220		
الكلي	الامتنان	115.568	799			
	جودة الحياة	183.701	799			

يتبين من الجدول (7) الآتي:

- وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، في مستوى جودة الحياة، يعزى لمتغير الجنس، حيث كان المتوسط الحسابي للذكور أعلى من المتوسط الحسابي للإناث، في حين لم يكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، في مستوى الامتنان تعزى لمتغير لمتغير الجنس.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α = 0.05) في مستوى الامتنان، تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات الإنسانية، ووجود فروق ذات دلالة في مستوى جودة الحياة تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات العلمية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، في مستوى الامتنان وجودة الحياة تعزى لأثر متغير الدخل الاقتصادي.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، في مستوى الامتنان وجودة الحياة تعزى لأثر متغير المعدل التراكمي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، تعزى لأثر متغير المستوى الدراسي في جميع المتغيرات باستثناء متغير الامتنان, ولبيان الفروق الزوجية الدالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية، تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شفيه، كما هو مبين في الجدول (8).

جدول (8)
المقارنات البعدية بطريقة شفية لأثر المستوى الدراسي على متغير وجودة الحياة

	المتوسط الحسابي	الاولى	الثانية	الثالثة
جودة الحياة	أولى 3.43			
	ثانية 3.56	*0.13		
	ثالثة 3.63	*0.20	0.07	
	رابعة 3.60	*0.17	0.04	0.03

- دالة عند مستوى الدلالة (□ = 0.05).

يتبين من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (□ = 0.05)، في مستوى جودة الحياة بين طلبة السنة الأولى من جهة وطلبة السنة الثانية والثالثة والرابعة من جهة أُخرى، وجاءت الفروق لصالح طلبة السنة الثانية والثالثة والرابعة.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: "هل هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = 0.05) بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج قيم معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، كما هو مبين في الجدول (9).

جدول (9)
قيم معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك (ن = 800)

		جودة الحياة
الامتنان	معامل الارتباط ر	**0.390

يتبين من الجدول (9) وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك.

مناقشة النتائج والتوصيات

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: "ما مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟".

أولاً: الامتنان

أشارت النتائج إلى أن مستوى الامتنان ككل ومجالي الامتنان البسيط والامتنان للآخرين لدى طلبة جامعة اليرموك جاء

مرتفعاً، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء المشاعر الإيجابية التي يبديها الآخرون تجاه الفرد، وما يواجهه من المواقف والأحداث، وبالتالي فإن التعبير عن الامتنان للآخرين وبهذه الدرجة، يعطي مؤشراً إيجابياً بأن الآخرين لديهم مواقف إيجابية، مما يشير إلى أنهم يستحقون الامتنان.

ويمكن عزو هذه النتيجة استناداً إلى ما يتمتع به الفرد من خدمات، سواءً في الجانب التعليمي، أو الاجتماعي، أو الصحي، وهذا إقرار من الفرد بمساهمة الآخرين في رفاهيته، مما يجعله يشعر بمستوى مرتفع من الامتنان الذي يقوده إلى السعادة، ومما يؤكد وجهة نظر الباحثان في هذا الجانب، ما أشار إليه الفيلسوف أدم سمث من أن الامتنان يصدر عن الفرد تجاه الآخرين نتيجة لتقديم المساعدة له، وأن هناك حافزاً دفع الفرد إلى إظهار هذا الامتنان، في ضوء مبدأ المعاملة بالمثل (Emmons & McCullough, 2004).

ويرى الباحثان وضمن تفسير هذه النتيجة أن مستوى الامتنان المرتفع لدى طلبة جامعة اليرموك، إنما يعكس المشاعر الإيجابية لديهم، مما يعطي مؤشراً على أن الطلبة يحصلون على فائدة ومنفعة، أضف إلى ذلك أنه يعطي مؤشراً على النوايا الطيبة والحسنة تجاه البيئة التي يعيش فيها الطلبة. وهذا ما أكده أيمونز (Emmons, 2004)، عندما أشار إلى أن الامتنان شعور لدى الفرد ناتج عن فائدة من شخص آخر، بالإضافة إلى ما أشار إليه تسانغ (Tsang, 2006) من أن الامتنان هو بمثابة رد فعل إيجابي ناجم عن النوايا الطيبة.

وفيما يتعلق بمجال الشعور بالرخاء، فقد جاء بدرجة متوسطة. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى ما يتعرض له الطالب من أخطاء يومية، قد تؤثر فيه بشكل آني، أضف إلى ذلك بعض المشاعر التي قد تنتاب الطالب نتيجة لبعض المواقف التي يتعرض لها، وقد تسبب له بعض التوتر، وخاصةً فترة الاختبارات الجامعية

ثالثاً: جودة الحياة

أشارت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة ككل، وعلى جميع الأبعاد، جاء متوسطاً، باستثناء مستوى الجودة الأسرية والاجتماعية، فقد جاء مرتفعاً. ويرى الباحثان أن ما يصدر عن الطلبة من سلوكات ضمن البيئة الجامعية، والبيئة الأسرية تُعد سلوكات مقبولة وإيجابية، وخاصةً ما يرتبط منها بالعلاقات الاجتماعية، وطبيعة الجوانب الصحية والنفسية، وبالنظر إلى هذه الجوانب، فإنها تتحقق لدى غالبية الطلبة، الأمر الذي ينعكس على جودة الحياة لدى الطلبة.

كما يمكن عزو هذه النتيجة في ضوء الإحساس الإيجابي لحسن الحال، والرضا عن الحياة بشكل عام، والإحساس بالسكينة والطمأنينة النفسية. وهذا ما أشار إليه ريف وآخرون (Ryff, et al., 2006)، عندما أكد أن جودة الحياة ترتبط بالشعور الإيجابي نحو حسن الحال، وارتفاع مستويات الرضا عن الذات، والحياة بشكل عام، والاستمرار بعلاقات اجتماعية إيجابية.

وفيما يتعلق بمجال الجودة الأسرية والاجتماعية، التي جاءت بدرجة مرتفعة. فيمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء العلاقات الاجتماعية الأسرية بشكل عام، التي توصف بأنها إيجابية، أضف إلى ذلك طبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربط الطلبة ضمن البيئة الجامعية. ويرى الباحثان أن المجتمع الأردني بشكل عام تسوده قيم ومعايير اجتماعية وأسرية قائمة على المحبة والاحترام المتبادل، وخاصةً في البيئة الأسرية، مما ينعكس إيجاباً على طبيعة سلوكات وعلاقات الطلبة ضمن البيئة الجامعية.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة سليمان (2010)، التي أشارت نتائجها إلى أن مستوى جودة الحياة الأسرية، كان مرتفعاً، وأن مستوى جودة الصحة العامة، كان متوسطاً.

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كاظم والبهادلي (2007)، التي أشارت نتائجها إلى أن مستوى جودة التعليم والدراسة، جاء مرتفعاً، وأن مستوى جودة الصحة النفسية، وجودة الجانب العاطفي جاء منخفضاً، كما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة سليمان (2010)، التي أشارت نتائجها إلى أن مستوى جودة الصحة النفسية، كان مرتفعاً، وأن مستوى جودة الحياة التعليمية، وجودة إدارة الوقت، كان منخفضا.

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية كذلك مع دراسة نعيسة (2012)، التي أشارت نتائجها إلى أن مستوى جودة الحياة الكلي لدى طلبة جامعة دمشق، كان متدنياً.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: "هل يختلف مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات كالجنس، والتخصص، والمستوى الدراسي، والدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي؟".

أظهرت النتائج وجود فرق ذي دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة، تعزى لمتغير الجنس، حيث كان المتوسط الحسابي للذكور أعلى من المتوسط الحسابي للإناث، في حين لم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الامتنان تعزى لمتغير

لمتغير الجنس. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الامتنان، تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات الإنسانية، ووجود فروق ذات دلالة في مستوى جودة الحياة تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات العلمية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الامتنان وجودة الحياة، تعزى لأثر متغيري الدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي، وعدم وجود فروق في مستوى الامتنان، تعزى لأثر المستوى الدراسي، ووجود فروق في مستوى جودة الحياة، بين طلبة السنة الأولى من جهة، وطلبة السنة الثانية والثالثة والرابعة من جهة أخرى، ولصالح طلبة السنة الثانية والثالثة والرابعة.

ويمكن تفسير النتيجة التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة، تعزى لأثر الجنس، لصالح الذكور، فيمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يتمتع به الطلبة الذكور من خصائص، قد تختلف عنها لدى الإناث، وخاصةً ما يرتبط منها بالعلاقات الاجتماعية، والقيم والمعايير التي تحكم المجتمع، التي قد تعطي الحرية والفرصة لدى الذكور بجوانب معينة، ولا تعطيها للإناث، أضف إلى ذلك ما يمكن أن تتحمله الطالبات الإناث من مسؤوليات ومهام منزلية، تختلف عنها لدى الذكور، الأمر الذي يكون قد أسهم في وجود هذا الاختلاف في مستوى جودة الحياة تبعاً لاختلاف متغير الجنس.

وفيما يتعلق بالنتيجة التي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى الامتنان، تبعاً لاختلاف متغير الجنس، بأن ذلك قد يعود إلى طبيعة البيئة الجامعية التي يعيشها الطلبة، التي تكاد تكون مشابهة في مؤثراتها، وما يتعرض له الطلبة من مواقف، سواءً لدى الذكور، أو الإناث. كما ويمكن عزو هذه النتيجة كذلك إلى طبيعة المتغيرات، والبيئة الخارجية، فمعظم البيئات لدى الطلبة، تكاد تكون متشابهة ومتقاربة في ظروفها والعوامل المؤثرة فيها، وبالتالي فإن الذكور والإناث من الطلبة يتأثرون بهذه الظروف والمؤثرات بمستوى يكاد يكون متقارباً، الأمر الذي أسهم في عدم وجود فروق في مستوى الامتنان لدى الطلبة تعزى لاختلاف متغير الجنس. واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة بيشغادام وزاري (Pishghadam & Zarei, 2011)، التي بينت نتائجها أن الإناث يستخدمن الامتنان أكثر من الذكور.

أما النتيجة التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى الامتنان، تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات الإنسانية، ووجود فروق ذات دلالة في مستوى جودة الحياة تعزى لأثر متغير التخصص ولصالح التخصصات العلمية، فيمكن تفسيرها استناداً لطبيعة الاختلاف في التخصصات الإنسانية والعلمية من حيث متطلبات كل من هذه التخصصات، وخاصةً لدى التخصصات العلمية التي تتطلب مزيداً من الجهد والمثابرة، أضف إلى ذلك أن التخصصات الإنسانية بحال طبيعتها تفرض وجوب التعامل وإقامة العلاقات الاجتماعية، في حين يتعامل طلبة التخصصات العلمية مع المختبرات العلمية والتجارب، مما يحد من توظيف العلاقات الاجتماعية، الأمر الذي قد يؤثر في مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى كل من التخصصات العلمية والإنسانية تبعاً لمتطلبات وطبيعة هذه التخصصات، كذلك في ضوء وقت الفراغ المتوفر لدى طلبة الدراسات الإنسانية مقارنة مع طلبة الدراسات العلمية. أضف إلى ذلك ما يرتبط بالمواد الدراسية من حيث صعوبتها، وسهولتها لدى كل من التخصصات الإنسانية، والعلمية، التي تتفاوت فيما بينها، الأمر الذي في وجود فروق ما بين طلبة التخصصات الإنسانية والعلمية. كما أن عامل الوقت يلعب دوراً مؤيداً في لإيجاد الفروق، وذلك من حيث توافر هذا الوقت لدى طلبة التخصصات الإنسانية، في حين قد لا يتوافر الوقت الكافي لدى طلبة التخصصات العلمية؛ وذلك بسبب الإنشغال في آداء المهام العلمية والتعليمية، وبالذات العمل ضمن المختبرات والتجارب.

وفيما يتعلق بالنتيجة التي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى الامتنان وجودة الحياة، تعزى لأثر الدخل الاقتصادي، والمعدل التراكمي، فيمكن عزوها إلى الظروف الاقتصادية التي طالت مختلف الفئات من أفراد المجتمع، كما يمكن تفسيرها في ضوء تقارب مستويات الدخل الاقتصادي لدى الطلبة، حيث أن غالبية الطلبة قد يقعون ضمن مستوى الدخل الاقتصادي المنخفض، وبالتالي فإن تأثير مستوى الدخل الاقتصادي للأسر يكاد يكون متشابهاً لدى معظم الطلبة، كما أن مسؤولية تكاليف الدراسة، وتحمل هذه التكاليف تقع على عاتق الأسرة، حيث إن الغالبية العظمى من الطلبة، لا يتحملون هذه التكاليف. أضف إلى ذلك أن المعدلات التراكمية لدى الطلبة تكاد تكون متقاربة، وليست بذلك التفاوت الكبير ما بين الطلبة، وبالتالي فإن تأثير هذه المتغيرات، قد يكون متساوياً. واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الفرا والنواجحة (2012)، التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى جودة الحياة، يعزى لأثر المعدل التراكمي، لصالح التحصيل المرتفع.

أما النتيجة التي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى الامتنان، تعزى لأثر المستوى الدراسي، ووجود فروق في مستوى جودة الحياة، لصالح طلبة السنة الثالثة والرابعة، فيمكن تفسيرها استناداً إلى ما يتعرض له طلبة السنة الأولى من ضغوط كونهم طلبة جدد في الجامعة، أضف إلى ذلك عدم معرفتهم بنظام الجامعة، وضغوط الامتحانات ومتطلباتها، الأمر الذي قد يزيد من

الضغوط عليهم، وفي المقابل قد تجد طلبة السنة الثانية والثالثة والرابعة أقل ضغوطاً، حيث إن هذه الضغوط تبدأ بالتناقص تدريجياً مع تقدم الطالب بالسنوات الدراسية، حيث يصبح لديهم فهم أوسع، وإدراك أعمق للبيئة الجامعية ومتطلباتها، وهذا قد ينعكس على جودة الحياة لديهم.

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: "هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك؟".

أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى الامتنان، وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء العلاقة القائمة ما بين الامتنان، وجودة الحياة، وبالنظر إلى هذه العلاقة تجدر الإشارة إلى وصول الطالب إلى مستوى من جودة الحياة، لا بد أن يكون متمتعاً بمستوى إيجابي من الخدمات الصحية، بالإضافة إلى علاقات اجتماعية إيجابية، أضف إلى ذلك ما يتلقاه الطالب من مساعدة مقدمة من الآخرين له، مما يجعله ممتناً لهم.

كما يمكن عزو هذه النتيجة في ضوء مؤشر الامتنان المرتفع لدى الطلبة في مختلف مواقف الحياة، الذي بدوره ينعكس بصورة مباشرة في جودة حياته التي يعيشها، وهذا قد ينتج بشكل تبادلي ما بين الامتنان، وجودة الحياة لدى الطالب. ويرى الباحثان أن الامتنان يسهم في توفير الحياة الهادئة، ويبعد الفرد عن التوتر والقلق. وهذا ما أشار إليه فريجدا (Frijda, 1988)، عندما أكد على أن الامتنان يمنع الاكتئاب لدى الفرد، كما تتفق وجهة نظر الباحثان مع أشار إليه واتكنز وآخرون (Watkins et al, 2003) من أن الامتنان يؤدي إلى الاطمئنان والأمل.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة سنغ وجيه (Sing & Jhe, 2008)، التي أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين التأثير الإيجابي للامتنان والرضا عن الحياة، وأكدت أن الرضا عن الحياة والامتنان مفاهيم مرتبطة ببعضها ارتباطاً إيجابياً. كما اتفقت مع دراسة تسانق وآخرين (Tsang et al, 2014)، التي أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين الامتنان والرضا عن الحياة، وأن الامتنان يزيد من الرضا عن الحياة.

كما اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة سن وجيانغ وشو وكيان (Sun, Jiang, Chu & Qian, 2014)، التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية بين الامتنان والصحة النفسية المدرسية، كما أن العلاقات الاجتماعية كانت ذات علاقة موجبة مع الامتنان.

التوصيات

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة يوصي الباحثان بما يأتي:

- توفير البرامج الإرشادية والنشرات التربوية حول متطلبات جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين بهدف رفع مستوى جودة الحياة لديهم.
- تفعيل دور البرامج التعليمية الإرشادية الأسرية والاجتماعية في الجامعة بهدف إكساب الطلبة إستراتيجيات تحقيق جودة الحياة، والشعور بالرخاء، بالإضافة إلى إستراتيجيات جودة الصحة النفسية، وشغل الوقت وإدارته، وجودة التعليم والدراسة، والصحة العامة.
- تضمين البرامج والمناهج الدراسية الثانوية والجامعية مضامين ترتبط بمتغيرات الامتنان وجودة الحياة، بالإضافة إلى متغيرات ذات صلة بحياة الطلبة الدراسية.
- إجراء المزيد من الدراسات حول الامتنان وجودة الحياة وعلاقتها بمستوى التحصيل لدى الطلبة وأثرها في الحياة الجامعية لدى الطلبة.

المراجع

الجوالدة، ف. (2013). فاعلية برنامج تربوي قائم على نظرية العقل في تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الإعاقات التطورية والفكرية. دراسات العلوم التربوية،40(1)، 388- 408.

سليمان، ش. (2010). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها. مجلة رسالة الخليج العربي، 31(117)، 117-155.

الفرا، إ والنواجحة، ز. (2012). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية. مجلة جامعة الازهر بغزة، 14(2)، 57-90.

فوزية، م وبوعيشة، آ. (2013). معوقات جودة الحياة الأسرية. جامعة قاصدي مرباح ورقلة. الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة. 1- 12.

كاظم، ع والبهادلي، ع. (2007). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العُمانيين والليبيين "دراسة ثقافية مقارنة". مجلة العلوم الإنسانية، 31، 24-53.
محمود، ه والجمالي، ف. (2010). فعالية الذات المدركة ومدى تأثيرها على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتعثرين دراسياً. مجلة الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا،1(1)، 61-115.
مصطفى، ي وبكر، و. (2013). جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الملك سعود، 25(2)، 405-431.
منسي، م وكاظم، ع. (2006). مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس. 17-19 ديسمبر. 63-78.
نعيسة، ر. (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين. مجلة جامعة دمشق، 28(1)، 145-181.
Bonomi, A., Patrick, D., & Bushnel, D. (2000).Validation of the United States version of the word hralth organization quality of life measurement. Journal of Clinica Epidemiol, 53, 1-12.
Chen, L., Chen, M., kee, Y., & Tsai, Y. (2009). Validation of the gratitude questionnaire in Taiwanese undergraduate studeuts. Journal of Happiness Studies,10, 655-664.
Ducinkene, D., Kalediene, R. & Petrauskiene, J. (2003). Quality of life among Lithuanian University students. ISSN,1392-0138, Acta Medica Litunica, 10 (2), 76-81.
Dunn, J. R., & Schweitzer, M. (2005). Feeling and believing: The influence of emotion on trust. Journal of Personality and Social Psychology, 88, 736-748.
Emmons, R., & Crumpler, C. (2000). Gratitude as a human strength: Appraising the evidence. Journal of Social and Clinical Psychology, 19, 56-69.
Emmons, R., & Shelton, C. (2002). Gratitude and science of positive psychology. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of Positive Psychology (pp. 459-471). New York: Oxford University Press.
.Fallowfield, L. (1990). The quality of life: The missing measurement in health care. London: Sourenir press.
Fredrickson, B. (1998). What good are positive emotions? Review of General Psychology, 2, 247-270.
Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56, 218-226.
Fredrickson, B. (2004). Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds. In R. A. Emmons, & M. E. McCullough (Eds.), The psychology of gratitude (pp. 145-166). New York: Oxford University Press.
Fredrickson, B., Tugade, M., Waugh, C., & Larkin, G. (2003). What good are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. Journal of Personality and Social Psychology, 84, 365-376.
Henning.M., Krageloh, C., Hawken, S., Zhao, Y. & Doherty, I. (2010). Quality of life and motivation to learn: A study of medical students. Issues in Educational Research, 20 (3), 244- 256.
King, L. & Nap, C. (1998). What makesa life good? Journal of Personality and Social Psychology, 75 (1), 156-165.
Lau, R. & Cheng, S. (2013). Gratitude orientation reduces death anxiety but no positive and negative affect. Omega, 66 (1), 79-88.
.McCullough, M., Kilpatrick, S., Emmons, R. & Larson, D. (2001). Is gratitude a moral affect? Psychological Bulletin, 127, 249-266.
McCullough, M. & Tsang, J. (2004). Parent of the virtues? The prosocial contours of gratitude. In R. Emmons, & M. McCullough (Eds.), The Psychology of Gratitude (PP. 123-141). New York: Oxford University Press.
McCullough, M. & Witvliet, C. (2002). The Psychology of forgiveness. In C. R. Synder, & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of Positive Psychology (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.
Pishghadam, R. & Zarei, S. (2011). Expression of gratitude: A case EFL leaners. Review of European Studies, 3(2), 140-149.
Ryff, C., Love, G., Urry, H., Muller, D., Rosemkranz, M., Friedman, E., Davidson, R. & Singer, B. (2006).

Psychological well-being and well being: Do they have distinct or mirrored biological correlates? Psychotherapp & Psychosomatics, (73), 85-95.

Singh, K. & Jha, D. (2008). Positive and negative affect and grit as predictors of happiness and life Satisfaction. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 34, 40-45.

Sun, P., Jiang, H., Chu, M. & Qian, F. (2014). Gratitude and school well-being among Chinese University students: Interpersonal relationships and school support as mediators. Social Behavior And Personality, 42 (10), 1689-1698.

Tsang, J. (2006). Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. Cognition & Emotion, 20, 138-148.

Tsang, J., Carpenter, T., Roberts, J., Frisch, M. & Carlisle, R. (2014). Why are materialists less happy? The role of gratitude and need satisfaction in the relationship between materialism and life satisfaction. Personality and Individual Differences, 64, 62–66.

Watkins, P., Woodward, K., Stone, T. & Kolts, P. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well- being. Social Behavior and Personality, 31(5), 431-452.

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. Psychological Review, 92, 548-573.

Widar, M., Ahltrom, G. & Ek, A. (2004). Health-related quality of Life in persons with long-term pain after a stroke. Journal of Clinical Nursing, 13 (4), 497-505.

Wood, A. & Tarrier, N. (2010). Positive clinical psychology: A new vision and strategy for integrated research and practice. Clinical Psychology Review, 30, 819-829.

Gratitude, and Quality of Life Among Yarmouk University Students in Light of Some Variables

*Faisal Kh. Al-Rabee', Kawakeb Y. Ababneh**

ABSTRACT

This study aimed at revealing the gratitude level, and quality of life among Yarmouk University students in the light of some variables. The sample of the study consisted of (240 males, 560 females), chosen by available method. To achieve the aims of the study, the researchers used two instruments; gratitude, and quality of life scales. The results showed that gratitude level as a whole, and all domains was high degree, except the feeling of prosperity domain, was moderately, and the quality o life level as a whole, and all domains was moderate degree, except the family and social quality domain was high degree. And the results indicated that there was statistically significant difference in quality of life level, due to gender variable, while the mean of the males was higher from mean of females, and there were statistical significant differences in gratitude level, due to specialization variable, in the favor of humanitarian specializations, and there were statistically significant differences in quality of life level, due to specialization, in the favor of scientific specializations. In addition, the results revealed the level of quality of life of second year students, third and fourth was better than that of first year students. The results also showed there was statistical significant positive relationship between gratitude level, and quality of life among Yarmouk University students.

Keywords: Gratitude, Quality of Life, Yarmouk University students.

* Faculty of Education, Yarmouk University, Irbid. Received on 27/4/2016 and Accepted for Publication on 24/6/2016.