

alwa'ee assahee wa'laaqth bajouda alhayaa
daraasa maydaanya 'alaa 'ayna man talba jaam'a sateef2.

الوعي الصحي وعلاقته بجودة الحياة

دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة سطيف 2.

**Health Awareness and Its Relationship with Quality of Life
A Field Study on a Sample of Setif 2 University students.**

ط.د في أيام¹، د. عنوتة صالح² FENNI Ayam, ATOUTA Salah

1 جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)، مخبر البحث في الإضطرابات الإحتجاجية في النمو والتوحد

ay.fenni@univ-setif2.dz

2 جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)، مخبر تطوير نظم الجودة في مؤسسات التعليم العالي والثانوي-جامعة باتنة 1

s.atouta@univ-setif2.dz

تاريخ الاستلام: 2025/10/10 تاريخ القبول: 2026/4/25 تاريخ النشر: 2026/6/12

Abstract: The study aimed to reveal the relationship between health awareness and quality of life among university students, To achieve the study's objective, the descriptive correlational approach was used, and the health awareness scale and the quality of life scale were designed by the researcher based on previous studies. After verifying the psychometric properties of the two scales, they were applied to a sample 75 third-year bachelor's degree students in the Department of Educational sciences, specializing in guidance and counseling and educational psychology at Setif 2 University, the sample was selected using a simple random method. After statistically analyzing the hypotheses, the following results were reached: the existence of a statistically significant correlation between health awareness and quality of life among university students, the absence of a statistically significant correlation between health awareness and the subjective factors of quality of life among university students, and the existence of a statistically significant correlation between health awareness and the objective factors of quality of life among university students.

Keywords : health awareness, quality of life, university students.

ملخص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق هدف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي وتطبيق مقياس الوعي الصحي ومقياس جودة الحياة تم تصميمهما من طرف الباحثة بالاعتماد على الدراسات السابقة، وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياسين تم تطبيقهما على عينة من طلبة السنة الثالثة ليسانس شعبة علوم التربية بتخصصها الإرشاد والتوجيه وعلم النفس التربوي بجامعة سطيف 2 البالغ عددها 75 طالب وطالبة. وبعد التحليل الإحصائي للفرضيات تم التوصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، عدم وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي والعوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي والعوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة..

1. مقدمة:

شهد العالم في الآونة الأخيرة الكثير من الأزمات التي تهدد بقاء البشرية، حيث أصبح من الصعب مواجهتها والتصدي لها نظرا لتعقيدها وتأثيرها السلبي على جميع المجالات خاصة المتعلقة بصحة الإنسان. ذلك أنه من القضايا الأكثر اهتماما في الآونة الأخيرة هي قضية الصحة التي أصبحت من الأولويات لأي مجتمع يسعى لحماية مواطنيه والحفاظ على سلامتهم وعدم تعرضهم للأمراض خاصة في ظل ما يعاني منه العالم حاليا من انتشار للأوبئة.

ومما لا شك فيه بأن الجانب الصحي من أهم جوانب استمرار الحياة وتطور المجتمعات إذ أنه ما بإمكان الدول التقدم إلا إذا كان شبابها يتمتع بصحة سليمة تمكنه من بذل الجهد في الارتقاء بمجتمعه. لذلك صوبت المجتمعات اهتمامها بفئة الشباب وخاصة فئة الطلبة الجامعيين كونهم الفئة المثقفة وإحدى أهم فئات المجتمع الواعي، والفئة التي تساهم في قيادة المجتمع وتطويره مستقبلا وذلك من خلال الاستثمار في صحته وتنمية الوعي الصحي لديه عن طريق توعيته بمخاطر المشكلات والأمراض التي يتعرض لها وكيفية التصدي لها ومجابهتها بطرق سليمة وصحيحة. وتبني عادات صحية سليمة بهدف تكوين اتجاهات صحية إيجابية.

ذلك أن الطالب الجامعي الذي يتمتع بصحة جيدة سواء الجسدية أو النفسية يكون قادرا على مواجهة كل المواقف الضاغطة التي تمر عليه ويصبح فردا ناجحا سواء في الجانب الأكاديمي أو في حياته ككل وفردا فعالا في مجتمعه كما أن مرحلة الجامعة هي فترة انتقالية حرجة في حياة الطالب يحتاج فيها للإرشاد والدعم ليس فقط فيما يخص الجانب الأكاديمي وإنما يحتاج الدعم كذلك فيما يخص صحته الجسدية والنفسية وذلك من خلال تنمية الوعي الصحي لديه عن طريق تزويده بالمعلومات والحقائق الصحية وكيفية الحفاظ على صحته والوقاية من الأمراض ومواجهة الضغوط. فكلما ارتفع مستوى الوعي الصحي لدى الطالب كلما كان أكثر دافعية للتعلم وللإنجاز وأكثر إنتاجية ويصبح قادرا على اتخاذ قراراته بشكل صحيح.

ومن الملاحظ بأن زيادة عدد الوفيات الآونة الأخيرة كان سببها الأمراض المزمنة، كأمراض القلب وفقر الدم والأمراض التنفسية ومرض السكري وغيرها وهي

نتاج الممارسات السلوكية الخاطئة التي ينتهجها الطلاب والتي تؤثر بالسلب على صحتهم وحياتهم كتناول المخدرات وشرب الكحول، التدخين والعادات الغذائية غير الصحية، وعدم ممارسة الرياضة، وهذا للتخفيف من الضغوط النفسية التي يتعرضون لها كل هاته السلوكيات من شأنها التأثير على صحة الطالب وعلى نظريته لحياته ومدى رضاه عن ذاته.

ضف إلى ذلك، فقد وجدت دراسة استقصائية أجرتها (National Health 2015 and Morbidity) أن انتشار مشاكل الصحة العقلية بين البالغين في ماليزيا قد ارتفع من 10.7% في عام 1996، إلى 11.2% في عام 2006، إلى 29.2% في عام 2015. كما تم الإبلاغ عن ذلك 1 من كل 10 أفراد في عام 2011 إلى 1 من كل 5 أفراد في عام 2016 الحالات المبلغ عنها الذين يعانون من فترة انتقالية حرجة. في هذا العمر تنتقل من مرحلة المراهقة إلى مرحلة البلوغ حيث يمكن أن تكون واحدة من أكثر الأوقات إرهاقاً في حياة الشخص. كما أظهرت دراسة أخرى أجريت في ماليزيا بين طلاب المرحلة الجامعية أن معدل انتشار الاكتئاب المعتدل إلى الحاد للغاية (13.9% إلى 29.3%) والقلق (51.5% إلى 55.0%) والإجهاد (12.9% إلى 21.6%). لذلك فإن معالجة هذه القضايا أمر حيوي لتحسين حالة الصحة النفسية بين طلاب المرحلة الجامعية (Manap, Abdul Hamid, & Abdul Ghani, 2016, p. 1).

وفي سياق متصل، فإن ممارسة السلوكيات الصحية بطريقة غير منتظمة تؤثر على الصحة النفسية للطلاب فيصبح غير قادر على التفاعل الاجتماعي ويعاني من ضعف في الانتباه والتركيز إضافة إلى تعرضه للانفعالات السلبية الأمر الذي يجعله أقل إنجازاً وأقل إنتاجية خاصة في الجانب الأكاديمي وبالتالي تنعكس سلباً على جودة حياته. وفي الجانب الموازي كلما كان الطالب يتمتع بجودة حياة أفضل كلما كان أكثر دافعية نحو النجاح لتحقيق حياة متوازنة سواء من الناحية النفسية أو الجسدية.

ولما كانت الجامعة تعنى بتنمية الشخصية السوية للطلاب عنايتها بالمعرفة العلمية، فإن حرصها على تحقيق نمو سوي متكامل شامل للطلاب من خلال تربية متكاملة تعنى بجميع الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية أصبح من الأولويات ويندرج ضمن فلسفتها وأهدافها، وأن التربية الصحية هو حجر الزاوية في رسالتها، ليصبح

الطالب أكثر وعياً وتمتعاً بالعافية الكلية وبالرضا عن الحياة لديه. حتى أن مفهوم جودة الحياة نفسه والذي اعتمدته منظمة اليونسكو اتسع ليشمل إشباع الحاجات الأساسية التي تحقق التوافق النفسي للفرد. (المشهداني والفزاري، 2009، صفحة 332) تلك إذن معالم دراستنا هذه والتي تسعى إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة؟

فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

أهمية الدراسة:

تأتي أهمية هذه الدراسة من أهمية الموضوع التي تتناوله وأهمية متغيرات البحث ألا وهي الوعي الصحي وجودة الحياة

أهمية الوعي الصحي: وتتمثل فيما يلي:

- اكتساب الفرد للمعلومات الصحية فتتكون لديه نظرة علمية عن الأمراض والخطر الذي يمكن أن يلحق به جراء إهماله لصحته وعدم أخذ الاحتياطات اللازمة.

- تمكين الفرد من اكتشاف أسباب هذه الأمراض والعمل على إيجاد طرق للوقاية منها ومحاربتها بطرق صحية سليمة.

- معرفة الفرد بخطورة هذه الأمراض تمكنه من التأكد بأن عدم أخذ الاحتياطات اللازمة لا تؤثر عليه فقط بل على أقرب الناس إليه والمجتمع ككل.

أهمية جودة الحياة: وتتمثل فيما يلي:

- تمنح الأفراد شعورا بالسعادة والرضا عن حياتهم، كما تساعد على بناء علاقات جيدة والقدرة على التفاعل الاجتماعي

- تجعل الفرد أكثر فعالية وإنتاجية وبالتالي يساهم في تطوير وإزدهار المجتمع اقتصاديا واجتماعيا

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي:

- الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين جودة الحياة والوعي الصحي لدى طلبة الجامعة.

- الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

- الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

2. تحديد المفاهيم المرتبطة بالدراسة:

1.2 الوعي الصحي:

يعرف على أنه: إدراك وإلمام الفرد بالمعلومات والحقائق الصحية وتبني عادات صحية سليمة ترفع من المستوى الصحي المجتمعي. (غربي وساعد، 2024، صفحة 287).

التعريف الإجرائي للوعي الصحي في الدراسة الحالية:

إلمام الأشخاص بمختلف المعلومات الصحية وترجمتها إلى سلوكيات صحية سليمة تساعد على رفع المستوى الصحي والوقاية من مختلف الأوبئة والأمراض. ويقاس بمجموع الدرجات الكلية التي يتحصل عليها أفراد العينة (طلبة السنة الثالثة علوم التربية - جامعة سطيف 2) عند استجابتهم على فقرات مقياس الوعي الصحي المستخدم في هذه الدراسة.

2.2 جودة الحياة:

تعرف على أنها: مدى شعور الفرد والرضا والإقبال على الحياة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال الخدمات المقدمة له في جميع المجالات، وتنقسم إلى بعدين هما: جودة الحياة الذاتية، وجودة الحياة الموضوعية . (أحمد، 2021، صفحة 200).

التعريف الاجرائي لجودة الحياة في الدراسة الحالية:

درجة شعور الفرد بالرضا عن حياته وبالتحسن المستمر في مختلف الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية والمهنية وقدرته على إشباع حاجاته وتحقيق طموحاته ويقاس بمجموع الدرجات الكلية التي يتحصل عليها أفراد العينة (طلبة السنة الثالثة علوم التربية - جامعة سطيف2) عند استجابتهم على فقرات كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة المستخدم في هذه الدراسة والذي يقيس بعد العوامل الذاتية وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة.

الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الأدب النظري تم التوصل إلى أن هناك العديد من الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية ألا وهي متغير الوعي الصحي ومتغير جودة الحياة خاصة لدى طلبة الجامعة مع وجود نقاط تشابه ونقاط اختلاف مع دراستنا الحالية نوضح بعضا منها كالآتي:

دراسة غربي وساعد (2024): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أبعاد الوعي الصحي ومعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة، تكونت عينة الدراسة من 137 طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وتطبيق مقياسي الوعي الصحي وجودة الحياة، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد الصحة النفسية وبعد التدخين والمخدرات وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة، إضافة إلى أنه لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين كل من بعد الصحة الشخصية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام، البيئة وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة. (غربي و ساعد، 2024).

دراسة فرج عبده فرج أحمد (2021): هدفت الدراسة إلى قياس مدى فاعلية إنفوغرافيك لتنمية الوعي الصحي الوقائي للوقاية من فيروس كورونا وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، تكونت عينة الدراسة من 30 طالبا، تم استخدام المنهج الوصفي والمنهج شبه التجريبي، وإعداد مقياس الوعي الصحي ومقياس جودة الحياة من طرف الباحث، وأسفرت النتائج على فاعلية الإنفوغرافيك في تنمية كل من الوعي الصحي الوقائي وجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، كما انه توجد علاقة طردية موجبة بين جودة الحياة والوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (أحمد، 2021).

دراسة طايي وبعوني (2022): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى السلوك الصحي ونوعية الحياة لدى طلبة الجنوب الجزائري- المركز الجامعي إليزي نموذجا، تكونت عينة الدراسة من 30 طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي وتطبيق مقياس السلوك الصحي للصمادي والصمادي (2011) المعدل من طرف الحارثي (2014) أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة الجنوب الجزائري تبعا لمتغير الجنس، كما أنه توجد فروق دالة إحصائية في نوعية الحياة لدى طلبة الجنوب الجزائري تبعا لمتغير الجنس، إضافة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين السلوك الصحي ونوعية الحياة لدى طلبة الجنوب الجزائري (طايي و بعوني، 2022)

دراسة علي وساعد (2023): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى مساهمة الوعي الصحي في التنبؤ بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الوادي، وكذلك معرفة العلاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة، تكونت عينة الدراسة من 50 طالبا وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وتطبيق مقياس الوعي الصحي المعد من طرف الباحثين ومقياس جودة الحياة للكاظم والمنسي، أسفرت نتائجها عن عدم مساهمة الوعي الصحي في التنبؤ بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الوادي عدم وجود علاقة ارتباطية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة جامعة الوادي (فطحيزة علي و ساعد، 2023)

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة نجد بأن الدراسة الحالية استفادت من هذه الدراسات في إثراء الجانب النظري بشكل عام نظرا لاتفاقها وتشابهها من

حيث الهدف الذي يسعى إلى الكشف عن العلاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة ومن حيث العينة المطبق عليها وهي طلبة الجامعة

- من حيث الهدف اتفقت مع دراسة (طايي وبعوني 2022)، ودراسة (ساعد وغربي 2024)، في حين تختلف مع دراسة (فرج عبده 2021) التي تبحث عن فاعلية إنفوغرافيك لتنمية الوعي الصحي الوقائي للوقاية من فيروس كورونا وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. ومن حيث العينة: كل الدراسات السابقة تتفق مع الدراسة الحالية في تطبيقها على طلبة الجامعة إلا دراسة (فرج عبده 2021) فطبقت على تلاميذ المرحلة الابتدائية. من حيث المنهج: تتفق مع كل الدراسات السابقة التي استخدمت المنهج الوصفي إلا دراسة (أحمد 2021) التي اعتمدت على المنهج الوصفي والمنهج شبه التجريبي، ومن حيث الأدوات تتفق مع كل الدراسات سابقة الذكر حيث تم تطبيق مقاييس للوعي الصحي ومقاييس جودة الحياة. ومن حيث النتائج: اتفقت مع دراسة ودراسة (غربي وساعد 2024) ودراسة (طايي وبعوني 2022)، التي تشير إلى وجود علاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة، واختلفت مع دراسة (علي وساعد 2023). ومن حيث الأبعاد: جاءت هذه الدراسة للبحث في الأبعاد الموضوعية والأبعاد الذاتية لجودة الحياة وعلاقتها بالوعي الصحي.

منهجية الدراسة: وتتضمن ما يلي:

منهج الدراسة: من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي تماشياً مع طبيعة الدراسة الراهنة التي تبحث في العلاقة بين جودة الحياة والوعي الصحي لدى طلبة الجامعة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة السنة الثالثة ليسانس شعبة علوم التربية بتخصصها: تخصص الإرشاد والتوجيه وتخصص علم النفس التربوي بجامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 البالغ عددهم 150 حسب الإحصائيات المقدمة من طرف إدارة قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا سنة 2024-2025.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 75 طالبا وطالبة من مجموع 150 طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة بعد استبعاد العينة الاستطلاعية المقدرة بـ 30 طالب.

أدوات الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة والتأكد من فرضياتها تم بناء مقياسين هما مقياس الوعي الصحي ومقياس جودة الحياة، من خلال الخطوات الآتية:

1- مقياس الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة:

تم تحليل احتياجات الطلبة من خلال طرح السؤال الآتي: ما هي أهم المشكلات الصحية النفسية والجسمية التي تعترضك كطالب أثناء مسيرتك الدراسية والتي تحتاج لتدخل إرشادي لتنمية الوعي الصحي لديك؟، إضافة إلى الإطلاع على الأحكام العامة المتعلقة بالصحة العامة داخل الإقامات الجامعية وفي الحرم الجامعي، ومراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة والاستعانة ببعض المقاييس في صياغة الفقرات كمقياس القص (2016) ومقياس بارعيدة (2020) ومقياس (2013) Achraah ومقياس (2007) Graaf وتضمن الأبعاد التالية: البعد الأول:

البعد السلوكي ويتكون من 17 فقرة: من الرقم 1 إلى الرقم 17

البعد الثاني: البعد المعرفي ويتكون من 17 فقرة: من الرقم 18 إلى الرقم 34

البعد الثالث: البعد الوجداني ويتكون من 8 فقرات: من الرقم 35 إلى الرقم 42

2- مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة:

تم تحليل احتياجات الطلبة من خلال طرح التساؤل: ما هي أهم المشكلات النفسية والاجتماعية والأكاديمية التي تعترضك والتي تحول دون تحسين جودة الحياة لديك؟، إضافة إلى مراجعة الأدب النظري والاستعانة بمقياس بهاماني (2012) ومقياس هوانغ وآخرون (2017) ومقياس النادر (2017) ومقياس عزب وآخرون (2017) وتضمن الأبعاد التالية: بعد العوامل الذاتية ويتكون من 14 فقرة: من الرقم 1 إلى الرقم 14

بعد العوامل الموضوعية ويتكون من 27 فقرة: من الرقم 15 إلى الرقم 41

مع العلم أن الاستبيانين يتضمنان ثلاث بدائل وهي (بدرجة كبيرة:3)، (بدرجة متوسطة:2)، (بدرجة ضعيفة:1).

الخصائص السيكومترية: الصدق والثبات:

مقياس الوعي الصحي:

الصدق: تم تقدير صدق مقياس الوعي الصحي بطريقة الصدق الداخلي من خلال تقدير معاملات الارتباط بين الأبعاد فيما بينها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية.

جدول (1): معاملات الارتباط بين الأبعاد، وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الوعي الصحي

الأبعاد	البعد السلوكي	البعد المعرفي	البعد الوجداني	الدرجة الكلية
البعد السلوكي	---	0,43*	0,54**	0,78**
البعد المعرفي	---	---	0,52**	0,81**
البعد الوجداني	---	---	---	0,62**

** دال عند 0,01؛ * دال عند 0,05

يوضح الجدول (1) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد، وبين الأبعاد والدرجة الكلية جاءت من مقبولة إلى مرتفعة، حيث بلغ معامل الارتباط بين البعد السلوكي والبعد المعرفي (0,43)، وبين البعد السلوكي والبعد الوجداني (0,54)، وبين البعد المعرفي والبعد الوجداني (0,52)، ودالة عند 0,05، وجاءت معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة، حيث بلغت بين كل من البعد السلوكي (0,78) والبعد المعرفي (0,81) والبعد الوجداني (0,62) والدرجة الكلية، ودالة عند 0,01. وبالتالي يتمتع مقياس الوعي الصحي ببنية داخلية متناسقة، مما يدل على أنه صادق. الثبات: تم تقدير ثبات درجات أبعاد مقياس الوعي الصحي، والمقياس الكلي باستخدام طريقة التناسق الداخلي لـ "ألفا" كرونباخ.

جدول (2): معاملات ثبات درجات الأبعاد والمقياس الكلي للوعي الصحي

الأبعاد	عدد البنود	معامل "ألفا"
البعد السلوكي	17	0,66
البعد المعرفي	17	0,65
البعد الوجداني	8	0,64
المقياس الكلي	42	0,75

يتضح من الجدول (2) أن معاملات ثبات درجات الأبعاد (البعد السلوكي، البعد المعرفي، البعد الوجداني) مقبولة بلغت (0,66) و(0,65) و(0,64) على

التوالي، كما جاء معامل ثبات درجات المقياس الكلي مرتفعاً بلغ (0,75). وهذا ما يشير إلى تمتع درجات مقياس الوعي الصحي بأبعاده الثلاث بمستويات ثبات مقبولة.

مقياس جودة الحياة:

الصدق: للتحقق من صدق مقياس جودة الحياة تم استخدام طريقة الصدق الداخلي التي تعتمد على تقدير معاملات الارتباط بين البعدين فيما بينهما (العوامل الذاتية، العوامل الموضوعية)، وبين البعدين والدرجة الكلية.

جدول (3): معاملات الارتباط بين البعدين، وبين البعدين والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة

الأبعاد	بعد العوامل الذاتية	بعد العوامل الموضوعية	الدرجة الكلية
بعد العوامل الذاتية	---	0,50*	0,74**
بعد العوامل الموضوعية	---	---	0,87**

** دال عند 0,01؛ * دال عند 0,05

يتضح من الجدول (3) أن معامل الارتباط بين بعد العوامل الذاتية وبعد العوامل الموضوعية مرتفع يقدر بـ (0,50) ودال عند مستوى 0,05، وجاء معاملي الارتباط بين بُعد العوامل الذاتية (0,74) وبُعد العوامل الموضوعية (0,87) مرتفعان، ودالين إحصائياً عند مستوى 0,01. لذا فإن البعدين متسقان فيما بينهما ومتسقان مع الدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على يتمتع مقياس جودة الحياة ببنية داخلية متناسقة (صادق).

الثبات: للتحقق من تقدير ثبات درجات أبعاد مقياس جودة الحياة، والمقياس الكلي تم استخدام طريقة التناسق الداخلي لـ "ألفا" كرونباخ.

جدول (4): معاملات ثبات درجات الأبعاد والمقياس الكلي لجودة الحياة

الأبعاد	عدد البنود	معامل "ألفا"
بعد العوامل الذاتية	14	0,62
بعد العوامل الموضوعية	27	0,72
المقياس الكلي	41	0,76

يبين الجدول (4) أن معاملي ثبات درجات البعدين (العوامل الذاتية، العوامل الموضوعية) مقبولين يقدران بـ (0,62) و (0,72) توالياً، وأن معامل ثبات درجات المقياس الكلي مرتفع بلغ (0,76). وبالتالي تتمتع درجات مقياس جودة الحياة ببُعديه بمستويات ثبات مقبولة.

النتائج:

قبل اختبار فرضيات الدراسة تم التحقق من اعتدالية توزيع بيانات المتغيرات؛ الوعي الصحي، جودة الحياة، بُعد العوامل الذاتية، وبُعد العوامل الموضوعية، وقد تم استخدام معامل الالتواء، ومعامل التقلطح، واختبار شابيرو-ويلك Shapiro-Wilk لمتغيرات الدراسة.

جدول (5): نتائج اعتدالية توزيع بيانات في متغيرات الدراسة

القياس	معامل الالتواء	معامل التقلطح	اختبار شابيرو-ويلك	درجة الحرية	قيمة p
الوعي الصحي	-0,13	0,34	0,991	75	0,883
جودة الحياة	0,02	-0,55	0,986	75	0,600
بُعد العوامل الذاتية	0,02	-0,72	0,973	75	0,116
بُعد العوامل الموضوعية	-0,40	-0,25	0,976	75	0,161

يتضح من الجدول (5) أن قيم اختبار "شابيرو-ويلك" في متغيرات الوعي الصحي، وجودة الحياة، وبُعد العوامل الذاتية، وبُعد العوامل الموضوعية غير دالة احصائياً عند مستوى 0,05 لأن القيم الاحتمالية المقدرة التي تتراوح بين (0,116 و0,883) أكبر من مستوى 0,05. كما أن معاملات الالتواء ومعاملات التقلطح التي تتراوح بين (-0,72) و(0,34) لا تتعدى المجال المسموح به (+3) و(-3)، لأنه قريبة جداً من (0). وبناء عليه فإن بيانات متغيرات الوعي الصحي، وجودة الحياة، وبُعد العوامل الذاتية، وبُعد العوامل الموضوعية تتوزع توزيعاً اعتدالياً.

وبالتالي فإنه سوف يتم اختبار فرضيات الدراسة؛ الفرضية العامة، والفرضيتين الجزئيتين باستخدام الأسلوب الاحصائي البارامتري، وذلك من خلال استخدام معامل الارتباط "بيرسون" Pearson الخطي للتحقق من العلاقة الارتباطية بين المتغيرات.

الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من الفرضية العامة التي تنص " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة"، تم استخدام معامل الارتباط

الخطي "بيرسون" Pearson للتعرف على دلالة العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

جدول (6): نتائج معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وجودة الحياة

جودة الحياة			المتغيرات
القيمة الاحتمالية p	معامل بيرسون	عدد الأفراد	
0,022	*0,27	75	الوعي الصحي

* دال عند مستوى 0,05

يوضح الجدول (6) أن العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة موجبة ضعيفة دالة احصائياً عند مستوى 0,05، حيث بلغ معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وجودة الحياة (0,26)، وهو موجب ضعيف ودال عند مستوى 0,05 لأن القيمة الاحتمالية (0,022) أصغر من مستوى 0,05.

توصلت نتائج الفرضية العامة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، حيث كلما زاد الوعي الصحي زادت بدرجة منخفضة جودة الحياة، والعكس صحيح فانه كلما زادت جودة الحياة زاد الوعي الصحي بدرجة منخفضة لدى طلبة الجامعة.

الفرضيات الفرعية:

1-توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

تتص الفرضية الفرعية الأولى على أنه " توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة"، لاختبار هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط الخطي "بيرسون" Pearson للتحقق من دلالة العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

جدول (7): نتائج معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة

المتغيرات	بعد العوامل الذاتية لجودة الحياة		
	عدد الأفراد	معامل بيرسون	القيمة الاحتمالية p
الوعي الصحي	75	0,18	0,121

يتضح من الجدول (7) أن معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة يقدر بـ(0,18)، وهو موجب ضعيف وغير دال إحصائياً عند مستوى 0,05، باعتبار أن القيمة الاحتمالية المقدرة (0,121) أكبر من مستوى الدلالة 0,05. لذلك فإنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

كشفت نتائج الفرضية الفرعية الأولى إلى أنها لا توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة إحصائياً عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وهذا يعني أن الزيادة في الوعي الصحي تصحبه زيادة ضئيلة غير دالة في بُعد العوامل الذاتية لجودة الحياة، والعكس صحيح فإن الزيادة في بُعد العوامل الذاتية لجودة الحياة تصحبه زيادة ضئيلة وغير دالة في الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة.

2-توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من الفرضية الفرعية الثانية التي تنص على أنه "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة"، تم استخدام معامل الارتباط الخطي "بيرسون" Pearson لاختبار دلالة العلاقة الارتباطية بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

جدول (8): نتائج معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة

المتغيرات	بعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة		
	عدد الأفراد	معامل بيرسون	القيمة الاحتمالية p
الوعي الصحي	75	*0,24	0,046

*دال عند مستوى 0,05

يُظهر الجدول (8) أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. فقد قُدِّر معامل "بيرسون" بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة ب(0,24)، وهو موجب ضعيف ودال احصائياً عند مستوى 0,05، لأن القيمة الاحتمالية المحسوبة (0,046) أصغر من مستوى الدلالة 0,05.

أظهرت نتائج الفرضية الفرعية الثانية إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وُبُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. وتشير هذه النتيجة إلى أن الزيادة في الوعي الصحي تصحبه زيادة ضئيلة دالة في بُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة، والعكس صحيح فإن الزيادة في بُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة تصحبها زيادة ضئيلة ودالة في الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة.

مناقشة النتائج:

مناقشة الفرضية العامة: توصلت نتائج الفرضية العامة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، حيث كلما زاد الوعي الصحي زادت بدرجة منخفضة جودة الحياة، والعكس صحيح فانه كلما زادت جودة الحياة زاد الوعي الصحي بدرجة منخفضة لدى طلبة الجامعة. وتتوافق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة طايبي لمياء وبعوني نجاة (2022) ودراسة بن غذفة شريفة (2009) ودراسة فرج عبده أحمد (2021) ودراسة ساعد وغربي (2024) ودراسة خرموش وفرشان (2021) على وجود علاقة بين السلوك الصحي ونوعية الحياة. وتختلف مع دراسة العدوالي سارة (2024) ودراسة فلة فطحية علي وصباح ساعد (2023) بعدم وجود علاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة.

تفسر هاته النتيجة على أن الوعي الصحي الذي يتمتع به الطلاب والسلوكيات الصحية السليمة التي ينتهجونها تنعكس على جميع جوانب شخصياتهم النفسية، الجسدية، والاجتماعية والتي بدورها تسهم في إحساسهم وشعورهم بالقدرة على إشباع

حاجاتهم من خلال هاته السلوكات. والرضا عن حياتهم، هذا تؤكد نظرية الحاجات لماسلو بأن إشباع الفرد لحاجاته الأساسية يترتب عليه الشعور بالرضا والسعادة عن حياته والتي تمكنه من الإدراك الجيد لها بأنها أكثر إيجابية كما أنه يحاول جاهداً من خلالها تحقيق مستويات عالية من الأهداف والطموحات. فإذا كان الطالب يتمتع بسلوك صحي سوي فإنه يؤثر بالإيجاب على جودة حياته واستمتاعه بها، كما أنه يؤثر على البناء الجسدي، النفسي والاجتماعي للطالب بشكل جيد يمكنه من ممارسة جميع الأنشطة في حياته وأدواره الاجتماعية بصورة جيدة إضافة إلى شعوره بالرضا والسعادة وتقبل حياته. كما أن تبني العادات والسلوكيات غير الصحية وممارستها بشكل يومي يؤدي إلى تفاقم العديد من الأمراض والتي بدورها تؤثر على جودة حياة الإنسان ونمط حياته.

مناقشة الفرضية الفرعية الأولى: أظهرت نتائج الفرضية الفرعية الأولى إلى

أنه لا توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وبُعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وهذا يعني أن الزيادة في الوعي الصحي تصحبه زيادة ضئيلة غير دالة في بُعد العوامل الذاتية لجودة الحياة، والعكس صحيح فإن الزيادة في بُعد العوامل الذاتية لجودة الحياة تصحبها زيادة ضئيلة وغير دالة في الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة. واتفقت هاته الدراسة مع دراسة فطحيزة علي وساعد (2023) ودراسة العدوالي سارة (2024) على أنه لا توجد علاقة بين السلوك الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

تعزى نتائج هاته الفرضية إلى أي ضغوط أو مشكلات يتعرض لها الطالب في المرحلة الجامعية تؤثر سلباً على صحته النفسية والجسدية وبالتالي يصبح أقل إدراكاً بواقعه ورضاه عن حياته، ولتخفيف هذه الضغوط يلجأ الفرد إلى تبني سلوكيات وعادات صحية سلبية كالتدخين والمخدرات والمأكولات السريعة والمشروبات الغازية وبالتالي يؤثر على صحته الجسدية وبالطبع يتراجع تقديره لجودة حياته، هذا من جهة ومن جهة أخرى نذكر مخلفات أزمة كورونا التي أثرت على نفسية وشخصية الطالب الجامعي كما أنها انعكست سلباً على عاداته وسلوكياته وأصبح أقل إدراكاً بواقعه ورضاه عن حياته إضافة إلى افتقاره الاستمتاع بالأنشطة اليومية التي يقوم بها. كما

أن التغييرات التي أحدثتها جائحة كورونا على سيرورة الحياة الجامعية أثر سلبا على الصحة النفسية والعقلية للطلاب وبالتالي فإنها تؤثر على مدركاتهم وتقديراتهم الذاتية لجودة حياتهم والتي بدورها تنعكس سلبا على تحصيلهم الدراسي وإنجازاتهم العلمية وأهدافهم المستقبلية.

مناقشة الفرضية الفرعية الثانية: أظهرت نتائج الفرضية الفرعية الثانية إلى

أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً عند مستوى 0,05 بين الوعي الصحي وبُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. وتشير هذه النتيجة إلى أن الزيادة في الوعي الصحي تصحبه زيادة ضئيلة دالة في بُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة، والعكس صحيح فإن الزيادة في بُعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة تصحبها زيادة ضئيلة ودالة في الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة.

وتفسر النتيجة على أن هناك الكثير من العوامل التي تؤثر على السلوك الصحي للطلاب: كالدخل، مستوى السلوك الصحي للأسرة، والمستويات التعليمية لأفراد المجتمع، إذ يعد المستوى التعليمي من بين أهم العوامل المؤثرة في السلوك الصحي للطلاب لكونهم يقضون وقتاً أكثر في المؤسسات التعليمية، التي تعد الفضاء الواسع الذي يعمل على تنظيم حياة الطلبة وصقل سلوكياتهم في جميع المجالات من تربية وتهذيب وتعليم وتوجيه للرغبات التي من شأنها مساعدة الطلبة على تلبية احتياجاتهم وإشباع رغباتهم من خلال إكسابهم مهارات ومعارف تمكنهم من ممارسة جميع أدوراهم بالاجتماعية على أفضل وجه. وتقوم أيضاً بزيادة نشر الثقافة الصحية في أوساط الطلبة من خلال الحملات التحسيسية التوعوية المتعلقة بالصحة والمحاضرات العلمية والنشاطات البدنية والتي بدورها تساهم في تغيير الكثير من المعتقدات والأفكار والسلوكيات غير الصحية التي يتبناها الطلبة إلى معتقدات وسلوكات صحية تمكنهم من الاستمتاع بصحة جيدة وبنوعية حياة أفضل، كما أن البيئة الجامعية تساهم في تحسين جودة الحياة من خلال تطبيق المناهج وتنظيم الفعاليات التي تتيح للطلبة فرص تحقيق الإنجازات التي تشبع رغباتهم في تحقيق الذات و الاستقلالية وحب الاستطلاع.

خاتمة

من خلال دراستنا هذه التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، وانطلاقاً من نتائجها، تبين أنه من المهم الاهتمام بصحة الطلبة الجامعيين، وذلك عن طريق نشر الوعي الصحي الذي أكدت عليه العديد من الدراسات بأنه منخفض بنسب كبيرة لدى طلبة الجامعة والذي بدوره يؤثر على جودة حياتهم وقلة إدراكهم لذواتهم، وبالتالي وجب النهوض بهذه الفئة عن طريق بناء برامج إرشادية تعمل على تحسين جودة حياتهم من خلال تعديل سلوكياتهم الصحية الخاطئة وإبدالها بسلوكيات صحية سليمة، إضافة إلى تنظيم حملات صحية لتعريف الطلبة بأهمية البناء الجسدي السليم وإقبالهم على الحياة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً بين الوعي الصحي وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.
- لا توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً بين الوعي الصحي وبعد العوامل الذاتية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة دالة احصائياً بين الوعي الصحي وبعد العوامل الموضوعية لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

التوصيات:

- 1- العمل على نشر الثقافة الصحية والوعي الصحي لدى نختلف شرائح المجتمع وليس فقط فئة طلبة الجامعة
- 2- العمل على بناء برامج إرشادية تهدف إلى تدريب الطلبة على ممارسة سلوكيات صحية سليمة تمكنهم من العيش بسلام والشعور بالرضا عن الحياة.
- 3- إلزامية إدخال التربية الصحية في المناهج التعليمية والتربوية.

قائمة المصادر والمراجع:

- أسماء غربي، و صباح ساعد. (2024). علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة. *مجلة دراسات انسانية وإجتماعية، المجلد 13 (العدد02)، الصفحات 281-294.*
- سكرين براهيم المشهداني، و منال بنت خصيب الفزاري. (2009). جودة الخدمات الإرشادية المقدمة في مركز الإرشاد الطلابي بجامعة قابوس كما يراها الطلاب المتوقع تخرجهم. *مجلة كلية التربية، المجلد 19 (العدد 3).*
- فرج عبده فرح أحمد. (2021). فاعليو إنفوغرافيك لتنمية الوعي الصحي الوقائي للوقاية من فيروس كورونا وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم، الجلد 31 (العدد6)، الصفحات 185-225.*
- فلة فطحيزة علي، و صباح ساعد. (2023). التقدير الكمي لماهمة الوعي الصحي في التنبؤ بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الوادي. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، المجلد 11 (العدد04)، الصفحات 102-111.*
- لمياء طايي، و نجاة بعوني. (2022). مستوى السلوك الصحي وعلاقته بنوعية الحياة لدى طلبة الجنوب الجزائري -المركز الجامعي إليزي نموذجاً. *مجلة الأكاديمية للبحوث في العلوم الإجتماعية، المجلد 04 (العدد02)، الصفحات 32-35.*
- Manap, R., Abdul Hamid, S., & Abdul Ghani, M. (2016). Depression, Anxiety And stress among undergraduate students. *journal of social sciences and humanities, Vol16(NO2), pp. 1-7.*