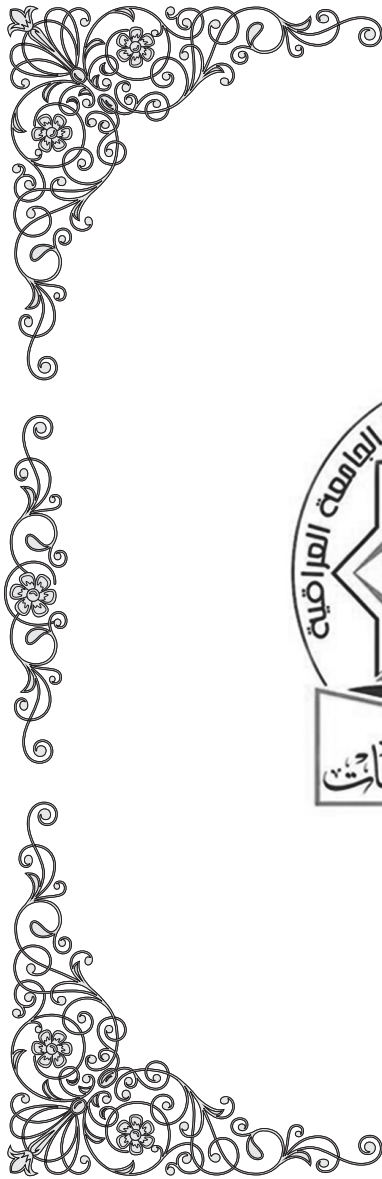


# أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية

د. سالم حميد  
ارشاد تربوي

أ.د كفاح يحيى صالح العسكري  
فلسفة التربية وعلم النفس التربوي

الجامعة العراقية / كلية التربية - طارمية



## المستخلص

### أهداف البحث

أستهدف البحث الحالي ما يأتي:-

١- قياس أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية.

٢- التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق متغير النوع (ذكور - إناث)

٣- التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق متغير التخصص (علمي - أنساني).

٤- التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق المرحلة (الثانية - الرابعة).

تألفت عينة البحث الحالي من (١٠٠) طالب وطالبة موزعين بحسب الجنس بواقع (٦١) طالبا ويشكلون

(٦١٪) من المجتمع الكلي، في حين بلغ عدد الطالبات الإناث (٣٩) طالبة ويشكلن نسبة (٣٩٪) من المجتمع الكلي

واستخدما الباحثان الوسائل الاحصائية

١- الاختبار التائي لعينة واحدة: وأستخدم لقياس أساليب الحياة لدى أفراد العينة.

٢- الاختبار التائي لعيتين مستقلتين: أيجاد الفروق في مقياس أساليب الحياة على وفق متغيرات النوع

والتخصص والمرحلة.

وكانت نتائج البحث:

الهدف الاول: قياس أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية: وهكذا يتضح لنا أن الترتيب لأساليب الحياة الذي

يفضله طلبة كلية التربية وان كان اقل من الوسط الفرضي فهو كالاتي: أولاً: أسلوب التحكم بالذات ثانياً: الأسلوب

الاجتماعي ثالثاً: أسلوب السيطرة رابعاً: أسلوب الأخذ خامساً: أسلوب النشاط

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق متغير النوع (ذكور - إناث) اظهرت النتائج

ان اسلوب الاجتماعي كان لصالح الذكور اما باقي الاساليب الاربعة (السيطرة، النشاط، التحكم، الاخذ)

فلا يوجد فروق بين الذكور والاناث

الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق متغير التخصص (علمي - أنساني).

هناك فرق فقط في اسلوب النشاط ولصالح العلمي وباقي الاساليب لا يوجد فرق.

الهدف الرابع: التعرف على دلالة الفروق بين أساليب الحياة على وفق المرحلة (الثانية - الرابعة).

اظهرت النتائج ان اساليب (الاجتماعي، والتحكم، والاخذ)، دال لصالح المرحلة الرابعة اما اسلوب السيطرة

والنشاط غير دالة بين المرحلة الثاني والرابع.



## Abstract

research goals

The current research aims at the following:

- ١- Measuring the life styles of students of the Faculty of Education.
- ٢- Identification of the significance of differences between life styles according to gender variable (male - female)
- ٣- identify the significance of differences between life styles according to the variable specialization (scientific - human).
- ٤- To identify the significance of differences between life styles according to the stage (second - fourth).

The sample of the current research consisted of (١٠٠) male and female students distributed by sex, with ٦١ students constituting ٦١% of the total society. The number of female students was ٣٩ students and ٣٩%

- ١- TEST: One sample was used to measure the life styles of the sample.
- ٢- the test of two independent samples: finding differences in the measure of life styles according to the variables of type, specialization and stage.

The results were:

The first objective is to measure the life styles of the students of the Faculty of Education. Thus, it is clear to us that the arrangement of life styles preferred by the students of the Faculty of Education, albeit less than the accepted mean is as follows: First: the method of self control Second: the social method III: Activity style

The second objective was to identify the differences between life styles according to gender variable. The results showed that the social style was in favor of males. The rest of the four methods (control, activity, control, taking)

There are no differences between males and females

Objective ٣: To identify the significance of differences between life styles according to the variable of specialization (scientific - human).

There is only difference in the style of activity and in favor of scientific and other methods there is no difference.

Objective ٤: To identify the significance of differences between life styles according to the stage (second - fourth).

The results showed that the methods of (social, control, and taking), D. in favor of the fourth stage, the method of control and activity is not functional between the second and fourth stage.



أ.د. كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

## مشكلة البحث:

في مرحلة الرضاعة تنشأ لدى الطفل مشاعر النقص نتيجة ضعفه الجسدي، ونتيجة مقارنة قوته وبنيته الجسدية بقوة الوالدين وسلطتها، أو بقوة وسلطة الأشخاص المحيطين به. وتتولد مشاعر النقص هذه لدى كل فرد في مرحلة الطفولة، ولا يمكن تجنبها، وهي ضرورية ومفيدة؛ إذ توفر الدافع الرئيس لكفاحه، وتقدمه، ونجاحه، ونموه في الحياة، إذ أن سائر إنجازات الفرد وسلوكياته تنتج عن محاولته تعويض مشاعر النقص. ولكن هذه المشاعر تزداد وتؤدي إلى نشوء عقدة النقص لديه عندما لا يستطيع التعويض أو التغلب عليها؛ وهذا يؤدي، وفقاً لأدلر، إلى عدم قدرة الفرد على حل مشكلات الحياة، والوقوع ضحية الاضطرابات النفسية. وثمة ثلاثة عوامل أساسية تقوم بدور رئيس في نشوء عقدة النقص، وهي: النقص أو العيب الجسدي، نبذ الطفل وعدم الاهتمام به، والتدليل الزائد من قبل الأهل له) شلتز، ١٩٨٣: ١٦٦).

وكذلك يمكن لأساليب الحياة أن تشكل سلوك الفرد، ودوافعه، ومشاعره، وعملياته المعرفية، ويمكنها أن تمنع أو تزيد من مساهمته في بناء المجتمع، وتؤثر أيضاً في نمط استجابته للضغوط البشرية (ادلر، ٢٠٠٥: ٨٦).

أوضح "أدلر" أن الذي يحدد أسلوب الحياة لدى الفرد هي النقاىص النوعية التي يعانها الشخص سواء كانت وهمية أو حقيقية، فأسلوب الحياة لدى الفرد

هي النقاىص النوعية التي يعانها الشخص سواء كانت وهمية أو حقيقية، فأسلوب الحياة تعويض عن نقص معين، فإذا كان الطفل عليل الجسم فإن أسلوب حياته سيأخذ شكل القيام بتلك الأشياء التي ستؤدي إلى القوة البدنية (هول ولندزي، ١٩٧١: ١٨٧).

إن سلوك الإنسان يقترن بتصوراته للحياة ونظراته إلى الأشياء والأمور التي تحيط به فعلى ذلك تكون أعماله وردود أفعاله وسلوكياته، وأن اختلاف سلوك الإنسان وأفعاله من حيث لا أحد يشبه الآخر يمكن أن يعزى إلى طبيعة الأساليب المتبعة المفضلة لكل شخص في حياته، لأنها نتاج محددات السلوك البشري المتمثلة بالعوامل الذاتية والعوامل البيئية، التي تعد قوتين لأسلوب الحياة والتي تساعد وتعيد تشكيل الاتجاه الذي ترغب الذات الداخلية في تحديده (غنيم، ١٩٧٥: ٥٤٣).

إن متغير أسلوب الحياة لدى الطلبة يدخل بوصفه عاملاً لمواصلة الحياة السليمة المتوافقة وارتباط أنماط هذه الأساليب الحياتية بواقع الطلبة. ويمكن تلخيص مشكلة البحث بالتعرف على أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية الطارمية؟

## أهمية البحث:

يعد الاهتمام بأساليب الحياة أمراً ضرورياً ومهماً في الوقت الحاضر لما يشكل من ركن أساسي لفهم الشخصية ونتيجة التغيرات السريعة التي تواجه المجتمع، وإحداث الحياة السريعة وتطور العلم والتكنولوجيا وان اختيار الشخص لأسلوب الحياة



ويشير أدلر (٢٠٠٥) "بأنه لا يكفي فهمنا لغرائز الفرد وحاجاته والمثيرات التي تعرض لها... لتتمكن من التنبؤ بسلوكه في المستقبل، إذ لا بد من أن نفهم أسلوب حياته لنقوم بذلك، حيث يمكننا ذلك من التنبؤ بما سوف يحدث للأطفال المنزولين، أو الأطفال الباحثين عن دعم الآخرين، أو الأطفال المترددين في اقتحام المواقف الجديدة، ويبين لنا نوع الاضطرابات النفسية التي قد يصابوا بها أو قيامهم بالانتحار في المستقبل" (ادلر، ٢٠٠٥: ١٠١).

ووفقاً لعلماء النفس الفرديين يعد أسلوب الحياة من أكثر المفاهيم أهمية لمساعدة المرشد على فهم مشكلة المرشد والقضايا المتعلقة بها كذلك تساعد معرفة المرشد وتحديد أسلوب حياة المرشد على التخلص من مقاومة المرشد للعلاج النفسي، ويساعده في معرفة أهداف المرشد الخاطئة في الحياة، ويمكنه، أيضاً، من التنبؤ بالاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها، ويساعد في فهم تعقد الاضطرابات النفسية، وتفسير الهدف من السلوك المرضي، والأعراض المرضية لدى المرشد، واكتشاف الأهداف الخاطئة التي وضعها المرشد لنفسه. وبالتالي، فإن هذا يساعد المرشد على مساعدة المرشد في وضع أهداف جديدة لنفسه، مما يؤدي به إلى النجاح في حياته (الشخبانية، ٢٠١٠: ٣).

إن استخدام أسلوب حياة سليم يساعد في اكتشاف الأخطاء أو الهفوات في وقت مبكر ومعالجتها في أسرع وقت قبل أن تصبح أمراً واقعاً، فضلاً عن

والمناسب له واكتسابه المهارات المناسبة والإدارة لحياته بفاعلية يساعده على المحافظة على الصحة النفسية وزيادة كفاءة الشخصية وسيكون ناجحاً عندما يكون ذو أسلوب حياتي سوي (العيداني، ٤٣: ٢٠١١).

يعد أسلوب الحياة من المفاهيم الرئيسة في علم النفس الفردي، سواء في فهم شخصية الفرد أو في العلاج النفسي الفردي. إذ إن تحديد المرشد لأسلوب حياة المرشد ومعرفته به؛ يساعده في التغلب على مقاومة المرشد للعلاج النفسي، وكشف أهدافه في الحياة، ويساعده أيضاً على التنبؤ بالمشكلات النفسية التي قد يصاب بها؛ إذ يمكن فهم تفكير الفرد، ومشاعره، وعواطفه، بمجمّلها من أسلوب حياته (الشخبانية، ٢٠١٠: ٢).

وتعدّ أساليب الحياة (Life styles) الطريقة التي تميز الفرد من خلال تعامله مع بيئته للوصول إلى أهدافه الإنسانية الكثيرة التعقيد، التي تنمو معه وتتسع من خلال تكيفه مع بيئته ومُحيطه الاجتماعي (إسماعيل، ١١: ٢٠٠٧).

ازداد اهتمام الباحثين في أواخر القرن العشرين بدراسة أساليب الحياة، وإلى فهم أسلوب كل فئة وخصائصها المختلفة، والعوامل المؤثرة فيها سواء أكان ذلك التقسيم يعتمد على التقسيم العمري أم مراحل النمو أم الجنس أم العرق أم غيره، لما لذلك من زيادة القدرة لدى الباحثين والمهتمين في فهم أساليب التعامل مع كل فئة والتكيف وفق احتياجاتهم وتلبية حاجاتهم ورغباتهم (نجار، ٢٠٠٧: ٢).



أ.د. كفاح يحيى صالح العسكري... د. سالم حميد

بجذوره الأولى إلى بدايات التنشئة الاجتماعية للفرد، فوضع الطفل في الأسرة والملاسات والظروف المحيطة به هي تحدد إلى حد بعيد تكوينه لخصائص أسلوب حياته، ويتأثر أسلوب الحياة بالمستوى الثقافي للفرد، ومدى اكتساب هذا الأخير لثقافة المواضيع وفهمه للمواقف المختلفة المحاطة به وكذلك بالطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد (إسماعيل، ٢٠٠٩: ١٤).

إن أسلوب الحياة طريقة عامة للعيش قائمة على التداخل ما بين ظروف العيش بالمعنى الشامل والأنماط الفردية للسلوك كما تحددها وتقررهما العوامل الاجتماعية والاقتصادية وسهات الشخصية، أن مدى الأنماط السلوكية قد يكون محددًا أو واسعًا بحسب العوامل البيئية وبحسب درجة الاعتماد الفردي على الذات، إن الطريقة أو الأسلوب الذي يعيش به الفرد ينتج أنماطًا سلوكية قد تكون مفيدة للفرد من حيث الصحة والتعليم، وفي الدول المتقدمة يوجد مراكز خاصة لدراسة الأساليب الحياتية وتكون تابعة لمنظمة الصحة العالمية ويركز على سلوك الفرد بوصفه عاملاً لتحديد الحالة الصحية والعادات التي لها تأثير سلبي في الصحة (جاسم، ٢٠١٤: ٢٠١٣).

وانطلاقاً مما تقدم فإن البحث الحالي يستمد أهميته من:

- ١- لم يدرس هذا المتغير (أسلوب الحياة) على طلبة كلية التربية في الجامعة العراقية.
- ٢- عينة البحث (الطلبة) هم عماد المستقبل

التخطيط الجيد للعمل وتشخيص أسباب النجاح والفشل، ومواطن القوة والضعف وبالتأكيد فإن مثل هذه العملية تتيح لنا الحصول على خبرة عالية في إدارة حياتنا وتنظيم ذواتنا وبواسطتها تتمكن من تلافي الأخطاء مستقبلاً (الفقيه، ٢٠٠٥: ٤٦).

ووفقاً لعلم النفس الفردي فإنه يمكن القول أن أساليب الحياة تعد بمثابة عدسات نرى من خلالها أنفسنا، والعالم من حولنا، والمهام الحياتية المفروضة علينا، فعندما يفهم أسلوب حياته يكون ذلك بمثابة دليل يساعده على فهم طريقة سيره في الحياة، وكيفية تفاعله مع البيئة، ويساعده أيضاً في فهم الدافعية والمحرك الأساسي لسلوكه (جاسم، ٢٠١٤: ١٤٤).

وان أسلوب الحياة هو يمثل المعيار الذي يمكن أن نعرف الشخصية من خلاله، ويعد دليلاً يدلنا لمعرفة توافق الأفراد وصحتهم النفسية وحيث يتكون الأسلوب لدى الفرد محاولة منه لتعويض النقص الحاصل، والكفاح من أجل التفوق مما يرى ادلر الشعور بالنقص هو تعبير لأسلوب غير مرغوب به، ولا يمكن أن يتعلمه أو يعمل في ضوءه وبدورة الاهتمام الاجتماعي للفرد والذي يتكون لدى الفرد نتيجة التفاعل مع الآخرين وتبادل العلاقات مع الآخرين (زهران، ٢٠٠٥: ٤٤).

إن أسلوب الحياة هو نتاج لقوى داخلية، وقوى بيئية خارجية تساعد الفرد على تشكيل الاتجاه الذي يرغبه، والذي يحمل مجموع دوافعه واهتماماته، ويمتد أسلوب الحياة

أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية  
ومعرفة أساليبهم في الحياة.

### أهداف البحث

أستهدف البحث الحالي ما يأتي:-

- ١- قياس أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية.
- ٢- التعرف على دلالة الفروق في أساليب الحياة على وفق متغير النوع (ذكور - إناث)
- ٣- التعرف على دلالة الفروق في أساليب الحياة على وفق متغير التخصص (علمي - أنساني).
- ٤- التعرف على دلالة الفروق في أساليب الحياة على وفق المرحلة (الثانية - الرابعة).

### حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية الجامعة العراقية الدراسة الصباحية والتخصصات الصباحية والمسائية من الذكور والإناث من المرحلة الثاني والرابع للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨).

تحديد المصطلحات:

أساليب الحياة Life Styles:

١- ١٩٢٧ Adler:

”طريقة الفرد المميزة في التفاعل مع بيئته وتلبية حاجاته وتحقيق آماله” (Adler، ١٩٢٧: ٣٠١).

٢- ادلر ١٩٤٤:

حالة الفرد التي تتكون من المجموع الكلي لدوافعه واهتماماته وقيمه كما تظهر في سلوكه ككل وأسلوبه في الوصول إلى أهدافه (ادلر، ١٩٤٤: ٢٣).

٢- (١٩٦١) Murry & others:

”طريقة مفضلة تتمثل بمجموعة من الأفكار

البحوث المحكمة



أو الآراء أو المبادئ المميزة للفرد أو أنشطة يزاولها ليتمكن من خلالها إحراز هدف معين“ (١٩٦١) Murry & others) نقلا عن (التكريتي، ١٩٩٥: ٢٧).

٣- منظمة الصحة العالمية (WHO) ١٩٨٩:

” مجموعة العادات السلوكية التي جرى تشكيلها وتكوينها من خلال القيم والمعتقدات السائدة في حضارة معينة ومن خلال الفرص والقيود التي تفرضها حالات أو أوضاع اجتماعية واقتصادية معينة“ (الشيخلي، ١٤: ٢٠٠٢).

٤- (٢٠٠٠) Mosak & Maniacci:

”أنه طرق شخصية لإدراك الذات، الآخرين، والعالم - والتي تحدد بدرجة كبيرة كيف يكافح الفرد من أجل تحقيق أهدافه في الحياة“ (٥٢) Mosak & Maniacci (٢٠٠٠:).

٥- إسماعيل (٢٠٠٧):

”طريقة الحياة أو أسلوب العيش الذي يقع

تحت سيطرة فكرة الإنسان الخاصة عن نفسه

ويتكون من الأنماط الثابتة لأنساق الشخصية والتي يمكن التعبير عنها في صور متعددة

انفعالية وجسمية واقتصادية واجتماعية،

ويعكس اتجاهات الفرد وقيمه وآراءه واهتماماته

ودوافعه مما يؤدي إلي تحقيق جودة حياة الفرد”

(إسماعيل، ٨: ٢٠٠٧).

التعريف النظري: الذي تبناه الباحثان لأساليب

الحياة الذي يشير إلى أنه « حركة الفرد الفريدة ولكن





أ.د. كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

٥- الانغماس الذاتي وإطلاق الفرد العنان لأهوائه الشخصية (الناهي، ٢٤: ٢٠٠١).

نظرية فروم (Fromm):

بنى Fromm مفهومه لأساليب الحياة على أساس تحليل حاجات الإنسان النابعة من ظروف وجوده، وإنّ أيّ تغيير في إشباع أو تطور هذه الحاجات يؤدي بالضرورة إلى اضطراب في الطابع الاجتماعي للفرد إذ لا يصبح التكوين القديم لطبائع مناسبة لتطور المجتمع الجديد مما يزيد من شعوره بالاغتراب والعزلة وخلق توجه مختلف نحو نفسه والعالم المحيط به من خلال أفكاره ومشاعره وتصرفاته (التكريتي، ٤٧: ١٩٩٥)،

وحاول Fromm من خلال دراسة الشخصية وتحليلها أن يقدم تفسيراً واضحاً عن النمو التاريخي للفرد المتأثر بالعمليات التي تحدث في المجتمع الذي يعيش فيه، لقد رسم Fromm من خلال تحليلاته للشخصية الإنسانية في ضوء المجتمع صورة تهتم بالمستقبل وكان متفائلاً بأرائه، وأهتم بالإنسان وباختلافه في ضوء الشخصية الاجتماعية وأستنتج أنّ الجزء الأساسي لبناء الشخصية يتعلق بعضوية الفرد في حضارته، وقسم Fromm أساليب الحياة المتمثلة بالتوجهات إلى صنفين:-

أ- توجهات منتجة أو بناءة:

تتمثل بالمبدأ الإنساني الذي يعدّ الشيء

المستمرة نحو الأهداف التي يجدها الفرد لنفسه الأفكار التي يتبناها وينميها منذ الطفولة فهي أنماط الشخصية المتميزة للفرد التي تجسد توجهاته المتمثلة بالطرائق التي يسلكها في متابعة أهدافه على وفق بعدي المصلحة الاجتماعية ومستوى النشاط أو الفاعلية والتي تتركز في مجمله في أساليب فرعية خمسة هي (الأسلوب الاجتماعي، أسلوب السيطرة، أسلوب النشاط، أسلوب التحكم بالذات، أسلوب الأخذ). التعريف الإجرائي: هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس أسلوب الحياة في البحث الحالي.

الإطار النظري النظريات التي تناولت مفهوم أساليب الحياة:-

نظرية (Morris):

لقد أوضح Morris في الأربعينات من القرن الماضي أنّ أساليب الحياة تتأثر بأربعة محددات هي البيئة الطبيعية والبيولوجية والاجتماعية والنفسية وأي تغيير في أحد هذه المحددات سيؤثر على المحددات الأخرى مما ينجّم عنه تغيير في أساليب الحياة التي يفضلها الفرد، وقد جمع Morris أساليب الحياة في خمسة عوامل أساسية هي:

١- التقدير الاجتماعي والسيطرة على الذات.

٢- الاستمتاع بالفعل والنشاط الحيوي.

٣- الانسحاب والاكتفاء الذاتي.

٤- التقبل والانفتاح والتعاطف.



(٧٤).

٥- الاستغلال: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي يعتقد أنّ الأشياء التي يأخذها من الآخرين يتمّ عن طريق استغلالهم بالقوة أو الاحتيال أو المكر.

٦- الكانز: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي يتسم سلوكه بالبخل سواء كان ذلك في الأمور الهادية أو في الجوانب النفسية كالعواطف والأفكار.

٧- التجاري: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي يتمّ بأموال البيع والشراء للحصول على الأرباح المادية (الراوي، ٢٠٠٠: ٣٢).

نظرية ادلر

يعدّ علم النفس الفردي الذي طوره ادلر (١٨٧٠-١٩٣٧) من النظريات النفسية المهمة التي اعتمدت على مبدأ الكلية في تفسير السلوك الإنساني لذلك يرى ادلر أنّ الفرد بأكمله مسؤول عن اتخاذ القرارات الحاسمة، وعليه فهو لا يؤمن بتقسيم الفرد إلى وظائف مجزأة، بل يركز على وحدة التفكير، والشعور والفعل والمواقف والقيم والعقل الواعي وغير الواعي فالمنظور الكلي مهم في تحديد الخصائص التي تجعل الفرد أكثر عرضة للضغوط والاضطرابات ومعرفتها إذ يركز على إبعاد عدة في تفسير السلوك الإنساني مثل الاهتمام الاجتماعي، والمسؤولية، التفوق، والشعور بالنقص، وأسلوب الحياة (John-son & Lokey, 2008).

ظهر مصطلح أسلوب الحياة أول مرة عام (١٩٣١) ضمن طروحات نظرية علم النفس

الجيد موجوداً داخل نفس الفرد لتحقيق قواه وإمكانياته من خلال العمل والحب والحكمة والإبداع وخلق الأشياء الايجابية النافعة وهذا ما يتطلب منه حبّ نفسه والآخرين على حد سواء) فروم، ٩٢: ١٩٨٩).

ب- توجهات غير منتجة:

وتتمثل بالأساليب الآتية:

١- الخضوع: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي لا يشعر بوجوده إلا عن طريق الخضوع الى الآخرين أو الاتكال عليهم لكي يحقق لديه الشعور بالأمان.

٢- التخريب: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي يسلك بطريقة تدميرية بهدف الهدم وإلحاق الضرر بالبيئة والآخرين، وعادة ما يمارس هذا الأسلوب الفرد الضعيف الواهن الذي يشعر

بالعجز وضعف القدرة على الخلق والإبداع والذي تعاق حاجته لأي سبب من الأسباب.

٣- السيطرة: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد السادي الذي يستطيع أن يتغلب على مشاعر العزلة عن طريق السيطرة على الآخرين وإذلالهم وجعلهم معتمدين عليه كلياً.

٤- الأخذ: يتمثل هذا الأسلوب بالفرد الذي يعتقد بأنّ كل الأشياء الجيدة موجودة خارج نفسه وأنّ الأسلوب الوحيد الذي يحصل به على الأشياء هو أخذها من الآخرين (صالح، ١٩٨٨):



الفردى

لـ "أدلر" وفيها كان يعكس صورة الذات والطريقة التي يرى فيها الأفراد أنفسهم وما يعتقدونه وما لديهم من أفكار عن الآخرين، فأسلوب الحياة مركب من الدوافع والحاجات، ويتأثر بعوامل عدة مثل الثقافة والأسرة والمجتمع، فهو يتضح في دوافع الشخص واهتماماته وقيمه وسلوكه، ويتأثر بالتنشئة الاجتماعية والمستوى الثقافي للفرد، وبهذا فان كل فرد يبدأ منذ طفولته في تطوير أسلوبه في الحياة ويستمر معه مهما كتب له البقاء وهو نمط حياة مميز للفرد وان أسلوب الحياة هو المبدأ الذي يفسر تفرد الشخص بأسلوب معين، وإمكانيته في تبني أهداف جديدة (الفتلاوي وجبار، ٢٠٢٦: ٢٠١٠).

وقد طور ادلر نظريته استنادا إلى فلسفة هانتر فيهنجر التي تنص على أن فهم النظرية المعرفية الذاتية للفرد ومعرفتها، التي يكونها بوصفها مفاهيم عقلية، يؤدي دوراً كبيراً في فهم معاناة الفرد وتفسيرها، وطبق أدلر هذه النظرية في تفسير تطور شخصية الفرد، وانتقاله من ناحية حالة الشعور بالنقص إلى حالة الشعور بالأمن والتكيف والفاعلية الذاتية. (ريحانة وطنوس، ٢٠١٢: ١٨٣)

وأكد الأدلريون على أن الفرد إنما يتميز بأسلوب الحياة أو نوعية أولويات الشخصية المعبر عنها في مفهوم الفرد لذاته والنهج الذي ينتهجه لتلبية متطلبات الحياة (193: 1967, Ansbacher). أن أسلوب الحياة حسب رأي أدلر هو مبدأ النظام

أ.د كفاح يحيى صالح العسكري... د. سالم حميد

الذي تمارس بمقتضاه شخصية الفرد ووظائفها، أنه الكل الذي يأمر الأجزاء، وانه الإطار الذي يسترشد به في السلوك اللاحق، وبعبارة أخرى، فإن سلوك الشخص بأمره ينبع من أسلوب حياته، فهو يدرك ويتعلم ويحتفظ بما يتفق وأسلوب حياته ويتجاهل كل ما عداه (هول ولندزي، ١٩٨٧: ١٦٨).

يقوم المفهوم الأدلري لأسلوب حياة الفرد على مقدمتين منطقتين، هما: وحدة الشخصية وغرضية السلوك (363: 1927, Vaugan)، وأسلوب حياة الفرد هو نمط من السلوك يتماشى أهدافه الخيالية (أي غرضية السلوك) ويتبناه الفرد مبكراً في حياته بوصفه منطقة الخاص (7: 2009, Manaster)، ويؤكد الأدلريون على أن الإنسان في الصغر يشعر بالإنكالية والضعف مقارنة بالراشدين والعالم من حوله، ومن هنا ينشأ إدراك للنقص والدونية، فيبحث الطفل عن وسائل للوصول بهذه الدونية المدركة إلى مستوى من التفوق أو الأمن النسبيين، فيكون الفرد منهجاً للحياة (أسلوب الحياة) يخرج منه بالخيارات والأفعال. (العباس، ٢٠١٤: ٥٢٠)

وأفترض Adler وجود أربعة أساليب أساسية يتبناها الأفراد في حياتهم (Boeree , 2004 , p.5). وهي:

١- أسلوب السيطرة: يتمثل هذا الأسلوب عند الفرد الذي لا يُعبر في تصرفاته أي اعتبار للآخرين ويقوم بأعمال ضدهم فهو قد يكون قاسياً وطاغياً أو جانحاً مؤذياً (العنزي، ١٩٩٨: ١٠٣).



والقوة أو الاحتيال (عيد، ٨٧: ٢٠٠٥).

٤- الأسلوب السليم (الاجتماعي): يتمثل هذا الأسلوب عند الشخص الذي يتحكم بذاته ولهُ القدرة على التعاون مع الآخرين والعمل معهم بنشاط بما تقتضيه أهداف المصلحة الاجتماعية (الشيخلي، ٥٣: ٢٠٠٢).

يمثل أسلوب الشخص السليم وله المصلحة الاجتماعية وهو أسلوب الشخص السوي النشط، ويسعى إلى تحقيق أهدافه في حدود المصلحة الاجتماعية، أن الفرد الناجح هو الذي تعلم فن التعاون، والشجاع والواثق من نفسه يواجه الحياة بهذا الأسلوب وجها لوجه، ويتميز بالتسامح والود مع الآخرين (جاسم، ١٥٧: ٢٠١٤).

ونظر Adler إلى محددات أساليب الحياة نظرة أكثر شمولية، وذلك من خلال تأكيده على الشعور بالنقص، وبدأت فكرته عن ذلك الشعور من خلال مفهوم النقص أو القصور العضوي الذي يقصد به عدم استكمال نمو أحد أعضاء الجسم أو ضعف كفايته التشريحية أو الوظيفية، وأوضح Adler بأن مثل هذا الشعور بالقصور سيؤثر دائماً في حياة الفرد النفسية والاجتماعية، وذلك لشعوره بتحقيق نفسه أو شعوره بنقص الأمان، بيد إن هذا الشعور قد يشكل دافعاً إلى بذل المزيد من الجهود لتعويض هذا النقص وذلك من خلال الأساليب التي يتبعها في حياته (Boeree, 2004, p.11)، وأعطى Adler أهمية

ويظهر الفرد أسلوب السيطرة من خلال التحكم مع قليل من الاهتمام الاجتماعي، والشخص هنا نشط ولكن بطريقة غير اجتماعية، فهو أكثر إيذاءً وعنفاً وأكثر هجوم على الآخرين وقد يصبح جانحاً، والشخص الأقل قسوة بهذا الأسلوب يصبح مدمناً على الكحول أو المخدرات (شلتز، ٨٧: ١٩٨٣).

٢- أسلوب التجنب (الانسحابي): يتمثل هذا الأسلوب عند الشخص الذي لا يقوم بأي محاولة لمواجهة مشكلات الحياة ولذلك فهو يتجنبها خوفاً من احتمال الوقوع في الفشل والإخفاق (صالح، ٩٥: ١٩٨٨). يتسم أسلوب الشخص بالانسحابية وضعف النشاط وعدم القدرة على تحقيق أهدافه، فإن اهتماماته الاجتماعية ضعيفة بالموازنة بكل المجموعات الأخرى (أبو زيد، ١٢١: ١٩٧٠).

٣- أسلوب الأخذ (الاعتمادية): إن هذا الأسلوب يتمثل عند الشخص الذي يتوقع الحصول على كل شيء من الآخرين وذلك لاعتماده عليهم (شلتز، ٧٨: ١٩٨٣).

يتوقع إشباع حاجاته ولديه اهتمامات اجتماعية ولكنها ضعيفة، وينطبق هذا الأسلوب على الأشخاص الذين لديهم اتجاه لأسلوب حياة يرتبط بالعالم الخارجي بطريقة طفلية، ويفتقر هؤلاء الأشخاص إلى الاهتمام الاجتماعي ويعتمدون على الآخرين في تلبية معظم احتياجاتهم، واهتمامهم الرئيس في الحياة هو الحصول على كل ما يمكن الحصول عليه من الآخرين فالاعتمادية يتوجه إلى الآخرين لما يريده عن طريق



أ.د. كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

الحياة، وقد اعتمد الباحثان على نظرية Adler كونها الأساس التي انطلقت منها أدبيات علم النفس في تناول هذا المفهوم، علماً إنّ الباحثان قد اعتمدا في تحديد مجالات أساليب الحياة في بحثها الحالي على الدراسات (المحلية) السابقة التي هي اعتمدت بدورها في تحديد معظم مجالات مفهوم أساليب الحياة انطلاقاً من منظور Adler لأساليب الحياة.

١- دراسة النقشبندي (٢٠١٠): النزعة نحو الكمال وعلاقتها بأساليب الحياة لدى طلبة الجامعة ولقد أستههدف البحث الحالي ما يأتي:

- ١- قياس النزعة نحو الكمال لدى طلبة جامعة بغداد.
- ٢- المقارنة في النزعة نحو الكمال على وفق متغيري النوع (ذكور - أناث) والتخصص (علمي - أنساني).
- ٣- قياس أساليب الحياة لدى طلبة جامعة بغداد.
- ٤- المقارنة في أساليب الحياة على وفق متغيري النوع (ذكور - أناث) والتخصص (علمي - أنساني).
- ٥- أيجاد العلاقة بين النزعة نحو الكمال و أساليب الحياة على وفق متغيري النوع والأختصاص لدى طلبة جامعة بغداد.

وتحقيقاً لتلك الأهداف قام الباحث بتطبيق مقياس النزعة نحو الكمال الذي تمّ تبنيه، ومقياس أساليب الحياة الذي تم بناؤه في هذا البحث على عينة بلغت (٤٠٠) طالباً وطالبة جامعية تم أختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية من (٤) كليات في جامعة بغداد

بالغة للتنشئة الاجتماعية في أعداد الفرد حينما أشار إلى أنّ أساليب حياته تتكوّن من خلال علاقة الطفل بوالديه في السنوات الخمس الأولى من حياته، كما أفترض أنّ التسلسل الولادي هو أحد المؤثرات المهمة في طفولة الفرد التي يخلق منها أساليب حياته، والتنشئة الاجتماعية لا تقف عند حدود المنزل بل تشمل المدرسة والمجتمع إذ أنّ الانسجام مع الآخرين سيؤدي إلى بناء أساليب حياة جديدة، ويرى Adler أنّ أسلوب الحياة هو نتاج تفاعل البيئة الخارجية مع الذات الداخلية للفرد (عاقل، ١٩٨٨: ٢١٠).

### مناقشة الإطار النظري:

- في ضوء ما تقدم من عرض للأدبيات في هذا الفصل يمكن الخروج بخلاصة له، وكما يأتي:
- ١- إنّ أسلوب حياة الفرد هي نتاج لقوى البيئة الخارجية والداخلية.
  - ٢- من الممكن أن يكون أسلوب حياة الفرد متصلاً وغير قابل للتعديل وبالتالي يعوق الفرد عن تحقيق أهدافه.
  - ٣- قد يكون أسلوب حياة الفرد غير محدد هش من السهل تغييره مما يؤدي إلى أن يكون صاحبه ذو شخصية هشة ضعيفة.
  - ٤- أسلوب الحياة أختياري تحكمه أرادة الفرد، بمعنى قدرة الفرد على اختيار الأسلوب الذي يناسبه ويرغبه.
  - ٥- هناك العديد من النظريات التي تناولت أساليب



تباين الذي تفسره اساليب الحياة في القلق والاكتئاب. وتكونت عينة الدراسة من (٢٧٧) طالبا وطالبة من كلية العلوم التربوية الجامعة الاردنية وموزعين على اربع مراحل دراسية واستخدمت اداة الدراسة (مولنس وليكرون) واستخدم الباحث النسبة المئوية والاختبار التائي والتباين واطهرت نتائج الدراسة ان اساليب الحياة الاكثر انتشارا هي اساليب الحياة الباعث للاستحسان والمذعن كما اشارت الى عدم وجود دلالة احصائية بين اساليب الحياة والقلق باستثناء اساليب الحياة المدلل واسلوب حياة الباحث عن الاستحسان كما اشارت نتائج الدراسة إلى ارتباط اساليب المتيمي سلبا بالاكتئاب واسلوب حياة الضحية والمتقم ايجابيا بالاكتئاب (ريجاني وطنوس، ١٨٣: ٢٠١٢).

#### م- إجراءات البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي كان لا بد من تحديد مجتمع البحث واختيار عينة ممثلة له وإعداد أداة لقياس متغيرات البحث الحالي وتطبيقها على عينة البحث ومن ثمّ تحديد الوسائل الإحصائية الملائمة لتحليل بيانات البحث ومعالجتها والخروج بالنتائج.

#### مجتمع البحث:

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة كلية التربية / الجامعة العراقية للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) الدراسة الصباحية للمرحلتين الثانية والرابعة والبالغ عددهم (١١٦٧) طالبا وطالبة موزعين بحسب الجنس وبواقع (٧١٨) طالبا ويشكلون (٦١.٥٣٪).

بأختصاصات علمية وإنسانية، وبعد معالجة البيانات إحصائياً بأستخدام الأختبار التائي لعينة واحدة ولعيتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون، والأختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون توصل البحث الى النتائج الآتية:

١- إن طلبة الجامعة لديهم نزعة نحو الكمال.

٢- يتفوق الذكور على الإناث في النزعة نحو الكمال.

٣- لا يختلف طلبة الأقسام العلمية عن طلبة الأقسام الإنسانية في النزعة نحو الكمال.

٤- إن طلبة الجامعة يفضلون جميع أساليب الحياة المعتمدة في هذا البحث ماعدا أسلوب الأخذ.

٥- يتفوق الذكور على الإناث في تفضيلهم لأساليب الحياة المعتمدة في هذا البحث.

٦- إن طلبة الأقسام العلمية يتفوقون على طلبة الأقسام الإنسانية في تفضيلهم لأساليب الحياة المعتمدة في هذا البحث.

٧- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين النزعة نحو الكمال وأساليب الحياة.

وفي ضوء نتائج هذا البحث خرج الباحث بعدد من التوصيات والمقترحات ذات العلاقة بتلك النتائج.

٢- دراسة ريجاني وطنوس (٢٠١٢): العلاقة بين اساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين اساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب والى معرفة نسبة



أ.د كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

من المجتمع الكلي، في حين بلغ عدد الطالبات الإناث (٤٤٩) طالبة ويشكلن نسبة (٤٧, ٣٨٪) من المجتمع الكلي إما التخصص فقد بلغ عدد طلبة التخصص العلمي (٤٥٧) طالبا وطالبة ويشكلون نسبة (١٦, ٣٩٪) من المجتمع الكلي في حين بلغ عدد طلبة التخصص الإنساني (٧١٠) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٨٤, ٦٠٪) من المجتمع الكلي إما بالنسبة للمرحلة فقد بلغ عدد طلبة المرحلة الثانية (٧٤٣) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٦٧, ٦٣٪) من المجتمع الكلي في حين بلغ عدد طلبة المرحلة الرابعة (٤٢٤) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٣٣, ٣٦٪) من المجتمع الكلي والجدول (١) يوضح ذلك

#### الجدول (١)

مجتمع البحث موزع بحسب المرحلة والجنس والتخصص

القسم	المرحلة الثانية			المرحلة الرابعة			المجموع	
	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث
علوم القرآن	٨٩	٣٠	١١٩	٧٦	٣٦	١١٢	١٦٥	٦٦
التاريخ	٧٣	٢٤	٩٧	٣٩	٢١	٦٠	١١٢	٤٥
اللغة العربية	٧٠	٤٦	١١٦	٥١	٤٠	٩١	١٢١	٨٦
العلوم النفسية	٥٠	٣٧	٨٧	١١	١٧	٢٨	٦١	٥٤
الحاسبات	٣٣	٢	٣٥	١٤	١١	٢٥	٤٧	١٣
علوم الحياة	٥٩	٧٠	١٢٩	٢٠	٢٥	٤٥	٧٩	٩٥
الفيزياء	٤٧	١٩	٦٦	١٥	١٣	٢٨	٦٢	٣٢
الكيمياء	٥٣	٤١	٩٤	١٨	١٧	٣٥	٧١	٥٨
المجموع	٤٧٤	٢٦٩	٧٤٣	٢٤٤	١٨٠	٤٢٤	٧١٨	٤٤٩

#### عينة البحث:

تألفت عينة البحث الحالي من (١٠٠) طالب وطالبة موزعين بحسب الجنس بواقع (٦١) طالبا ويشكلون (٦١٪) من المجتمع الكلي، في حين بلغ عدد الطالبات الإناث (٣٩) طالبة ويشكلن نسبة (٣٩٪) من المجتمع الكلي إما التخصص فقد بلغ عدد طلبة التخصص العلمي (٤١) طالبا وطالبة ويشكلون نسبة (٤١٪) من المجتمع الكلي في حين بلغ عدد طلبة التخصص الإنساني (٥٩) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٥٩٪) من المجتمع الكلي إما بالنسبة للمرحلة فقد بلغ عدد طلبة المرحلة الثانية (٦٤) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٦٤٪) من المجتمع الكلي في حين بلغ عدد طلبة المرحلة الرابعة (٣٦) طالب وطالبة ويشكلون نسبة (٣٦٪) من المجتمع الكلي والجدول (٢)

## جدول (٢)

## عينة البحث

القسم	المرحلة الثانية			المرحلة الرابعة			المجموع		
	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع
علوم القرآن	٨	٣	١١	٦	٣	٩	١٤	٦	٢٠
التاريخ	٦	٣	٩	٣	٢	٥	٩	٥	١٤
اللغة العربية	٦	٤	١٠	٣	٣	٦	٩	٧	١٦
العلوم النفسية	٤	٣	٧	١	١	٢	٥	٤	٩
الحاسبات	٢	١	٣	١	١	٢	٣	٢	٥
علوم الحياة	٥	٥	١٠	٢	٢	٤	٧	٧	١٤
الفيزياء	٤	٢	٦	٢	٢	٤	٦	٤	١٠
الكيمياء	٦	٢	٨	٢	٢	٤	٨	٤	١٢
المجموع	٤١	٢٣	٦٤	٢٠	١٦	٣٦	٦١	٣٩	١٠٠

## أداة البحث:

## المشاجرة والعراك.

٤- أسلوب التحكم بالذات: هي طريقة مفضلة للفرد للتحكم بذاته ودوافعه ومشاعره وأقواله وأفعاله وتوجيهها بطريقة مسيطر عليها لمواجهة مواقف الحياة المختلفة.

٥- أسلوب الأخذ: طريقة مفضلة للشخص تتميز بالحصول أو الرغبة في الحصول على كل شيء من الآخرين والاعتماد عليهم.

## الصدق Validity

من أهم صفات المقياس الجيد ان يكون صادقا

(عيسوي، ١٩٧٤: ٤٤)

ويقصد بالصدق أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه إي إن الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي

اعتمد الباحثان على مقياس النقشبندي (٢٠١٠) والذي تكون من (٣٥) فقرة وتم اعتماد خمسة مجالات لتغير (أساليب الحياة)، وهذه المجالات هي:

١- الأسلوب الاجتماعي: يقصد به طريقة مفضلة للشخص في الاختلاط مع الآخرين ومصادقتهم والتعاون والتعاطف معهم.

٢- أسلوب السيطرة: طريقة مفضلة للشخص في التعبير عن آرائه وفقاً لمتطلباته ونزعه إلى التحكم والتغلب والتأثير على الآخرين.

٣- أسلوب النشاط: ويقصد به مستوى الطاقة الذي يعالج به الفرد مشكلات الحياة، ويتفاوت هذا المستوى من التراخي إلى التردد إلى





أ.د. كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

## الثبات Reliability

هو الاتساق والاستقرار في نتائج الاختبار عند إعادة تطبيقه (الأنصاري، ٢٠٠٠: ١١٤) وهذا يعني انه كلما أعيد الاختبار فإننا نحصل على النتائج نفسها. (الفائدي، ١٩٩٤: ١٥٣) ويشير أبو حطب ان ثبات الأداة يعني عدم تناقض الاختبار مع نفسه ودقته في القياس. (أبو حطب، ١٩٧٧: ٤٩) ولغرض الحصول على مقياس أكثر ثباتا، فقد استخرج بالطرائق الآتية: وبعد التطبيق الأول للمقياسين تم إعادة تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة بعد مضي (١٤) يوماً على التطبيق الأول، إذ أشار Adams إلى أنّ المدة الزمنية بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني يجب أن لا يتجاوز الأسبوعين أو الثلاثة أسابيع (Adams, 1964, p.85).

وباستعمال معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) تمّ إيجاد معامل ثبات المقياسين بين درجات الطلبة في التطبيق الأول ودرجاتهم في التطبيق الثاني، وأتضح إنّ معامل الثبات لمقياس بطريقة إعادة الاختبار لمجالات مقياس (أساليب الحياة) فهي كما يأتي:

- ١- الأسلوب الاجتماعي (٨٢، ٠)
- ٢- أسلوب السيطرة (٨١، ٠)
- ٣- أسلوب النشاط (٨٤، ٠)
- ٤- أسلوب التحكم بالذات (٨١، ٠)
- ٥- أسلوب الأخذ (٨١، ٠)

يزعم انه يقيسها. (الأنصاري، ٢٠٠٠: ٩٣)

## الصدق الظاهري Fase validity

يشير ايبيل (Ebel) إلى ضرورة عرض المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيته في قياس الخاصية المراد دراستها.. (Ebel, 1972: 555) والتعرف على مدى قياس الاختبار للغرض الذي وضع من اجله ظاهريا من خلال قيام واضع المقياس بمراجعتة من ناحية نوع الفقرات ومجالاتها وتعليقات المقياس. (الزويبي، وآخرون، ١٩٨٧: ٤٤)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال عرضه على الخبراء المتخصصين في علم النفس التربوي (١) والمبينة أسائهم في ملحق (٢) فحصلت فقرات المقياس على موافقتهم بنسبة أكثر من ٨٠٪ وسقطت (٥) فقرات فمن اسلوب الاجتماعي سقطت فقرة واحدة تسلسلها (٢) وهي (صريح مع الآخرين) وحذفت فقرة واحدة من اسلوب السيطرة وتسلسلها (١٣) وهي (نادرا ما أشعر بضغط الحياة) وسقطت فقرة واحدة من اسلوب النشاط وتسلسلها (١٧) وهي (ادرك تماما دوافعي ومشاعري الدفينة) وسقطت فقرة واحدة من اسلوب التحكم بالذات وتسلسلها (٢٦) وهي (منهجي في الحياة هو الامانة) وسقطت فقرة واحدة من اسلوب الأخذ وتسلسلها (٣٣) وهي (استمع للآخرين جيدا) وبذلك تكون المقياس من (٣٠) فقرة فيه (٥) اساليب للحياة وكل اسلوب يحتوي على (٦) فقرات وبدائل الاجابة (٥).



ب- طريقة الفاكرونباخ (Alpha - Cronbach) للاتساق الداخلي:

وقد أستعملَ معامَل الفاكرونباخ لكونه يزودنا بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف، وتعتمد هذه الطريقة على مدى ثبات أداء الفرد على مواقف الاختبار جميعها (ثورندايك وهيجن، ١٩٨٩:٧٩)، لذلك فقد سحبت (١٠٠) استمارة عشوائياً من عينة البحث التي استعملت نفسها في تحليل الفقرات أيضاً، وبعد تطبيق معادلة الفاكرونباخ بلغ معامَل الثبات لمقياس (النزعة نحو الكمال) (٠,٨٠)، أما معامَل الثبات بطريقة الفاكرونباخ لمجالات مقياس أساليب الحياة فهي كما يأتي:

١- الأسلوب الاجتماعي (٠,٨٠) ٢- أسلوب السيطرة (٠,٨٠) ٣- أسلوب النشاط (٠,٨٢)

٤ - أسلوب التحكم بالذات (٠,٧٧) ٥- أسلوب الأخذ (٠,٧٥)

الخصائص أو المؤشرات الإحصائية لمقياس (أساليب الحياة)

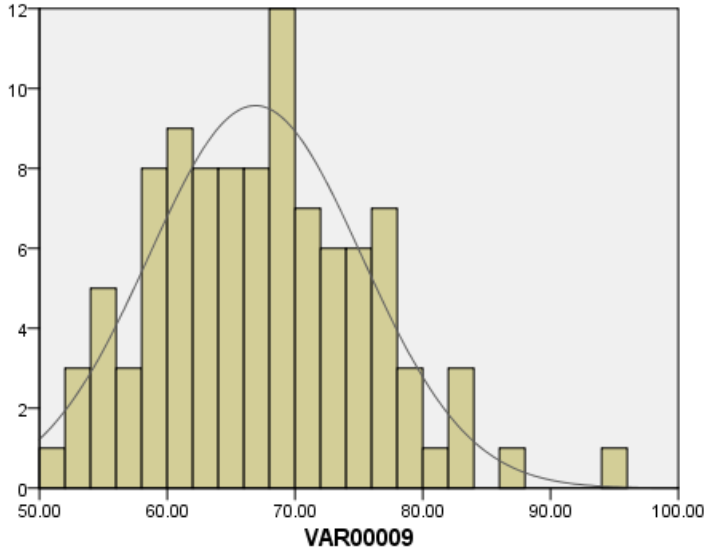
يوضح الجدول (٣) الخصائص او المؤشرات الإحصائية لمقياس (أساليب الحياة).

الجدول (٣)

الخصائص أو المؤشرات الإحصائية لمقياس (أساليب الحياة)

Statistics		
VAR00009		
N	Valid	١٠٠
	Missing	٠
	Std. Error of Mean	٨٣٣٣٣.
	Std. Deviation	٨,٣٣٣٣٣
	Variance	٦٩,٤٤٤
	Skewness	٤١٨.
	Std. Error of Skewness	٢٤١.
	Kurtosis	١٦١.
	Std. Error of Kurtosis	٤٧٨.
	Range	٤٣,٠٠
	Minimum	٥١,٠٠
	Maximum	٩٤,٠٠

أما الشكل (١) شكل بياني يوضح درجات مقياس أساليب الحياة لعينة البحث البالغة (١٠٠) طالب وطالبة



شكل (١) شكل بياني لمقياس أساليب الحياة

- ١- الاختبار التائي لعينة واحدة: وأستخدم لمقياس أساليب الحياة لدى أفراد العينة. بعد أن تم قياس الصدق والثبات ويهدف لتحقيق أهداف البحث، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث والمؤلفة من (١٠٠) طالب وطالبة لمراحل الثانية والرابعة في الأقسام العلمية والإنسانية. (ملحق ٣) ان اعلى للاساليب كلها درجة (١٥٠) واقل درجة (٣٠) والوسط الفرضي (٩٠) اما لكل اسلوب فاعلى درجة (٣٠) واقل درجة (٦) والوسط الفرضي (١٨) الوسائل الإحصائية: لتحليل ومعالجة بيانات البحث الحالي، فقد تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية وبالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) وكالآتي:
- ٢- الاختبار التائي لعيتين مستقلتين: أيجاد الفروق في مقياس أساليب الحياة على وفق متغيرات النوع والتخصص والمرحلة. (البياتي واثناسيوس، ١٩٧٧: ٢٦٠).
- عرض النتائج وتفسيرها والتوصيات والمقترحات يتضمن هذا الفصل النتائج التي توصل إليها البحث بعد إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات وتفسير النتائج، وفي ضوء تلك النتائج توصل الباحثان إلى جملة من الاستنتاجات ووضعت عددا من التوصيات والمقترحات.



أولاً: عرض النتائج وتفسيرها: ستعرض نتائج البحث الحالي وفقاً لأهداف البحث على النحو الآتي:

الهدف الأول: قياس أساليب الحياة لدى طلبة كلية التربية: ولتحقيق هذا الهدف من خلال التحقق:

أولاً: الأسلوب الاجتماعي (Social Style):

كان متوسط درجات الأسلوب الاجتماعي (١٣,٨٢) لعينة البحث وبانحراف معياري (٢,٧٧٥) درجة، بينما كان الوسط الفرضي (١٨)، وباستخدام الاختبار التائي (t.test) لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (١٥,٠٥٩) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي ذات دلالة إحصائية، لصالح الوسط الفرضي أي أن عينة البحث تفضل الأسلوب الاجتماعي بدرجة قليلة، والجدول (٤) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لكل أسلوب من أساليب الحياة الخمسة.

#### الجدول (٤)

#### الاختبار التائي لقياس أساليب الحياة

الدالة (٠,٠٥)	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	مجالات أساليب الحياة
	الجدولية	المحسوبة					
	٢	١٥,٠٥٩	١٨	٢,٧٧٥	١٣,٨٢	١٠٠	الاجتماعي
=	٢	١٦,٠١٢	١٨	٣,٠٧٩	٧,١٣	١٠٠	السيطرة
=	٢	١٢,٤٢٣	١٨	١,٩٢٨	١١,٠٨٣	١٠٠	النشاط
=	٢	١١,٢٨	١٨	٢,٦٦٨	١٤,٩٩	١٠٠	التحكم بالذات
=	٢	١٥,٩٨١	١٨	٢,٨١٦	١٣,٥	١٠٠	الأخذ

ثانياً: أسلوب السيطرة (Dominance Style):

كانت متوسط درجات العينة في أسلوب السيطرة (٧,١٣) وبانحراف معياري (٣,٠٧٩) درجة، بينما



أ.د كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

الجدولية (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي ذات دلالة إحصائية ولصالح الوسط الفرضي، أن عينة البحث تفضل هذا الأسلوب بدرجة أكبر من الأسلوب الاجتماعي وأسلوب السيطرة وأسلوب النشاط وأسلوب الأخذ

خامسا: أسلوب الأخذ (Getting Style):

وبخصوص أسلوب الأخذ فقد كان متوسط درجات العينة (١٣,٥) وبانحراف معياري (٢,٨١٥) درجة، بينما كان الوسط الفرضي (١٨)، وباستخدام الاختبار التائي (t.test) لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (١٥,٩٨١) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي ذات دلالة إحصائية، لصالح الوسط الفرضي، أن عينة البحث تفضل هذا الأسلوب بدرجة أقل من التحكم بالذات والأسلوب الاجتماعي وأسلوب السيطرة وأكثر من أسلوب النشاط.

وهكذا يتضح لنا أن الترتيب لأساليب الحياة الذي يفضله طلبة كلية التربية وان كان أقل من الوسط الفرضي فهو كالتالي:

أولاً: أسلوب التحكم بالذات ثانياً: الأسلوب الاجتماعي ثالثاً: أسلوب السيطرة رابعاً: أسلوب الأخذ خامساً: أسلوب النشاط  
الهدف الثاني: المقارنة في أساليب الحياة على وفق متغيرات النوع والتخصص والمرحلة:  
أ- وفق متغير النوع:

كان الوسط الفرضي (١٨)، وباستخدام الاختبار التائي (t.test) لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (١٦,٠١٢) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي ذات دلالة إحصائية لصالح الوسط الفرضي، وأن عينة البحث تفضل أسلوب السيطرة وبدرجة أقل من الأسلوب الاجتماعي.

ثالثاً: أسلوب النشاط (Activity Style):

كان متوسط درجات العينة في أسلوب النشاط (١١,٠٨١) وبانحراف معياري (١١,٠٨١) درجة، بينما كان الوسط الفرضي (١٨)، وباستخدام الاختبار التائي (t.test) لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (١٢,٤٢٣) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي ذات دلالة إحصائية ولصالح الوسط الفرضي، أن عينة البحث تفضل أسلوب النشاط بدرجة أقل من الأسلوب الاجتماعي وبدرجة أقل من أسلوب السيطرة.

رابعاً: أسلوب التحكم بالذات (- Self

Control Style):

أما بالنسبة لأسلوب التحكم بالذات فقد كانت متوسط درجات العينة (١٤,٩٩) وبانحراف معياري (٢,٦٦٨) درجة، بينما كان الوسط الفرضي (١٨)، وباستخدام الاختبار التائي (t.test) لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (١١,٢٨) وهي أكبر من القيمة التائية



أظهرت نتائج البحث بعد حساب المتوسطات بين الذكور والإناث والانحراف المعياري والاختبار التائي كما في جدول (٥)

## جدول (٥)

## المقارنة بين أساليب الحياة وفق الجنس

مستوى الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		عينة الإناث (٣٩)		عينة الذكور (٦١)		أساليب الجنس الحياة
	الجدولية	المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة لصالح الذكور	٢	٢,١٠٧	٢,٦٠٣	١٣,١٠٣	٢,٨٠٥	١٤,٢٧٩	الاجتماعي
غير دالة	٢	١,٢٥١	٢,٧٧٩	١٢,٥٨٩	٣,٢٤١	١٣,٣٧٧	السيطرة
غير دالة	٢	٠,٢٥٤	٢,٧٥٩	١١,٤١١	٢,٣٧٩	١١,٢٤٦	النشاط
غير دالة	٢	٠,٧٢	٣,٤١٦	١٥,٢٣	٢,٤١٦	١٤,٨٣٦	التحكم
غير دالة	٢	٠,٧٦٣	٣,٢١٦	١٣,٢٣١	٢,٥٤١	١٣,٦٧٢	الأخذ

أولاً: الأسلوب الاجتماعي: يتبين من الجدول (٥) أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١٤, ٢٧٩) وانحراف معياري (٢, ٨٠٥) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١٣, ١٠٣) وانحراف معياري (٢, ٦٠٣) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Sample) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢, ١٠٧) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه هناك فرق ذو دلالة إحصائية لصالح عينة الذكور كما في الجدول (٥) ويعزى ذلك إلى البيئة الاجتماعية لعينة الطلبة فاعلهم ينحدر من بيئة عشائرية لا تتيح المجال للإناث بالتواصل الاجتماعي

ثانياً: أسلوب السيطرة: أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١٣, ٢٧٩) وانحراف معياري (٣, ٢٤١) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١٢, ٥٨٩) وانحراف معياري (٢, ٧٧٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين Independent Sample وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (١, ٢٥١) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيني الذكور والإناث كما في الجدول (٥)

ثالثاً: أسلوب النشاط: أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١١, ٢٤٦) وانحراف معياري (٢, ٣٧٩) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١١, ٤١٠) وانحراف معياري (٢, ٧٥٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Sample) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠, ٢٥٤) وهي اصغر من القيمة التائية (٢)



أ.د كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

لعينتين مستقلتين (Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٧٦٣) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيتي الذكور والإناث كما في الجدول(٥).

وبهذا فقد وجد أن أسلوب الحياة الاجتماعي وفق متغير الجنس (ذكور-إناث) هو الوحيد الذي فيه فرق ذو دلالة إحصائية لصالح الذكور إما بقية أساليب الحياة (السيطرة-النشاط-التحكم-الأخذ) فلم يكن هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين الذكور والإناث.  
ب- التخصص:

أظهرت نتائج البحث بعد حساب المتوسطات بين علمي والإنساني والانحراف المعياري والاختبار التائي كما في جدول (٦)

عند مستوى (٠,٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيتي الذكور والإناث كما في الجدول(٥)

رابعا: أسلوب التحكم: أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١٤,٨٣٦) وبانحراف معياري (٢,٤١٦) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١٥,٢٣٠) وبانحراف معياري (٣,٠٣٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Sample) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٧٢) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيتي الذكور والإناث كما في الجدول(٥)

خامسا: أسلوب الأخذ: أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١٣,٦٧٢) وبانحراف معياري (٢,٥٤١) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١٣,٢٣١) وبانحراف معياري (٣,٢١٦) وباستخدام الاختبار التائي

#### جدول(٦)

#### المقارنة بين أساليب الحياة وفق التخصص

مستوى الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		عينة الإنساني (٥٨)		عينة العلمي (٤٢)		أساليب التخصص الحياة
	الجدولية	المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
غير دالة	٢	٠,٨٣	٢,٨٠٨	١٣,٦٢٠	٢,٧٣٩	١٤,٠٩٥	الاجتماعي
غير دالة	٢	٠,٥٩٤	٣,١٤٢	١٢,٩١٤	٣,٠١٤٥	١٣,٢٨٦	السيطرة
دالة لصالح العلمي	٢	٢,٥٨٧	٣,٠٧١	١٠,٥٣٨	٣,٠٢٧	١٢,٢٣٨	النشاط
غير دالة	٢	٠,٦٥١	٢,٧٣٧	١٥,١٣٨	٢,٥٩٠	١٤,٧٨٦	التحكم
غير دالة	٢	٠,٥٠٢	٣,٢٢١	١٣,٣٧٩	٢,٥٠٥	١٣,٦٦٧	الأخذ



((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢,٥٨٧) وهي أكبر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا أن هناك فرق ذو دلالة إحصائية لصالح عينة العلمي كما في الجدول (٦) ويمكن أن يعزى ذلك لاستخدام طلبة الأقسام العلمية النشاطات اللاصفية كالمختبرات وغيرها أكثر من الأقسام الإنسانية.

رابعا: أسلوب التحكم: أن الوسط الحسابي لعينة العلمي (١٤,٧٨٦) وبانحراف معياري (٢,٥٩٠) والوسط الحسابي لعينة الإنساني (١٥,١٣٨) وبانحراف معياري (٢,٧٣٧) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٦٥١) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيني العلمي والإنساني كما في الجدول (٦)

خامسا: أسلوب الأخذ: أن الوسط الحسابي لعينة العلمي (١٣,٦٧٢) وبانحراف معياري (٢,٥٠٥) والوسط الحسابي لعينة الإنساني (١٣,٣٧٩) وبانحراف معياري (٣,٢٢١) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٥٠٢) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين

أولا: الأسلوب الاجتماعي: يتبن من الجدول (٦) أن الوسط الحسابي لعينة العلمي (١٤,٠٩٥) وبانحراف معياري (٢,٧٣٩) والوسط الحسابي لعينة الإنساني (١٣,٦٢٠) وبانحراف معياري (٢,٨٠٨) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٨٣) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين العلمي والإنساني في الأسلوب الاجتماعي كما في الجدول (٦)

ثانيا: أسلوب السيطرة: أن الوسط الحسابي لعينة العلمي (١٣,٢٨٦) وبانحراف معياري (٣,٠٧١) والوسط الحسابي لعينة الإنساني (١٢,٥٨٩) وبانحراف معياري (٢,٧٧٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٥٩٤) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيني الذكور والإناث كما في الجدول (٦)

ثالثا: أسلوب النشاط: أن الوسط الحسابي لعينة العلمي (١٢,٢٣٨) وبانحراف معياري (٣,٠٢٧) والوسط الحسابي لعينة الإنساني (١٠,٥٣٨) وبانحراف معياري (٣,٠٧١) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين





أ.د كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

عيتي العلمي والإنساني كما في الجدول (٦)

وهذا فقد وجد أن أسلوب الحياة (النشاط) وفق متغير التخصص (علمي-إنساني) هو الوحيد الذي فيه فرق ذو دلالة إحصائية لصالح الذكور إما بقية أساليب الحياة (الاجتماعي-السيطرة--التحكم -الأخذ) فلم يكن هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين العلمي - الإنساني.

ج- وفق متغير المرحلة:

أظهرت نتائج البحث بعد حساب المتوسطات بين الثاني والرابع والانحراف المعياري والاختبار التائي كما في

جدول (٧)

جدول (٧)  
المقارنة بين أساليب الحياة وفق المرحلة

مستوى الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		عينة الرابع (٣٦)		عينة الثاني (٦٤)		أساليب المرحلة الحياة
	الجدولية	المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة لصالح الرابع	٢	٦,٣٥	٢,٩١٧	١٤,٠٥٥	٢,٧٠٧	١٣,٦٨٧	الاجتماعي
غير دالة	٢	٠,٧٧٥	٣,٤٨٣	١٣,٣٨٩	٢,٨٤٠	١٢,٨٩٠	السيطرة
غير دالة	٢	٠,٩٤٨	٣,٢١٩	١١,٦٩٤	٣,٠٣٨	١١,٠٩٤	النشاط
دالة لصالح الرابع	٢	٣,٢١٤	٢,٦٧٦	١٦,٠٨٣	٢,٤٧٨	١٤,٣٧٥	التحكم
دالة لصالح الرابع	٢	٣,٠٨٤	٢,٨٠١	١٤,٦١١	٢,٦٤٥	١٢,٨٧٥	الأخذ

إحصائية لصالح عينة الرابع كما في الجدول (٧)  
ثانيا: أسلوب السيطرة: أن الوسط الحسابي لعينة الثاني (١٢,٨٩٠) وبانحراف معياري (٢,٨٤٠) والوسط الحسابي لعينة الرابع (١٣,٣٨٩) وبانحراف معياري (٣,٤٨٣) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٦,٣٥) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥).  
(٠) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق

أولاً: الأسلوب الاجتماعي: يتبين من الجدول (٧) أن الوسط الحسابي لعينة الثاني (١٣,٦٨٧) وبانحراف معياري (٢,٧٠٧) والوسط الحسابي لعينة الرابع (١٤,٠٥٥) وبانحراف معياري (٢,٩١٧) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample)) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٦,٣٥) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢) عند مستوى (٠,٠٥).  
بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه هناك فرق ذو دلالة



وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٧٦٣) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥) .  
 (٠) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيني الذكور والإناث كما في الجدول(٧)

أ- التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي يمكن للباحثين أن يوصيان بما يأتي:

١- توفير الرعاية النفسية للطلبة في الجامعات من خلال تفعيل وحدات أو مراكز إرشادية لتوفير الدعم النفسي لمن يحتاج لذلك وتوضيح أساليب الحياة التي ينبغي إتباعها.

٣- تشجيع الطلبة وإرشادهم نحو الأساليب الحياتية السليمة والصحية وتجنب أساليب قد تضر بحياتهم الاجتماعية والصحية والنفسية من خلال الندوات والمحاضرات والنشاطات الجامعية، إذ أن أسلوب حياة الفرد هو من المحددات الرئيسة لنوعية الحياة التي يعيشها وما قد يترتب عليها، وهذه من مسؤوليات الجهات التربوية والتعليمية إضافة لدور الآباء والأمهات.

ب- المقترحات:

وأستكمالاً للجوانب المتعلقة بهذا البحث فقد تم اقتراح إجراء الدراسات الآتية:

١- القيام ببحث مماثل يتناول طلبة المرحلة الثانوية والمعاهد.

٢- تعرف العلاقة بين أساليب الحياة

ذو دلالة إحصائية بين عيني المرحلة الثاني والرابع كما في الجدول(٧)

ثالثا: أسلوب النشاط: أن الوسط الحسابي لعينة الثاني (١١,٠٩٤) وبانحراف معياري (٣,٠٣٨) والوسط الحسابي لعينة الرابع (١١,٦٩٤) وبانحراف معياري (٣,٢١٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample

وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠,٩٤٨) وهي اصغر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥) .  
 (٠) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين عيني الذكور والإناث كما في الجدول(٥)

رابعا: أسلوب التحكم: أن الوسط الحسابي لعينة الثاني (١٤,٣٧٥) وبانحراف معياري (٢,٤٧٨) والوسط الحسابي لعينة الرابع (١٦,٠٨٣) وبانحراف معياري (٢,٦٧٦) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample) وجد أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٣,٢١٤) وهي اكبر من القيمة التائية (٢) عند مستوى (٠,٠٥) .  
 (٠) بدرجة حرية (٩٨) ويعني هذا انه هناك فرق ذو دلالة إحصائية لصالح الرابع كما في الجدول(٧)

خامسا: أسلوب الأخذ: أن الوسط الحسابي لعينة الذكور (١٣,٦٧٢) وبانحراف معياري (٢,٦٤٥) والوسط الحسابي لعينة الإناث (١٣,٢٣١) وبانحراف معياري (٣,٢١٦) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ((Independent Sample



أ.د كفاح يحيى صالح العسكري... د. سالم حميد

الاستدلالي في التربية وعلم النفس، مؤسسة الثقافة  
العمالية، بغداد.

١٠. التكريتي، واثق عمر موسى. (١٩٩٥):

أساليب الحياة لدى المراهقين الأسوياء والجانحين  
وعلاقتها بتوافقهم الشخصي والاجتماعي،  
كلية الآداب، جامعة بغداد، (أطروحة دكتوراه غير  
منشورة).

١١. ثورندايك، روبرت، وهيغن، اليزابيث،

(١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس والتربية،

الجزء (٤) ترجمة عبد الله زيد الكيلاني، وعبد الرحمن

عدس. مركز الكتب الأردني.

١٢. جاسم، خالد جمال (٢٠١٤): بناء وتطبيق

مقياس أساليب الحياة لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة

أبحاث الذكاء والقدرات العقلية، العدد (١٨)،

الجامعة المستنصرية - كلية التربية الأساسية.

١٣. الراوي، الطاف ياسين خضر (٢٠٠٠):

الاستقلال الوظيفي للفرد وعلاقته بتوجهاته

الخلقية وسبل حمايته النفسية، كلية الآداب،

جامعة بغداد، (أطروحة دكتوراه غير منشورة).

١٤. ريجاني، سليمان، عادل طنوس (٢٠١٢): أساليب

الحياة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب، المجلة الأردنية في

العلوم النفسية والتربوية، المجلد ٨، العدد ٣.

١٥. زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥): الصحة

النفسية والعلاج النفسي، ط ٤، القاهرة، عالم الكتب.

١٦. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم وآخرون

(١٩٨٧): الاختبارات والمقاييس النفسية، ط ١،

وبعض المتغيرات الأخرى ومنها: (مفهوم الذات،

عوامل الشخصية الخمسة الكبرى، الصحة النفسية،

الإسناد الاجتماعي).

## المصادر

١. أبو زيد، أحمد محمد (١٩٧٠): العلاقات الإنسانية

وسيكولوجية التوافق في مجال العمل والإدارة، ط ٦،

دار النهضة الحديثة، القاهرة.

٢. أبو حطب، فؤاد، (١٩٧٧): القدرات العقلية،

ط ١، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

٣. أدلر، ألفريد (٢٠٠٥): الطبيعة البشرية، ترجمة:

عادل نجيب بشرى، المجلس الأعلى للثقافة، المشروع

القومي للترجمة، العدد ٨٤٦، القاهرة.

٤. ادلر، الفرد (١٩٤٤): الحياة النفسية، ترجمة: محمد

بدران، مطبعة لجنة التأليف والنشر، القاهرة، مصر.

٥. - إسماعيل، بشرى (٢٠٠٩): العوامل الخمسة

الكبرى للشخصية ومفهوم

٦. الذات كمنبئات بأسلوب الحياة لدى طلاب

الجامعة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

٧. إسماعيل، بشرى (٢٠٠٧): المدخل الى علم

النفس في القرن ٢١، مكتبة الأنجلو المصرية،

القاهرة.

٨. الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٠): قياس الشخصية،

ط ١، دار الكتاب الحديث، الكويت.

٩. البياتي، عبد الجبار توفيق، وأنناسيوس،

زكريا زكي (١٩٧٧): الإحصاء الوصفي



- مطبعة التعليم العالي، جامعة الموصل، العراق
١٧. الشخانة، أحمد عيد مطيع (٢٠١٠): أساليب الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من المضطربين نفسياً في الأردن، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا - الجامعة الأردنية. الأردن.
١٨. شلتز، داوون (١٩٨٣): نظريات الشخصية، ترجمة: حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطبعة بغداد، بغداد.
١٩. الشبخلي، فاتن محمود علوان (٢٠٠٢): الإذعان لدى موظفي الدولة وعلاقته بأساليب الحياة، كلية الآداب، جامعة بغداد، (رسالة ماجستير غير منشورة).
٢٠. صالح، قاسم حسين (١٩٨٨): الشخصية بين التنظير والقياس، ط١، مطبعة
٢١. التعليم العالي، بغداد.
٢٢. عاقل، فاخر (١٩٨٨): معجم العلوم النفسي، ط١، دار الرائد العربي، بيروت، لبنان.
٢٣. العباس، نورس شاكر هادي (٢٠١٤): بناء مقياس الأوليات الادلرية للشخصية بطريقة كيو للفرز، مجلة جامعة بابل / العلوم الإنسانية / المجلد ٢٢ / العدد
٢٤. عيد، محمد إبراهيم (٢٠٠٥): مقدمة في الإرشاد النفسي، مكتبة الانجلو: القاهرة.
٢٥. العنزلي، فريج عويد (١٩٩٨): علم نفس الشخصية، ط١، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
٢٦. العيداني، عبد الكريم غالي محسن (٢٠١١): الاستقرار المهني وعلاقته بأنماط الشخصية والتوافق الأسري، الجامعة المستنصرية، كلية التربية، أطروحة دكتوراه غير منشورة.
٢٧. عيسوي، عبد الرحمن محمد، (١٩٧٤): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار النهضة العربية، بيروت.
٢٨. غنيم، سيد محمد (١٩٧٥): سيكولوجية الشخصية، محدداتها قياسها نظرياتها، القاهرة، دار النهضة العربية.
٢٩. الفائدي، محجوب عطية (١٩٩٤): البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط١، جامعة عمر المختار، البيضاء.
٣٠. الفتلاوي، علي شاكر وجبار، وفاء كاظم (٢٠١٠): الطلاق العاطفي وعلاقته بأساليب الحياة لدى المتزوجين الموظفين في دوائر الدولة، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، المجلد (١٥) العدد١.
٣١. فوم، أريك (١٩٨٩): الإنسان بين الجوهر والمظهر، ترجمة: سعد زهران
٣٢. ، عالم المعرفة، الكويت.
٣٣. الفقيه، شاوي علي (٢٠٠٥): كيف تكون مديراً ناجحاً، السلسلة الإدارية الحديثة، بيروت، دار نوبليس.
٣٤. الناهي، بتول غالب. (٢٠٠١): أثر الإرشاد النفسي في تعديل أساليب الحياة



أ.د كفاح يحيى صالح العسكري ... د. سالم حميد

,23(2),191-212.

43. - Boeree C.G. (2004):Personality theories available (online) at:www.web.space.ship.edu/cgboer/adler,htm.

44. - Ebel, RK. (1972) Essentials of education measurements, new jersey, prentice - hall.

45. -Manaster, G.J. (2009). Private logic and the logic of social living. Journal of Individual Psychology, 65(1), 4

46. Mosak, H. & Maniaci, M. (2000): Aprimer of adlerian Psychology The analytic, behavioral cognitive psychology of Alfred Adler. Philadelphia: Brunner/Mazel.

47. -Vaughan, W.F. (1927): The psychology of Alfred A dler. Journal of Abnormal and Social Psychology, 21 (4), 358-371

٣٥. لدى طلبة الجامعة (دراسة تجريبية)، كلية التربية، جامعة البصرة، أطروحة دكتوراه غير منشورة).

٣٦. نجار، عرين عايد (٢٠٠٧): دراسة مقارنة لأنماط الحياة بين الراشدين وكبار السن (في منطقة الجليل الأسفل)، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا، رسالة ماجستير غير منشورة.

٣٧. النقشبندي، محمد حمه كريم محمود (٢٠١٠): النزعة نحو الكمال وعلاقته بأساليب الحياة لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد- كلية الآداب- قسم علم النفس.

٣٨. هول، كج، لندزي (١٩٨٧): نظريات الشخصية، ترجمة: فرج أحمد فرج، وآخرون ط٢، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، القاهرة.

39. Adams G.S.(1964): Measurement and evaluation in education psychology and guidance , new york ,holt, Rinehart and winston

40. -Adler,A.(1972):Understanding Human Nature ,(1 st ed ),New York , Garden Cit publishing Company,Inc.

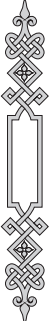
41. -Ansbacher, H.L(1967): Life style: A historical and systematic re-view.

42. Journal of Individual Psychology



## اسماء الخبراء (ملحق ١)

ت	أسماء المحكمين	اللقب العلمي	التخصص	الكلية
١-	أ.د. إيمان عبد الكريم ذيب الجبوري	أستاذ	قياس وتقويم	كلية التربية للبنات الجامعة العراقية
٢-	أ.د. حازم سليمان ناصر	أستاذ	فلسفة التربية	كلية التربية ابن الهيثم
٣-	علي محمود الدليمي	أستاذ	طرائق تدريس الكيمياء	=====
٤-	أ.د. مقداد إسماعيل الدباغ	أستاذ	فلسفة التربية	كلية التربية ابن رشد
٥-	أ.د. داود عبد السلام صبري	أستاذ	مناهج وطرائق تدريس	كلية التربية ابن رشد
٦-	أ.د. محمد سعود الشمري	استاذ	علم النفس التربوي	كلية التربية المستنصرية
٧-	أ.م.د. جاسم، خالد جمال	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	=====
٨-	أ.م.د. سعدون سلمان نجم الحلبوسي	أستاذ مساعد	فلسفة التربية	=====
٩-	أ.م.د. عبد الحسين ارزوقي	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	=====
١٠-	أ.م.د. محمد شلال عبيد صالح	أستاذ مساعد	طرائق تدريس التاريخ	=====





### مقياس أساليب الحياة المقدم للطلبة ملحق (٣)

عزيزي الطالب... عزيزتي الطالبة

تحية طيبة..

لأغراض البحث العلمي يضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن ردود فعلك تجاه عدد من المواقف المختلفة، راجياً منك قراءة كل عبارة بدقة والإجابة عنها بوضع علامة ( ) تحت واحد من البدائل الخمسة الموجودة أمام كل فقرة ترى إنها تنطبق عليك فعلاً، إذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة كبيرة فضع علامة ( ) تحت البديل تنطبق عليّ كثيراً، علماً أن الإجابة لن يطلع عليها احد ولا داعي لذكر الاسم.

مع الشكر والتقدير

ملاحظة: يرجى تدوين المعلومات الآتية:

الكلية: القسم:

الجنس ذكر أنثى

الدراسة علمية إنسانية

المرحلة ثاني رابع

أ.د كفاح يحيى صالح العسكري د. سالم حميد عبيد

علوم تربوية ونفسية إرشاد تربوي



أبداً لا تنطبق عليّ	تنطبق عليّ				الفقرات	ت
	قليلاً	بدرجة متوسطة	كثيراً	تماماً		
					أسمح الآخرين عندما توجه لي إساءة منهم.	١
					أحب إصدار الأوامر أكثر من تلقيها عندما أتعامل مع الآخرين.	٢
					أرى أن المال لا يوفر السعادة إلا إذا حافظ عليه الفرد.	٣
					أشعر بفقدان الأمان والطمأنينة في حياتي اليومية.	٤
					أسرعُ بتنفيذ الأعمال التي أُكلفُ بها في حياتي اليومية.	٥
					أبحث عن المشكلات التي لا تتطلب جهداً في حلها.	٦
					أسرع في تقديم المساعدة لمن يحتاجها.	٧
					أشعر أن صحتي تسوء من يوم لآخر.	٨
					عندما أكره شخصاً ما فأني قادر على إخفاء الكره.	٩
					عندما يضايقني شخصٌ ما أكونُ فظاً معه.	١٠
					أنا مُهتم ومنظم بأساليب حياتي.	١١
					ليست لدي القدرة على مواجهة المواقف المخيفة في الحياة.	١٢







					أجد نفسي سهل المعاشرة عند تعاملي مع الآخرين.	١٣
					أجد نفسي عاجزاً عن أداء المسؤولية التي أكلف بها في حياتي.	١٤
					عندما أواجه مشكلة ما أجتهد للتغلب عليها.	١٥
					أجد صعوبة في أستذكار المعلومات المهمة التي تمرُّ في حياتي.	١٦
					لديّ القدرة على تحطّي المشاعر السلبية التي تواجهني في حياتي.	١٧
					لديّ القدرة التامة على التعامل الايجابي مع مشاكل الحياة اليومية.	١٨
					أتجنب الحوار في المناسبات الاجتماعية.	١٩
					إذا طلب أحدهم شيئاً مني فأنا أعطيه بلا تردد.	٢٠
					أجد صعوبة في اتخاذ أي قرار إلا بعد استشارة الآخرين.	٢١
					أشارك الآخرين في مناسباتهم الاجتماعية.	٢٢
					أتضايق دائماً حينما أكلف بعملٍ فيه مجهود كبير.	٢٣
					يصفني الآخرون بالنشاط والحياة الدائمة.	٢٤
					أعاني من ضعف القدرة على التركيز في بعض القضايا الحياتية.	٢٥
					لديّ قدرة على كتم الأسرار وعدم البوح بها.	٢٦



					أشارك أصدقائي في ممارسة إحدى هواياتي.	٢٧
					أجد آرائي أفضل من آراء الآخرين في القضايا التي نختلف عليها.	٢٨
					عندما أجد أن لديّ عادة غير مستحبة فأني قادر على تركها.	٢٩
					أفضل الراحة والنوم على العمل في حياتي اليومية.	٣٠

