

# علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة

The Relationship Between the Dimension of Health Awareness and the  
Meaning of Life Among Students of Department of Education Science  
University of Mohamed Khider Biskra

مخبر المسألة التربوية في الجزائر في ظل التحديات الراهنة، جامعة محمد خيضر بسكرة/ الجزائر	الإرشاد والتوجيه	أسماء غربي* <a href="mailto:asma.gharbi@univ-biskra.dz">asma.gharbi@univ-biskra.dz</a>
مخبر المسألة التربوية في الجزائر في ظل التحديات الراهنة، جامعة محمد خيضر بسكرة/ الجزائر	تقويم تربوي	صباح ساعد <a href="mailto:sabah.saad@univ-biskra.dz">sabah.saad@univ-biskra.dz</a>
ORCID: /	DOI: 10.46315/1714-013-002-021	

الإرسال: 2024/01/29 القبول: 2024/05/22 النشر: 2024/06/16

\*\*

**ملخص:** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة، حيث تم اختيار عينة من طلبة شعبة علوم التربية قوامها 137 عن طريق المسح الشامل طبقت عليها مقياسي الوعي الصحي ومعنى الحياة، وباستخدام المنهج الوصفي الإرتباطي .  
توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعد الصحة النفسية وبعد التدخين والمخدرات وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة، لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين كل من الأبعاد التالية: ( الصحة الشخصية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام ن البيئة ) وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة .  
**كلمات مفتاحية:** الوعي الصحي؛ معنى الحياة .

## Abstract:

The current study aimed to identify the relationship between the dimension of health awareness and the meaning of life among the students of department of education science at the university of mohamed khider biskra. Wherea sample of educational science students was selected through a comprehensive survey, on which the health awareness and life vocational scales were applied. Using the descriptive correlational approach.

The study reached the following results: there is a statistically significant relationship between the mental health dimension and the dimension of smoking and drugs, and the meaning of life among students of the educational science division at the university of biskra. There is no statically significant relationship between each of the following dimensions: ( personal health, nutrition, exercise and practicing sport, stature, envirement ) and the meaning of life among education science student at علاقة university of biskra.

**Keywords :** Health awareness; the meaning of life.

## 1- مقدمة (Introduction):

من الأسباب التي تؤدي بأمراض القلب والأوعية تعود إلى عوامل سلوكية يمكن تجنبها، وتتمثل في السمنة والتدخين والعادات الغذائية غير الصحية والابتعاد عن الأنشطة البدنية وارتفاع نسبة الكوليسترول وارتفاع ضغط الدم. لذلك سعت مختلف المجتمعات لتنمية الوعي الصحي والثقافة الصحية لدى أفرادها من خلال اكتساب العادات الصحية وممارستها بهدف تكوين اتجاه صحي إيجابي سليم. حيث يعرف (لبشيري، 2022) الوعي الصحي على أنه: "الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والإقناع، وتحول تلك الممارسات الصحية إلى عادة تمارس". مثل هذه الممارسات والسلوكيات الصحية السليمة تعد من أهم العوامل لتكوين مفهوم معنى الحياة لديهم يشكل لهم نظرة إيجابية ونمط شخصية صحي سليم نحو أنفسهم ونحو الآخرين. كذلك يعتبر معنى الحياة من المفاهيم التي تم دراستها في علم النفس، الدافع أو المحرك الأساسي لسلوك الفرد (رحيم، 2012، ص 615). حيث كلما كان للفرد معنى لحياته سيكون له دافع إيجابي واردة نحو الأفضل من أجل حياة صحية سليمة، وحياة متوازنة سواء جسدياً أو نفسياً.

وتعد فئة الطلبة الجامعيين من بين الفئات التي من المفترض أن يكون لها وعي وصقافة صحية أفضل من غيرهم، نظراً لارتفاع مستواهم العلمي والثقافيين ومدى احتكاكهم بالمجتمع وممارساته. وعليه جاءت هذه الدراسة من بين الدراسات التي تناولت متغيري الوعي الصحي ومعنى الحياة، من حيث التركيز على العلاقة بين كل بعد من أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة.

### 1-1- الإشكالية:

الاستثمار في الصحة يقوّي مناعة الفرد ويجعله يتمتع بصحة جيدة، وخلوه من مختلف الأمراض ممّا يجعله أقدر على الإنتاج والإنتاجية هذه الأخيرة تؤدي إلى الرفاء الاقتصادي والرفاهية الاجتماعية... ممّا ينعكس إيجاباً على خلق مجتمع صحي وسليم. وهذا ماورد في دراسة (عبد الحق، شناعة، نعيّرات، العمّد، 2012، ص 940)، إذ اعتبر الثقافة الصحية من القضايا الهامة التي يجب الاهتمام بها، كونها من العناصر الأساسية التي تسعى إلى وقاية الأفراد من الأمراض والحفاظ على صحتهم والارتقاء بها، ولا يمكن تحقيق هذا الأمر إلا على أساس صحي سليم من شأنه الحفاظ على صحة المجتمع، وخاصة مع التغيرات التي نعيشها في الفترات الأخيرة من أمراض وفيروسات، والتي منشأها في غالب الأحيان يعود إلى قلة الوعي الصحي لدى الأفراد. لذلك تسعى مختلف المجتمعات إلى تحقيق حياة صحية سليمة من خلال تنمية الوعي الصحي لدى أفرادها من بينهم طلبة الجامعة حول الغذاء الصحي والنشاط البدني والصحة الانفعالية العقلية والصحة الجسدية،... الخ. حيث أشار عبد القوي في دراسته (2019، ص 1) أن منظمة الصحة العالمية إلى أنّ الخمول البدني يعد أحد أخطر العوامل الرئيسية للإصابة بالأمراض غير السارية

كالكسري وأمراض القلب والأمراض التنفسية... ورابع سبب رئيسي للوفيات المبكرة على الصعيد العالمي، وان الاهتمام بصحة الطالب الجامعي من أهم الأمور نظرا لرتبته واعتباره من فئات المجتمع الواعي ويجب تحديد نقاط الضعف والقوة لدى هذى هذا الأمر .

وعليه فالسلوك الصحي السليم لدى الطالب الجامعي هو مؤشر يدل على مستوى وعيه وذلك من خلال الممارسة الدائمة للسلوكيات الصحية في مختلف أبعادها الجسدية والنفسية والغذائية والبدنية والبيئية وغيرها من مجالات الوعي الصحي .

مستوى الوعي الصحي قد يؤثر على مختلف جوانب حياة الطالب الجامعي ولا سيما من حيث نظرته لحياته ومدى رضاه عنها وإعطائها معنى. حيث يشير مفهوم معنى الحياة في دراسة (زقاوة، 2020، 586) إلى أنها: " شعور الفرد بتحمل المسؤولية ورضاه عن حياته وإدراكه لنوعية الحياة التي يعيشها من خلال إدراكه لنوعية ومقدار الخدمات المحققة له في المجتمع"، أي مدى الإيجابية لمعنى الحياة ودافعيتها للإنجاز الأكاديمي ورضاه عن ذاته يخفف من ضغوطه والبحث عن السعادة والصحة النفسية مما يجعله يبحث عن كل ما هو له علاقة بالصحة السليمة . وهذا ما تم توضيحه أيضا في دراسة (زقاوة، 2021، ص 223) أن على الحكومة الجزائرية أن تهتم أكثر بتطبيق سياسة الصحة على المؤسسات التربوية من دور الأطفال على غاية الجامعة، من خلال الصحة المدرسية، تطبيق البرامج الصحية، متابعة الطلبة، لتنمية فكرة التثقيف الصحي والوعي الصحي وكيفية ممارسته .

وتأسيسا لما سبق جاءت الدراسة الحالية للتعرف على طبيعة العلاقة بين أبعاد الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة في علاقتها بمعنى الحياة لديهم وذلك من خلال محاولة للإجابة على التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة بين أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة ؟

#### 1-2-أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين كل من أبعاد الوعي الصحي ( الصحة الشخصية، الصحة النفسية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، المخدرات والتدخين، القوام، البيئة ) بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة .

#### 1-3-أهمية الدراسة:

- قد تساعد في جذب انتباه الجهات المعنية كوزارة التعليم العالي في توظيف الجانب التعليمي الصحي في الوحدات التعليمية أو التنوع في المقاييس التي يدرسها الطالب الجامعي .

- يمكن أن تكون إضافة نظرية للأخصائيين المهتمين بالجانب الصحي لدى الطالب الجامعي .

- يمكن أن تساعدنا في التعرف على أهمية الصحة التي على الطالب الجامعي أن يكون متميز بها حتى يحقق الجانب الصحي الجسدي والعقلي والنفسي... الخ .

- قد تلفت انتباه الأسرة الجامعية نحو أهمية تنمية الوعي الصحي من خلال إقامة ندوات وأيام دراسية وأنشطة حول الصحة بمساعدة الطالب الجامعي نفسه .

#### 4-1- الدراسات السابقة :

1-4-1- دراسة عبد الحق، شناعة مؤيد، نعيترات قيس، العمدة سليمان (2012) : بعنوان "مستوى الوعي الصحي لدى طلبة النجاح الوطنية وجامعة القدس بفلسطين"، هدفت هذه الدراسة إلى :

- التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس.

- التعرف على الفروق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس تبعاً للجامعة، الجنس، الكلية، والمعدل التراكمي. حيث تم تطبيق استبيان الوعي الصحي على 800 طالباً وطالبة من جامعة النجاح الوطنية وجامعة القدس، وباستخدام الباحث المنهج الوصفي المسحي. وتوصلت الدراسة إلى ما يلي:

- مستوى الوعي الصحي لطلبة كلية النجاح الوطنية والقدس متوسطاً بنسبة الاستجابة عليها 24.80% فقط

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين لطلبة كلية النجاح الوطنية وجامعة القدس تبعاً للجامعة، الجنس وتبعاً للكلية، والمعدل التراكمي

2-4-1- دراسة عبد القوي رشيد ( 2019 ) : بعنوان " مستوى الوعي الصحي وعلاقته بالحفاظ على الوزن الطبيعي لدى طلبة الجامعة " جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة، ومن أهداف هذه الدراسة هدفت إلى :

- الكشف عن مستوى الوعي الصحي لدى طلبة السنة الثانية والثالثة ليسانس بجامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة والفروق في مستوى الوعي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، مؤشر كتلة الجسم. تم تطبيق استبيان الوعي الصحي على 475 طالب وطالبة من جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة، كذلك استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بالأسلوب العلائقي. وكانت نتائج الدراسة كالتالي :

- مستوى الوعي الصحي العام لطلبة السنة الثانية والثالثة ليسانس في جامعة الجيلالي بونعامة مرتفع نسبياً.

3-4-1- دراسة أحمد زقاوة (2020) : " بعنوان معنى الحياة كمؤشر على الصحة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي " بغليزان، حيث هدفت هذه الدراسة إلى :

- الكشف عن مستوى معنى الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي

تم تطبيق استبيان معنى الحياة على 140 طالبا وطالبة من المركز الجامعي غليزان، كذلك استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي التحليلي. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى معنى الحياة مرتفع لدى طلاب الجامعة .

**4-4-1- دراسة أمينة تازي (2021) :** بعنوان " علاقة الوعي الصحي بممارسة السلوك الصحي لدى التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية في المرحلة المتوسطة "بالبليدة، وهدفت هذه الدراسة إلى: الكشف عن العلاقة بين الوعي الصحي وممارسة السلوك الصحي المتمدرسين الممارسين للرياضة في المرحلة المتوسطة. تم تطبيق استبيان الوعي الصحي على 80 تلميذا وتلميذة من متوسطة بني مراد بولاية البليدة، كذلك استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي الارتباطي. وتوصلت إلى النتائج التالية :

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الوعي الصحي وممارسة السلوك الصحي لدى المتمدرسين الممارسين للرياضة .

#### التعقيب على الدراسات السابقة :

تناولت الدراسات السابقة موضوعات حول الوعي الصحي، السلوك الصحي، ومعنى الحياة، الممارسة الرياضية، على أن الدراسة الحالية ركزت أيضا على متغير الوعي الصحي ومعنى الحياة، وهناك نقاط اختلاف وتشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة والاختلاف في النقاط التالية :

في دراسة (عبد الحق، شناعة، نعيرات، العمدة، 2012) تشابهت مع الدراسة الحالية في متغير الوعي الصحي، والعينة والتي هي طلبة الجامعة، بالإضافة إلى نوع أداة المطبقة والتي كانت عبارة عن مقياس الوعي الصحي، إلا أنها اختلفت مع الدراسة الحالية في تطبيق المنهج، حيث في هذه الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي المسحي، أما في الدراسة الحالية تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، أيضا اختلفت معها في دراسة المتغيرات، حيث في هذه الدراسة قامت بدراسة الوعي الصحي لدى طلبة الجامعة فقط، أما في الدراسة الحالية تمت دراسة أبعاد الوعي الصحي وعلاقته بمعنى الحياة .

أما في دراسة (عبد القوي، 2019) تشابهت مع الدراسة الحالية في متغير الوعي الصحي، بالإضافة إلى نوع الأداة والتي كانت مقياس الوعي الصحي، أيضا تشابهت معها في تطبيقها على عينة من طلبة الجامعة. واستخدامها للمنهج الوصفي الارتباطي، ألا أنها اختلفت مع الدراسة الحالية والتي تهدف إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة، أما هذه الدراسة فهدفت إلى التعرف على الوعي الصحي وعلاقته بالحفاظ على الوزن الطبيعي لدى طلبة الجامعة .

وفي دراسة (زقاوة، 2020) تشابهت مع الدراسة الحالية في متغير معنى الحياة، بالإضافة على نوع الأداة المطبقة التي كانت عبارة عن مقياس معنى الحياة، أيضا تشابهت معها في تطبيقها على طلبة الجامعة. واختلفت مع الدراسة الحالية في أن هذه الدراسة اعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، أما في الدراسة الحالية تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي. أيضا واختلفت هذه الدراسة مع الدراسة الحالية في دراستها لمعنى الحياة بالصحة النفسية، أما الدراسة الحالية فقد درست أبعاد الوعي الصحي وعلاقته بمعنى الحياة.

وفي دراسة (تازي، 2021) تشابهت مع الدراسة الحالية في متغير الوعي الصحي، بالإضافة إلى نوع الأداة المطبقة التي كانت عبارة عن مقياس الوعي الصحي، أيضا تشابهت مع الدراسة الحالية في تبنيها للمنهج الوصفي الارتباطي، إلا أنها اختلفت معها في نوع العينة والتي في هذه الدراسة كانت عينة تلاميذ المرحلة المتوسطة، أما في الدراسة الحالية تم التطبيق على طلبة الجامعة، أيضا اختلفت معها في أن هذه الدراسة قامت بدراسة الوعي لصحي وعلاقته بالسلوك الصحي، أما في الدراسة الحالية درست علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة.

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة التي تم توظيفها من الجانب النظري طبعاً حول علاقة متغيرات الدراسة ببعضها البعض، وخاصة من ناحية النتائج فعندما نرى بين الجانب النظري أو الحوصلة الأخيرة للجانب النظري ونتائج الدراسات السابقة يمكن أن نقول أنهم مكملين لبعضهم البعض، فعندما نرى أن متغيرات الدراسات كانت بين الوعي الصحي ومعنى الحياة، والممارسة الرياضية، والوزن، والسلوك الصحي. ومن خلال دراستنا الحالية حاولت دراسة أبعاد الوعي الصحي وعلاقتها بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة، ففي دراسة (زقاوة، 2020)، ربطت معنى الحياة بالصحة النفسية والذي هو من أبعاد الوعي الصحي، وهذا ما حاولت دراسة (تازي، 2021) من خلال دراسته للوعي الصحي وعلاقته بالسلوك الصحي لدى المتدربين الممارسين للرياضة، أيضا بالنسبة لدراسة كل من (عبد الحق، شناعة، ونعيرات والعمد، 2012) و(عبد القوي، 2019) واللتان كانتا كإضافة للدراسة الحالية من خلال معرفة ما هو مستوى الوعي الصحي للطلاب الجامعي أن كان منخفض أو متوسط أو مرتفع، لأنه يساعدنا في تحديد طلبة ذوي الوعي الصحي المنخفض ومساعدتهم على رفعه مما يساعدهم على رفع من شخصيتهم الصحية ومما يؤدي إلى بناء معنى لحياتهم.

#### 1-5- فرضية الدراسة :

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين أبعاد الوعي الصحي ومعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة.

## 6-1- تحديد مفاهيم الدراسة :

### 1-6-1- مفهوم الوعي الصحي :

يعرف الوعي الصحي على أنه "إدراك المعارف والحقائق والأهداف الصحية للسلوك الصحي، أي أنه عملية إدراك الفرد لذاته وإدراك الظروف الصحية المحيطة، وتكوين اتجاه عقلي نحو الصحة العامة للمجتمع (حلاب، 2018، ص 18)

عرفه أيضا (الحجازي، 2011) على أنه: " إدراك وإلمام أفراد المجتمع بالمعلومات والحقائق وتبني نمط حياة وممارسات صحية سليمة ترفع من المستوى الصحي المجتمعي. (بارعيده والمنتشري، 2020، ص 679)

### 1-6-2- مفهوم معنى الحياة :

تعددت آراء الباحثين حول تعريف معنى الحياة ولكن تكاد تدور معظم التعريفات حول التصور الذي يضعه الفرد لمعنى حياته، ويعرف (خيرى وعلام، 1998)، بأنه مدى الوعي المناسب لدى الفرد بمعنى الحياة والمفهوم الشامل لأهدافها وكيفية تحقيق هذه الأهداف بالأساليب المناسبة. نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى (الأبيض، 2010، ص 5).

### 1-7-1- التحديد الاجرائي لمتغيرات الدراسة :

1-7-1- الوعي الصحي : ويقصد به عملية إدراك الفرد لذاته وإدراك الظروف الصحية المحيطة وتكوين اتجاه عقلي نحو الصحة العامة، الذي يتعامل بشكل فعال مع الأفراد في حل مشكلاتهم الصحية . (تازي، 2021، ص 228). ويعرف إجرائيا على أنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس الوعي الصحي بأبعاده ( الصحة الشخصية، الصحة النفسية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، التدخين والمخدرات، البيئة

1-7-2- معنى الحياة : هو إدراك الفرد لقيمة وأهمية الحياة، والتي تمثل القوة الدافعة للإنسان في تحقيق أهدافه بإرادة قوية ورغبة الكبيرة للعيش، مما تجعل منه ذو مقدرة على تحكم في رغباته وفي المهيدات التي تؤثر على إرادة المعنى عنده. (سماش ومسعودي، 2022، ص 229-230). ويعرف إجرائيا بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس معنى الحياة.

### 2- المنهج وطرق معالجة الموضوع (Methods):

1-2- منهج الدراسة: نظرا لطبيعة الدراسة والتي تهدف على الكشف عن علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة، تم إتباع المنهج الوصفي الارتباطي.

2-2- مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة على مستوى الليسانس والماستر والبالغ عددهم 196 حسب الإحصاءات المتحصل عليها من إدارة الكلية للعام 2022-2023.

2-3- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 107 طالبا وطالبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة من مجموع 196 طالبا تم اختيارهم عن طريق المسح الشامل، بعد استبعاد عينة الخصائص السيكومترية. إلا أنه لم يتم التطبيق على طلبة تخصص علم النفس التربوي في مستوى ليسانس والماستر نظرا لعدم استجابتهم لمقياسي الدراسة، حيث تم الأخذ بعين الاعتبار استجابات طلبة تخصص الإرشاد والتوجيه في مستوى ليسانس والماستر وطلبة سنة ثانية علوم التربية.

2-4- أدوات الدراسة: تم استخدام أداتين الأولى تمثلت في مقياس الوعي الصحي، والثانية في مقياس معنى الحياة وتفصيلهما كالآتي:

2-4-1- مقياس الوعي الصحي: من إعداد رشيد عبد القوي (2019)، والذي اشتمل المقياس على 5 أبعاد موزعة على 92 بندا ويتم تصحيح المقياس وفق تقدير ثلاثي، بحيث تعطى الدرجة (3) للاختيار دائما، وتعطى درجة (2) للاختيار أحيانا، وتعطى درجة (1) للاختيار أبدا.

2-4-2- مقياس معنى الحياة: من إعداد هارون توفيق الرشيد عام (1996) والذي اشتمل على 39 بندا ويتم تصحيح المقياس وفق تقدير رباعي، بحيث تعطى الدرجة (4) لكثيرا جدا، وتعطى الدرجة (3) للاختيار كثيرا، وتعطى درجة (2) للاختيار متوسط، وتعطى درجة (1) للاختيار قليلا.

2-4-3- الخصائص السيكومترية للأداة: للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة تم تطبيقهما على عينة قوامها على 30 طالبا وطالبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة، تم اختيارهم عشوائيا عن طريق القرعة من مجتمع الدراسة المكون من 137 طالبا وطالبة، وتم حساب خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات كالتالي:

أولا/ الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي الصحي:

الأبعاد	( r )معامل الارتباط	( a )مستوى الدلالة
التغذية	**0.808	0.01
ممارسة النشاط الرياضي	**0.706	0.01
الصحة الشخصية	**0.852	0.01
الصحة النفسية	**0.710	0.01
القوام	**0.804	0.01



0.05	*0.203	التدخين والمخدرات
0.05	*0.375	صحة البيئة

1/ الصدق البنائي : من خلال حساب معامل الارتباط بين الدرّجة الكليّة لكل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للأداة، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (1) يوضح معاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس من خلال بيانات الجدول أعلاه نجد ان معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد الوعي الصحي في علاقته بالدرّجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين 0.85 و0.20 وهي كلها ذات دلالة عند مستوى 0.01 و0.05. وبالتالي يمكن القول أن المقياس يتمتع بالصدق البنائي.

2/ الثبات ( ألفا كرونباخ ) : تم حساب معامل ثبات كل بعد من أبعاد مقياس الوعي الصحي وبعد التطبيق تم الاستعانة ببرنامج (spss20) كما هو موضح بالجدول الموالي :

جدول رقم (2) يوضح معامل ثبات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس الوعي الصحي

أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ
بعد التغذية	0.685
بعد ممارسة النشاط الرياضي	0.689
بعد الصحة الشخصية	0.773
بعد الصحة النفسية	0.565
بعد القوام	0.687
بعد التدخين والمخدرات	0.854
بعد صحة البيئة	0.653

ومن خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة ألفا كرونباخ على جميع أبعاد مقياس الوعي الصحي تراوحت ما بين (0.56 و0.85) وهي كلها معاملات ثبات مقبولة.

### ثانيا/ الخصائص السيكومترية لمقياس معنى الحياة :

1/ الصدق البنائي: لقد تم الإعتماد في حساب صدق الأداة من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس. وتراوحت معاملات الارتباط ما بين ( 0.20 و 0.65 ) وكلها دالة إحصائيا ومن ثم يمكن القول بأن المقياس يتمتع بالصدق الداخلي .

2/ الثبات ( الفا كرونباخ ): لحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي للأداة تم حساب قيمة ألفا كرونباخ والتي قدرّت بـ 0.879، وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

### 2-5- المعالجات الاحصائية المستخدمة : تمثلت في :

لقد تم الإعتماد على معامل بيرسون الخطي لاستخراج العلاقة بين درجات كل بعد من أبعاد الوعي الصحي ودرجات معنى الحياة .

### 3- النتائج (Results):

تنص فرضية الدراسة على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الوعي الصحي ومعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة. وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد الوعي الصحي في علاقته بالدرجة الكلية لمعنى الحياة كما توضحه مصفوفة الارتباط الموضحة بالجدول الموالي :

جدول رقم (3) يوضح معامل الارتباط بين أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة

البيئة	القو ام	التدخين والمخدرات	ممارسة النشاط الرياضي	التغذية	الصحة النفسية	الصحة الشخصية	أبعاد الوعي الصحي	المتغيرا ت
0.0 45	0.1 4	0.30	0.046	1 -0.10	0.40 6	0.089	معنى الحياة	
غير دالة	غير دالة	دالة	غير دالة	غير دالة	دالة	غير دالة	0.05	مستوى الدلالة

من خلال مخرجات الجدول أعلاه نجد أن قيم معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد للوعي الصحي التالية: (الصحة الشخصية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، القوا والبيئة) في علاقتهما مع معنى الحياة كانت على الترتيب (0.089، -0.101، ، 0.046، 0.14، 0.045) وهي جميعها قيم ضعيفة غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05.

في حين نجد قيمة معامل الارتباط لكل من بعد الصحة النفسية وبعد التدخين والمخدرات في علاقتهما بمعنى الحياة تراوحت ما بين (0.30 و 0.406) وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05.

### 4- مناقشة النتائج (Discussion):

تنص فرضية الدراسة على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الوعي الصحي ومعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة. ومن خلال بيانات الجدول

رقم (03) توصلت الدرّاسة إلى أن العلاقة قد تحققت بين كل من بعد الصحة النفسية وكذا بعد التدخين والمخدرات في علاقتهما بمعنى الحياة .

حيث قدّرت قيمة معامل الارتباط بين بعد الصحة النفسية وبين معنى الحياة (0.406) وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05. تشابهت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة زقاوة (2021) والتي توصلت إلى أنه: هناك تأثير كبير للصحة النفسية على معنى الحياة لدى الشباب الجامعي، من خلال تجاوبه مع متغيرات الحياة والتحول الاجتماعي، وخاصة بالنسبة للشباب الذين يتمتعون بقوة إيمانية مستقبلية يرونها أساس لتحقيق طموحاتهم ورغباتهم، ويملكون نظرة إيجابية تجعلهم يتمتعون بالتكيف والملاءمة مع البيئة، وهذا ما نجده في البيئة الجامعية، فهي عامل مهم في تحقيق الارتياح النفسي والصحة النفسية والسعادة. ويمكن تفسير هذه النتيجة على ضوء نظرية فرانكل التي يذهب إلى أن معنى الحياة هو حالة يسعى إليها الإنسان ويحركها إشباع دافع داخلي يطلق عليه إرادة المعنى وحب الحياة . فالطالب الجامعي يعتبر من نخبة المجتمع وله مصادره الكثيرة التي تساعد على تحقيق معنى الحياة والصحة النفسية منها الأسرة، الزملاء، البيئة الجامعية، الدين... الخ . وخاصة أن معنى الحياة يمكن أن يتأثر بالسلب أو بالإيجاب نتيجة الضغوط النفسية الكبيرة والمخاوف والإجهاد والمستوى المعيشي مما ينعكس عليه سلبا على اتخاذ قراراته.

وفيما يخص البعد الخامس بعد التدخين والمخدرات قدّر معامل الارتباط ب(0.30) وهي قيمة دالة إحصائية مما تدل على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد التدخين والمخدرات وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة، كما هو مبين في الجدول رقم (03) واتفقت هذه النتيجة أيضا مع دراسة زقاوة (2021) والتي توصلت إلى أن الجامعة تعتبر مكان واسع يتشارك فيه الطلبة جميع متغيرات الحياة، ومن السلبيات التي قد يقع الطالب الجامعي فيها هو الهروب من واقعه سواء الدراسي، الأسري، ... الخ إلى شيء اسمه التدخين والمخدرات ونرى هذا الأمر مع الطالبات أيضا. وعليه نقول أن ارتفاع الوعي الصحي في مجال مخاطر تعاطي التدخين والمخدرات كلما ارتفعت درجة معنى الحياة لديهم. والعكس صحيح.

ويرى (فرانكل 1982، ص 134) أن: "أته إذا فقد الإنسان معنى لحياته فإنه يعيش حالة من الفراغ الوجودي وهو مفهوم وصفه للتعبير عن حالة الملل والسأم.... الخ، وهناك أقنعة مختلفة ومظاهر متعددة يبدو بها الفراغ الوجودي (إحباط إرادة المعنى) "، ففي بعض الأحيان يكون هناك تعويض لإرادة المعنى المحبطة بإرادة اللذة، مثل إدمان المخدرات أو الإدمان بغير مادة مخدرة وهو ما يسمى بالإدمان السلوكي . فكلما كان الفرد لا يعطي لنفسه هدفا في هذه الحياة، ومواجهة تلك الضغوطات التي يواجهها في المجتمع بكل مصادرها فسيذهب إلى أول طريق يمكن أن يشعره

بالراحة حتى ولو كانت مؤقتة كالتدخين وغيره من الأمور. ولذلك يلعب الوعي الصحي دورا كبيرا في تنمية الشعور بمعنى الحياة والحفاظ على النفس .

كما توصلت الدراسة الحالية إلى عدم وجود علاقة بين كل من بعد ممارسة النشاط الرياضي وبين معنى الحياة. وتشابهت هذه النتيجة مع دراسة تازي (2021) أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الوعي الصحي والسلوك الصحي لدى التلاميذ المتمدرسين الممارسين الرياضيين، حيث بلغت القيمة الارتباطية بين المتغيرين 0.18 - وهي غير دالة إحصائيا وفسرت هذا الأمر أن أهم شيء في الوعي الصحي هو ممارسة السلوكيات الصحية، فمن خلال دراسته وجد أن التلاميذ لديهم وعي صحي نوعا ما في مجالات الوعي الصحي، ولكن لا يمارسونه مع أنهم يمارسون الجانب الرياضي، وعليه يرى أنه يجب التطوير في مجال التربية الصحية من خلال نشر الثقافة الصحية من خلال إدراك تلك المعارف التي تشكل لنا وعيا صحيا، مما يجعلنا نمارسها دون تفكير لتصبح عادات سلوكية صحية .

وعدم إدراك أهمية هذه السلوكيات على الجانب الصحي دون وعي صحي، حيث بعض الأفراد يرون الممارسة الرياضية على أنها فقط من أجل اللعب مع الرفاق لتمضية وقت الفراغ، ولكن ليس لديهم ثقافة صحية حول تأثير ممارسة تلك الرياضة على جسمهم، وأن للرياضة أبعاد صحية غير جانب الترفيه فقط، وهذا كله بسبب قلة الاهتمام بالتربية والتعليم في المجال الصحي في سن مبكرة .

الشيء نفسه بالنسبة لبعد التغذية، نرى أن أغلب الطلاب يتناولون الأغذية غير الصحية مثل الأكل السريع في أغلب الأوقات، والمشروبات الغازية وتناول السكريات..... الخ، وهذا ما ورد أيضا في دراسة عبد الحق وشناعة وآخرون (2012) أن مستوى الوعي الصحي لدى الطالب الجامعي متوسط في المجالات التالية: الصحة الشخصية، التغذية، القوام، الممارسة الرياضية حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجالات ككل 3.24 بنسبة 24.28 % فقط من بين 800 طالبا وطالبة الذين أجريت عليهم الدراسة، نظرا لأن الشباب الجامعي ليس لديه نظرة مستقبلية لحياته، تنظيم أسلوب حياته من خلال أهداف من أجل حياة صحية سليمة يمكن أن تساعد في الاستمرار بالعيش مع أسرته وتكوين أسرة سليمة مستقبلا تجعل لحياته ووجوده معنى، يمكن أن يفيد به أفراد المجتمع .

\*- خاتمة:

إن الهدف الأساسي في الحياة هو العيش في حياة صحية سليمة خالية من الأمراض من أجل الابتعاد عن المشكلات الصحية النفسية ومعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة، حيث نجد أن الاهتمام بصحة الطالب أصبح أمرا مهما جدا وذلك نظرا للدراسات العديدة التي توصلت إلى أنّ الوعي الصحي لدى الطالب الجامعي منخفض ويحتاج إلى توجيه نحو

سلامته الصحية، من خلال معرفته بمعنى حياته وهذا يعتبر مؤشرا قويا ودافعا لتحفيز سلوكه الصحي، وفي نفس الوقت يجعل الطلبة الجامعيين أكثر ارتباطا ورضا وأقل قلقا اتجاه مستقبلهم. وتعد هذه الدراسة من بين الدراسات التي ركزت على الوعي الصحي لدى الطالب الجامعي من خلال البحث في علاقته بمعنى الحياة لديهم، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعد الصحة النفسية وبعد التدخين والمخدرات وبين معنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة بسكرة.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من الأبعاد التالية: (الصحة الشخصية، التغذية، ممارسة النشاط الرياضي، القوام، البيئة) وبين معنى الحياة لدى طلبة علوم التربية بجامعة بسكرة.

#### توصيات ومقترحات الدراسة :

- 1- إقامة دراسات معمقة حول الوعي الصحي ومصادره لدى الطلبة
- 2- بناء برامج ارشادية تهتم بالمهارات التي على الطالب أن تكون لديه لممارسة حياة صحية سليمة
- 3- إقامة ندوات أو دورات حول مدى ارتباط معنى الحياة والمجتمع بالوعي الصحي لدى الفرد
- 4- البحث عن الفراغات التي لدى الطلبة وعلاقتها بالوعي الصحي، لأن أغلب الأفراد يلجئون للأكل والتدخين تنفيذا عما بداخله.

\*\*

#### المراجع :

- الأبيض، محمد حسن. (2010). مقياس معنى الحياة لدى الشباب. *مجلة كلية التربية عين شمس مصر*، 3 (34). 799-820
- بارعده، إيمان سالم. المنتشري، تماضر عثمان. (2020). "مستوى الوعي الصحي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة". *مجلة الدراسات الجامعية للبحوث الشاملة*، 1 (4). 672-705.
- تازي، أمينة. (2021). "علاقة الوعي الصحي بممارسة السلوك الصحي.- دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية-". *مجلة الضياء للبحوث النفسية والتربوية*، 2 (1). 222-234
- رحيم، جميلة عبد الوائي (2012). "المعنى في الحياة وعلاقته بنمط الشخصية (A, B) لدى طلبة جامعة بغداد"، *مجلة الأستاذ*، (201)، 209-224
- زقاوة، أحمد. (2020). "معنى الحياة كمؤشر على الصحة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي". *مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية*. 12 (04)، 585-598
- سماش، راضة. مسعودي، لويذة. (2022). "انعكاسات الشبكات الاجتماعية على ادراك معنى الحياة لدى الطالب الجامعي". *مجلة دراسات انسانية واجتماعية*. جامعة وهران، 11 (1). 227-240
- عبد الحق، عماد. شناعة، مؤيد. نعيترات، قيس، العمدة، سليمان. (2012). "مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة النجاح وجامعة القدس". *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)*، 26 (4). 939-958

## علاقة أبعاد الوعي الصحي بمعنى الحياة لدى طلبة شعبة علوم التربية بجامعة محمد خيضر بسكرة

- عبد القوي، رشيد. (2019). مستوى الوعي الصحي وعلاقته بالحفاظ على الوزن الطبيعي لدى طلبة الجامعة. أطروحة دكتوراه في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية. معهد التربية البدنية والرياضية. مستغانم. جامعة عبد الحميد بن باديس .
- لبشيري، أحمد. (2022). " التقدير الكمي لمساهمة الوعي الصحي في تحديد المعادلات التنبؤية لاتجاهات التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي". مجلة الابداع الرياضي، 13 (01). 519-499.