

The effectiveness of a training program in improving human quality among a sample of female students at Qatar University

Prof. Musalam Salim Ali Al-Waheibi

General requirements section | Technology & Applied Sciences University, Nizwa Branch | Oman

Received:
28/05/2023

Revised:
09/06/2023

Accepted:
18/06/2023

Published:
30/10/2023

* Corresponding author:
mllmslm2@gmail.com

Citation: Al-Waheibi, M. S. (2023). The effectiveness of a training program in improving human quality among a sample of female students at Qatar University. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 7(38), 33 – 57. <https://doi.org/10.26389/AJSRP.C280523>

2023 © AISRP • Arab Institute of Sciences & Research Publishing (AISRP), Palestine, all rights reserved.

• Open Access



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license

Abstract: The current study aimed to measure the effectiveness of a proposed training program in improving human quality, after testing it on a sample of (25) female students at Qatar University through the pre-application of the scale, and then implementation The human quality improvement program in (14) training sessions during five weeks. The program included nine domains that represent the fields of man's relationship with what is around him, such as his relationship with the Creator, himself, the other, and the legal system...etc., then a post-measurement was conducted at the end of the program, and after a break of three weeks, the measurement was conducted The follow-up study to assess the survival of the impact of the program on the sample of the semi-experimental study, and by analyzing the data, the researcher reached several results, most notably the achievement of the effectiveness of the program and the survival of its impact.

Keywords: Effectiveness of a training program, human quality, human quality improvement measure, human quality improvement, human quality standards.

فعالية برنامج تدريبي في تحسين جودة الإنسان لدى عينة من طالبات جامعة قطر

أ.د/ مسلم بن سالم بن علي الوهبي

قسم المتطلبات العامة | جامعة التقنية والعلوم التطبيقية فرع نزوى | عُمان

المستخلص: هدفت الدراسة الحالية إلى قياس فاعلية برنامج تدريبي مقترح في تحسين جودة الإنسان. بعد تجريبه على عينة من (25) طالبة في جامعة قطر عن طريق التطبيق القبلي للمقياس، ثم تنفيذ برنامج تحسين جودة الإنسان في (14) جلسة تدريبية خلال خمسة أسابيع، وشمل البرنامج تسعة مجالات تمثل ميادين علاقة الإنسان بمن حوله، كعلاقته بالخالق وبذاته، وبالآخر، وبالمنظومة القانونية... الخ، ثم إجراء المقياس البعدي بنهاية البرنامج، وبعد انقطاع ثلاثة أسابيع تم إجراء المقياس التبعي لتقييم بقاء أثر البرنامج على عينة الدراسة الشبه التجريبية، وتحليل البيانات توصل الباحث إلى عدة نتائج أبرزها: تحقق فعالية البرنامج وبقاء أثره، لذا أوصى الباحث بعدة توصيات أبرزها: تطبيق البرنامج ونشره على عينات أخرى وفي مناطق وأقطار مختلفة.

الكلمات المفتاحية: فعالية برنامج تدريبي، جودة الإنسان، مقياس تحسين جودة الإنسان، تحسين جودة الإنسان، معايير جودة الإنسان.

1- مقدمة.

إذا كانت أغلب المؤسسات الخدمية والوسائل والأدوات والمغذيات وضعت لها معالم واضحة ومقاييس محددة للحكم على جودتها، فإن المورد البشري هو الفاعل في تحقيق نجاحها، سواءً كان موقعه في موضع القيادة أو في موضع التنفيذ، إذ يقع على عاتق الإنسان الحمل الأكبر في تحقيق أهدافها واستدامتها، لذا فإن الاهتمام بقياس جودة العنصر البشري والتحسين المستمر للذات وعلاقتها، يعد من أولى الأولويات؛ لأن الاهتمام بالإنسان يؤدي إلى درجات عالية من الجودة الحياتية والعملية، ومن ثم تحسين جودة أداء مختلف القطاعات، وتقليل نسبة الأخطاء والعيوب وزيادة الإنتاجية. وعلى ضوء ما سبق، واستجابةً للرؤى الاستراتيجية للمجتمعات المتحضرة، أُعدَّ برنامج تدريبي لتحسين جودة الإنسان، ثم أُعدَّ مقياس يهدف قياس جودة الإنسان في تصورات ومعارفه ومهاراته وسلوكياته في علاقته مع من حوله؛ لأن جودة الإنسان مرتبطة بجودة علاقته.

وتعد جودة الإنسان من المفاهيم المهمة التي تتحدث عن مدى تمكن الفرد من تحقيق النجاح الشخصي والمهني، وتحسين نوعية الحياة العامة، وبالنظر إلى أهمية هذا المفهوم، فإنه ينبغي الاهتمام بتقديم الخدمات والبرامج المناسبة لدعم اتخاذ القرار، والمشاركة، وتحسين الأداء وضمان جودته، حيث إن ضمان الجودة يعد حجر الأساس للممارسات الجيدة؛ نظرًا لأن ضمن الجودة يحدد المعايير التي نقيس بها أنفسنا، والمتطلبات اللازمة لتحقيق أفضل النتائج (Kanumilli, et al., 2023, P1094). ومن ثم فإن الدراسة الحالية تستهدف تحسين جودة الإنسان، باعتبارها من المفاهيم المهمة التي تشمل مجموعة من العوامل التي تؤثر على مدى رضا الفرد عن جودة وجوده، ومدى ارتياحه النفسي والمهني، وذلك من خلال برنامج تدريبي معد لهذا الغرض.

مشكلة الدراسة:

يعاني كثير من الأفراد من قلة الفعالية، وضعف الإنتاجية، مما قد يؤثر على حياتهم الشخصية والمهنية، كما أن كثير من الأفراد يطمح في تطوير وتحسين فعالية أثره فيمن حوله، ويبدو أن طالبات الجامعة يطمحن بشكل خاص إلى تطوير وتحسين جودة وجودهن، ومن ثم فإن برامج التدريب الخاصة بتحسين جودة الإنسان يمكن أن تكون فعالة في مساعدة هؤلاء الطالبات على تحسين ثقتهن بالنفس، وتطوير مهاراتهم الاجتماعية والعاطفية، وبالتالي تحسين جودة حياتهم.

وموضوع جودة الإنسان لاسيما لدى طالبات الجامعة يعد من الموضوعات المهمة، والتي تمثل أساس علم النفس الإيجابي، حيث إن شعور الفرد بالسعادة، والرضا عن الحياة، والإقبال عليها بحماس، وبناء علاقات اجتماعية جيدة وطيبة مع المحيطين، يعد من أسس التعايش الإنساني، ومن دعائم صحته النفسية، (Gerich, 2010, p. 102).

ومن ثم جاءت الدراسة الحالية لتبين أنه يمكن تقديم تدخلات تدريبية تعمل على تشجيع الطالبات على الاستقلالية، وتحسين الثقة بالنفس، وتحمل المسؤولية، وتحسين سلوكياتهم الإيجابية، والمبادرة، ومواجهة الضغوط، وتحمل الإحباط، والتواصل الاجتماعي الجيد، وذلك يتمثل في جودة الإنسان (القطاوي، 2013، ص492).

وكذلك استجابة لتوصيات دراسات العديد من الباحثين بضرورة التدريب لتنمية وتحسين جودة الإنسان، فقد تم إجراء الدراسة الحالية لتحسين جودة الإنسان لدى طالبات الجامعة، حيث يعود ذلك بالسعادة على الفرد، ويمده بالرضا عن حياته، والإقبال على حياته بحماس، ورغبة حقيقية في معاشتها، وبناء شبكة من العلاقات الإيجابية مع المحيطين، وقدرة جيدة على مجابهة المواقف المشككة، وطرح بدائل جيدة لحلها، والشعور المتزايد بالأمن والطمأنينة والثقة في القدرات الشخصية، والميل إلى الدعابة، والسعي الدؤوب صوب إنجاز الأهداف، وعدم الإحساس بالفشل، وبالتالي يزداد طموحه، وإحساسه الداخلي بالإنجاز، ومن بين تلك الدراسات (عبد الحميد، 2010؛ أغنية وآخرون، 2012؛ والقطاوي، 2013؛ والرشيدي، 2023).

ويرى الباحث أننا نحكم على جودة الأشياء من خلال جودة أدوارها فيما وجدّت من أجله، وكذلك تتحسن جودة الإنسان عندما يحقق أدواره في تجويد علاقته مع من حوله، وعندما يمارس مسؤولياته بكفاءة عالية، ولذا يحتاج الإنسان إلى برامج تدريبية وإرشادية لتحقيق التنمية المستدامة، والتطور المستمر؛ كي يحقق الجودة من وجوده، ولذا صمم الباحث برنامجاً تدريبياً لتحسين جودة الإنسان، كما أُعدَّ مقياساً يكشف عن مستوى جودة أداء الإنسان مع من حوله، ويقاس في نفس الوقت فعالية البرنامج المقترح، وبقاء أثره لدى عينة الدراسة.

أسئلة الدراسة:

- 1- ما واقع مستوى جودة الإنسان لدى العينة التجريبية قبل تطبيق برنامج تحسين جودة الإنسان؟
- 2- ما درجة فعالية البرنامج المقترح في تحسين جودة الإنسان بعد تنفيذ جلساته على العينة التجريبية؟
- 3- ما درجة بقاء أثر البرنامج المقترح في تحسين جودة الإنسان بعد انقطاع العينة التجريبية عن جلساته بفترة طويلة؟

فروض الدراسة:

- للإجابة على الأسئلة وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة؛ اشتق الباحث فروض الدراسة كالآتي:
1. يوجد مستوى متوسط لجودة الإنسان قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح.
 2. يوجد فرق دالٌّ إحصائيًا بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في مجالات جودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي.
 3. يوجد فرق دالٌّ إحصائيًا بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في الدرجة الكلية لجودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي.
 4. لا يوجد فرق دالٌّ إحصائيًا بين متوسطي درجات التطبيق البعدي والتطبيق التبعي لجودة الإنسان.

أهداف الدراسة:

- يمكن تحديد أهداف الدراسة في الآتي:
1. إعداد برنامج تدريبي مقترح لتحسين جودة الإنسان.
 2. قياس فاعلية البرنامج التدريبي المقترح في تحسين جودة الإنسان.
 3. معرفة بقاء أثر البرنامج واستمرار فاعليته على العينة التجريبية حتى بعد فترة طويلة من الانقطاع عن جلساته.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة في جانبين:

● الأهمية النظرية:

- تتشكل الأهمية النظرية للدراسة فيما يلي:
- مساهمة للاهتمام الحالي على المستويين الدولي والمحلي بجوانب الجودة ومقاييسها.
- استجابة للرؤى الاستراتيجية للمجتمعات المتحضرة في التنمية المستدامة للإنسان.
- إضافة إلى الأطر النظرية في مجال الجودة عامةً، وفي مجال جودة الإنسان خاصةً، والتعريف بمجالات ظهور جودة الإنسان.
- مشاركة لتنوير الإنسان بوظيفته في الحياة.
- تقديم رؤى جديدة في نشر ثقافة الجودة الذاتية للإنسان.

● الأهمية التطبيقية:

- تصميم برنامج تدريبي متعدد الفنيات والأساليب الذهنية والمعرفية والمهارية والسلوكية من أجل تحسين جودة الإنسان.
- العمل على خلق مناخ توعوي يساعد على تطوير الإنسان بشكل حقيقي، ومن ثم تحقيق الغاية من وجوده.
- توفير أداة عربية لقياس جودة الإنسان.
- تفيد نتائج الدراسة في الكشف عن مجالات جودة الإنسان، والتي يمكن الاستفادة منها في تخطيط المناهج، وطرق التدريس، والأنشطة المتنوعة والمناسبة حتى تتناسب مع النواحي النفسية والعقلية والمهارية والاجتماعية للطلاب، كما يمكن أن تزيد من كفاءة الإنسان وفاعليته.
- وأخيرًا يأمل الباحث أن تتعدى نتائج هذه الدراسة ميدان التعليم إلى مجمل ميادين الحياة، إذ إن الحياة بأكملها تعتمد على قدرة الفرد على العطاء، والإنجاز الأفضل، والأداء، ومن ثم تحقيق الخلافة على منهاج الخالق.

حدود الدراسة:

- الحد الموضوعي: إعداد وتصميم برنامج تدريبي مقترح لتحسين جودة الإنسان، وتطبيقه على شريحة مجتمعية من أجل الكشف عن فاعليته في تحسين جودة الإنسان، وذلك بواسطة حساب الفروق بين متوسطات درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي.
- الحد البشري: عينة تجريبية من طالبات المسجلات في مساق الثقافة الإسلامية- شعبة 80+88، ومجموعهن (82) طالبة في مختلف التخصصات والسنوات، كنموذج يمثل المجتمع بمختلف توجهاته ومهاراته.
- الحد المكاني: جامعة قطر
- الحد الزمني: أُجريت الدراسة في الفصل الثاني من العام الأكاديمي 2021/2022م.

مصطلحات الدراسة:

- فاعلية: تعرف الفاعلية بأنها: "مدى الأثر الذي يمكن أن تحدثه المعالجة التجريبية بوصفها متغيراً مستقلاً في أحد المتغيرات التابعة" (سالم ومصطفى، 2006، ص94)، وتقاس الفاعلية بواسطة الفرق بين القياسين القبلي والبعدي، فالمقصود بالفاعلية هنا أثر البرنامج التدريبي المقترح كمتغير مستقل في تحسين جودة الإنسان لدى العينة التجريبية كمتغير تابع.
- برنامج تدريبي: مجموعة من الأنشطة المخططة، والمتتالية، والمتكاملة، والمتراطة التي تقدم في مدة زمنية معينة، وتعمل على تحقيق الهدف العام للبرنامج (عبد النبي، 2001، ص27). ويرى الباحث أنه: عملية إجرائية مخططة ومقصودة مبنية على الاحتياجات التدريبية الفعلية للمجموعة التجريبية بهدف تحسين جودتهم وأدائهم، وإكسابهم الاتجاهات والمعارف والمهارات والسلوكيات التي تجعلهم أكثر فاعلية وخبرة في كل مجالات حياتهم.
- برنامج لتحسين جودة الإنسان: هو مجموعة من الخبرات التعليمية المنظمة التي يقدمها الباحث في صورة برنامج تدريبي سواء للأفراد أو أعضاء المؤسسات، من أجل تكوين بيئة إنسانية ذات جودة (عظيمة الإنتاج ومنخفضة النزاع)، بهدف تخريج الإنسان الحضاري الذي يقترب من كمالات المقصد من جودة وجوده، دون أن تلغي واقعية الإنسان وبشريته، وفق فلسفة تعزز نشر الوعي بالواجبات (المسؤوليات) قبل الحقوق، ويُطبَّق وفق جلسات محددة (أربع عشرة جلسة) بهدف تحسين جودة الإنسان.
- جودة أداء الإنسان: وتعني تحقيق الغاية من وجوده في الحياة، بمعنى حالة الإنسان المعيارية المنشودة وفق مواصفات جودة الإنسان، بصدور السلوك المتوقع منه في علاقته مع مجالات الحياة المختلفة.
- تحسين جودة أداء الإنسان: وتشير إلى التنمية المستدامة للإنسان، والوصول به إلى أعلى مستويات الكمال البشري، في تحقيق الغاية من وجوده، وقد أوضح (العارف بالله: 1999، ص148) أن نوعية حياة الإنسان قابلة للتحسين باستخدام البرامج الإرشادية والعلاجية، التي تؤكد أثرها الإيجابي في حالته النفسية، ومن ثم في جودة حياته، ولذا أوصى الباحث بمزيد من الجهود لدراسة وسائل تحسين جودة الحياة لدى الإنسان. قال تعالى: ﴿لَمَنْ شَاءَ مِنْكُمْ أَنْ يَتَّقِدَّمْ أَوْ يَتَأَخَّرَ﴾ [المدرثر: 37]. قال ابن القيم: فالعبد لا يزال في تقدم أو تأخر، ولا وقوف في الطريق البتة، فإن لم يكن في تقدم فهو في تأخر ولا بد. فهذه الآية الكريمة سيقت إلى إقرار أبرز مبادئ إدارة الجودة الشاملة، وهو: مبدأ وجوب استمرارية التحسين والتطوير، فلا ينبغي لأي إنسان أو مؤسسة أو منظمة التوقف عن استمرارية التطوير.

2-الإطار النظري والدراسات السابقة.

أولاً- الإطار النظري.

1-1-2- مفاهيم الدراسة:

- 1- مفهوم الجودة: الجودة لغةً: من فعل جاد جودة، وجوده: صار جيداً، يقال جاد المتاع وجاد العمل فهو جيد، وجاد الرجل أتى بالجيد من قول أو عمل، فهو مجواد على صيغة المبالغة، ويقال: أجاد الشيء أي صيره جيداً (الزيات: 2004، ص346). وفي لسان العرب: الجيد نقيض الرديء، وجاد الشيء جودة، أي صار جيداً (ابن منظور: 1997، ص492). قال تعالى: ﴿إِذْ عَرَضَ عَلَيْهِ بِالْعَرِيِّ الصَّافِنَاتُ الْجِيَادُ﴾ [ص: 31].

والجودة اصطلاحاً: مجموعة من المفاهيم والاستراتيجيات والأدوات والمعتقدات والممارسات، التي تهدف إلى تحسين جودة الإنتاج والخدمات، وتقليل الخسائر، وخفض التكاليف (اليحيوي، 2001، ص35)؛ ويراها آخرون بأنها: التحسن المستمر في الأداء، وذلك لتطويره، مع مراعاة خفض التكلفة وتحسين الإنتاجية (عبد السلام: 2007، ص42).

أهمية الجودة:

الإنسان عامة والمسلم خاصة يفترض أن تكون شخصيته إيجابية، ومتفاعلة مع من حولها بجودة عالية؛ لأن الإنسان المسلم مطالبٌ باستيفاء شروط الخلافة في الأرض، والمشئ في مناكها، لتحقيق صدق العبودية للخالق، ولإعمار الأرض بالحضارة المتجددة، وللاستفادة مما فيها من ثروات وخبرات لا يصل إليها إلا بالعمل الجاد؛ قال تعالى: ﴿لِيَبْلُوكُمْ أَيَكْمَ أَحْسَنَ عَمَلًا﴾، وكانت وصية النبي (ﷺ) بأن يتقن الإنسان عمله: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه" (رواه الطبراني والبيهقي، وصححه الألباني في الصحيحة). فالإتقان سمة أساسية في الشخصية المسلمة، في كل عمل تعبدية أو سلوكية أو معاشية، وبالأساس كل عمل يقوم به المسلم بنية العبادة

هو عمل مقبول عند الله يجازي به سواء كان عملاً دينياً أو عملاً من أعمال الآخرة؛ قال تعالى: ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ* لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ﴾ [الأنعام: 162-163].

2- مفهوم الإنسان:

تمهيد:

قبل ظهور الإنسان على مسرح الحياة ورد ذكره باسم وظيفته (خليفة)، التي تتطلب ممارسة مجموعة من الواجبات (المسؤوليات/ الأدوار)؛ قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَأَنكِةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾ [البقرة: 30].

وعندما ظهر الإنسان تعددت تعريفاته مع الفلاسفة والمفكرين، فأول تعريف اصطلاحي للإنسان وضعه أرسطو فعرّفه بأنه: حيوان ناطق، ثم جاءت تعريفات متعددة تصفه بأنه حيوان عاقل، أو حيوان واعٍ، أو حيوان حالم، أو حيوان ذو معرفة (الغزالي: 1987، ص146). وبالعموم أثار تعريف الإنسان حيرة كثير من العلماء والمفكرين والفلاسفة على مرّ العصور، كلٌّ منهم حاول تقديم إجابات تتفق مع العصر الذي يعيش فيه، والزوايا التي ينظر منها الكاتب.

وهكذا تعددت تعريفات الإنسان إلى أن وصل تعريفهم في العصر الحاضر إلى أنه: حيوان تكنولوجي. إلى أن عرّف الإنسان بأنه: كائن مكلف باختيار أفضل أنماط الحياة (الوهبي: 2022).

2-1-2- برهنة تعريف الإنسان:

ولبرهنة كيف جاء تعريف الإنسان، يتم عرض مواصفات الإنسان من خمس زوايا، هي:

2-1-2-1- الوصف الخارجي للإنسان:

1. جسم وروح كامنة. 2- محسوس. 3- متحرك. 4- ينمو. 5- يتكاثر.

وهذه الصفات الخمس للإنسان يمكن اختزالها في كلمة (كائن حي)، وهي تتحقق حتى في الهائم، فلا بد من البحث عن مواصفات أخرى لتمييز الإنسان.

2-2-1-2- مميزات الإنسان (سماته):

1. كائن حي مكرم بقابليته للتعلم.
 2. كائن حي مكرم بالعقل (وهو ميزة يدرك بها الإنسان العلوم والمعاني والأشياء، ويستطيع تحليل المعلومات، واستنتاج الجديد من المعارف، وهذه الملكة يميز بين الحق والباطل، والنافع والضار).
 3. كائن حي مكرم بالعواطف (ميزة لطيفة تكسبه الشعور بالحب أو الكره، والسرور أو الحزن).
- وهذه المميزات الثلاث تجعله مكلفاً بسلوك معين، ولذلك نختزل هذه الصفات في كلمة (مكلف)، فيصبح (كائنًا حيًا مكلفًا)، وما دام أنه مكلف فلا داعي للفظلة (حي)، إذ إن التكليف لا يكون إلا للأحياء، ومن ثم تم وصفه بأنه (كائن مكلف)، وهذه الصفات الثلاث هي جوهر تكريمه وتمييزه من بقية المخلوقات الحية، وبسببها أصبح مكلفًا.

2-2-1-3- ملكات الإنسان:

1. كائن حي لديه حرية (القدرة على اتخاذ القرار المناسب دون أي تدخل أو تأثير).
 2. كائن حي لديه قدرة (القدرة على فعل شيء معين).
 3. كائن حي لديه إرادة (القدرة على الاختيار والتصرف وفق ما يمليه العقل، وقناعاته).
- وهذه الملكات الثلاث يمكن اختزالها في عبارة (كائن مكلف مختار)، يختار ما يفعله أو يتركه بحرية.

الزوايا الرابعة- ميول الإنسان:

1. يحب استمرار وجوده.
 2. يحب سلامة وجوده.
 3. يحب كمال وجوده.
- وهذه الميول تجعله يتحرك نحو أفضل الخيارات للمحافظة على تلبية متطلبات ميوله.

الزوايا الخامسة- مجالات تأثير الإنسان:

1. مؤثر في نمط حياته.
2. مؤثر في نمط حياة بني جنسه.
3. مؤثر في نمط حياة من حوله من جماد وحيوان ونبات.

ومن الطبيعي قدرته على التأثير بدوافع ميوله التي تفرض عليه أن يختار أفضل أنماط الحياة، سواء لذاته أو لبني جنسه أو لأسرة الوجود كلها حوله؛ لأن نمط حياته متداخل مع نمط حياة من حوله من بني جنسه أو أسرة الوجود الأخرى على اختلافها وتنوعها. والخلاصة: ثبت بمواصفات الإنسان من الزوايا الخمس السابقة أن التعريف الاصطلاحي له والذي يتبناه الباحث بأنه: كائن مكلف باختيار أفضل أنماط الحياة.

2- وظيفة الإنسان في الحياة:

في حياتنا الشخصية قبل أن نشترى أو نمتلك أي شيء يكون في ذهننا وظيفته المحددة. كذلك في المؤسسات تحدد الوظائف أولاً ثم يبحثون عن من يشغلها، والوظيفة الرئيسية للإنسان عرّف عنها القرآن بالخلافة قبل أن يظهر الموظف-الإنسان- بكيانه على الأرض: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً...﴾ [البقرة: 30]، وقال أيضاً: ﴿وَيَسْتَخْلِفُكُمْ فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ﴾ [الأعراف: 129]، وهذه الخلافة هي قيام الإنسان بواجباته تجاه مجالات الوجود.

إن الإعلان الإلهي عن خلق الكائن الجديد (الإنسان) جاء مرفوعاً ببيان المهمة التي كُفِّفَ بها، بل كانت تسمية هذا الكائن الجديد باسم وظيفته (الخلافة)، وما زال القرآن الكريم يعظم هذه المهمة ويبين محتواها وأهدافها كما في قوله: ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيُبْلِغُكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [الأنعام: 165]، وقوله: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ فَمَنْ كَفَرَ فَعَلَيْهِ كُفْرُهُ وَلَا يُزِيدُ الْكَافِرِينَ كُفْرُهُمْ إِلَّا حَسَارًا﴾ [فاطر: 39].

إذاً وظيفة الإنسان الخلافة في الأرض، بأن يقوم بأدواره (واجباته/ مسؤولياته) تجاه مجالات الوجود التي تقتضي حياته التفاعل معها.

3- مجال ظهور جودة الإنسان:

جاء الإسلام بشريعته السمحة عن طريق رسله الكرام، بعد أن حدد سبحانه وتعالى لخلقه غاية وجودهم في هذه الدنيا قبل ظهورهم عليها، وأرسل إليهم رسله بتعاليمه ليضمن لخلقه العيش النبيء في الدنيا، والسعادة في الدار الآخرة، قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾ [البقرة: 30]، وقال أيضاً: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ* مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَنْ يُطْعَمُوا* إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾ [الذاريات: 56-58]، وكل عمل الإنسان محكوم بشريعته، قال تعالى: ﴿وَوَدَّعَلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تَيِّبًا لِكُلِّ شَيْءٍ﴾ [النحل: 89]، وقال سبحانه: ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الأنعام: 162]، فعلاقة الإنسان بربه عز وجل، وعلاقته مع غيره من بني البشر والشجر والحجر والمدر وأسرة الكون كلها، محكومة بتعليمات الخالق، بل إن كل أفعاله حتى مع الحيوان والنبات محكومة بهذه الشريعة، التي هي بلا شك موافقة للفطرة السليمة والعقل ونتائج العلم.

إذاً تظهر جودة الإنسان عندما يلتزم بتعليمات الخالق مع مجالات الوجود من خالق ومخلوقات، والتي تنقسم بدورها إلى:

- 1- الذات.
- 2- المنظومة القانونية.
- 3- الأخر.
- 4- الكون.
- 5- وسائل الحياة.
- 6- الزمن.
- 7- الغيب.

ثانياً- الدراسات السابقة:

اطّلع الباحث على مجموعة من البحوث والدراسات السابقة حول ما يقترب من جودة الإنسان، ومعرفة ما تناولتها وما توصلت إليه من نتائج، حتى يمكن تحديد ما يُتناول والاهتمام به في الدراسة الحالية، كي يُضاف جديد على ما توصل إليه الباحثون السابقون في مجال جودة الإنسان. ومن نماذج الدراسات السابقة ما يأتي.

- أجرى الخليفي (2000) دراسة هدفت إلى معرفة ما إذا كانت الدورات الإرشادية المتعلقة بالتعامل مع الذات قد أسهمت في تعديل سلوك المتدربين بحيث يتعاملون مع أنفسهم على نحو أفضل عن طريق الضبط الانفعالي، وضبط التفكير، وضبط التصرفات، وهذا الضبط هو الاختيار السلوكي الصحيح الذي تتحقق معه جودة الحياة، وتضمنت العينة (150) من المسترشدين الذين تلقوا دورات إرشادية في التعامل مع الذات، شريطة أن يكون قد مضى على حضورهم تلك الدورات ستة أشهر، واستخدمت الدراسة مقياس الضبط السلوكي من منظور التعامل مع الذات، وأظهرت النتائج أن الدورات الإرشادية الخاصة بالتعامل مع الذات قد حققت آثاراً إيجابية ملموسة من منظور الضبط السلوكي كأحد متطلبات جودة الحياة.
- وفي ذات السياق تناولت دراسة منسي وكاظم (2006) تصميم مقياس لجودة الحياة لدى طلبة الجامعة مكوناً من (60) مفردة منبثقة من ستة محاور للمقياس، تمثلت في: جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية، وجودة التعليم والدراسة، وجودة العواطف، وجودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته، وطُبق المقياس على (220) طالباً وطالبة من كليات جامعة السلطان قابوس، وقد خرج البحث بنتيجة أن المقياس المطور لجودة الحياة في هذه الدراسة يتمتع بمؤشرات سيكومترية تسمح باستخدامه في مجالات الدراسة والبحث النفسي.

- واستهدفت دراسة الهادلي وكاظم (2007) التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة في سلطنة عمان والجمهورية الليبية، وطبيعة العلاقة بين أبعاد جودة الحياة وكل من دخل الأسرة والمعدل التراكمي، وطُبق مقياس جودة الحياة (منسي وكاظم، 2006) على عدد (182) طالبًا وطالبة من الجماهيرية الليبية، وعدد (218) طالبًا وطالبة من سلطنة عمان، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة مرتفع في بُعدي جودة الحياة الأسرية والاجتماعية وجودة التعليم والدراسة، ومتوسط في بُعدي جودة الصحة العامة وجودة شغل الوقت وإدارته، ومنخفض في بُعدي جودة الصحة النفسية وجودة الجانب الوجداني، ووجود تأثير دال إحصائيًا في متغيري النوع والبلد، وأن العلاقة بين الدخل وأبعاد جودة الحياة غير دالة إحصائيًا، أما العلاقة بين المعدل التراكمي وأبعاد جودة الحياة فدالة في بُعدي جودة الحياة الأسرية والاجتماعية وجودة شغل الوقت وإدارته.
- وتناولت دراسة محمد (2009) تحسين جودة حياة الطالب باستخدام برنامج إرشادي قائم على نظرية الاختيار لدى طالبات الثانوي بمدينة الإسماعيلية، وطُبق مقياس جودة الحياة على عينة قوامها (21) طالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبُعدي في أبعاد جودة الحياة: (البُعد الوجداني، والبُعد المعرفي، والبُعد الاجتماعي) لجودة حياة الطالب الذاتية، وفي الأبعاد: (بيئة الفصل، والمساعدة الاجتماعية، وأدوار المعلم) لجودة حياة الطالب الموضوعية، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس لصالح نتائج القياس البُعدي، وأن هناك فروقًا دالة إحصائيًا بين نتائج القياسين البُعدي والتبعي في أبعاد جودة حياة الطالب الذاتية، وفي أبعاد جودة الحياة الموضوعية، وفي الدرجة الكلية للمقياس لصالح القياس التبعي.
- وهدفت دراسة زينب شقير (2010) إلى بحث العلاقة بين جودة الحياة واضطرابات النوم، كما هدفت إلى تحديد مستويات كل من جودة الحياة، واضطرابات النوم، علاوة على تحديد الفروق بين الجنسين من طلاب الدراسات العليا في متغيرات الدراسة، وشملت العينة (595) طالبًا وطالبة بالدراسات العليا: (الدبلوم التربوي العام، الدبلومات المهنية، الدبلوم الخاص)، وطُبق عليهم مقياس جودة الحياة من إعداد الباحثة (2009)، والمكون من (100) عبارة موزعة على ثلاثة معايير، هي: معيار الصحة البدنية والمعرفية والنفسية، ومعيار الخصائص الشخصية السوية، والمعيار الخارجي، وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين درجات مقياس جودة الحياة ودرجات مقياس اضطرابات النوم، وارتفاع نسبة المعدل المتوسط في جودة الحياة لدى عينة الدراسة.
- كما هدفت دراسة أبي سمعان (2011) إلى البحث في منزلة الإنسان ووجوده في المذاهب الفكرية المعاصرة، كونه أعظم مخلوق كرمه الله، وتبحث في مكانة الإنسان في هذا الكون الذي يعيش فيه، وتبين آراء الضالين المضلين حول الإنسان وطبيعته، وهدف وجوده في الحياة الدنيا. واتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي والنقدي ببيان آراء دعاة المذاهب الفكرية المعاصرة وتحليلها علميًا ونقدها في ضوء الإسلام. وتوصلت النتائج إلى أن التيارات المعاصرة بمبادئها الهدامة تعمل على تدمير الإنسان، وهدم أخلاقه. في ضوء ذلك، أوصت الدراسة بضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول منزلة الإنسان والهدف من وجوده، ونقد المذاهب الفكرية في ضوء الإسلام وتطلعاته.
- وبحثت دراسة Anye et al. (2013) العلاقة بين الرفاه الروحي والجوانب المختلفة لجودة الحياة المتعلقة بالصحة لطلاب الجامعات، حيث تم إجراء الدراسة على عينة من (225) مشاركًا، كما تم استخدام الأدوات: (مقياس الرفاهية الروحية، ومقياس جودة الحياة المتعلقة بالصحة والسيطرة على الأمراض والوقاية منها)، وتم إجراء اختبار تحليل الانحدار الخطي المتعدد الهرمي، لإظهار العلاقة بين المتغيرات، مع مراعاة الجنس والعمر والعرق، وأظهرت النتائج أن المشاركين أبلغوا عن درجات أعلى في الرفاه الروحي كانوا أكثر عرضة للمشاركة في الأنشطة ذات الطابع الديني، والمشاركة في الأنشطة الدينية، وأن الرفاه الروحي له تأثير كبير على جودة الحياة المتعلقة بالصحة والسيطرة على الأمراض والوقاية منها لدى طلاب الجامعة، ومن ثم يجب النظر في مثل هذه العلاقة من قبل مخططي البرامج الصحية في الحرم الجامعي لتحسين جودة حياة الشباب.
- واستهدفت دراسة Gómez et al. (2016) تحليل تأثير أنواع مختلفة من الخدمات البشرية في جودة حياة مستخدميها المتداخلين، واقترحت العديد من النماذج متعددة المستويات لاختبار الفروق المهمة ليس في الدرجة الكلية لجودة الحياة فقط، بل في كل المجالات الأساسية أيضًا، وكانت المتغيرات التي دُرست في النماذج المختلفة هي: الجنس، والعمر، والمجموعة التشخيصية (كبار السن، والإعاقة الذهنية، والإعاقة الجسدية، ومشكلات الصحة العقلية، والاعتماد على المواد الكيميائية) على مستوى المستخدم الفردي (المستوى 1: الفرد)، أما نوع الخدمات-من حيث السكان الذين تم تناولهم بواسطة دعمهم (أي المجموعات المذكورة أعلاه)- فدرست على مستوى الخدمة (المستوى 2: التنظيمي). ومن أجل شرح الاختلافات، قُدِّمت الخصائص الفردية أولاً، وقُدِّمت أنواع الخدمات بعد ذلك، وأخيرًا قُدِّمت المتغيرات الفردية والخدمة المشتركة في نموذج واحد، وكانت النتائج الرئيسة لهذه الدراسة: أن المتغيرات الشخصية والتنظيمية أظهرت مستوى مختلفًا من التأثير في نوعية حياة المستخدمين، وأن نوع الخدمات لها أثر كبير في جودة حياة مستخدميها، وتؤدي نتائج هذه الدراسة إلى آثار عملية في الخدمات التي تقدم الدعم لهذه المجموعات التشخيصية، ولا

سيماً للمهتمين بإدارة جودة النتائج الشخصية المتعلقة بالحياة على مستوى المستخدم وتقييمها وتحسينها، وتحسين الجودة على المستوى التنظيمي.

- وهدفت دراسة الهاشمي (2016) إلى تسليط الضوء على دور الإمام جعفر بن محمد الصادق في مجال ضمان الجودة في تربية الإنسان وتعليمه. واستخدم البحث منهج الاستنباط والتحليل واستخلاص معايير الجودة المتضمنة فيها. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج، منها: لا بد من توفر عوامل وشروط للحكم على جودة الأشياء كلٌّ حسب طبيعته، وأن العقل أساسي لتمييز البشر من بقية المخلوقات، واليقين يسمو بروح الإنسان إلى مراتب الكمال، كما يجب توفير بيئة أسرية مجتمعية مؤهلة لإعداد جيل أو مخرجات مميزة تكون رافداً لبقاء المجتمع. وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول تامين دور المؤسسات الاجتماعية والتعليمية في ضمان جودة المخرج البشري، وبذل المزيد من الجهود لنشر ثقافة الجودة بين أبناء المجتمع.
- وهدفت دراسة ابن كافو وآخرين (2018) إلى التعرف على فعالية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الاجتماعي كمدخل لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالبة من طالبات السنة الثانية قسم رياض الأطفال وقسم كعلم فصل بكلية التربية قصر بن غشير طرابلس بليبيا ممن تقع درجاتهن في الإربعي الأدنى وذلك بناء على نتائج بطارية اختبارات الذكاء الاجتماعي (إعداد: حنان حسين محمود، 2003)، ومقياس جودة الحياة (إعداد الباحثة)، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين: المجموعة التجريبية تتكون من (30) طالبة من طالبات الجامعة تعرضن للبرنامج التدريبي، والمجموعة الضابطة وتتكون من (30) طالبة من طالبات الجامعة لم يتعرضن للبرنامج التدريبي، وأشارت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي في تحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة، وكذلك تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مقدار التحسن على مقياسي (الذكاء الاجتماعي، جودة الحياة) بعد تعرض المجموعة الأولى للبرنامج التدريبي.
- وأجرى Nesterchuk et al. (2020) دراسة حول التحقق من تأثير برنامج للتدريب على العادات الصحية السليمة في تحسين جودة الحياة لدى طلاب الجامعة، حيث أن لصحة الإنسان تأثير عميق على الأداء البدني والإنتاجية، واقتصاد الدولة، والمناخ الأخلاقي في المجتمع، وتنشئة جيل الشباب، وتم إجراء الدراسة على عينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم (152) طالباً في السنة الثانية الجامعية، تم تقسيمهم إلى مجموعتين، (تجريبية وضابطة)، كل مجموعة قوامها (76) طالباً، وكانت المجموعات متطابقة في العمر والنمو البدني، حضر طلاب المجموعة الضابطة دروساً منتظمة في التربية البدنية، وفقاً للجدول الزمني الطبيعي، بينما حضر طلاب المجموعة التجريبية دروساً متخصصة في التربية البدنية. حيث تم تنفيذ البرنامج المقترح، وأشارت النتائج إلى أن طلاب المجموعة التجريبية أظهروا تحسناً كبيراً في كل من حالة الجهاز التنفسي، والقلب، والأوعية الدموية، حيث كان للبرنامج المقترح أثر إيجابي على مستوى الصحة البدنية للطلاب، ومن ثم ساهم ذلك في إحداث تغييرات إيجابية، وتعزيز الصحة، والتكيف مع التدريب، وتحسين جودة الحياة.

التعليق على الدراسات السابقة:

في العقدين الماضيين تكاثرت دراسات الجودة حول جوانب متعددة من حياة الإنسان. كلُّ دراسة تتناول جودة حياة نمط من الشخصيات أو جودة جانب من جوانب حياة الإنسان، أو جودة مرحلة من المراحل العمرية أو التعليمية للإنسان. وهذه الدراسات ساعدت الباحث على أن يأتي بإضافة جديدة تُكْمِلُ الرصيد الفكري السابق، وتفتح شهية الباحثين لموضوعات جديدة قادمة.

ركزت الدراسات السابقة التي تم عرض ملخصاتها على جودة حياة الإنسان بكونها حقاً من حقوقه، ينتظرها أن تُمنَح له من المجتمع أو الحكومة أو المؤسسة أو المناخ المحيط به، على حين تركزت الدراسة الحالية على أن جودة الإنسان نتيجة لجودة أداءه وفعالته، فجودة الحياة ممارسة وسلوك يقوم بها الإنسان بذاته فيكتسبها ويمنحها للأطراف التي يتفاعل معها، فيقطف ثمرة حقوقه من طرف آخر قام بواجباته وحقق جودته.

حيث يركز البرنامج التدريبي على توجيه نظر الإنسان إلى أنه بدلاً من انتظار أخذ شيء ما إلى عطاء شيء ما، ومن النظر لأخذ مقومات حياة الجودة إلى عطاء مقومات حياة الجودة.

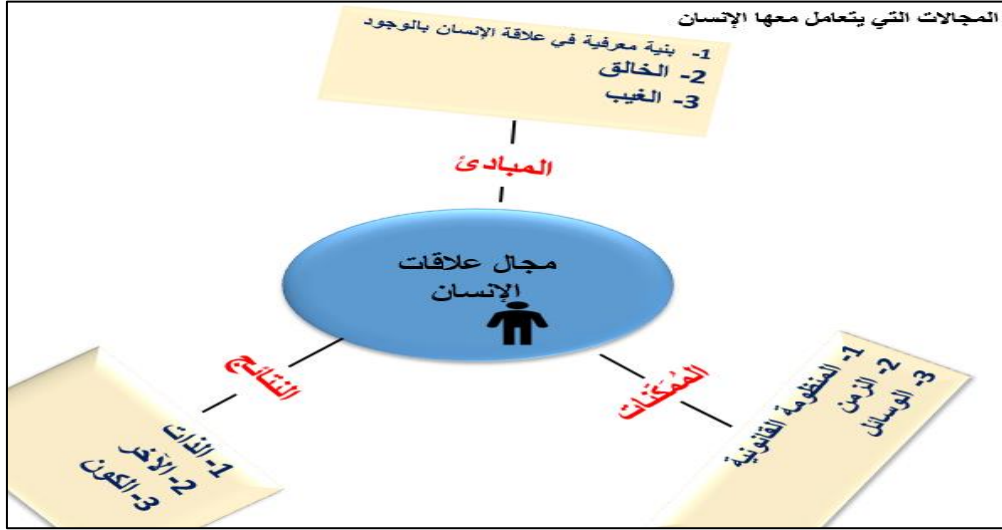
ويغرس البرنامج قناعات لدى الإنسان: كحب التبشير بحكمة الواجب قبل المطالبة بالحق، وحب السعي إلى تحقيق كمال القدرة الإنجازية بالمبادرة والتركيز على الوفاء بالواجبات، وغرس قناعة ذاتية بأن يكون الإنسان منتجاً قبل أن يكون مستهلكاً. كما تميزت هذه الدراسة بتقييم فعالية برنامج تدريبي لتحسين جودة الإنسان عموماً في كل مجالات حياته، من خلال تبصيره بقواعد السلوكيات المثالية مع مَنْ حوله من مجالات الوجود، فإذا تحسنت علاقاته تحسنت جودته.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

1- نوع الدراسة:

تُعدُّ هذه الدراسة من دراسات قياس عائد التدخل التنموي للإنسان أيًا كان موقعه وجنسه، استجابةً للرؤى الاستراتيجية في المجتمعات المتحضرة، لتنمية الإنسان، وقبل كل ذلك لتحقيق جودة الاستخلاف، وتحقيق الغاية من وجود الإنسان.

1. مجالات الدراسة: المجالات التي يتفاعل معها الإنسان في حياته، تنتمي إلى تسعة مجالات، كالآتي:



شكل (1) المجالات التي يتفاعل معها الإنسان في حياته
(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

2- منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج التجريبي، الذي يهدف إلى التحقق من فاعلية البرنامج المستخدم كمتغير مستقل، في تحسين جودة الإنسان كمتغير تابع، ويعتمد على التصميم التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة بالقياسات القبلي والبعدي والتتبعي.

3- عينة الدراسة:

أجرى الباحث مقابلة مع طالبات مقرر الثقافة الإسلامية، لكونه متطلبًا تدرسه مختلف التخصصات والسنوات في جامعة قطر، وقد حُدِّدت شعبتان [88+80] تدرس فيهما (82) طالبة، دخل علميَّ الباحث للتعرف إلى أفراد العينة، وإجراء حوار معهن بهدف تحديد من لديها استعداد للاشتراك في البرنامج، وبناء على ذلك اختبرت اللواتي أبدين استعدادهن في العينة الأساسية للدراسة التجريبية، وأما بقية الطالبات فقد اختبرت منهن عينة استطلاعية بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس. وفيما يأتي أعداد العينات:

1. العينة الاستطلاعية: بلغت (20) طالبة.
2. العينة التجريبية الأساسية: بلغت (25) طالبة.

4- أدوات الدراسة:

وتتشكل أدوات الدراسة في: البرنامج التدريبي المنفذ، مقياس فعالية البرنامج، وفيما يلي بيان ذلك:

أولاً: البرنامج:

1- دوافع البرنامج:

تمثلت دوافع البرنامج فيما يلي:

- مع تطور وتقدم الحضارة الإنسانية زادت مشكلات الإنسان الذاتية والشعور بالنعاسة والإحباط والاكتئاب، وساءت علاقته مع أخيه الإنسان الذي يشاركه العيش في هذا الوجود الكوني، وتدهورت أيضاً البيئة المحيطة به، وبلغ التلوث البيئي والفكري

أرقامًا قياسية مخيفة، وهذا مع وجود دساتير وقوانين تحمي حقوق الإنسان وتحفظ الفكر والبيئة، وكأن الإنسانية تسير في مسار حرج يعقد حياتها يوميًا بعد يوم.

- الإنسان المسلم الذي حياه الله برسالة إعمار الكون بالخير وتحقيق الشهادة، يعيش على هامش الحضارة، يعيش التخلف بكل أشكاله، يعيش العجز بكل صورته، يعيش تناقضًا صارخًا بين قيم عظيمة يدعّمها، وسلوكيات سلبية يمارسها خفية وعلانية.
- خطوات التقدم الحضاري للمجتمعات تتباطأ بسبب تراكم تحديات الحياة، كالفقر والبطالة والحروب وضعف الإنتاجية.
- الحضارة المادية قدمت لنا معايير راقية لقياس جودة جوانب الحياة المادية، مع إهمال أو تقهقر في العناية بمعايير جودة الجوانب الوجدانية والروحية والعقلية، ولم نسمع بمعايير جودة الإنسان.
- تزداد البشرية في شكواها من الاعتداء على حقوق الإنسان يوميًا بعد يوم، على حين تزداد في الجهة المقابلة المنظمات الحقوقية والمحاكم ومكاتب المحاماة دون تخفيف مطالب البشرية لاستعادة حقوقها.
- نلاحظ ظاهرة تنامي ثقافة انتظار الفرج دون تقديم أسباب رفع الحرج.

2- أهداف البرنامج:

الهدف العام للبرنامج:

تحسين جودة الإنسان بتحسين علاقاته مع من حوله من مجالات الوجود.

الأهداف التفصيلية للبرنامج:

1. توجيه ميول المتدربات نحو الوفاء بالواجبات (المسؤوليات/ الأدوار) قبل المطالبة بالحقوق بدوافع داخلية ذاتية.
2. تعريف المتدربات برسائلته الحضارية في الحياة.
3. تعريف المتدربات ببراهين تقديم الواجبات قبل الحقوق.
4. تمكين المتدربات من تمثيل بنود معايير جودة الإنسان في سلوكياتهن.
5. قياس جودة الإنسان في تحقيقه مواصفات جودته.

3- رؤية البرنامج:

تحقيق مجتمع إنساني منتج في سكينته.

4- رسالة البرنامج:

تدريب ومرافقة الأفراد والمؤسسات لتحقيق الواجبات (المسؤوليات) قبل الحقوق وفق رؤية منهجية واقعية، تبصر الإنسان المكرم برسائلته في نفع ذاته والآخر وأسرته الوجود، حتى يكون مطابقًا لمواصفات جودة وجوده.

5- الشريحة المستهدفة:

طالبات مقرر الثقافة الإسلامية، الشعبتان [88+80]، إلا أنه يمكن الاستفادة من البرنامج لكل إنسان يرى نفسه كائنًا مكرمًا مميّزًا في الكون، يريد أن يترك أثرًا طيبًا لوجوده في الحياة، ويعاني في الوقت ذاته من مشكلاتٍ مع محيطه، ويرى نفسه مستنزفًا في النزاعات، وغير راضي من أدائه المنخفض، على الرغم من إمكاناته.

6- أهمية البرنامج:

تنبع أهمية البرنامج من ضرورة توعية الإنسان بالغاية من وجوده، وتبسيط إجراءات تحقيق أدواره مع مختلف مجالات الوجود بمعايير ومؤشرات واضحة قابلة للقياس، وفق تعليمات الخالق ونتائج العلم بواسطة جلسات تدريب ومناقشات تؤدي إلى تحسّن في جودة الإنسان لدى أفراد العينة المستهدفة.

7- مخرجات البرنامج:

بعد الانتهاء من البرنامج فإنه يتوقع من المتدرب أن يخرج بالنتائج الآتية:

1. يؤمن أن حياته استثمار لنفع ذاته والإنسانية وأسرته الوجود كلها.
2. يعي بأن هدف وجوده بناء حضارة وفق منهج منضبط.
3. يتعرف على معايير جودة الإنسان.
4. يصوغ رسالة حياته وفق مواصفات معايير جودة الإنسان المطلوبة.
5. يحقق فاعلية وإنتاجية تفوق استهلاكه.
6. يتمكن من تقديم أفضل المبادرات في التغلب على تحديات الحياة.
7. يلتزم بتقديم حقوق الآخرين الواجبة عليه قبل أن يطلبوها.
8. يبرز في سلوكياته التزامه بالقيم الإنسانية الكبرى؛ كالأمانة والإتقان والرحمة والاحترام.

9. يمارس واجباته مع مختلف مجالات الحياة بدوافع ذاتية.
10. يدعو إلى النهضة الحضارية بأفعال واضحة.
- 8- أساسيات البرنامج:
1. الأساس النظري للبرنامج:
- ينطلق الباحث في برنامج جودة الإنسان من الرؤية القرآنية لخلافة الإنسان في الأرض، وفق التسلسل المنطقي الآتي:
- نحكم على جودة الأشياء من جودة أدوارها فيما وجدت من أجله، كذلك تتحسن جودة الإنسان عندما يحقق أدواره بتجويد علاقاته مع من حوله.
 - خُلِقَ الإنسان وأهْلًا ليكون مكرَّمًا بالسيادة في الكون، وسيادته توجب عليه أن يكون: مسؤولًا عن تحقيق منفعة ذاته أولًا، ومسؤولًا عن تحقيق منفعة كل إنسان ثانيًا، ومسؤولًا عن تحقيق منفعة أسرة الوجود بأسرها وبقائها واستمرارها ثالثًا. إذًا وجد الإنسان في الكون مكرَّمًا بمجموعة من المسؤوليات (الواجبات)، وبممارسة واجباته تظهر جودته.
 - يرى البرنامج أنه يجب على الإنسان أولًا أن يسعى إلى تحقيق كمال إنسانيته، بأن يُقدم في الاهتمام تنفيذ الواجبات قبل الحقوق التي ستتوسط من تلقاء نفسها كثمرة بعد صدور الواجب، فلو قام كل فرد أو جماعة بواجبه خير قيام، يعني حصول كل فرد أو جماعة على حقه، مع التأكيد أنه ليس من الضرورة أن كل واجب يقابله حق؛ لأن التبادل هكذا لا يجد له موضعًا في البعد الأخلاقي، إذ تُعدُّ واجبات الإنسان نحو بني الإنسان والكون أمرًا أخلاقيًا فوضته حقيقة وجوده السامية بمسؤولية تحقيقه، وجعلته وكيلاً على تنفيذه.
 - يحاول البرنامج الوصول بالإنسان إلى أعلى مستوى لإدارة جودة علاقاته في الحياة كي تتحقق جودة وجوده، ويستمتع بثمره خلافته؛ قال تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ [المك:2].
2. الأساس المصدري للبرنامج:
- يعتمد البرنامج على الاستدلال بخبر الوحي اليقيني، فالصانع (الخالق) أدرى بصنعتة، كذلك يعتمد البرنامج على المنهج الوصفي التحليلي، بما يشاهد في الإنسان أو عليه.
3. الأساس البنائي للبرنامج:
- تم الاعتماد في بناء البرنامج وتنظيم موضوعات محتواه وفق تدرج عناصر الجدارة كالاتي:
- 1- التصور الذهني لتحقيق جودة الإنسان: جاء فيه دواعي الموضوع وأهميته، لإيقاظ العقل على منزلة الإنسان بين المخلوقات، وغايته في الوجود.
 - 2- الجانب المعرفي لتحقيق جودة الإنسان: جاء فيه تحليل مفاهيم الإنسان والواجب وبراهين تقديم الواجب على الحق، والآثار الحضارية في تقديم الواجب على الحق.
 - 3- الجانب المهاري لتحقيق جودة الإنسان: ويقصد بالجانب المهاري هنا المعرفة وطرق تطبيقها، وجاء فيه قواعد واجبات الإنسان مع مختلف المجالات التي يتفاعل معها، ثم عرض نماذج من طرق التنفيذ، وإبراز نتائج التنفيذ ونتائج الإهمال.
 - 4- الجانب السلوكي: جاء فيه ما يؤكد أن تحقيق جودة الإنسان يكون بالتطبيق الفعلي الملموس لأدواره في الحياة؛ لأن تحقيق الخلافة والغاية من وجود الإنسان، تتطلب ممارسة حقيقية ملموسة الآثار، كي يستمتع الإنسان بحياة كريمة، ويكسب ثواب الآخرة.
4. الأساس الإجرائي للبرنامج:
- يعتمد البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية على ما يأتي:
- التفكير المنطقي العقلاني ونتائجه السلوكية.
 - التصور الذهني المطابق للحقائق الكونية.
 - المعرفة المعتمدة على المنهجية العلمية.
 - مهارات التطبيق العملي للمعارف.
 - مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار.
 - هندسة الحياة وتنظيمها.
 - السلوك المتوافق مع منهج الخالق.
 - المساندة الاجتماعية للآخرين.

5. إجراءات تصميم البرنامج التدريبي:
- إعداد خطة تدريبية تركز على التدريب العملي لنشر الوعي بأدوار الإنسان مع المجالات التي يتفاعل معها.
 - أن تكون الموضوعات التدريبية ملائمة للبرنامج التدريبي ومستوى المتدربين. وتركز على كل عناصر الجدارة. وهي: التصور الذهني والمعرفة والمهارة والسلوك، مع كل مجال من مجالات تفاعل الإنسان.
 - تنوع الأنشطة والوسائل والأساليب اللازمة لتحقيق أهداف البرنامج.
 - تحددت المدة المحددة لتنفيذ البرنامج التدريبي في خمسة أسابيع بواقع (14) جلسة بمجموع (20) ساعة تدريبية.
 - اختيار المتدربين ما بين (25) طالبة كمجموعة تجريبية واحدة، وكانت أعمارهن ما فوق (18) عامًا.
6. التأكد من ملاءمة محتوى البرنامج لأفراد عينة الدراسة الحالية:
- نوقشت أهداف ومحتوى البرنامج مع عينة استطلاعية ماثلة لعينة الدراسة عددها (20) طالبة من جامعة قطر، وذلك للتحقق من مدى ملاءمة محتوى البرنامج لأفراد عينة الدراسة الحالية، وتحديد المشكلات والصعوبات التي قد تنشأ أثناء تطبيق البرنامج، ومن ثم أخذها في الحسبان عند التطبيق على العينة الأساسية للدراسة، وتحديد الزمن التجريبي لكل جلسة من جلسات البرنامج.
7. صدق البرنامج:
- عُرض البرنامج على مجموعة من المتخصصين في الدراسات الإسلامية والتربية وعلم النفس التربوي والصحة النفسية في عدة سِمَنارات وجلسات، لإبداء الرأي حول البرنامج من حيث:
- صلاحية البرنامج التدريبي للتطبيق على عينة الدراسة الحالية.
 - مدى ارتباط أهداف الجلسات بالمحتوى التدريبي.
 - مدى ملاءمة الاستراتيجيات والأنشطة والمهام المستخدمة في كل جلسة لمستوى خصائص عينة الدراسة.
 - مدى ملاءمة الزمن المحدد لكل جلسة من جلسات البرنامج.
 - مدى ملاءمة التقويم لأهداف الجلسة.
- وكان لهم بعض الملاحظات والتوجيهات التي أخذها الباحث في الحسبان. وأجرى بعض التعديلات في الأهداف الإجرائية، والمحتوى، والاستراتيجيات المستخدمة، والأنشطة والمهام، والتطبيق والتقييم.
8. تقويم البرنامج:
- ويتضمن الإجراءات الآتية:
1. قياس قبلي لتحديد مستوى العينة (المتدربين) في المتغير التابع للدراسة (جودة الإنسان).
 2. قياس بعدي يهدف للكشف عن فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين جودة الإنسان لدى عينة الدراسة.
 3. قياس تتبعي يهدف للكشف عن بقاء أثر البرنامج في تحسين جودة الإنسان، وذلك بعد (21) يومًا من القياس البعدي.

ثالثًا- طريقة التنفيذ (وصف جلسات البرنامج):

حُدِدَ زمن البرنامج التدريبي على أساس ما يحتوي عليه من مادة علمية، فحُدِدَت (14) وحدة موزعة على (14) جلسة بزمن مجموع (20) ساعة تدريبية، كل جلسة تحتوي على التطبيقات العملية والأنشطة التدريبية المصاحبة والمساعدة في تقديم البرنامج التدريبي، وزمن كل جلسة ما بين (60-90) دقيقة، على مدى خمسة أسابيع. والجدول الآتي يوضح وصف الجلسات:

جدول (1) الجلسات التدريبية في برنامج تحسين جودة الإنسان

الجلسة	الأهداف التي يحققها المتدرب	الوسائل المستخدمة	الزمن
الأولى	يجيب على مقياس تحسين جودة الإنسان (القبلي). يعرف برنامج تحسين جودة الإنسان. يناقش دوافع برنامج تحسين جودة الإنسان. يحدد المنطلق الفكري لبرنامج تحسين جودة الإنسان. يحدد عناصر جدارة برنامج جودة الإنسان.	/توزيع أسئلة المقياس القبلي /ملخص محتوى يتناسب مع أهداف الجلسة في شكل شرائح باور بوينت. / المناقشة والحوار في الملخص والشرائح. / مصحف قرآن كريم.	ساعة ونصف
الثانية	يناقش تعريف الإنسان ولوازمه. يحلل المراد بالتكليف الوارد في تعريف الإنسان.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة	ساعة ونصف

الجلسة	الأهداف التي يحققها المتدرب	الوسائل المستخدمة	الزمن
		/ أشكال ورسومات وأدوات / تدريبات فردية وجماعية	
الثالثة	يحدد وظيفة الإنسان. يناقش تفصيلات الخلافة. يوضح مبادئ جودة الخلافة	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / مصحف قرآن كريم / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
الرابعة	يحدد مفهوم الواجب. يوضح الحكمة من الواجب. يستنتج الأثر المترتب على تطبيق الواجب.	/ ملخص محتوى يتناسب مع أهداف الجلسة في شكل شرائح باور بوينت / أشكال ورسومات وأدوات / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
الخامسة	يبرهن بمجموعة من البراهين تثبت تقديم الواجب على الحق. يستنتج مجموعة من الآثار عند تقديم الواجب على الحق.	/ ملخص محتوى يتناسب مع أهداف الجلسة في شكل شرائح باور بوينت / المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
السادسة	يحدد عناصر جدارة البرنامج لربط المادة المعرفية بالمهارية. يعدد المجالات التي يتفاعل معها الإنسان. يستعرض منهجية تطبيق الواجب مع أقسام الوجود. يحدد مفهوم الألوهية وأهمية الاتصال بالخالق. يحدد أبرز ستة واجبات نحو الخالق ونماذج من طرق تطبيقها. يستنتج أبرز النتائج المترتبة على تنفيذ الواجبات نحو الخالق، والنتائج المترتبة على إهمال الواجبات نحو الخالق.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة / أشكال ورسومات وأدوات / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
السابعة	يُعرف الذات وأهميتها. يحدد أبرز أربعة واجبات نحو الذات ونماذج من طرق تطبيقها. يستنتج أبرز النتائج المترتبة على تنفيذ الواجبات نحو الذات، والنتائج المترتبة على إهمال الواجبات نحو الذات.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / أشكال ورسومات وأدوات / مقطع فيديو قصير / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
الثامنة	يحدد مفهوم المنظومة القانونية وأهميتها. يحدد أبرز أربعة واجبات نحو المنظومة القانونية ونماذج من طرق تطبيقها. يستنتج أبرز النتائج المترتبة على تنفيذ الواجبات نحو المنظومة القانونية، والنتائج المترتبة على إهمال الواجبات نحو المنظومة القانونية.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة / مصحف قرآن كريم / أشكال ورسومات وأدوات / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
التاسعة	يُعرف مفهوم الآخر. يناقش أهمية التعايش مع الآخر. يعدد أربعة واجبات رئيسة على الإنسان نحو الآخر. يحدد نماذج من طرق تطبيق واجبات الإنسان نحو الآخر. يستنتج نتائج تنفيذ واجبات الإنسان نحو الآخر، ونتائج إهمال هذه الواجبات.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة / أشكال ورسومات وأدوات / مقطع فيديو قصير / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
العاشرة	يُعرف مفهوم الكون وعلاقة الإنسان به. يناقش أهمية الكون للإنسان. يعدد أربعة واجبات رئيسة على الإنسان نحو الكون.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة	ساعة

الجلسة	الأهداف التي يحققها المتدرب	الوسائل المستخدمة	الزمن
	يُحدد نماذج من طرق تطبيق واجبات الإنسان نحو الكون. يستنتج نتائج تنفيذ واجبات الإنسان نحو الكون، ونتائج إهمال هذه الواجبات.	/ مصحف قرآن كريم / أشكال ورسومات وأدوات / تدريبات فردية وجماعية	
الحادية عشرة	يُعرّف مفهوم الزمن. يناقش أهمية الزمن للإنسان. يعدد أربعة واجبات رئيسة على الإنسان نحو الزمن. يُحدد نماذج من طرق تطبيق واجبات الإنسان نحو الزمن. يستنتج نتائج تنفيذ واجبات الإنسان نحو الزمن، ونتائج إهمال هذه الواجبات.	/ ملخص محتوى يتناسب مع أهداف الجلسة في شكل شرائح باور بوينت / المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / أشكال ورسومات وأدوات / مقطع فيديو قصير / تدريبات فردية وجماعية	ساعة
الثانية عشرة	يُعرّف مفهوم الوسائل. يناقش أهمية الوسائل للإنسان. يعدد أربعة واجبات رئيسة على الإنسان نحو الوسائل. يُحدد نماذج من طرق تطبيق واجبات الإنسان نحو الوسائل. يستنتج نتائج تنفيذ واجبات الإنسان نحو الوسائل، ونتائج إهمال هذه الواجبات.	/ المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة / أشكال ورسومات وأدوات / مقطع فيديو قصير / تدريبات فردية وجماعية	ساعة
الثالثة عشرة	يُعرّف مفهوم الغيب. يناقش أهمية الإيمان بالغيب. يعدد أربعة واجبات رئيسة على الإنسان نحو الغيب. يُحدد نماذج من طرق تطبيق واجبات الإنسان نحو الغيب. يستنتج نتائج تنفيذ واجبات الإنسان نحو الغيب، ونتائج إهمال هذه الواجبات.	/ ملخص محتوى يتناسب مع أهداف الجلسة في شكل شرائح باور بوينت / المناقشة والحوار في الملخص والشرائح / استخدام المخططات على السبورة بألوان مختلفة / مصحف قرآن كريم / تدريبات فردية وجماعية	ساعة ونصف
الرابعة عشرة	يستعرض العناصر الرئيسية للبرنامج. يجيب على مقياس تحسين جودة الإنسان (البعدي).	توزيع المقياس البعدي وكلمة شكر والاستماع إلى انطباعات المتدربين عن تجربتهم في البرنامج	ساعتان

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

1- آلية تنفيذ البرنامج:

كل جلسة تدريبية تتم في أربع مراحل، هي: تنشيط المعرفة السابقة، وذلك بطرح بعض الأسئلة وتقديم ملخص، وأداء الأنشطة التي تشتمل عليها كل جلسة، وتقديم ملخص شامل نهاية كل جلسة، وتكليف المتدربين بمهام الجلسة القادمة.

2- الأساليب التدريبية التي اعتمدها البرنامج التدريبي:

استخدم الباحث لتطبيق البرنامج بعض الأساليب التدريبية التي تناسب طبيعة البرنامج التدريبي، وتمثلت فيما يأتي: طرح سؤال، والتدريب الجماعي، والمحاضرة، وعرض شرائح، ورسومات، وتلاوة آيات قرآنية، وحلقات مناقشة وحوار، وفيديو، وصور معبرة، إلخ.

ثانيًا: مقياس جودة الإنسان:

1- مفهوم المقياس: يقصد الباحث بالمقياس في هذه الدراسة: قياس تحقق مجموعة معايير اجتهادية مرتبطة بمؤشرات قابلة للقياس، ويهدف إلى قياس نسبة تحقق الحالة المعيارية الموضوعية.

2- مفهوم المعيار (السلوك المتوقع): هو السلوك المتوقع صدوره من المتدرب في علاقته مع المجال الذي يتفاعل معه، وبعبارة أخرى مسؤوليات الإنسان تجاه هذا المجال.

3- مفهوم المؤشر: عبارة تصف مظهر سلوك المتدرب تدل على تحقق السلوك المتوقع (تحقق المعيار).

خطوات إعداد المقاييس:

الإطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة القريبة من موضوع الدراسة، وكيفية بناء مقياس يناسب المحتوى، وقياس تحقق الأهداف.

بما أن الدراسة الحالية مختلفة عن الدراسات السابقة وجديدة في محتواها وطرحها الفلسفي، صمّم الباحث مقياساً جديداً. حدّد الباحث المجالات التي يشتمل عليها المقياس، ويظهر فيها مجال جودة الإنسان، وتمثلت في تسعة مجالات يتفاعل معها الإنسان، وهي: الغاية من وجود الإنسان عامةً، والخالق، والذات، والمنظومة القانونية، والكون، والآخر، والزمن، ووسائل الحياة، والغيب.

صيغت أربعة معايير (السلوك المتوقع) لكل مجال بما يناسب عدد عناصر الجدارة، وهي: التصور الذهني، والمعرفة، والمهارة، والسلوك، بمعنى أن هذه المعايير الأربعة مع كل مجال تقيس جدارة الإنسان في هذا المجال؛ فالمعيار الأول يقيس التصور المطلوب تجاه هذا المجال، والثاني يقيس معرفة الإنسان لواجباته تجاه هذا المجال، والثالث يقيس مهارة الإنسان في ممارسة واجباته تجاه هذا المجال، والرابع يقيس السلوك الفعلي للإنسان تجاه هذا المجال. وقياس هذه المعايير الأربعة التي تشكل عناصر الجدارة تعطي درجة تحقيق الإنسان للجودة مع هذا المجال.

بما أن لكل مجال أربعة معايير، وعدد المجالات تسعة، إذًا عدد معايير المقياس ككل (36) معيارًا، وقد صيغ مؤشران اثنان يقيسان تحقق المعيار (السلوك المتوقع)، ومن ثم أصبح كل مجال يقاس بـ (8) مؤشرات. وفيما يأتي شكل تنظيم المقياس.

جدول (2) تنظيم المقياس

المجال الثالث: التعريف بالمجال.....		
عناصر جدارة الإنسان في المجال المحدد	المعيار (السلوك المتوقع صدوره من الإنسان نحو المجال المحدد)	مؤشرات تحقق المعيار
التصور الذهني	المؤشر الأول.....
		المؤشر الثاني.....
الجانب المعرفي	المؤشر الأول.....
		المؤشر الثاني.....
الجانب المهاري	المؤشر الأول.....
		المؤشر الثاني.....
الجانب السلوكي	المؤشر الأول.....
		المؤشر الثاني.....

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

في عموم المقياس صيغت (72) عبارة مفردة موزعة على تسعة مجالات لقياس جودة الإنسان عامةً، وكل العبارات موجبة بتقدير خماسي بالشكل التالي:

جدول (3) بدائل الإجابة على المقياس

قليلة جدًا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدًا
درجة	درجتان	3 درجات	4 درجات	درجات

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

ز- أُعدت تعليمات للإجابة توضح الهدف من المقياس وطريقة الإجابة عليه. ووضع علامة (✓) أمام كل عبارة بقدر مستوى المتدرب مع المعيار. وأصبحت صورة المقياس كما بالشكل التالي:

جدول (4) طريقة الإجابة على المقياس

المجال الثاني: تعريف مختصر للمجال.....						
مستوى تحقق المؤشر معي بأمانة صادقة					مؤشرات تحقق الجودة	1
كبيرة جدًا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدًا		
5	4	3	2	1	القيم المقابلة عند التحليل الإحصائي	

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قام الباحث بتقدير مؤشرات الصدق والثبات للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية عددهم (25 طالبة)، وجاءت النتائج على النحو الآتي:

أولاً- صدق المحكمين:

بعد إعداد المقياس في صورته المبدئية، تُحَقَّق من صدقه، الذي يقصد به: صلاحية المقياس لقياس ما وضع لقياسه، وقد اعتمد في التحقق من الصدق- على استطلاع آراء المحكمين، وهي من الطرق التي تعتمد على فكرتين هما:

الصدق الظاهري (الأولي):

ويقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة المقياس لما يقيس، ولمن يطبق عليهم، ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح البنود، ومدى علاقتها بالقدرة، أو السمة والبعد الذي يقيسه المقياس (سعد عبد الرحمن، 1988، ص181).

صدق المحتوى:

ويقوم هذا النوع من الصدق على مدى تمثيل المقياس للميادين، أو الفروع المختلفة للقدرة التي يقيسها، وكذلك التوازن بين هذه الفروع، أو الميادين، إذ يصبح من المنطقي أن يكون محتوى المقياس صادقاً، ما دام يشمل عناصر القدرة المطلوب قياسها وتمثيلها (سعد عبد الرحمن، 1988، ص185).

ومن ثم فقد عُرضت الصورة الأولية من المقياس على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بلغ عددهم (8) محكمين، بهدف فحص عبارات المقياس، وإبداء الرأي في وضوح تعليمات المقياس ومدى ملاءمة الصياغة اللغوية، ومدى انتماء كل عبارة من عبارات المقياس للمجال التي تندرج تحته، ومدى أهمية العبارات، وقد قام الباحث بالأخذ بملاحظاتهم المتفق عليها بأكثر من 80%.

ثانياً- الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل سؤال في المجال مع المجال الذي ينتمي إليه السؤال. ونلاحظ أن معاملات الارتباط كلها دالة إحصائياً.

جدول (5): معاملات الارتباط بين كل سؤال من أسئلة المجال مع المجال الذي ينتمي إليه السؤال

المجال الأول	معامل الارتباط	الدلالة	المجال الخامس	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.629	0.001	1	0.771	0.000
2	0.733	0.000	2	0.704	0.000
3	0.676	0.000	3	0.704	0.000
4	0.523	0.007	4	0.773	0.000
5	0.766	0.000	5	0.814	0.000
6	0.603	0.001	6	0.682	0.000
7	0.593	0.006	7	0.737	0.000
8	0.486	0.014	8	0.570	0.003
المجال الثاني	معامل الارتباط	الدلالة	المجال السادس	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.693	0.000	1	0.828	0.000
2	0.659	0.000	2	0.632	0.001
3	0.747	0.000	3	0.728	0.000
4	0.486	0.014	4	0.595	0.002
5	0.614	0.001	5	0.497	0.012
6	0.480	0.015	6	0.607	0.001
7	0.672	0.000	7	0.592	0.002
8	0.642	0.001	8	0.806	0.000
المجال الثالث	معامل الارتباط	الدلالة	المجال السابع	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.604	0.001	1	0.640	0.001

الدلالة	معامل الارتباط	المجال الخامس	الدلالة	معامل الارتباط	المجال الأول
0.000	0.678	2	000.	0.721	2
0.002	0.596	3	000.	0.670	3
0.000	0.774	4	000.	0.705	4
0.002	0.580	5	004.	0.560	5
0.000	0.823	6	000.	0.647	6
0.001	0.602	7	002.	0.600	7
0.003	0.562	8	000.	0.653	8
الدلالة	معامل الارتباط	المجال الثامن	الدلالة	معامل الارتباط	المجال الرابع
0.002	0.579	1	0.000	0.812	1
0.000	0.753	2	0.000	0.788	2
0.001	0.639	3	0.002	0.592	3
0.015	0.480	4	0.001	0.642	4
0.000	0.808	5	0.000	0.686	5
0.001	0.630	6	0.074	0.364	6
0.000	0.805	7	0.000	0.784	7
0.002	0.582	8	0.048	0.412	8
			الدلالة	معامل الارتباط	المجال التاسع
			0.000	0.801	1
			0.000	0.801	2
			0000	0.585	3
			0.002	0.537	4
			0.006	0.550	5
			0.004	0.557	6
			0.000	0.733	7
			0.000	0.757	8

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

ثالثاً- ثبات المقياس:

تم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول الآتي هذه النتائج:

جدول (6) ثبات المقياس بألفا كرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	المجال
0.752	1
0.779	2
0.800	3
0.792	4
0.871	5
0.817	6
0.804	7
0.817	8
0.821	9

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات مرتفعة، مما يدعو إلى الثقة في نتائج المقياس، وصلاحيته للاستخدام.

الزمن المناسب للإجابة على المقياس:

حُسيب الزمن الذي يستغرقه تطبيق المقياس على الطالبات بحساب المتوسط لمجموع زمن استجابات الطالبات في العينة الاستطلاعية على المقياس، ووجد أن متوسط زمن تطبيق المقياس (35) دقيقة، إضافة إلى (10) دقائق لإلقاء التعليمات.

4- نتائج الدراسة ومناقشتها.

- نتائج الفرض الأول: يوجد مستوى متوسط لجودة الإنسان قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح.

جدول (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة لنتائج الاختبار القبلي

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الغيب	23.4	6.66	0.67168
الوسائل	20.88	6.44	0.98835
الزمن	19.16	6.34	0.99958
الكون	20.44	6.14	0.99604
الأخر	24.92	7.54	0.27373
المنظومة القانونية	21.72	4.59	0.98984
الذات	21.24	5.83	0.9868
الخالق	25.12	5.8	0.17185
غاية الوجود	23	5.21	0.82651
المجموع	201.36	45.72	0.45178

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

يعطي جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل مجال من المجالات قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح، ولكون الدرجة الكلية لكل مجال من المجالات هي (40) وللمجموع الكلي (360)، وأن القيمة (24) درجة وسطية لكل مجال و(216) درجة وسطية للمجموع الكلي، فإننا نلاحظ أن متوسطات المجالات أقل من (24) عدا مجال الآخر، ومجال الخالق، فيزيد بقليل على (24). كما يعطي الجدول قيم مستوى الدلالة الإحصائية لفرضية ذات الطرف الواحد، إذ الفرضية الصفرية هي أن المتوسط لا يزيد على (24) مقابل الفرضية البديلة، والتي تنص على أن المتوسط أكبر من (24) في كل مجال، وبالنسبة للمجموع فإن الفرضية الصفرية هي المتوسط لا يزيد على (216) مقابل الفرضية البديلة التي تنص على أن المتوسط أكبر من (216). ويشير العمود الأخير من الجدول إلى أنه لا يمكن رفض الفرضية الصفرية، ولذلك فإن الفرض محل النقاش لا يمكن رفضه عند مستوى دلالة إحصائية (0.05).

- نتائج الفرض الثاني: "يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في مجالات جودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي".

جدول (8): مقارنة متوسطات الاختبار البعدي والاختبار القبلي لكل مجال من المجالات

المجال	نوع الاختبار	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	مستوى الدلالة
المجموع	بعدي	302.08	31.39	8.687	.000
	قبلي	201.36	45.722		
الغيب	بعدي	33.52	5.149	5.076	.000
	قبلي	23.4	6.665		
الوسائل	بعدي	33.4	4.882	6.934	.000
	قبلي	20.88	6.438		
الزمن	بعدي	33.16	5.437	7.626	.000
	قبلي	19.16	6.342		

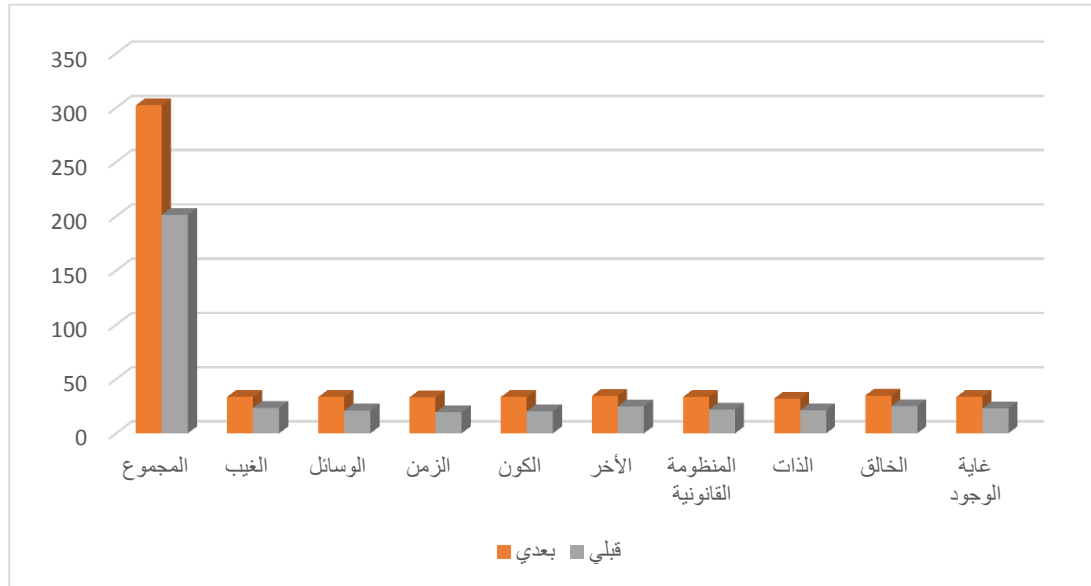
المجال	نوع الاختبار	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	مستوى الدلالة
الكون	بعدي	33.4	5.331	7.335	.000
	قبلي	20.44	6.145		
الأخر	بعدي	34.52	3.928	6.672	.000
	قبلي	24.92	7.538		
المنظومة القانونية	بعدي	33.6	4.528	9.591	.000
	قبلي	21.72	4.587		
الذات	بعدي	32.12	4.106	7.193	.000
	قبلي	21.24	5.833		
الخالق	بعدي	34.84	3.275	6.601	.000
	قبلي	25.12	5.797		
غاية الوجود	بعدي	33.48	3.991	7.876	.000
	قبلي	23	5.212		

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

جدول (8) يعطي المتوسطات والانحرافات المعيارية لكل مجال من المجالات للاختبار القبلي والبعدي. نلاحظ من الجدول أن درجات الاختبار البعدي في جميع المجالات أعلى من درجات الاختبار القبلي. وهذا أيضاً ملاحظ من الرسم البياني رقم (3). ولدراسة معنوية الفروق بين الاختبارين استعمل اختبار "ت" للعينات المترابطة كما يوضحها الجدول التالي (8)، فنجد أن الفروق لجميع المجالات دالة إحصائياً لصالح الاختبار البعدي، إذ كانت القيمة الاحتمالية (p-value) صغيرة جداً مقارنة بقيمة ألفا ($\alpha = 0.05$). ويوضح الرسم البياني التالي هذه النتائج:

رسم بياني شكل رقم (3) يقارن درجات الاختبار البعدي بدرجات الاختبار القبلي

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)



- نتائج الفرص الثالث: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في الدرجة الكلية لجودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي.

جدول (9): نتائج اختبار "ت" للعينات المترابطة الخاصة بالمجموع الكلي

المجال	نوع الاختبار	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	مستوى الدلالة
المجموع	بعدي	302.08	31.39	8.687	.000
	قبلي	201.36	45.722		

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

يوضح جدول (9) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموع العام للاختبار القبلي والبعدي، إذ كان متوسط الاختبار القبلي (201.36) بانحراف معياري (45.722)، وفي المقابل فإن متوسط الاختبار البعدي (302.08)، بانحراف معياري (31.39). ومن الملاحظ أن متوسط الاختبار البعدي أعلى من متوسط الاختبار القبلي. ولدراسة معنوية الفروق بين الاختبارين استُعمل اختبار "ت" للعينات المترابطة، ووجد أن الفروق دالة إحصائياً لصالح البعدي، إذ كانت القيمة الاحتمالية (p-value) صغيرة جداً مقارنة بقيمة ألفا ($\alpha = 0.05$).

ومن ثم يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0, 01) بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي للدرجة الكلية لمقياس جودة الإنسان، مما يدل على فاعلية البرنامج المستخدم لتحسين جودة الإنسان.

- نتائج الفرض الرابع: لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق البعدي والتطبيق التبعي لجودة الإنسان.

جدول (10): مقارنة متوسطات الاختبار البعدي والاختبار التبعي لكل مجال من المجالات

المجال	نوع الاختبار	المتوسط	الانحراف المعياري	اختبارات	مستوى الدلالة
المجموع	تبعي	312	28.569	0.952	0.351
	بعدي	302.08	31.39		
الغيب	تبعي	35.08	4.071	1.027	0.315
	بعدي	33.52	5.149		
الوسائل	تبعي	33.92	4.509	0.326	0.747
	بعدي	33.4	4.882		
الزمن	تبعي	34.32	4.516	0.712	0.483
	بعدي	33.16	5.437		
الكون	تبعي	34.36	3.967	0.593	0.559
	بعدي	33.4	5.331		
الأخر	تبعي	35.08	3.546	0.480	0.635
	بعدي	34.52	3.928		
المنظومة القانونية	تبعي	34.68	3.75	0.882	0.387
	بعدي	33.6	4.528		
الذات	تبعي	34.88	3.689	2.184	0.039
	بعدي	32.12	4.106		
الخالق	تبعي	35.48	3.177	0.649	0.523
	بعدي	34.84	3.275		
غاية الوجود	تبعي	34.2	3.958	0.521	0.607
	بعدي	33.48	3.991		

(المصدر: عمل شخصي للباحث، 2023)

يقارن جدول (10) بين متوسطات الاختبار البعدي والاختبار التبعي لكل مجال من المجالات. ومن الملاحظ أن هناك فروقاً بسيطة جداً بين متوسطات الاختبارين. ولدراسة معنوية هذه الفروق استُعمل اختبار "ت" للعينات المترابطة، ووجد أن الفروق غير دالة إحصائياً، إذ كانت القيمة الاحتمالية (p-value) أكبر مقارنة بقيمة ألفا ($\alpha = 0.05$)، عدا مجال الذات، إذ كانت القيمة الاحتمالية (p-value) (0.039)، وهي أصغر من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وهذا الفرق لصالح الاختبار التبعي وذلك في مجال الذات فقط.

مناقشة النتائج:

○ مناقشة نتائج الفرض الأول: يوجد مستوى متوسط لجودة الإنسان قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح. أشارت نتائج جدول (7) أنه يتم قبول الفرض الصفري، وهو يوجد مستوى ضعيف ومتوسط لجودة الإنسان قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن طالبات مقرر الثقافة الإسلامية، في جامعة قطر الشعبتين [88+80] لديهن

انخفاض في جودة الإنسان، وأهن في أمس الحاجة إلى برامج تدريبية لتنمية جودة الإنسان لدى الطالبات، وتجويد علاقاتهم مع من حولهم، وتحقيق التنمية المستدامة، والتطور المستمر، كي يحققن الجودة من وجوده.

ولعل انخفاض جودة الانسان لدى الطالبات قبل تطبيق البرنامج يرجع إلى أن طالبات المرحلة الجامعية يعشن مرحلة مهمة في حياتهن، والتي تعد من أهم المراحل النمائية والتعليمية، والتي تؤثر سلبيًا على حياتهن، وشخصياتهن، حيث يتعرضن للكثير من الضغوط التعليمية والأسرية، والبيئية، والثقافية، والاجتماعية، وعدم الاستقرار النفسي، والتعامل بسلبية عند مواجهة تلك الضغوط. ونظرًا لوجود العديد من الضغوطات التي يتعرض لها طلاب الجامعة خصوصًا فإنه لزامًا على المؤسسات التربوية، والباحثين أن يبحثوا عن الوسائل والأساليب التي تخفف من آثار تلك الضغوط، لتحقيق الاستقرار النفسي والفكري، ومساعدة الطلاب على النجاح والسعادة في الحياة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة محمد (2009) من وجود مستوى منخفض لجودة حياة الطالب في المرحلة الثانوية، مما تطلب استخدام برنامج إرشادي قائم على نظرية الاختيار.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (أغنية وآخرون، 2012) والتي أشارت إلى أن طلاب الجامعة لديهم انخفاض في جودة الحياة قبل تطبيق البرنامج عليهم، إذ أنهم في أمس الحاجة إلى تطبيق برامج تدريبية لتحسين أساليب العيش لديهم، وتنمية جودة حياتهم.

وتتفق كذلك مع دراسة (Nesterchuk et al. 2020) والتي أشارت إلى وجود مستوى منخفض من جودة الحياة لدى الطلاب، مما استدعى تدريبهم على برنامج للتدريب على العادات الصحية السليمة لتحسين جودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

إلا أنها تختلف عن نتيجة دراسة الهادلي وكاظم (2007) والتي توصلت إلى أن مستوى جودة الحياة مرتفعٌ في بُعدي جودة الحياة الأسرية والاجتماعية وجودة التعليم والدراسة، ومتوسطٌ في بُعدي جودة الصحة العامة وجودة شغل الوقت وإدارته، ومنخفضٌ في بُعدي جودة الصحة النفسية وجودة الجانب الوجداني.

○ مناقشة نتائج الفرض الثاني: يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في مجالات جودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي.

أشارت نتائج جدول (8) إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين التطبيقين القبلي والبعدي لكل المجالات لصالح الاختبار البعدي. ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج التدريبي، الذي ساهم بشكل إيجابي في تحقيق الجودة لدى الطالبات، حيث نى لديهن الإيمان بالغيب، وطور من قدراتهن على الاستفادة من الوسائل المتاحة، واستغلال الزمن في ما هو مفيد، ونافع، والنظرة الإيجابية للكون، والحياة، والآخرين، والتعامل مع الآخرين بطريقة إنسانية، تعبر عن الاحترام والتقدير، ومراعاة العواطف والانفعالات، واحترام القواعد، والعادات والتقاليد، واحترام الذات وتقديرها، والنظرة الإيجابية للذات، ومعرفة الحكمة من الوجود، وطاعة الخالق جل وعلا.

كما ساهم البرنامج على تنمية إدراك الفرد الذاتي، وشعوره بالرضا، عن النفس وعن الحياة، والشعور بالسعادة، والنظر إلى مقومات المجتمع على أنها تشبع حاجاته ورغباته، كما أكسب الطالبات الاتزان الانفعالي، ورفع لديهن الثقة بالنفس، والقدرة على التوافق مع المجتمع، بالإضافة إلى أن مشاركة الطالبات في البرنامج التدريبي قد كسر لديهن حاجز الخوف، والقلق، وهذا متوقع من هذا البرنامج نظرًا لأنه ناقش قضايا مهمة أكسبت الطالبات معلومات مهمة حول بعض المفاهيم المرتبطة بالخلافة، والألوهية، والمنظومة

القانونية، والتعايش مع الآخر، وأهمية الكون للإنسان، والإيمان بالغيب، مما عمل على توسيع أفقهم، وتنمية قدراتهم المعرفية، والانفعالية والاجتماعية، وارشادهم إلى الحكمة من خلق الإنسان، وأن وجود الإنسان في الكون له هدف، ومعنى، وأن عليه أن يحقق مؤشرات الاستخلاف في الأرض، والتعاون، وتقديم يد العون والمساعدة للآخرين.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الخليفي (2000) والتي توصلت إلى أن الدورات الإرشادية المتعلقة بالتعامل مع الذات قد أسهمت في تعديل سلوك المتدربين، بحيث يتعاملون مع أنفسهم على نحو أفضل عن طريق الضبط الانفعالي، وضبط التفكير، وضبط التصرفات، وهذا الضبط هو الاختيار السلوكي الصحيح الذي تتحقق معه جودة الحياة، وكذلك دراسة محمد (2009) التي أشارت إلى وجود تحسن في مجالات جودة حياة الطالب باستخدام برنامج إرشادي قائم على نظرية الاختيار ودراسة (Gómez et al. 2016) والتي أشارت إلى أن الخدمات التي تقدم الدعم للمجموعات التشخيصية، قد ساهمت في تحسين الجودة في جميع المجالات.

○ مناقشة نتائج الفرض الثالث: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي في الدرجة الكلية لجودة الإنسان لصالح التطبيق البعدي.

حيث اتضح من جدول (9) أن الفروق دالة إحصائياً لصالح الاختبار البعدي. ويعود ذلك إلى طبيعة البرنامج، وما قدمه للطالبات من أنشطة، ومعارف، ومهارات مكنتهم من استغلال قدراتهم، وإمكانياتهم، العقلية والفكرية، وساعدتهم على الاسترخاء النفسي، والعصبي، والتأمل، وتحسين رؤيتهم للحياة، وتغيير أمورهم للأفضل.

كما قد تعود هذه النتيجة إلى ما استخدمه البرنامج من فنيات وأساليب تدريبية تناسب طبيعة البرنامج التدريبي، وتناسب مع طبيعة الطالبات من ناحية أخرى، والتي تمثلت فيما يأتي: طرح سؤال، والتدريب الجماعي، والمحاضرة، وعرض شرائح، ورسومات، وتلاوة آيات قرآنية، وحلقات مناقشة وحوار، وفيديو، وصور معبرة، إلخ.

بالإضافة إلى ما غرسه البرنامج في نفوس الطالبات من صورة الحكم على جودة الأشياء من جودة أدوارها فيما وجدت من أجله، وكذلك تتحسن جودة الإنسان عندما يحقق أدواره بتجويد علاقاته مع من حوله، ولذا لا بد أن يكون الإنسان فعالاً، يسعى إلى تحقيق كمال إنسانيته، ويُقدم في الاهتمام تنفيذ الواجبات قبل الحقوق.

كما زود البرنامج الطالبات بأفكار حول أن الإنسان إنما خلق وأُهل ليكون مكرماً بالسيادة في الكون، وسيادته توجب عليه أن يكون: مسؤولاً عن تحقيق منفعة ذاتية أولاً، ثم مسؤولاً عن تحقيق منفعة الآخرين، وأنه بممارسة كل إنسان لواجباته تتحقق جودته. وكذلك أثار البرنامج في نفوس الطالبات الرفاهية الروحية، والنفسية، والتي أشارت إليها دراسة (Anye et al. (2013) والتي أثبتت وجود علاقة بينها وبين جودة الحياة، حيث حث البرنامج الطالبات على المشاركة وإبداء الرأي، وتقديم العون والمساعدة للآخرين، والمحافظة على الصحة النفسية، وحفظ النفس، باعتبارها أمانة من الخالق جل وعلا، وذلك باتباع أساليب صحية مناسبة.

وبهذا فإن هذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة (عزي، 2004)؛ ودراسة (إسماعيل، 2008)؛ ودراسة (أغنية وآخرين، 2012).

○ مناقشة نتائج الفرض الرابع: لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق البعدي والتطبيق القبلي لجودة الإنسان.

حيث أشارت نتائج جدول (10) إلى أن الفروق غير دالة إحصائياً، بين الاختبارين البعدي والقبلي، مما يشير إلى استمرار فاعلية البرنامج، وأن البرنامج له أثر فعال، طويل المدى في تنمية جودة الإنسان لدى الطالبات، وبالتالي يمكن تعميمه على مجتمعات أخرى، ويمكن الاستفادة منه في تنمية جودة الإنسان لدى العديد من المجتمعات.

ومن ثم فاستمرار فعالية البرنامج دليل على فاعليته، حيث نهى البرنامج لدى أفراد العينة جودة الحياة وبهجتها، إذ يمثل جوهر الإنسان في عمق الفطرة وثورائها بالإمكانات والطاقات الكامنة والمتأصلة فيه، والتي تجسد الطبيعة الإنسانية، وتعطي للإنسان معنى لوجوده، وهدفاً لحياته، وتحقيقاً لإنسانيته، وإعلاء النفس فوق الماديات، وهذا ما حرص البرنامج على غرسه في الطالبات، وهو ما يتفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (الفرماوي، 1999).

بالإضافة إلى أن تنمية جودة الإنسان لدى عينة الدراسة والتي أدى إليها البرنامج أظهرت للطالبات منزلة الإنسان، وأهميته ومكانته في الكون، كونه أعظم مخلوق كرمه الله، وهو ما أشارت إليه نتائج دراسة (أبي سمعان، 2011).

التوصيات والمقترحات.

استناداً إلى ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج تؤكد فاعلية البرنامج المستخدم في تحسين مستوى جودة الإنسان، يقدم الباحث مجموعة التوصيات الآتية:

- 1- تبني البرنامج التدريبي الذي استخدم في هذه الدراسة، إذ ثبتت فاعليته في تحسين جودة الإنسان.
- 2- تبني أداة المقياس المستخدمة في هذه الدراسة، والاستفادة منها في الدراسات المستقبلية؛ لكونها أداة محكمة ثبت صدقها وثباتها.
- 3- نشر التجربة في شكل بحث علمي محكم.
- 4- إنشاء مركز اعتماد مرجعي لتحسين جودة الإنسان، يقوم بإجراء البحوث وتصميم البرامج الخاصة بتحسين جودة الإنسان لدى الفئات المختلفة في المجتمع.
- 5- إجراء مزيد من التجارب والدراسات التطبيقية على عينات كبيرة من فئات مجتمعية أخرى.

قائمة المراجع

أولاً- المراجع بالعربية:

- ابن كافو، عيبر محمد أبو القاسم؛ سيف، رباب عبد المنعم؛ وسليمان، سناء محمد. (2018). تنمية الذكاء الاجتماعي لدى طالبات الجامعة كمدخل لتحسين جودة الحياة، مجلة البحث العلمي في التربية، 5(19)، 237-270.
- ابن منظور، محمد. (1997). لسان العرب. دار الصياد، بيروت.
- أبو سمعان، محمد عطا محمد. (2011). منزلة الإنسان ووجوده في المذاهب الفكرية المعاصرة: دراسة نقدية في ضوء الإسلام [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية، غزة.
- إسماعيل، سلوى سيد. (2008). برنامج إرشادي لتحسين نوعية الحياة لدى عينة من المقبلين على جراحات الصدر والقلب. رسالة دكتوراة، معهد الدراسات العليا للطب، جامعة عين شمس.
- أغنية، صالحه مصباح، وعبد الهادي، سوسن اسماعيل، والألفي، عزة. (2012). برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى طالبات الجامعة الليبية. مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس، 1(13)، 81-110.
- الرشيد، أمل بنت صالح. (2023). فاعلية برنامج تدريبي مقترح قائم مهارات التفكير الناقد وأثره على تحسين مستوى جودة الحياة الأكاديمية لدى طالبات جامعة القصيم. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، جامعة تعز، فرع التربية، (29)، 89-113.
- الزيات، أحمد حسن، وآخرون. (2004). المعجم الوسيط. تحقيق مجمع اللغة العربية، ط4، مكتبة الشروق الدولية، القاهرة.
- سالم، أحمد محمد؛ ومصطفى، أحمد السيد. (2006). فاعلية برنامج تعليمي مقترح في تنمية مهارات التقويم التربوي لدى طلاب شعبة اللغة الفرنسية بكلية التربية في ضوء المعايير القومية لجودة المعلم في مصر. اللقاء السنوي الثالث عشر "إعداد المعلم وتطويره في ضوء المتغيرات المعاصرة"، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، كلية التربية جامعة الملك سعود، الرياض، 86-123.
- شقير، زينب محمود. (2010). جودة الحياة واضطرابات النوم. المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، 29 نوفمبر-1 ديسمبر 2010، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر، 773-790.
- عبد الحميد، أمينة عشري. (2010). فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الاجتماعي لدى عينة من المراهقين. (رسالة ماجستير)، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- عبد السلام، أشرف. (2007). إدارة الجودة الشاملة في الإسلام. دار الوفاء، المنصورة.
- عبد النبي، السيد؛ ويدر، فائقة. (2001). الإدراك الحسي البصري والسمعي. مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- عزب، حسام الدين محمود. (2004). برنامج إرشادي لخفض الاكتئابية وتحسين جودة الحياة لدى عينة من معلمي المستقبل. مجلة الإرشاد النفسي والمؤتمر السنوي الثاني عشر، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- العقاد، عباس محمود. (1977). الإنسان في القرآن. ط1، دار الإسلام، القاهرة.
- الغزالي، محمد بن محمد. (1987). المقصد الأسنى في شرح معاني أسماء الله الحسنى. تحقيق: بسام الجابي، ط1، الجفان والجابي - قبرص.
- الغندور، العارف بالله محمد حسن. (1999). أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة- دراسة نظرية. المؤتمر الدولي السادس "جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين"، 10-12 نوفمبر 1999، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، 1-177.
- الفرماوي، حمدي علي. (1999). جودة الحياة في جوهر الإنسان. المؤتمر الدولي السادس "جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين"، 10-12 نوفمبر 1999، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، 215-226.
- القطاوي، سحر منصور. (2013). فاعلية برنامج تدريبي باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي "الفييس بوك" في تحسين جودة الحياة للمراهقين الصم. مجلة دراسات عربية، 12(3)، 463-498.
- كاظم، علي مهدي؛ والبهادي، عبد الخالق نجم. (2007). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين: دراسة ثقافية مقارنة. مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة بالدانمارك، 3(31)، 24-53.
- محمد، هانم مصطفى. (2009). تحسين جودة حياة الطالب باستخدام برنامج إرشادي قائم على نظرية الاختيار. مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، مصر، 14، 157-196.
- منسي، محمود عبد الحليم؛ وكاظم، علي مهدي (2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. ندوة علم النفس وجودة الحياة، 17-19 ديسمبر 2006، جامعة السلطان قابوس، مسقط، 63-78.

- الهاشي، حسين رحيم عزيز. (2016). جودة تربية الإنسان وتعليمه في فكر الإمام جعفر بن محمد الصادق-عليه السلام. مجلة الأستاذ، 2، 415-426.
- وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. (دون تاريخ). الموسوعة الفقهية الكويتية. ط2، دار السلاسل، الكويت.
- الوهيبي، مسلم بن سالم. (تحت النشر). واجبات الإنسان أم حقوقه أهمها يقدم؟
- اليحيوي، صبرية مسلم سليم. (2001). تطبيق إدارة الجودة الشاملة لتطوير التعليم العام للبنات في المملكة العربية السعودية [رسالة دكتوراة غير منشورة]. قسم التخطيط والإدارة التعليمية، كلية التربية بجامعة طيبة، المدينة المنورة.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Anye, E. T., Gallien, T. L., Bian, H., & Moulton, M. (2013). The relationship between spiritual well-being and health-related quality of life in college students. *Journal of American college health*, 61(7), 414-421.
- Costanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, L., Boumans, R., & Snapp, R. (2007). Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being. *Ecological economics*, 61(2-3), 267-276.
- Gerich, J., & Fellingner, J. (2010). Effects of social networks on the quality of life in an elder and middle aged, deaf community sample. *Journal of Deaf Studies and Deaf*, (17)1. 102-115.
- Gómez, L. E., Peña, E., Arias, B., & Verdugo, M. A. (2016). Impact of individual and organizational variables on quality of life. *Social Indicators Research*, 125(2), 649-664.
- Kanumilli, N., Butler, J., Makrilakis, K., Rydén, L., Vallis, M., Wanner, C., & Cheng, A. (2023). Guardians for Health: A Practical Approach to Improving Quality of Life and Longevity in People with Type 2 Diabetes. *Diabetes Therapy*, 1-18.
- Nesterchuk, N., Grygus, I., Ievtikh, M., Kudriavtsev, A., & Sokołowski, D. (2020). Impact of the wellness program on the quality of life of students. *Journal of Physical Education and Sport*, 20, 929-938.

References:

- Abd al-Nabī, al-Sayyid wa-Badr, Fā'iqah. (2001). al-idrāk al-ḥissī al-Baṣrī wālsm, y. (in Arabic), Maktabat al-Nahḍah al-Miṣriyah, al-Qāhirah.
- Abd al-Salām, Ashraf. (2007). Idārat al-jawdah al-shāmilah fī al-Islām. (in Arabic), Dār al-Wafā', al-Manṣūrah.
- Abū Sam, ān, Muḥammad, Aṭā Muḥammad. (2011). manzilat al-insān wjwdh fī al-madhāhib al-fikriyah al-mu, āsirah: dirāsah naqdiyyah fī ḍaw' al-Islām [Risālat mājistīr ghayr mansūrah]. (in Arabic), al-Jāmi, ah al-Islāmiyah, Ghazzah.
- aibn kafu, eabir muhamad 'abu alqasama, sifi, rabab eabdalmuneam, w sulayman, sana' muhamad. (2018). tanmiat aldhaka' alaijtimaeii ladaa talibat aljamieat kamadkhal litahsin jawdat alhayaati. majalat albahth aleilmii fi altarbiati, 5(19), 237- 270.
- al-, Aqqād, , Abbās Maḥmūd. (1977). al-insān fī al-Qur'ān. (in Arabic), 1st ed., Dār al-Islām, al-Qāhirah.
- al-Faramāwī, Ḥamdī, Alī. (1999). Jawdah al-ḥayāh fī Jawhar al-insān. (in Arabic), al-Mu'tamar al-dawlī al-sādīs "Jawdah al-ḥayāh twjh qawmī lil-qarn al-ḥādī wa-al-, ishrīn", 10-12 Nūfimbir 1999, Markaz al-Irshād al-nafsī, Jāmi, at, Ayn Shams, al-Qāhirah, 215-226.
- al-Ghandūr, al-, Ārif billāh Muḥammad Ḥasan. (1999). uslūb ḥall al-mushkilāt wa-, alāqatuhu bnw, yh al-ḥayāh-dirāsah Nazarīyat. (in Arabic), al-Mu'tamar al-dawlī al-sādīs "Jawdah al-ḥayāh twjh qawmī lil-qarn al-ḥādī wa-al-, ishrīn", 10-12 Nūfimbir 1999, Markaz al-Irshād al-nafsī, Jāmi, at, Ayn Shams, al-Qāhirah, 1-177.
- al-Ghazālī, Muḥammad ibn Muḥammad. (1987). al-Maqṣad al-Asnā fī sharḥ ma, ānī Asmā' Allāh al-ḥusnā. (in Arabic), taḥqīq: Bassām, Abd al-Wahhāb al-Jābī, 1st ed., al-Jaffān wa-al-Jābī – Qubruṣ.
- al-Hāshimī, Ḥusayn Raḥīm, Azīz. (2016). Jawdah tarbiyat al-insān wa-ta, limuh fī fikr al-Imām Ja, far ibn Muḥammad al-Sādiq-, lyh al-Salām. (in Arabic), Majallat al-Ustādh, 2, 415-426.
- alqatawiu, sahar mansur. (2013). faeiliat barnamaj tadribiun biaistikhdam mawaqie altawasul alaijtimaeii "alfis buk" fi tahsin judat alhayaat lilmurahiqa alsum. (in Arabic) majalat dirasat earabiatin, 12(3), 463- 498.

- alrashidi, 'amal bint salihin. (2023). faeiliat barnamaj tadribiun muqtarah qayim maharat altafkir alnaaqid wa'atharuh ealaa tahsin mustawaa jawdat alhayaat al'akadimiati ladaa talibat jamieat alqasima. (in Arabic) majalat aleulum altarbawiat waldirasat al'iinsaniati, jamieatan taeazu, fare altarbiati, (29), 89- 113.
- al-Wihaybī, Muslim ibn Salim. (tahta al-Nashr). wājibāt al-insān Umm ḥuqūquhu Ayyuhumā yuqaddimu?
- al-Yahyawi, sbryh Muslim Salim. (2001). taṭbīq Idārat al-jawdah al-shāmilah li-taṭwīr al-Ta, līm al-, āmm llynāt fi al-Mamlakah al-, Arabiyah al-Sa, ūḍiyah [Risālat duktūrāh ghayr manshūrah]. (in Arabic), Qism al-Takhṭīṭ wa-al-idārah al-ta, līmīyah, Kulliyat al-Tarbiyah bi-Jāmi, at Ṭaybah, al-Madīnah al-Munawwarah.
- al-Zayyāt, Aḥmad Ḥasan, wa-ākharūn. (2004). al-Mu, jam al-Wasīṭ. (in Arabic), taḥqīq Majma, al-lughah al-, Arabiyah, 4th ed., Maktabat al-Shurūq al-Dawlīyah, al-Qāhirah.
- eabd alhamidi, 'aminat eishari. (2010). faeiliat barnamaj maerifiun sulukiun litanmiat alsuluk alajitimaeei ladaa eayinat min almurahiqina. (in Arabic) (risalat majjistir), kuliyat albanati, jamieat eayn shams.
- eazba, husam aldiyn mahmud. (2004). barnamaj 'iirshadiun likhafd alaiktiaabiati watahsin jawdat alhayaat ladaa eayinat min muealimi almustaqbala. (in Arabic) majalat al'iirshad alnafsii walmutamam alsanawii althaani eashra, alqahirat, markaz al'iirshad alnafsi, jamieat eayn shams.
- Ibn manzūr, Muḥammad. (1997). Lisān al-, Arab. (in Arabic), Dār al-Ṣayyād, Bayrūt.
- iismaeil, salawi sid. (2008). barnamaj 'iirshadiun litahsin naweiati alhayaat ladaa eayinat min almuqbilayn ealaa jirahat alsadr walqalba. (in Arabic) risalat dukturah, maehad aldirasat aleulya liltufulati, jamieat eayn shams.
- Kāzim, , Alī Mahdī ; wālbhādly, , Abd al-Khāliq Najm. (2007). Jawdah al-ḥayāh ladā ṭalabat al-Jāmi, ah al, mānyyn wālybyyn: dirāsah thaḳāfiyah muqāranah. (in Arabic), Majallat al-Akādīmīyah al-, Arabiyah al-Maftūḥah bāldānmārk, 3 (31), 24-53.
- Mansī, Maḥmūd, Abd al-Ḥalīm ; wkāzm, , Alī Mahdī (2006). miqyās Jawdah al-ḥayāh li-ṭalabat al-Jāmi, ah. (in Arabic), Nadwat, ilm al-nafs wjwdh al-ḥayāh, 17-19 Dīsimbir 2006, Jāmi, at al-Sulṭān Qābūs, Masqaṭ, 63-78.
- Muḥammad, Hānim Muṣṭafá. (2009). Taḥsīn Jawdah ḥayāt al-ṭālib bi-istikhdām Barnāmaj irshādī qā'im, alá Nazariyat al-Ikhtiyār. (in Arabic), Majallat Kulliyat al-Tarbiyah bāl'smā, ylyh, Miṣr, 14, 157-196.
- Sālim, Aḥmad Muḥammad, wa-Muṣṭafá, Aḥmad al-Sayyid. (2006). fā, iliyat Barnāmaj ta, līmī muqtarah fi Tanmiyat mahārāt al-Taḳwīm al-tarbawī ladā ṭullāb Shu, bat al-lughah al-Faransiyah bi-Kulliyat al-Tarbiyah fi ḍaw' al-ma, āyir al-Qawmīyah li-Jawdat al-Mu, allim fi Miṣr. (in Arabic), al-Liqā' al-Sanawī al-thālith, ashar "i, dād al-Mu, allim wa-taṭwīrih fi ḍaw' al-mutaghayyirāt al-mu, āsirah", al-Jam, iyah al-Sa, ūḍiyah lil-, Ulūm al-Tarbawīyah wa-al-nafsīyah, Kulliyat al-Tarbiyah Jāmi, at al-Malik Sa, ūd, al-Riyāḍ, 13, 86-123.
- Shuqayr, Zaynab Maḥmūd. (2010). Jawdah al-ḥayāh waḍṭrābāt al-nawm. (in Arabic), al-Mu'tamar al-iqlimī al-Thānī li-, Ilm al-nafs, 29 nwfmbir-1 Dīsimbir 2010, Rābiṭat al'kḥṣā'yyn alnfsyyin al-Miṣriyah, Miṣr, 773-790.
- ughniatu, salihat misbah, waeabd alhadi, sawsan asmaeil, wal'alfi, eaza. (2012). barnamaj 'iirshadiun litahsin jawdat alhayaat ladaa talibat aljamieat allyiabiati. (in Arabic) majalat albahth aleilmii fi aladab, jamieat eayn shams, 1(13), 81- 110.
- Wizārat al-Awqāf wa-al-Shu'ūn al-Islāmiyah. (D. T.). al-Mawsū, ah al-fiqhiyah al-Kuwaytiyah. (in Arabic), 2nd ed., Dār al-Salāsīl, al-Kuwayt.