

نمط الحياة وعلاقته بحاله التدفق النفسي لدى معلمي التربية البدنية بدوله الكويت

* عبيد عبدالله العتيبي

المقدمة ومشكلة البحث:

ان حياة المعلم ونمطها من المتغيرات الهامة المؤثرة في مهنته خاصة وأن نمط الحياة، **Life Style** أحد المكونات الأساسية لمؤشرات نمط الحياة والتي يستند إليها في تفسير إدراك الناس لنمط الحياة ، ومدى رضاهم عما تحققه الحياة لهم من إشباعات، أو مدى سخطهم عما تسببه لهم من إحباطات ، ولقد تغيرت نظرة المجتمعات إلى رسالة المعلم، فتعدد الأدوار التي أضحى يقوم بها في إطار التقدم السريع خاصة في هذا العصر، وقد ترتب على هذا زيادة الاهتمام بتطويره وإعداده في ضوء الطموحات والأهداف التي تنشدها المجتمعات في عصر التقدم العلمي والتقني المتلاحق الذي ينشده إنسان العصر الحديث الذي يفرض على كل المجتمعات- خاصة النامية منها- سرعة الحركة الدائبة في سبيل تحقيق أهداف التنمية الشاملة. (٥: ٣٧)

ويذكر بنومي وآخرون . **Bonomi et al** (٢٠٠٠) أن نمط الحياة تمثل مفهوما واسعا يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية ، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ، ومدى الإستقلال الذي يتمتع به ، والعلاقات الإجتماعية التي يكونها ، فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها. (٣: ١٨)

وعرف فيلس **Felce** (١٩٩٧)(١٥) أن نمط الحياة ترتبط بالقيم الشخصية للفرد التي يحدد معتقداته حول كل ما يحيط به من متغيرات حياتية وما تواجهه من مشكلات للسعي الي تحقيق الرضا الذاتي.(٢٣: ١٢٩)

ويوضح حسن عبد المعطي (٢٠٠٥) أن نمط الحياة هي التعبير عن الرقي ونزوع الأفراد نحو نمط حياة يتميز بالترف ، ويتحقق ذلك في المجتمعات التي استطاعت حل كافة مشاكلها المعيشية.(٣: ٢)

وتري فوقية أحمد (٢٠٠٦) أن نمط الحياة هي الإستمتاع بالظروف المادية ، والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة ، وزيادة شعور الفرد بمعني الحياة الي جانب الصحة الجسمية وتوافقه مع المجتمع.(١١: ٣)

ويري عادل الأشول (٢٠٠٥) أن نمط الحياة تتمثل في رفع مستوي الخدمات المادية والأجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع لأشباع حاجاتهم المختلفة ، كما ترتبط نمط الحياة بالبيئة المادية والنفسية والأجتماعية التي يعيش فيها الفرد.(٨: ٣)

ويري محمد الغندور (١٩٩٩) أن نمط الحياة هي البناء الكلي من مجموعة المتغيرات التي تهدف الي إشباع الحاجات الأساسية للفرد. (١٣: ١)

وتعرف منظمة الصحة العالمية (٢٤) نمط الحياة بأنها ادراك الفرد لوضعة المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم في المجتمع الذي يعيش فيه ، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوي اهتمامه. ويعتبر تدفق الخبرات الأنفعالية الإيجابية اثناء ممارسة الاعمال و الأنشطة المختلفة حالة نفسية سارة تحدث في الحياة اليومية يمكن أن نشعر بها في العمل وفي المدرسة وفي النادي، أثناء رسم لوحة فنية وعند كتابة قصة أدبية وفي تأليف معزوفة موسيقية وأثناء أداء مهارة رياضية، فهي تحدث للممارس وللشاهد وللقارى وللمستمع، وتتباين درجاتها ومستوياتها تبعاً لما يمثله هذا النشاط للمؤدى والمتلقى من درجات مختلفة للمتعة ويطلق عليها حالة التدفق النفسى (١٥ - ١٦) .

ولذلك يرى ميهالى وهيونز. **Mihaly & Hiwnz** (٢٠٠٣) أن التدفق النفسى يمثل الاندماج الكامل في النشاط الذي يرجع إلى عدة سمات ذاتية وتوجهات بيئية (٢٩: ١٥).

ويشير مجدى يوسف الى التدفق النفسى بأنه حالة ذاتية للفرد يعلن عنها عندما يندمج كلياً في النشاط ويكون الانتباه مركزاً في العمل الذي يقوم به بكل طاقاته. (١٦: ٧)

ويرى جاكسون ومارش. **Jackson & Marsh** (١٩٩٦) أن التدفق النفسى حالة يندمج فيها الفرد اندماجاً كبيراً مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الأمثل، وينظر إليها على أنها حالة تغير للوعى يشعر فيها الفرد بالانغماس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معاً. (٢٠: ٢٤)

يعرف محمد صديق (٢٠٠٩) التدفق النفسى بأنه حالة من حالات التفكير الوجداني في أحد تجلياته وربما يمثل التدفق الغاية القصوى أو الدرجة النهائية في توظيف (Harnessing) الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم. وفي التدفق النفسى لا تستوعب الانفعالات وتجدول فقط بل توظف بنشاط وإيجابية وتنسيق مع العمل الذي يباشره الفرد. وعندما نكون في حالة ملل أو سأم أو اكتئاب أو في حالة من التهيح المقلق فهذا معناه نضوب التدفق أو عدم وجود الفرصة لحدوثه. والتدفق النفسى خبة من النوع الراقى ، والعلاقة المميزة هي الشعور بالسرور التلقائي حتى النشوة أو الغبطة ، فهذا الشعور بالسرور يعتبر مكافأة تدعيمية ، وهو الحالة التي يستغرق فيها اللاعبون كلياً فيما يقومون به من تدريبات ونشاطات موجهين أقصى درجات الانتباه بينما يكون الوعى مصاحباً لذلك الجهد. (١٢: ٣١٥-٣١٦)

كما يعرف أحمد البهاص (٢٠١٠) التدفق بأنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر، عندما تؤدي المهام بأقصى درجات الأداء ، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام بالأداء ، وانخفاض الوعى بالزمان والمكان أثناء الأداء ، ونسيان احتياجات الذات ، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل. (١: ٢٥)

والتدفق باعتباره احساس (احساسات) كلية يشعر بها الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل او المهمة التي يقومون بها. (٢٠: ٣٦)

كما يصف **Mihaly** (١٩٩٠) حالة التدفق بأنها حالة يجد فيها المرء نفسه مندمجا بصورة تامة في النشاط أو العمل الذي يقوم به مع تجاهل تام لأي أنشطة أو مهام أخرى ، مع تحقق حالة من الاستمتاع الشخصي بخبرة المرء لمجرد القيام بالفعل أو العمل أو أداء المهمة لذاتها والاستعداد للتضحية وبذل كل المجهود وتكريس كل الوقت لإنجاز هذه المهمة.(٢١: ٢٠)

وتضيف **شيفر و اوين Schafer & Owen** (٢٠١٣) أنه يجب توفر سبعة عوامل لتحقيق حالة التدفق النفسي:

* معرفة ما يجب القيام به.

* معرفة كيفية القيام بذلك.

* تحديات عالية.

* مهارات عالية.

* قدر عالي من التركيز.

* معرفة ما تريد تحقيقه.

* سيطرة تامة على الأداء.(٣١: ٩٨)

يشير أبو حلاوة إلى انه يقصد بخبرة التدفق النفسي المصاحبات النفسية التي تنتاب المرء أثناء حالة التدفق ، وغالباً ما تتبلور في الشعور بالنشوة والاندماج والسعادة التامة ، والإحساس بالجدارة والقيمة الشخصية والإثابة الداخلية.(٢٢: ١٨)

تتقل صفاء الأعسر وآخرون(٢٠٠٠) نقلا عن **جولمان Golman** أن هناك عدة وسائل للوصول إلى حالة التدفق كتركيز الانتباه على العمل الجاري ، لأن التركيز العالي هو جوهر التدفق ، ويبدو أن هذه حركة تغذية راجعة عندما يكون المرء على أعتاب هذه الحالة من التدفق ، فالتدفق يتطلب جهداً كبيراً للوصول إلى حالة التركيز الكافي لبدء العمل ، والانتباه هنا ذو نوعية مسترخية على الرغم من شدة التركيز ، وهذه الخطوة الأولى تتطلب قدراً كبيراً من الجهد ، وبمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة دفع ذاتية ، الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالية وتأدية الفعل دون جهد.(٧: ١٣٥-١٣٧)

وقد أوضح **جولمان Golman** (٢٠٠٠) أن العناصر الأساسية لخبرة التدفق هي:

- ذوبان وعى المرء في فعله أثناء قيامه بالمهمة أو أداء العمل دونما اهتمام يذكر بالنواتج.
- نسيان الذات مع وعى وإدراك شديد للنشاط.
- مستوى مناسب من المهارات لما يتناسب مع المطالب.
- حالة من النشوة والابتهاج والاستمتاع الذاتي.(٤: ٢٢)

وما تميز أغلب الآراء عن تجربة التدفق النفسي هو محتواها الاستعارى الدقيق الذى يشير الى ان التدفق النفسى يحدث بسبب الطاقة الروحية بأمر من حالات الوعى التى لا يمكن أن يحلم بها الشخص عندما يكون مندمج في النشاط ، كما أن التدفق النفسى لا يشير إلى متغيرات سلوكية أو بدنية فقط ولكن إلى مجالات أخرى من التجربة الإدراكية التي تعكس مستويات من الخبرة الإيجابية (١٩-١٣)

هدف البحث:

يهدف البحث الي التعرف على :

- ١- نمط الحياة المميز لمعلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟
- ٢- مستوى حالة التدفق النفسى لمعلمي التربية البدنية بدولة الكويت ؟
- ٤- العلاقة بين نمط الحياة و مستوى حالة التدفق النفسى لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

تساؤلات الدراسة:

تحاول الدراسة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- ١- ما نمط الحياة المميز لمعلمي التربية البدنية بدولة الكويت؟
- ٢- ما مستوى حالة التدفق النفسى لمعلمي التربية البدنية بدولة الكويت ؟
- ٣- ما العلاقة بين نمط الحياة و مستوى حالة التدفق النفسى لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية بدولة الكويت.

مصطلحات البحث:

نمط الحياة **quality of life**:

"إدراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم، في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه".(WHO)(٣٤)

حالة التدفق النفسى Psychological Flow:

تمثل خبرة إنفعالية إيجابية عندما يحتوى النشاط الذى يندمج الفرد فيه على مجموعة من الأهداف الواضحة تحدد إتجاه وغرض للسلوك يتسم بالتوازن بين التحديات والمهارات المدركة ويعتمد على تغذية عكسية واضحة تؤدي إلى الإندماج كلياً فى النشاط الممارس .(١٩ :٤٥)

الدراسات السابقة :

دراسة فادية سمعان (٢٠١٥)(١٠) بعنوان " نمط الحياة لدى الراشدين العاملين في المؤسسات العامة والخاصة وعلاقته ببعض المتغيرات" وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على نمط الحياة لدى الراشدين العاملين في المؤسسات العامة والخاصة وعلاقته بالجنس، المؤهل العلمي، المستوى الوظيفي والعمر تكونت عينة الدراسة من ٤٩٥ فرداً من الراشدين العاملين في المؤسسات العامة والخاصة، ضمن

الفئة العمرية (٣٠-٦٠) سنة، وقد أظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس نمط الحياة ككل تبعاً لمتغير الجنس.

دراسة سيفيدى Sefidi (٢٠١٤)(٣٢) بعنوان "العوامل المؤثرة في تحسين التدريس دروس في التفكير ونمط الحياة" وتهدف الدراسة إلى تحسين نمط عوامل التدريس والتفكير في نمط الحياة لمعلمي ومديري المدارس الثانوية بمقاطعة نجف آباد بإيران . شملت العينة ١٠٧ مدير ومعلم من أصل ١٥٥ ، اعتمد الباحث كذلك على المقابلات الشخصية بعد الاستبيان مع مجموعة مصغرة من المعلمين . أظهرت النتائج تأثر نمط التدريس بالعديد من العوامل يأتي على رأسها طريقة تفكير المعلم في نمط حياته ، لم تظهر أي فروق بين المعلمين والمديرين على استبيان نمط التدريس ونمط الحياة .

دراسة هيفاء علي (٢٠١٢)(٢٠) "الفروق بين الموهوبات وغير الموهوبات في نمط الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية بمملكة البحرين" وهدفت الدراسة الى التحقق من وجود فروق بين الموهوبات وغير الموهوبات في نمط الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية بمملكة البحرين. وتكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من (٢٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بمدارس التعليم الحكومي بمملكة البحرين ، وقد أسفرت نتائج الدراسة الراهنة عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الموهوبات وغير الموهوبات في جميع الانماط السابقة لنمط الحياة لصالح الموهوبات ما عدا نمط الحياة الصحي.

دراسة لي دان ، وآخرون Li-dan et al. (٢٠١١)(٣٠) بعنوان "نمط الحياة الرياضي لدى بعض معلمى التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية بمقاطعة شانجيينج - بيكين" وتهدف الدراسة إلى فحص نمط الحياة الرياضي لدى معلمى التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية بإحدى مقاطعات الصين والعوامل المؤثرة فيه وتأثيراته المحتملة . شملت العينة ٣٢٠٠ معلم تربية رياضية طبق عليهم الباحثون استمارة استبيان نمط الحياة . أظهرت النتائج أن معلمى التربية الرياضية يتمتعون إلى حد كبير بنمط حياة صحى نظراً لطبيعة عملهم في مجال التربية الرياضية .

ثانياً: الدراسات التي تناولت التدفق النفسي.

دراسة مجدى حسن يوسف (٢٠١٦) فينومينولوجية سمة التدفق النفسى لدى الرياضيين (الخصائص السيكومترية للمقياس) (١٧) بهدف التعرف على فينومينولوجية سمة التدفق النفسى لدى الرياضيين من خلال تعريب النسخة الاصلية للمقياس (Dispositional flow scale- DFS-2) جاكسون Jackson (٢٠٠٢) واستخلاص دلالات الصدق والثبات على عينة من اللاعبين في بعض الانشطة الرياضية الفردية والجماعية، وذلك للتعرف فينومينولوجيا التدفق النفسى كسمة، وقد أستخرجت قيم صدق المحك وصدق التمايز وكانت معاملات ت الفروق والارتباط مقبولة في ابعاد المقياس ، كما أضافت معاملات الإتساق الداخلى مقبولة لكل عوامل التدفق النفسى كسمة ،كما ارتبطت أبعاد سمة التدفق النفسى بإدراك اللاعب لكفاءته، واستمتاعه بالاداء.

دراسة زهراء محمد (٢٠١٦) (٦) بعنوان "نموذج بنائي للتدفق فى علاقته بكل من سمات الشخصية والسعادة" هدفت الدراسة الحالية إلى بحث الإسهام النسبى لسمات الشخصية الخمس الكبرى (يقظة الضمير، العصابية، المقبولية، الانبساطية، التفتح على الخبرات) فى التدفق، ومعرفة تأثير ذلك فى السعادة. على عينة قوامها (٥٠٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس. وطُبقت أدوات الدراسة على عينة الأدوات وقوامها (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى النتائج التالية توجد فروق دالة إحصائياً بين توزيع أعداد طلاب العينة على مجالات التدفق المختلفة، وكان أكثر مجال توزعت عليه طلاب العينة هو الأنشطة الأخرى يليه الأنشطة الدراسية ثم الأنشطة الرياضية.

دراسة بيرد وهولى. Beard & Hoy. (٢٠١٠) (٢٢) بعنوان "طبيعة ومعنى وقياس التدفق النفسى لدى معلمي المدارس الابتدائية"، تهدف الدراسة إلى فحص طبيعة وقياس التدفق النفسى لدى معلمي المرحلة الابتدائية، ومن أوضح الإشارات على التدفق النفسى هي دمج الفعل والوعى معاً بمعنى درجة أن يصبح النشاط تلقائياً وآلياً بحيث يفقد الفرد وعيه بذاته عند أداء نشاط ما كالتدريس. شملت العينة ٢٦٠ معلم من المرحلة الابتدائية وذلك للتحقق من صحة نموذجين يفشان التدفق النفسى وهما نموذج جاكسون - مارش ونموذج كوين وذلك من خلال إجراء التحليل العاملي للنموذجين وتحليل بنيتهما. أظهرت النتائج تفوق نموذج جاكسون - مارش على نموذج كوين فى تفسير التدفق النفسى لدى معلمي المرحلة الابتدائية. ورغم ذلك فإن نموذج كوين يقدم نظرة متعمقة على ديناميكية التدفق النفسى لدى المعلمين. كما أنه تلاحظ أن التفكير الإيجابى يرتبط بشكل كبير بالتدفق النفسى إلا أن المقصود بالتفكير الإيجابى هنا هو التفكير الإيجابى الأكاديمى وليس الموقفي أو العام.

دراسة مجدى حسن يوسف (٢٠٠٨) فينوميولوجيا التدفق النفسى لدى لاعبي المستوى العالى فى بعض الألعاب والرياضات (١٤) بهدف التعرف على فينوميولوجيا التدفق النفسى فى المجال الرياضى و تحليل لأبعادها وتعريب وتقنين الإسلوب الحديث والمعدل لقياسها وتطبيقه فى البيئة المصرية على عينة من اللاعبين من الجنسين فى بعض الألعاب والرياضات المختارة، حيث أشارت النتائج الى صلاحية المقياس المعدل فى التعرف على طبيعة تلك الحالة فى البيئة المصرية، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين اللاعبين تبعاً للمستوى الفنى (المستوى العالى والاقبل) لصالح لاعبي المستوى العالى، كما أكدت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المستوى العالى لصالح اللاعبين المشاركين فى المنافسات الرياضية مقابل غيرالمشاركين كما أضافت النتائج أيضاً فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لاعبي المستوى العالى بعد الفوز فى المنافسات الرياضية مقابل بعد الهزيمة، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المستوى العالى بعد الأداء فى كل من التدريب والمنافسة وكذلك تبعاً لنوع الممارسة للاعبين فى الألعاب والرياضات.

دراسة بيرد Beard. (٢٠٠٨) (٢١) بعنوان "دراسة استطلاعية عن التفكير الإيجابى الأكاديمى والتدفق النفسى لدى معلمي المدارس الابتدائية" وتهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على

المعتقدات الشخصية بشأن الخبرة والقدرات والطلاب والمهام الأكاديمية وعلاقتها بمتغيرين هما التدفق النفسي والتفكير الإيجابي الأكاديمي ، أجريت الدراسة على عينة من معلمي المرحلة الابتدائية قوامها ٢٦٠ معلم ، أظهرت النتائج أن المكونات التسعة لنموذج جاكسون عن التدفق النفسي تصف بدقة التدفق النفسي عند المعلمين ، كذلك يرتبط مستوى التدفق النفسي بمستوى التفكير الإيجابي الأكاديمي لدى المعلم ومدى توقعه لقيام طلابه بتحقيق الإنجاز الأكاديمي المطلوب منهم .

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج المسحي بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع البحث:

مجتمع معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين معلمي التربية البدنية بدولة الكويت، والذين بلغ عددهم (١٠٠) معلم وذلك بواقع (٦٠) معلم ، و(٤٠) معلمة ، وجدول (١) ويوضح توصيف عينة البحث.

أدوات جمع البيانات:

١- مقياس نمط الحياة. (محمود عبد الحليم منسي، علي مهدي كاظم، ٢٠٠٦)

٢- مقياس حالة التدفق النفسي إعداد مجدى حسن يوسف (٢٠٠٨) (١٤ - ١٢)

المعاملات العلمية لمقياس نمط الحياة:

قام الباحث بتقنين مقياس نمط الحياة على البيئة الكويتية وذلك بإيجاد المعاملات العلمية للمقياس.

أولاً-صدق المقياس:

قام الباحث بحساب صدق التمايز من خلال مقارنة الربع الأعلى والربع الدني لعينة البحث بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين الربعي الأعلى

والربعي الأدنى في مقياس نمط الحياة

ن=٣٠

قيمة ت	الربع الأدنى		الربع الأعلى		مقياس نمط الحياة
	ع	م	ع	م	
٢.٩٨	٣.٥٥	١٢٠.٨٩	٢.٥٩	٢٢٠.١٠	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من جدول (١) أن هناك فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مقياس نمط الحياة ، أي أنه استطاع التمييز بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة مما يدل على صدق المقياس .

جدول (٢)
معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور
والدرجة الكلية لمقياس نمط الحياة

(ن = ٣٠)

م	محاور المقياس	معامل الارتباط
١	جودة الصحة العامة	*٠,٧١
٢	جودة الحياة الأسرية	*٠,٦٨
٣	التعليم والدراسة	*٠,٦٢
٤	الجانب الوجداني	*٠,٦٩
٥	الصحة النفسية	*٠,٦٥
٦	شغل وإدارة الوقت	*٠,٦٦

* دال عند مستوى (٠,٠٥) قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٤٤٤
يتضح من جدول (٢) وجود ارتباط دال إحصائياً بين محاور مقياس نمط الحياة حيث تراوح معامل الارتباط بين (٠,٦٢ - ٠,٧١) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) مما يشير إلى صدق المقياس.
ثانياً ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس نمط الحياة باستخدام طريقة الفا (كرونباخ) للدرجة الكلية للمقياس وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين الرباعي الأعلى والرباعي الأدنى لمقياس نمط الحياة

معامل الفا (كرونباخ)	مقياس نمط الحياة
٠,٩٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٣) ان قيمة معامل الفا (كرونباخ) لمقياس نمط الحياة قد بلغت (٠,٩٧) مما يدل على ثبات المقياس.

المعاملات العلمية لمقياس التدفق النفسي:

قام الباحث بتقنين مقياس التدفق النفسي على البيئة الكويتية وذلك بإيجاد المعاملات العلمية للمقياس.

معامل الصدق لمقياس التدفق النفسي:

- صدق المقارنة الطرفية:

استخدم الباحث طريقة صدق المقارنة الطرفية للحصول علي صدق مقياس التدفق النفسي ، وقام بمقارنة درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس للعينة الاستطلاعية والتي يبلغ قوامها (٣٠ معلم) وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين الرباعي الأعلى والرباعي الأدنى في مقياس التدفق النفسي ن = ٣٠

ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		الأبعاد
	ع	م	ع	م	
٢.٩٠	٠.٣١٤	٨٠.١٥	٠.١٠١	١٥٩.٨٠	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ١.٦٩٩

يتضح من الجدول (٤) هناك فروق دالة احصائيا بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى لمقياس التدفق النفسي مما يدل علي صدق المقياس.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي (ن = ٣٠)

م	محاور المقياس	معامل الارتباط
١	توازن التحدي مع المهارة	*٠,٧١
٢	تغذية عكسية واضحة	*٠,٧٥
٣	وضوح الأهداف	*٠,٨٥
٤	التركيز في الأداء	*٠,٨٩
٥	الإحساس بالتحكم	*٠,٩٨
٦	الخبرة الذاتية الإيجابية	*٠,٧٥
٧	الاندماج في الأداء	*٠,٨٠
٨	فقد الوعي الذاتي	*٠,٧٥
٩	تحول الوقت	*٠,٨٥

* دال عند مستوى (٠,٠٥) قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط دال إحصائياً بين محاور مقياس التدفق النفسي حيث تراوح معامل الارتباط بين (٠,٧١ - ٠,٩٨) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) مما يشير إلى صدق المقياس.

ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات مقياس التدفق النفسي باستخدام معامل الفا(كرونباخ) بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معامل الثبات الفا (α كرونباخ) لمقياس التدفق النفسي

مقياس التدفق النفسي	معامل الثبات الفا (كرونباخ)
الدرجة الكلية	٠.٩٨

يتضح من جدول (٦) أن قيمة معامل الفا(كرونباخ) لمقياس التدفق النفسي بلغت (٠.٩٨) مما يدل على ثبات المقياس.

الخطوات التنفيذية للبحث: (الدراسة الأساسية):

تطبيق الاستبيان:

قام الباحث بتطبيق استبيان نمط الحياة، التدفق النفسي على معلمي التربية البدنية بدولة الكويت بشكل جماعي ، وذلك خلال الفترة من ١-١٥/١١/٢٠١٧م.

المعالجات الإحصائية:

أستخدم الباحث النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، تحليل التباين، معامل الارتباط ، اختبارات من خلال التحليل الإحصائي SPSS.

عرض ومناقشة النتائج :

أولا عرض النتائج:

جدول (٧)

معامل الارتباط بين نمط الحياة والتدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت تبعا لمتغير الجنس

(ن = ١٠٠)

م	الجنس	عدد العينة	نمط الحياة		التدفق النفسي		قيمة ر	قيمة معامل الارتباط
			ع	م	ع	م		
١	ذكور	٦٠	٦.١٥	٢١٥.٢٥	١٥٢.٣٣	١٣.١٥	٠.٣٥	٠.٣٢١
٢	إناث	٤٠	٤.١٦	٢١٧.١٠	١٥٠.٤٥	١٢.٣٥	٠.٣٠	

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق غير دالة إحصائية بين الإناث والذكور في العلاقة بين نمط الحياة والتدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين نمط الحياة والتدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت
تبعاً لمتغير مستوى الخبرة

(ن = ١٠٠)

م	مستوي الخبرة	عدد العينة	نمط الحياة		التدفق النفسي		قيمة ر	قيمة معامل الارتباط
			ع	م	ع	م		
١	١-٥ سنوات	٤٥	٢١٥.١٢	٤.٢٨	١٤٩.٠٥	١١.٦٥	٠.٣٢	*٢.٢٠
٢	٦-١٠ سنوات	٥٥	٢٣١.٢٧	٢.٩٢	١٥٩.٧٠	١٠.٥٥	٠.٣٣	

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعاً لمستوي الخبرة لصالح مستوى الخبرة من (٦-١٠ سنوات).

جدول (٩)

معامل الارتباط بين نمط الحياة والتدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي (ن = ١٠٠)

م	المستوي الاقتصادي	عدد العينة	نمط الحياة		التدفق النفسي		قيمة ر	قيمة معامل الارتباط
			ع	م	ع	م		
١	منخفض	٥٠	١٥٠.٨١	٢.٦٥	١٤٨.٥٦	١٢.٣٠	٠.٣٩	*٢.٤٠
٢	مرتفع	٥٠	٢٣٩.٥١	٢.١٤	١٦٤.٦٠	١٤.٤٩	٠.٤٤	

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعاً لمستوي الخبرة لصالح المستوى الاقتصادي المرتفع.

ثانياً - مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق غير دالة إحصائية بين الإناث والذكور في العلاقة بين نمط الحياة والتدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

وتوضح هذه النتيجة أن لا يوجد فرق بين الذكور والإناث في الإحساس بنمط الحياة والتدفق النفسي ، حيث أن كلا منهم يقع عليه نفس الأعباء الحياتية حيث يتشارك كلا من الذكور والإناث في المشاركة المجتمعية والعمل.

ويشير زغلول والسايح (٢٠٠٢)(٥) الي أن حياة المعلم ونمطها من المتغيرات الهامة المؤثرة في مهنته خاصة وأن نمط الحياة، **Life Style** " أحد المكونات الأساسية لمؤشرات نمط الحياة والتي يستند إليها في تفسير إدراك الناس لنمط الحياة، ومدى رضاهم عما تحققه الحياة لهم من إشباعات، أو مدى سخطهم عما تسببه لهم من إحباطات. ولقد تغيرت نظرة المجتمعات إلى رسالة المعلم، فتعد الأدوار التي أضحي يقوم بها في إطار التقدم السريع خاصة في هذا العصر، وقد ترتب على هذا زيادة الاهتمام بتطويره وإعداده في ضوء الطموحات والأهداف التي تتشدها المجتمعات في عصر التقدم العلمي والتقني المتلاحق الذي ينشده إنسان العصر الحديث الذي يفرض على كل المجتمعات- خاصة النامية منها- سرعة الحركة الدائبة في سبيل تحقيق أهداف التنمية الشاملة.

وعن أهمية التدفق على المستويين النفسي والتربوي، فيشير **ميها لي Mihaly** (١٩٩٧)(٣٣) أن التدفق يستخدم كإستراتيجية لتحسين جودة الحياة من الناحية النفسية من خلال تهيئة الفرد لمواجهة التحديات والصعاب بهدف تحقيق الشعور بالسعادة والمتعة أثناء ممارسة النشاط.

ويعبر نمط الحياة عن حسن صحة الإنسان الجسدية والنفسية ونظافة البيئة المحيطة به ، والرضا عن الخدمات التي تقدم له مثل التعليم والصحة والاتصالات والعدالة الاجتماعية وشيوع روح المحبة والتفاؤل بين الأفراد ، فضلا عن ارتفاع الروح المعنوية والانتماء .

ويذكر **بنومي وآخرون . Bonomi et al** (٢٠٠٠)(٢٣) أن نمط الحياة تمثل مفهوما واسعا يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية ، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ، ومدى الإستقلال الذي يتمتع به ، والعلاقات الإجتماعية التي يكونها ، فضلا عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها .

وعرف **فيلس Felce** (١٩٩٧)(٢٨) أن نمط الحياة ترتبط بالقيم الشخصية للفرد التي يحدد معتقداته حول كل ما يحيط به من متغيرات حياتية وما تواجهه من مشكلات للسعي الي تحقيق الرضا الذاتي.

ويتضح من نتائج جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعا لمستوي الخبرة لصالح مستوي الخبرة من (٦-١٠ سنوات).

ويرجع الباحث هذه النتائج الي أنه كلما زادت سنوات الخبرة كلما ارتفع قدرة الفرد في الإستمتاع بنواحي الحياة من خلال التعرف علي أفضل الطرق للحصول علي الخدمات الصحية والإجتماعية من خلال الخبرات السابقة في الحياة بالإضافة الي ارتفاع مستوي الدخل سنويا طبقا للوائح التي يخضع لها المعلم الكويتي، وبالتالي ترتفع حالة التدفق النفسي أي أن هناك علاقة طردية بين ، نمط الحياة نمط الحياة والتدفق النفسي .

ويعتبر التدفق بمكوناته إستراتيجية من إستراتيجيات علم النفس الايجابي **Positive Psychology** ، حيث يسير جنباً إلى جنب من فنيات غرس الأمل والكفاءة الذاتية والتفاؤل، وجميعها تستخدم لخفض القلق وتنمية بعض جوانب القوة في الشخصية.(٢ : ٥٥)

وهكذا فإن ما يميز الفرد ذات التدفق هو شعوره بالسرور والسعادة التلقائية نتيجة استغراقه في النشاط أو العمل، حيث يواجه أقصى درجات انتباهه فيما يقوم به، وتصل سعادته إلى حد النشوة أو الغبطة، ويتخلص من الضغوط النفسية ومثيرات القلق من حوله. (١: ١)

ويوضح حسن عبد المعطي (٢٠٠٥) (٣) أن نمط الحياة هي التعبير عن الرقي ونزوع الأفراد نحو نمط حياة يتميز بالترف ، ويتحقق ذلك في المجتمعات التي استطاعت حل كافة مشاكلها المعيشية. ويرى فوئية أحمد (٢٠٠٦) (١١) أن نمط الحياة هي الإستمتاع بالظروف المادية ، والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة ، وزيادة شعور الفرد بمعنى الحياة الي جانب الصحة الجسمية وتوافقه مع المجتمع .

ويتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعاً للمستوي الإقتصادي لصالح المستوي الإقتصادي المرتفع.

ويرجع الباحث هذه النتائج الي أن كلما ارتفع المستوي الإقتصادي كلما استطاع الفرد التمتع بنمط حياة أفضل وبالتالي ترتفع حالة التدفق النفسي، كما يعتبر تدفق الخبرات الإنفعالية الإيجابية أثناء النشاط الممارس كحالة نفسية سارة تحدث في الحياة اليومية يمكن أن نشعر بها في العمل.

ويرى عادل الأشول (٢٠٠٥) (٨) أن نمط الحياة تتمثل في رفع مستوي الخدمات المادية والإجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع لإشباع حاجاتهم المختلفة ، كما ترتبط نمط الحياة بالبيئة المادية والنفسية والإجتماعية التي يعيش فيها الفرد.

كما أن التدفق النفسي حالة نفسية إيجابية تنساب فيها المشاعر الوجدانية تؤدي إلى مستوى أمثل للإثارة يطمح إليه اللاعبون لتحسين أداؤهم بشكل إيجابي فهي نوع من التجربة الآتية يحتاج المجال الرياضي إلى التعرف على طبيعتها وكيفية قياسها والسمات الذاتية المسؤولة عن الوصول إليها والعوامل الخارجية والبيئية التي تساعد على ظهورها والنتائج التي يصل إليها الفرد من خلال الشعور بتلك الحالة ومدى تأثير المتغيرات النوعية المختلفة عليها (١٧-٣١) .

ويرى محمد الغنور (١٩٩٩) (١٣) أن نمط الحياة هي البناء الكلي من مجموعة المتغيرات التي تهدف الي إشباع الحاجات الأساسية للفرد .

ومن خلال ارتفاع درجات نمط الحياة فإن ذلك له أثراً كبيراً علي الصحة النفسية للمعلم ويؤكد ذلك ما ذكره ناكيمورا و ميهالي, Nakamura, & Csikszentmihalyi (٢٠١٤) (٣٥) أن حالة التدفق النفسي واحداً من أهم المؤشرات المستخدمة في علم النفس الإيجابي للاستدلال على الصحة النفسية للفرد ، ويقصد بالتدفق النفسي قدرة الفرد على دمج وعيه بالفعل وتنفيذه له بحيث يتحول الفعل إلى صيغة آلية كاملة يقوم بها الفرد دون تدخل واع منه أي أن الفرد يقوم بالنشاط بشكل كامل دون إدراك واع للموقف الذي يقوم فيه بالنشاط .

الإستنتاجات والتوصيات:

أولاً- الإستنتاجات:

- ١- وجود فروق غير دالة إحصائية بين الإناث والذكور في العلاقة بين نمط الحياة و التدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.
- ٢- وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعا لمستوي الخبرة لصالح مستوي الخبرة من (٦-١٠ سنوات).
- ٣- وجود فروق دالة إحصائية بين نمط الحياة والتدفق النفسي تبعا للمستوي الإقتصادي لصالح المستوي الإقتصادي المرتفع.

ثانياً- التوصيات:

- ١- التدريب علي استخدام استراتيجيات تطوير حالة التدفق النفسي لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.
- ٢- نشر الوعي بأهمية نمط الحياة لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.
- ٣- ضرورة تقديم الخدمات الإرشادية لتحسين نمط الحياة لدي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.
- ٤- ضرورة الاهتمام بمكونات نمط الحياة مما لها اثرا كبيرا علي معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

قائمة المراجع:

أولاً- المراجع العربية:

- ١- أحمد سيد البهاص (٢٠١٠): التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الانترنت (دراسة سيكو مترية _ إكلينيكية)، المؤتمر السنوي الخامس عشر ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس .
- ٢- حسن عبد الفتاح ألفنجري (٢٠٠٨): فاعلية استخدام بعض استراتيجيات علم النفس الايجابي في التخفيف من قلق المستقبل. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٨ (٥٨)، ٣٥-٧٨.
- ٣- حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٥): نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي . وقائع المؤتمر العلمي الثالث ، جامعة الزقازيق، مصر.
- ٤- دانييل جولمان (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، ترجمة: ليلى الجبالي، مراجعة محمد يونس. الكويت: سلسلة عالم المعرفة، العدد ٢٦٢.
- ٥- زغلول ، محمد سعد والسايح ، مصطفى: (٢٠٠٢) تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، مكتبة الإشعاع، المنتزه.
- ٦- زهراء محمد فريد حسن (٢٠١٦) : نموذج بنائي للتدفق فى علاقته بكل من سمات الشخصية والسعادة ، ماجستير ، كلية التربية، قسم علم النفس التربوي، جامعة عين شمس

- ٧- صفاء الأعر وأخرون (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- ٨- عادل عز الدين الأشول (٢٠٠٥) : نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي . وقائع المؤتمر العلمي الثالث ، جامعة الزقازيق، مصر
- ٩- علياء جاسم بو صخر (٢٠١٦) : تأثير برنامج تدريبي وفق محددات حالة التدفق النفسي على فاعلية التصويب لناشئي كرة السلة ، ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الاسكندرية
- ١٠- فادية سمعان إبراهيم المجروح (٢٠١٥) : نمط الحياة لدى الراشدين العاملين في المؤسسات العامة والخاصة وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، جامعة عمان العربية.
- ١١- فوقيّة أحمد السيد عبد الفتاح ، محمد حسين سعيد (٢٠٠٦) :العوامل الأسرية والمدرسية والمجتمعية المنبئة بنمط الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، المؤتمر العلمي الرابع ، كلية التربية ،جامعة بني سويف، مصر.
- ١٢- محمد السيد صديق (٢٠٠٩) :التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات ، دراسات نفسية معهد الدراسات النفسية والتربوية ، العدد الثاني ، القاهرة.
- ١٣- محمد الغندور العارف بالله (١٩٩٩) : نمط حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة، المؤتمر الدولي السادس ،مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، مصر.
- ١٤- مجدى حسن يوسف (٢٠٠٨) : فينومينولوجيا التدفق النفسى لدى لاعبي المستوى العالى فى بعض الألعاب والرياضات 'الندوة الإقليمية لعلم النفس بعنوان (علم النفس وقضايا التنمية الفردية والمجتمعية) كلية التربية،جامعة الملك سعود،المملكة العربية السعودية، الجزء الاول .
- ١٥- _____ (٢٠١٤) فينومينولوجيا التدفق النفسى فى المجال الرياضى ، مؤسسة علم الرياضية ودار الوفاء للنشر، ط ١ ، مصر.
- ١٦- _____ (٢٠١٤) فينومينولوجيا التدفق النفسى لدى الرياضيين (رؤية تحليلية)، مجلة نظريات وتطبيقات العدد ٨٢ الجزء الاول ، (ص ١-٣) كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية .
- ١٧- _____ (٢٠١٦) فينومينولوجية سمة التدفق النفسى لدى الرياضيين (الخصائص السيكمترية للمقياس)، مجلة تطبيقات علوم الرياضة العدد ٩٠ ، (ص ١٧-٢٨) كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية .

١٨- مجدى حسن يوسف ، محمدعبدالحميد بلال(٢٠١٧) التحليلات السلوكية الحيوية لتجربة التدفق النفسى ، مجلة تطبيقات علوم الرياضة العدد ٩١ ، (ص١٣٥-١٤٣) كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية .

١٩- مجدى حسن يوسف (٢٠١٧) التدفق النفسى فى المجال الرياضى ، مؤسسة علم الرياضية ودار الوفاء للنشر، ط ١ ، مصر.

٢٠- هيفاء علي إبراهيم (٢٠١٢) الفروق بين الموهوبات وغير الموهوبات في نمط الحياة لدى طالبات المرحلة الثانوية بمملكة البحرين، رسالة ماجستير، جامعة الخليج العربي.

ثانيا- المراجع الأجنبية:

- 21-**Beard, K. S. (2008):** An exploratory study of academic optimism and flow of elementary school teachers (Doctoral dissertation, The Ohio State University).
- 22-**Beard, K. S., & Hoy, W. K. (2010):** The nature, meaning, and measure of teacher flow in elementary schools: A test of rival hypotheses. *Educational Administration Quarterly*, 46(3), 426-458.
- 23-**Bonomi, A. E., Patrick, D. L., & Bushnel, D. M. (2000):** Validation of the United States version of the world health organization quality of life (WHOQOL) measurement. *Journal of Clinical Epidemiol*, 53, 1-12.
- 24-**Brouwers, A., Tomic, W., & Boluijt, H. (2011):** Job demands, job control, social support and self-efficacy beliefs as determinants of burnout among physical education teachers. *Europe's Journal of Psychology*, 7(1), 17.
- 25-**Csikszentmihalyi, M. (1975):** Beyond boyedom and anxiety. San Francisco.
- 26-**Csikszentmihalyi.Mihaly(1990):**The Psychology of Optimal Experience.NewYork.Harperan Row.
- 27-**CsikszentmihalyMihalyi(2009):** The Psychology of Happiness: The Classic Work on How to Achieve Happiness,Paperbac-July1,2009.

- 28–**Felce, D. (1997)**: Defining and applying the concept of quality of life. *Journal of Intellectual Disability Research*, 4 (2), 126–135
- 29–**Jackson, S.A.& Marsh,H.W.(1996)**: Development and Validation of a scale to mea sur optimal experience: The flow State Ccale.*Journal of sport and exercise psychology*, Volume 18.
- 30–**Li–Dan1a, L. I., Yu, J. I. A. N. G., & Yong–Li1b, L. I. U. (2011)**: On Some of the College PE Teachers' Present Sports Lifestyle in Changping District of Beijing. *Journal of Heilongjiang Administrative Cadre College of Politics and Law*, 4, 046.
- 31–**Martens,R.(1987)**:Coaches guide to sport Psychology Champaign Illinois: Human Kinetics .Publisher, Inc(pp.151 169).
- 32–**Mckenna, M. (2001)**: Development of the quality of life scale for the elderly. (Unpublished PhD Dissertation), University of Illinois at Urbana, Champaign.
- 33–**Mihalyi ,C.(1997)**: Flow '.The psychology of optimal experience. New York : Harper and Row.
- 34–**Mihaly csikszentmihalyi&Hunter,J.(2003)**:Happiness in everyday life: The uses of exercise sampling. *Journal of Happiness Studies* Volume,4.
- 35–**Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014)**: The concept of flow. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 239–263). Springer Netherlands.
- 36–**Schafer,Owen(2013)**:formulation expertise Lists fun :a way to facilitate the flow,and *Human Factors International*.
- 37–**Sefidi, H. J. G. (2014)**: Effective Factors In Improving Teaching Quality Studied: Thinking And Lifestyle Lesson. Kuwait Chapter of the *Arabian Journal of Business and Management Review*, 4(1), 203.

- 38—**Taylor, H. R. & Bogdan, R. (1990):** Quality of life and the individual perspective. In: R. L. Schalock & M. Begab (Eds.), Quality of life perspectives and issues (pp. 27-40). Washington: American Association on Mental Retardation.
- 39—**WHO-QOL Group (1994).** The Development of World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument- The (WHOQOL). In Orley, J. & Kuyken, W. (Eds.).Quality of life assessment international perspectives, (pp.41-57), Berlin: Springer- Verlag