



د/ بدرية سعود المطيري

مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد...

Humanities and Educational  
Sciences Journal

ISSN: 2617-5908 (print)



مجلة العلوم التربوية  
والدراسات الإنسانية

ISSN: 2709-0302 (online)

## مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم(\*)

د/ بدرية سعود المطيري  
أستاذ مساعد في جامعة الأميرة نورة

تاريخ قبوله للنشر 19/2/2023

<http://hesj.org/ojs/index.php/hesj/index>

(\*) تاريخ تسليم البحث 12/1/2023

(\*) موقع المجلة:

العدد(30)، مايو 2023م

380

مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية

## مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم

د/ بدرية سعود المطيري  
أستاذ مساعد في جامعة الأميرة نورة

### المستخلص

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم، واستُخدم المنهج الوصفي التحليلي والاستبانة كأداة لجمع البيانات، وقد تكونت عينة الدراسة من (370) فرداً من أفراد المجتمع السعودي. وتوصلت الدراسة إلى أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة (الحياة الاجتماعية، الحياة الصحية، الحياة النفسية، تنمية الشخصية وتطوير الذات) لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم مرتفعة. وأكدت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة عن المحاور الأربعة الخاصة بمدى انعكاس برامج هيئة الترفيه وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والعمر. وأوصت الدراسة بوضع برامج ترفيهية تتناسب مع شرائح المجتمع كافة وفئاته والتوعية بأهميتها وانعكاسها الإيجابي على جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي.

**الكلمات المفتاحية:** برامج هيئة الترفيه، جودة الحياة، المجتمع السعودي.



## The extent of the implications of the programs of the Entertainment Authority on enhancing the quality of life of members of the Saudi society from their point of view

**Dr. Badria Saud Al-Mutairi**

Assistant Professor at Princess Noura University

### **Abstract:**

The study aimed to find out the extent of the reflections of the programs of the Entertainment Authority on reinforcing the quality of life of members of Saudi Society from their point of view. The descriptive analytical method and the questionnaire were used as a tool for data collection. The study sample consisted of (370) individuals from the Saudi society. The study concluded that the extent to which the programs of the Entertainment Authority reflect on enhancing the quality of (social life, healthy life, psychological life, personality development and self-development) among members of Saudi society from their point of view is a high degree. The results of the study confirmed that there were no statistical significant differences among the scores mean of the study sample on the four axes related to the extent to which the programs of the Entertainment Authority reflect the variables of gender and age. The study recommended the development of recreational programs are suitable for all segments of society and its groups, and awareness of its importance and its positive reflection on the quality of members of Saudi society.

**Keywords:** Entertainment Authority Programs, Quality of life, Saudi Society.

## مقدمة:

زاد الاهتمام بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي وجاء استجابة لأهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وتعددت الآراء حول تحديد مفهوم جودة الحياة، وعرفها تايلور وروجان بأنها رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة وتشير منظمة الصحة العالمية إلى أن مفهوم جودة الحياة مفهوماً واسعاً يتأثر بالصحة الجسدية للفرد وحالته النفسية وعلاقاته الاجتماعية ومستوى تحكمه في ذاته (حمادية وآخرون، 2018، 199).

ويشير مفهوم جودة الحياة إلى مجموع تقييمات الفرد لمختلف جوانب حياته، والتي تشمل إدراكه لصحته العامة، وشعوره بالرضا عن حياته، وعلاقاته الأسرية والاجتماعية، ونجاحه الأكاديمي، وشعوره بالسعادة أثناء ممارساته الدينية، واستمتاعه بقضاء أوقات فراغه من خلال المنظومة الثقافية والقيمية التي يعيش فيها، بما يتسق مع أهدافه للوصول إلى الكفاءة المطلوبة (ياغي والمحمادي، 2022، 981)، وتشير إلى الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية، وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، إضافة إلى الإدراك للقوى الداخلية، والشعور بمعنى الحياة، إلى جانب التمتع بالصحة الجسدية الجيدة، والاحساس بمعنى السعادة ليصل الفرد إلى عيش حياة متناغمة ومتوافقة بين جوهر الإنسان والقيم السائدة في المجتمع.

ويعني برنامج جودة الحياة أحد برامج رؤية 2030 بتحسين نمط حياة الفرد والأسرة، وبناء مجتمع ينعم أفرادها بأسلوب حياة متوازنة من خلال تهيئة البيئة اللازمة لدعم واستحداث خيارات جديدة تعزز مشاركة المواطن والمقيم في الأنشطة المختلفة الثقافية والترفيهية والرياضية التي تسهم في تعزيز جودة حياة الفرد والأسرة، ويساهم تحقيق أهداف البرنامج في توفير العديد من الوظائف، وتنويع النشاط الاقتصادي، وهذا بدوره يعزز مكانة المدن السعودية في ترتيب أفضل المدن العالمية (رؤية المملكة 2030، 2018، ص3).

وقد ركزت الرؤية على أن الترفيه هو جزء لا يتجزأ من مؤشرات ومرتكزات جودة الحياة لدى أفراد المجتمع، لذا عملت الرؤية على تبني العديد من التوجهات التي تعمل على نشر ثقافة الترويج في ضوء رؤية 2030م، وحددت خمس فئات رئيسة في برنامج جودة الحياة ضمن مفهوم "نمط الحياة" بالتركيز على الخيارات والعروض المتاحة للمواطنين والمقيمين لقضاء أوقات فراغهم وفي مقدمتها الترفيه بحيث يشمل الأنشطة الترفيهية داخل المنزل وخارجه، إضافة إلى التراث والثقافة والفنون، والرياضة والترويج والمشاركة الاجتماعية (برنامج جودة الحياة، 2020، ص4).

وتأتي الدراسة الحالية لتعرف مدى انعكاسات تلك البرامج في تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي، بما يشكل مجالاً للاستفادة من النتائج في التطوير والتعديل بما يحقق أهداف رؤية المملكة بمستوى أعلى من الفاعلية.

## مشكلة الدراسة:

تعد جودة الحياة من أهم المؤشرات الدالة على الشعور بالرضا إذا كانت إيجابية، وتجعل الفرد قادراً على إشباع احتياجاته، وتمكنه من توظيف إمكاناته العقلية والإبداعية، وتجعله يتمتع بشخصية سوية ومتكاملة وقادرة على التعامل بإيجابية مع المواقف المختلفة، أما إذا كانت جودة الحياة سلبية فإنها مؤثر على أن الفرد قد تعرض لضغوط نفسية.

ويشير جاكسون Jackson (2010) إلى أن من أهم مجالات وأبعاد جودة الحياة الكفاءة النفسية والبدنية، والقدرة على التوافق مع متغيرات الحياة وتحدياتها، وزيادة وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع لها. وأصبح مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة والتي تعد إحدى المتغيرات الأساسية للشخصية، ويؤدي تحقيقه إلى شعور الفرد بالرضا والاستمتاع والبهجة وتحقيق الذات والتفاؤل ومن ثم فإن التوجه الإيجابي نحو الحياة (تركي، 2016، ص2).

وبالنظر إلى أهمية وفوائد الترفيه لكل من الأفراد والمجتمعات عملت المملكة العربية السعودية على تبني مجموعة من التوجهات التي تساعد على نشر ثقافة الترويج وذلك في ضوء رؤية 2030م، إذ عدت المملكة أن الترفيه جزءاً لا يتجزأ من مؤشرات ومرتكزات جودة الحياة لدى أفراد المجتمع، وأدركت من وسائل الترفيه الراهنة مجموعة من الوسائل التي لا تتناسب مع جميع فئات المجتمع وشرائحه، نظراً للاختلافات الاقتصادية والثقافية فيما بينهم، وقد أدركت المملكة العربية السعودية أن الأسر السعودية تحتاج إلى الترفيه والترويج عن نفسها، ورأت أن وجود هيئة ترفيهية سيعمل على تنمية الاقتصاد الوطني، وتعزيز الجانبين الاجتماعي والثقافي، بالإضافة إلى أن وجودها سيعمل على توفير فرص عمل للمواطنين، واعطاء المملكة قدرة تنافسية بين الدول إذ أسست الهيئة العامة للترفيه في العام 2016م، بالتزامن مع تأسيس الهيئة العامة للثقافة، وإطلاق رزمة ترفيهية تسمى (بعيشها)، وفي العام 2017م سمحت بالترخيص لدور السينما، والإعلان عن "برنامج جودة الحياة"، وأعلن في العام 2018م عن وضع حجر الأساس "المشروع القديسة" الذي يضم أكثر من (300) مرفقاً ترفيهياً وتعليمياً، وتزامن مع ذلك إطلاق برنامج جودة الحياة، وأبرز ما أطلق في العام 2019م هو "برنامج مواسم السعودية"، وهو برنامج ترفيهي يضم (11 موسم)، ويتكون من مجموعة من الفعاليات الترفيهية والثقافية وفعاليات الأعمال والرياضة (الفوتواي، 2020، ص25).

وقد أثبتت العديد من الدراسات فعالية ممارسة الأنشطة الترفيهية وتأثيرها المباشر في جودة الصحة العامة لدى الأفراد المشاركين فيها باستمرار، ودورها المباشر في جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، وتمتع الفرد بمستوى صحي ومعيشي مرضي (آل عقران، 2020؛ النادر، 2017؛ شاهين والبدور، 2018). لذا ومن حاجة الإنسان المستمرة للترفيه وبناء على وجود هيئة ترفيهية في المملكة العربية السعودية تعمل على تأمين الأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية والفنية الترفيهية لأفراد المجتمع السعودي، تأتي الدراسة الحالية لتبين درجة قدرة برامج هيئة الترفيه في المملكة العربية السعودية على تحقيق جودة الحياة للمواطن السعودي ولأسرته في ظل رؤية 2030م.

وفي ضوء ذلك فإن مشكلة الدراسة تتبلور في السؤال الرئيس الآتي:

– ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي؟  
ويتفرع عن السؤال السابق التساؤلات الآتية:

1- ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الاجتماعية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟

- 2- ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الصحية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟
- 3- ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة النفسية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟
- 4- ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تنمية الشخصية وتطوير الذات لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟
- 5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في تحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، العمر)؟

#### أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة إلى معرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم، ويتفرع عن هذا الهدف مجموعة من الأهداف الفرعية هي:
- تعرف مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الاجتماعية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.
  - معرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الصحية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.
  - معرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة النفسية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.
  - معرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تنمية الشخصية وتطوير الذات لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.
  - معرفة دلالة الفروق بين إجابات أفراد عينة الدراسة ذات الصلة بمدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، العمر).

#### أهمية الدراسة:

##### الأهمية العلمية:

- الأهمية الكبيرة لجودة الحياة كونها من المواضيع الحديثة نسبياً ومن المفاهيم النفسية المؤثرة في حياة الفرد بمختلف مراحل حياته العمرية.
- أهمية الخدمات الترفيهية المقدمة في التخفيف من الشعور بالقلق والتوتر النفسي، مما يساعد على تحقيق السعادة لدى الإنسان وشعوره بالرضا عن ذاته.
- يمكن أن توظف نتائج هذه الدراسة في دراسات وبحوث تالية وتكون منطلقاً لإجراء بحوث لاحقة لفهم دور هيئة الترفيه في تعزيز جودة الحياة.

##### الأهمية التطبيقية:

- تتمثل الأهمية التطبيقية فيما يلي:
- التحقق من مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي.

- تحديد المكونات والعوامل المؤثرة في جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وعلاقتها ببرامج وخدمات هيئة الترفيه.
- بعد الشعور بجودة الحياة أمراً نسبياً، ويتغير بتغير الزمن ويتغير الحالة النفسية للفرد ويختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها لذلك اختيرت هذه الدراسة للعمل على تحديد درجة جودة الحياة لدى شرائح وفئات مختلفة ومتعددة من أفراد المجتمع السعودي للحصول على قاعدة بيانات واسعة وشاملة لتحديد أثر البرامج والخدمات التي تقدمها هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة.
- الاستفادة من النتائج التي ستوصل إليها الدراسة في إعداد وتصميم البرامج والخدمات التي تتناسب مع طبيعة المجتمع السعودي وتلاءم مع خصائص أفراد واحتياجاتهم.

#### حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: تهم هذه الدراسة بمعرفة مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.
- الحدود البشرية: انحصر تطبيق الدراسة الحالية على عينة من أفراد المجتمع السعودي لتقصي اتجاهاتهم لتحديد مدى انعكاسات البرامج التي تقدمها هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياتهم.
- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2022/2023).
- الحدود المكانية: المملكة العربية السعودية.

#### مصطلحات الدراسة:

##### مفهوم الترفيه:

هي النشاط الذي يمارسه الفرد بصورة تلقائية في الوقت الحر (الفراغ)، والذي يستهدف تلبية الاحتياجات الجسمانية، والعقلية والروحية، والتي تعود عليه بالسُرور، والرضا (الكتاني والخمسي، 2020، 502).

التعريف الإجرائي لبرامج الترفيه: هي مجموعة الخدمات الترفيهية المقدمة من هيئة الترفيه لأفراد المجتمع السعودي.

تعريف الهيئة العامة للترفيه: تأسست هذه الهيئة في العام 2016 لتقوم على تنظيم قطاع الترفيه في المملكة العربية السعودية وتنميته، وتوفير الخيارات والفرص الترفيهية لشرائح المجتمع كافة في مناطق المملكة كافة، لإثراء الحياة ورسم البهجة، ولتقوم على تحفيز دور القطاع الخاص في بناء نشاطات الترفيه وتنميتها (مشروع السلام الحضاري، 2021، 16).

##### مفهوم جودة الحياة:

هي مساعدة الفرد على تنمية طاقاته النفسية والعقلية بشكل ذاتي والتدريب على كيفية حل المشكلات، واستخدام أساليب مواجهة المواقف الضاغطة والمبادرة بمساعدة الآخرين والتضحية من أجل رفاهية المجتمع، وتشير جودة الحياة إلى قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية والاستقرار الأسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية

والاقتصادية، ويعد شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات القوية الدالة على جودة الحياة (نورس وخريفه، 2016، 24).

**التعريف الاجرائي لجودة الحياة:** الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب وفق مقياس جودة الحياة المعد خاصة لهذا الغرض.

#### فرضيات الدراسة:

تنبثق من التساؤلات الفروض الآتية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة وذات الصلة بمدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وذات الصلة لمتغير النوع الاجتماعي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة ذات الصلة بمدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغير العمر.

#### الدراسات السابقة:

هدفت دراسة (Z'ganec, et, al, 2011) إلى بيان نوعية الحياة والأنشطة الترفيهية وإسهامها في تحقيق الرفاهية الذاتية للأفراد، وهدفت إلى التمييز بين الأنواع المختلفة للأنشطة الترفيهية، ولتحقيق هذه الأهداف تم استخدام مقياس الرضا عن الحياة ومقياس السعادة بالإضافة إلى مؤشر الرفاه الشخصي، وضمت عينة الدراسة 4222 (مواطن كرواتي)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: تسهم المشاركة بالأنشطة الترفيهية بشكل كبير في تحقيق رفاهية الأفراد الكرواتيين، وتتأثر الرفاهية بالحالة الاجتماعية والاقتصادية، وأن متغير الدخل ليس عاملاً محدداً في التنبؤ بجودة الحياة.

هدفت دراسة نورس وخريفه (2016) إلى معرفة مستوى جودة الحياة ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور بالجلفة حسب متغيرات السن، المستوى الدراسي، (أولى جامعي، الثانية، الثالثة، الأولى ماستر، الثانية ماستر) والتخصص (علمي، أدبي) والإقامة (داخلي، خارجي)، واستخدم مقياس جودة الحياة لطالبات الجامعة ومقياس الصحة النفسية، وكان من أهم النتائج وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة، والتأثير المشترك للمتغيرات الثلاثة معاً في جودة الحياة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائية بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

دراسة (مصطفى، 2018) إلى معرفة جودة الحياة لدى طفل ما قبل المدرسة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لديهم لطفل ما قبل المدرسة، ولتحقيق هذا الهدف واستخدم اختبار المصفوفات المتتابعة الملون إعداد جون رافن، ومقياس جودة الحياة لطفل ما قبل المدرسة (من إعداد الباحثة)، مقياس التوافق الأسري للأطفال (إعداد الباحثة)، وضمت عينة الدراسة (60) طفلاً، وكشفت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة وتقدير الذات، ووجود علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الأسري.

سعت دراسة (الكناني، والخميشي، 2020) إلى معرفة اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية 2030، والتعرف إلى علاقة خصائص الشباب الديموغرافية (الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، مستوى دخل الأسرة، عدد ساعات الفراغ اليومية) نحو الترفيه، وأنواع الممارسات الترفيهية التي تجذبهم



للترفيه عن أنفسهم، والمعوقات التي تواجههم وتؤثر في ممارستهم للأنشطة الترفيهية، وأخيراً الوصول إلى مقترحات حول أنواع الترفيه التي تتناسب مع الشباب وميولهم، ولتحقيق هذا الهدف استخدم الاستبانة، إذ بلغت العينة (343) من الذكور في جامعة الملك سعود و (368) من الإناث في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وبينت النتائج أن درجة موافقة أفراد عينة الدراسة حول اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في ضوء رؤية 2030 جاءت متوسطة (2.52 من 3.00) ومن أبرز الاتجاهات (وضع أماكن مخصصة لممارسة الهوايات)، وأن موافقة أفراد عينة الدراسة جاءت بدرجة (إلى حد ما) على أنواع الممارسات الترفيهية التي تجذب فئة الشباب والفتيات للترفيه عن أنفسهم، التي من أبرزها تصفح مواقع التواصل الاجتماعي الحديثة، وأن هناك تفاوت في موافقة عينة الدراسة على المعوقات التي يواجهها الشباب والفتيات والتي تؤثر في ممارستهم.

دراسة (الفوتواوي، 2020) وقد هدفت إلى معرفة اتجاهات الترويج لدى الأسر السعودية، والكشف عن مدى تأثير هذه الاتجاهات في جودة الحياة في ضوء رؤية 2030، وتمثلت أهمية البحث العلمية كونها تتزامن مع الاهتمام المتزايد للدول بموضوع الترويج عن المواطنين، وكونه سبباً رئيسياً في تحقيق جودة الحياة لهم، أما أهميته العملية تمثلت في أنه سيكون ذا فائدة للهيئات أو المؤسسات التي تهتم بالجانب الترفيهي وتسعى إلى تطويره، وسيفتح هذا البحث المجال أمام الباحثين للقيام بدراسات أخرى حول المتغيرات التي يعيشها المجتمع السعودي وانعكاس ذلك على بيئة الترويج، وتوصلت الدراسة إلى أنّ المملكة العربية السعودية قد مرت بمراحل تطويرية في مجال الترفيه/ الترويج منذ العام 2016م إلى العام 2019م وحتى وقتنا الحاضر، وغدت دولة متميزة في هذا القطاع ومنافسة قوية على المستويين الإقليمي والدولي، وأصبحت محط أنظار لكثير من الجنسيات بخلاف مواطنيها أو المقيمين فيها، وأظهرت النتائج أنّ جودة الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالترويج عن النفس والرضا عن الذات وعن الحياة، لذا اهتمت رؤية 2030م بذلك من خلال إصدارها "وثيقة برنامج جودة الحياة".

سعت دراسة (ياغي والحمامدي، 2022) إلى الكشف عن الرضا عن جودة الحياة في ضوء الاتصال الأكاديمي لدى طلبة جامعة الملك عبد العزيز، والتعرف إلى العلاقة بينهما، والكشف عن دلالة الفروق وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، الكلية، المستوى الدراسي، المعدل التراكمي)، ولتحقيق هذا الهدف أعد مقياس لذلك، وتكونت عينة الدراسة من 1280 طالب و 1234 طالبة من طلبة جامعة الملك عبد العزيز موزعين على أربع الكليات (إدارة الأعمال، العلوم والآداب، تقنية المعلومات والحاسوب)، وأشارت النتائج إلى أن الوزن النسبي لمستوى الرضا عن جودة الحياة هو 81.357% بدرجة تقدير (كبيرة) والوزن النسبي لمستوى الاتصال الأكاديمي هو 83.58% بدرجة تقدير كبيرة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط طردية بين كلاً من جودة الحياة الجامعية والاتصال الأكاديمي، ووجود فروق في كلٍ من (جودة الحياة الجامعية والاتصال الأكاديمي) وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، المعدل، المستوى الدراسي)، مع وجود فروق في الاتصال الأكاديمي بحسب متغير (الكلية)، وعدم وجود فروق في جودة الحياة الجامعية بحسب متغير (الكلية)، بالإضافة إلى وجود علاقة تنبؤية طردية ما بين الاتصال الأكاديمي وجودة الحياة، ودرجة التأثير للاتصال الأكاديمي تصل 48% في المتغير التابع (جودة الحياة الجامعية).

هدفت دراسة Alasgah, Alshammari, 2022 إلى تقييم تأثير قدرة المرأة السعودية في قيادة السيارة على أدوارها الأسرية والترفيهية وفقاً للمنطقة الجغرافية، ولتحقيق هذا الهدف اعتمد مقياس أداء دور الأسرة

(FRPS)، الذي طوره (Chen et al (2014)، وعلى قائمة الأدوار الترفيهية للمرأة، وطبقت الدراسة على (586) سيدة سعودية يقمن بأدوار عائلية ويقودن سيارة منذ أكثر من عام، وأظهرت النتائج أن قيادة المرأة للسيارة كان لها تأثيرات متعددة في أدوارها العائلية وكانت المهام الأسرية الأكثر تأثراً، ثم القيام بالمهام في جميع أنحاء المنزل، واستكمال المسؤوليات المنزلية، والقيام بالأعمال المنزلية، وصيانة الأشياء في جميع أنحاء المنزل، وكانت العلاقات الأسرية الأكثر تضرراً هي تقديم الدعم العام لأفراد الأسرة والحفاظ على ارتباط أفراد الأسرة ببعضهم بعض وتقديم الدعم العاطفي لأفراد الأسرة وتقديم المشورة لأفراد الأسرة، وأظهرت النتائج أن قيادة المرأة للسيارة كان لها تأثيرات متعددة في أدوارها الترفيهية والأدوار الترفيهية الأكثر تضرراً كانت مرافقة أفراد الأسرة في الزيارات العائلية، واصطحاب أفراد الأسرة إلى المركز التجاري أو المتنزهات الترفيهية، والسفر إلى مدن ومناطق جذب سياحي أخرى، و أظهرت النتائج وجود اختلافات في أدوارها الترفيهية بحسب المنطقة الجغرافية.

دراسة (Aldawod,et (2022) التي انطلقت من أن دراسة آراء الناس هي مجال بحثي متنام. يُعرف هذا المجال من البحث باسم تحليل المشاعر. غيّرت جائحة COVID-19 كل شيء حول العالم وانخفض التواصل الاجتماعي بين الناس. تعرض المواطنون والمقيمون في المملكة العربية السعودية لضغوط شديدة خلال فترة الجائحة والسعي إلى الترفيه عن طريق الألعاب، ونشر أنشطتها عبر وسائل التواصل الاجتماعي منصات مثل تويتر، وركزت هذه الدراسة على تطبيق محلل مزاجك للمشاعر والتغريدات التي تحتوي على كلمات رئيسة للعبة باللغة العربية جمعت باستخدام Twitter API في فترة الإغلاق لتحديد ما إذا كان المستخدمون يفضلون اللعب بشكل فردي أو في مجموعات، هذا يمكن أن يساعد المصممين والمطورين، وكذلك الهيئة العامة للترفيه السعودية (GEA)، وأظهرت النتائج أن الناس بشكل عام فضلوا اللعب في مجموعات بدلاً من اللعب الفردي في هذه الفترة.

### التعليق على الدراسات السابقة:

#### أولاً: من حيث الهدف:

تنوعت أهداف الدراسات السابقة: هدفت دراسة (Z'ganec, et, al. 2011) إلى معرفة كيفية إسهام الأنشطة الترفيهية في تحقيق الرفاهية الذاتية، وبيان نوعية الحياة والأنشطة الترفيهية وإسهامها في تحقيق الرفاهية الذاتية للأفراد، كما هدفت إلى التمييز بين الأنواع المختلفة للأنشطة الترفيهية، عملت دراسة نورس وخرفية (2016) على تحديد مستوى جودة الحياة ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور بالجلفة، بينما هدفت دراسة مصطفى (2018) إلى تحديد جودة الحياة لدى طفل ما قبل المدرسة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لديهم لطفل ما قبل المدرسة، واهتمت دراسة الكنان، والشمشي (2020) بالتعرف إلى اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية 2030، والتعرف إلى علاقة خصائص الشباب الديموغرافية، وهدفت دراسة الفوتواوي (2020) إلى معرفة اتجاهات الترويج لدى الأسر السعودية، والكشف عن مدى تأثير هذه الاتجاهات في جودة الحياة في ضوء رؤية 2030، وسعت دراسة (ياغي، والحمادي، 2022) إلى الكشف عن الرضا عن جودة الحياة في ضوء الاتصال الأكاديمي لدى طلبة جامعة الملك عبد العزيز، وهدفت دراسة Alasgah, Alshammari, 2022 إلى تقييم تأثير قدرة المرأة السعودية في القيادة على أدوارها الأسرية والترفيهية وفقاً للمنطقة الجغرافية.

ثانياً: من حيث الأداة: اتفقت معظم الدراسات من حيث طبيعة الأداة المستخدمة وتمثلت هذه الأداة بمقياس لتعرف درجة جودة الحياة، واستخدمت دراسة (Z'ganec, et al. 2011) مقياس الرضا عن الحياة ومقياس السعادة، ودراسة Alasgah, Alshammari, 2022 استخدمت مقياس أداء دور الأسرة (FRPS)، الذي طوره (Chen et al (2014)، وعلى قائمة الأدوار الترفيهية.

ثالثاً: من حيث العينة: تميزت عينة الدراسة بأنها تستهدف جميع أفراد المجتمع السعودي في حين ركزت الدراسات السابقة على الأطفال أو طلبة الجامعات أو المرأة.

#### رابعاً: من حيث النتائج:

أظهرت دراسة (Z'ganec, et, al. 2011) أن المشاركة بالأنشطة الترفيهية تسهم بشكل كبير في تحقيق رفاهية الأفراد الكرواتيين، وتتأثر الرفاهية بالحالة الاجتماعية والاقتصادية، كما أنّ متغير الدخل ليس عاملاً محدداً في التنبؤ بجودة الحياة، وبينت دراسة نورس وخرفية (2016) وجود مستوى متدن من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة، والتأثير المشترك للمتغيرات الثلاثة معاً في جودة الحياة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائية بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة، وأشارت دراسة (مصطفى، 2018) إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة وتقدير الذات، ووجود علاقة دالة إحصائية بين جودة الحياة والتوافق الأسري، أظهرت دراسة (ياغي، والمحماي، 2022) أن موافقة أفراد عينة الدراسة جاءت بدرجة إلى حد ما على أنواع الممارسات الترفيهية التي تجذب فئة الشباب والفتيات للترفيه عن أنفسهم والتي من أبرزها تصفح مواقع التواصل الاجتماعي الحديثة، وبينت دراسة (الفوتاي، 2020) أنّ جودة الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالترويج عن النفس والرضا عن الذات وعن الحياة، في حين أظهرت دراسة (ياغي، والمحماي، 2022) وجود علاقة ارتباط طردية بين كل من جودة الحياة الجامعية والاتصال الأكاديمي، ووجود فروق في كل من (جودة الحياة الجامعية والاتصال الأكاديمي) وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، المعدل، والمستوى الدراسي)، بينما بينت دراسة Alasgah, Alshammari, 2022، أكثر الأدوار الترفيهية الأكثر تضرراً كانت مرافقة أفراد الأسرة في الزيارات العائلية، واصطحاب أفراد الأسرة إلى المركز التجاري أو المتنزهات الترفيهية، وأشارت دراسة Aldawod,et al. 2022، إلى تفضيل اللعب في مجموعات بدلاً من اللعب الفردي.

#### ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات:

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تكوين فكرة شاملة عن هيئة الترفيه والبرامج والخدمات التي تقدمها وتوضيح الآلية التي ستبني في إعداد أداة الدراسة (مقياس جودة الحياة)، وتميزت الدراسة الحالية بالأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، والتي تتمثل في قياس درجة جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي، وتعرف طبيعة العلاقة بين هيئة الترفيه والنشاطات التي تقوم بها وجودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي، وتعرف الفروق بين إجابات أفراد عينة الدراسة، بينما سعت غالبية الدراسات السابقة إلى معرفة جودة الحياة ودور الترفيه بشكل عام في تحقيق الرضا عن الحياة والاستقرار والسعادة، كما تميزت الدراسة الحالية بأهمية العينة المستهدفة، والتي تتمثل باختيار فئات وشرائح من أفراد المجتمع السعودي كافة، وانطلاقاً من هذه الميزات ستقدم الدراسة نتائج عملية مهمة في تحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة من وجهة نظر أفراد المجتمع السعودي.

## الإطار النظري:

اتجهت المملكة العربية السعودية في رؤية 2030 إلى إطلاق هدف "ندعم الثقافة والترفيه"، وتمت الموافقة عليه في عام 2016، فالثقافة والترفيه جزء لا يتجزأ من الركائز الأساسية لجودة الحياة، وقد تطور الترفيه والثقافة في المملكة، على النحو الآتي:

المرحلة الأولى 2016: أسست "الهيئة العامة للثقافة"، وأسست "الهيئة العامة للترفيه".  
المرحلة الثانية 2017: أنشئت "الهيئة الملكية لمحافظة العلا"، وتم إعلان "برنامج تعزيز الشخصية السعودية"، وبرنامج جودة الحياة.

المرحلة الثالثة 2018: تأسس "مشروع القدية"، وهو مشروع يضم أكثر من (300) مرفق تعليمي وترفيهي.  
المرحلة الرابعة 2019: أطلق "برنامج مواسم السعودية"، والإعلان عن دار نشر حكومية، وتأسيس صندوق للنمو الثقافي، وأطلقت "برنامج الابتعاث الثقافي"، واستضافة السوبر الإيطالي لأول مرة في المملكة، وأسس الأرشيف الوطني للأفلام، كما وقد دشنت مسرح السعودية، بالإضافة إلى إعلانها عن البرامج التي أوردتها: (الفوتاي، 2020، 25) وفق الآتي:

-مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي.

-مبادرة الكتاب للجميع.

-المتاحف المتخصصة.

-الإعلان عن الفن في الأماكن العامة.

-برنامج ترجم.

-بيوت الثقافة.

-مهرجان الطهي الوطني.

ومن أهم أهداف رؤية 2030 هو زيادة إنفاق الأسر السعودية على الترفيه المحلي من 2.9% إلى 6% من إجمالي الإنفاق ليصل إلى 36 مليار ريال بحلول عام 2030م، وتشمل صناعة الترفيه على السينما والتلفزيون، والمسرح، والحفلات الموسيقية والغنائية والألعاب والمعارض والأوبرا والعروض والموضة والألعاب الإلكترونية والفنون الاستعراضية والترفيه الرقمي والرياضي والمعالن السياحية، وتماشياً مع رؤية المملكة 2030، تأسست الهيئة العامة للترفيه (مشروع السلام الحضاري، 2021، 16).

## مجالات الترفيه:

وفقاً لدرجة مشاركة الفرد (الفوتاي، 2020، 25):

**المجال الابتكاري:** حيث يندمج الفرد بالنشاط الممارس، ويتفاعل معه بشكل كبير مثل (العالم، والمبتكر، واللاعب الذي يعمل على تطوير مهاراته وتحسينها من خلال الرياضة التي يؤديها).

**المجال الإيجابي:** يشترك الفرد في الأنشطة التي تساعد على تنميته اجتماعياً وجسدياً وعقلياً ونفسياً، ومن الأمثلة على الأنشطة في هذه المجال الأنشطة المتعلقة (بالرسم، أو الشطرنج أو مختلف أنواع الرياضة).

**المجال السلبي:** في هذا المجال يمتنع الفرد عن المشاركة بأي نشاط من النشاطات التي تجعله سعيداً.

وفقاً للأهداف (الفوتاي، 2020، 41):

**الترفيه الثقافي:** يمضي الفرد وقته من خلال القراءة (للقصص والحكايات، أو الروايات، أو الصحف والمجلات)، وقد يمضي وقت فراغه بالكتابة.

**الترفيه الفني:** يتجه الفرد إلى الأنشطة التي تتمتع بطابع الجمال والإبداع والتذوق الفني، ويكتسب الفرد مجموعة من المهارات الفنية، مثل فن الرسم، والتصوير، والغناء والتمثيل.

**الترفيه الاجتماعي:** يتفاعل الفرد مع الآخرين، مما يولد بينهم جو من المرح، والثقة بالنفس، فقد يكون بينهم جو من المرح بسبب ممارسة الأنشطة الترفيهية المختلفة (كالأنشيد، والسهرات الليلية، والغناء والحفلات).

**الترفيه الخلوي:** وهو خلو الفرد بنفسه في الأماكن الطبيعية من خلال الرحلات أو المغامرات.

**الترفيه الرياضي:** يساعد هذا النوع من الترفيه على تنمية المهارات الشخصية للفرد، وتحسين النواحي (البدنية، النفسية، العلمية، الاجتماعية، الصحية). ومن الأمثلة على هذا الترفيه الألعاب الرياضية، وكرة القدم والسباحة

**أهداف الهيئة العامة للترفيه:** يمكن تحديدها بما يأتي: (مشروع السلام الحضاري، 2021، 17)

- خلق فرص ترفيهية شاملة ومتنوعة تتلاءم مع المعايير العالمية، والعمل على إتاحتها في جميع أنحاء المملكة العربية السعودية

- تأمين خيارات تلائم شرائح المجتمع كافة من مواطنين ومقيمين، وتناسب المستويات المختلفة للدخل.

- تعزيز الروابط الاجتماعية من خلال توفير فرص للعائلات والأصدقاء لمشاركة أوقاتهم الممتعة مع بعضهم بعضاً.

- دعم الاقتصاد في المملكة من خلال الاسهام في تنويع مصادره ورفع الناتج المحلي الإجمالي.

- دعم المنشآت الصغيرة والمتوسطة، ورفع نسبة الاستثمارات الأجنبية المباشرة لتوليد الوظائف في قطاع الترفيه.

#### التأثيرات الإيجابية للترفيه والأنشطة الترفيهية:

من التأثيرات الإيجابية للترفيه هي اهتمام الفرد بممارسة الأنشطة الرياضية والفنية والثقافية والفاعليات الاجتماعية واستثمار أوقات الفراغ، والارتقاء بسلوك الفرد، وتنمية قوة الإرادة، تنمية القيم الجمالية والتذوق الفني، ومن الفوائد التي تعود على المجتمع نذكر ما يلي (الصرح، 2021، 33):

-تقوية الذاكرة وتنشيطها.

-اكتساب القيم.

-الصحة واللياقة البدنية.

-الاستقرار الانفعالي.

-تحقيق الذات ونمو الشخصية بشكل سليم ومتكامل.

-إتاحة فرصة الاسترخاء وإزالة التوتر النفسي.

-إشباع حب الاستطلاع والمعرفة والفهم وزيادة الوعي.

-احترام البيئة الطبيعية والحفاظ عليها.

-تقدير الخبرات والقيم الجمالية وتذوقها.

-إثراء الحياة الفردية والحياة الأسرية.

-تنمية وتطوير الشخصية الإنسانية المتكاملة.

### نحة تاريخية عن مفهوم جودة الحياة:

اقتصر استخدام مصطلح جودة الحياة في البدايات على الأبحاث العملية المبنية على حياة المرضى، واستمر توظيف هذا المصطلح في المجال الصحي النفسي لفترة طويلة من الزمن، وأول من استخدم مصطلح جودة الحياة الفيلسوف الإغريقية إذ افترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح ومن ثم تحقق الحياة السعيدة، ثم التوجه بهذا المفهوم إلى مجال الرعاية الصحية عندما عرفت الصحة بأنها حالة صحية جيدة تشمل الجوانب الفسيولوجية والعقلية والاجتماعية، وليس بالضرورة غياب المرض وبقي هذا المصطلح حتى عام 1978، بعد ذلك استُخدم هذا المصطلح مع مرضى الأورام، عندما واجه الأطباء مشكلة بأن العلاج لبعض الأمراض ذو تكلفة دفع عالية، ذلك بغرض زيادة المدى المتوقع لعمر هؤلاء المرضى (نورس وخريفة، 2016، 22).

### النماذج المفسرة لجودة الحياة:

#### نموذج إيفانس Evans

بني على أساس الوجهة التكاملية للأطر النظرية لجودة الحياة لدى الفرد، ويحتوي على سمات الشخصية وما ينطوي ضمنها من تقدير الذات، التفاؤل، العصائية، والانساطية، وهي خصائص تنبع من داخل الفرد وتشمل الأبعاد المعرفية والانفعالية.

#### نموذج لاوتين Lautin:

طرح لاوتين مفهوم طبيعة البيئة من أجل توضيح فكرته عن جودة الحياة التي تتمركز حول الظرف المكاني، وتأثير البيئة المحيطة بالفرد في إدراكه لجودة حياته، ويكون للبيئة تأثيرات مباشرة وغير مباشرة في حياة الفرد، ومن المؤشرات الإيجابية التي يضمها رضا الفرد عن البيئة التي يعيش فيها.

#### نموذج ريف Rave :

يتمحور هذا النموذج حول مفهوم السعادة النفسية، إذ ينعكس شعور الفرد بجودة الحياة على درجة إحساسه بالسعادة التي حددها ريف بستة أبعاد، وكل بعد يضم ستة أصناف تمثل نقاط لتحديد معنى السعادة النفسية، وهذه الأبعاد كما حددها (ياغي والمحمادي، 2022، 982) هي:

البعد الأول: الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار.

البعد الثاني: التمكين البيئي.

البعد الثالث: النمو الشخصي.

البعد الرابع: العلاقات الإيجابية مع الآخرين.

البعد الخامس: تقبل الذات.

البعد السادس: الهدف من الحياة.

فجودة حياة الفرد عند ريف تكمن في قدرته على مواجهة الأزمات التي تظهر في مختلف مراحل حياته، وتطور الحياة هو الذي يحقق سعادة الفرد النفسية التي تعكس شعوره بجودة الحياة.

### أدوات قياس جودة الحياة:

قسم ويكالد أنواع قياس جودة الحياة إلى ثلاثة أنواع: عالمي، عام، خاص، ووضع "ريف وكيز" علماء في علم النفس الإيجابي نموذج لجودة الحياة يعرف باسم نموذج العوامل الستة، وبشكل عام تنوعت وتعددت الأدوات والمقاييس المستخدمة في قياس جودة الحياة نظراً لتعدد المؤشرات النفسية المرتبطة بها، ويأتي في مقدمة هذه المتغيرات الرضا عن الحياة والحاجات النفسية.

ومن هذه المقاييس اختبار "مانشستر" للتقييم المختصر لنوعية الحياة: إذ طور ليكون بمثابة أداة مكثفة بهدف تقييم جودة الحياة، مع الاهتمام والتركيز على عامل الرضا عن الحياة، ومقياس فريتش وهو يقيس الرضا عن الحياة.

### القياس العالمي:

من الأمثلة عليه مقياس "فلانجان" لجودة الحياة الذي يتعرف درجة رضا الناس عن 15 مجال من المجالات.

### القياس العام:

يشترك بأمر كثيرة مع القياس العالمي وصمم من أجل مهام وظيفية خاصة بمجال الرعاية الصحية، ويحدد ليكون بصورة شاملة مثل احتمالية تأثير المرض أو أعراض هذا المرض في حياة المرض ويطبق المقياس الخاص على مجموعة كبيرة من السكان (حسناء وحليمة، 2021، 24-25).

**مقومات جودة الحياة:** وقد حددها (مصطفى، 2018، 165) وفق ما يأتي:

- الصحة الجسدية والعقلية.
- القدرة على التحكم الذاتي.
- الأوضاع المعيشية والعلاقات الاجتماعية.
- القدرة على التفكير واتخاذ القرار السليم.
- الخلفية الثقافية والحضارية.
- المعتقدات الدينية.
- الأحوال المالية والأوضاع الاقتصادية.
- خصائص الشخصية السوية المتميزة بالسعادة والذكاء الوجداني.

### أبعاد جودة الحياة:

**جودة الحياة الموضوعية:** تتحقق بما يوفره المجتمع من إمكانيات مادية، إلى جانب الحياة الاجتماعية الشخصية للفرد.

**جودة الحياة الذاتية:** هي كيفية شعور كل فرد بالحياة التي يعيشها أو درجة الرضا والقناعة عن الحياة، ومن ثم الشعور بالسعادة.

**جودة الحياة الوجودية:** هي مستوى عمق الحياة الجيدة داخل الفرد التي تمكنه من العيش حياة متناغمة يصل فيها إلى الحد المثالي في إشباع احتياجاته البيولوجية والنفسية، بحيث يعيش في توافق مع الأفكار والقيم الروحية والدينية السائدة في المجتمع (نورس وخريفة، 2016، 26).



**جودة المعيشة الانفعالية:** تشمل الشعور بالأمان، والجوانب الروحية، والسعادة، والتعرض للمشقة، ومفهوم الذات، والرضا أو القناعة.

**العلاقات بين الأشخاص:** تشمل الصداقة الحميمة، والجوانب الوجدانية، والعلاقات الأسرية، والتفاعل، والمساندة الاجتماعية.

**جودة المعيشة المادية:** وتشمل الوضع المادي، وعوامل الأمان الاجتماعي، وظروف العمل، والممتلكات، والمكانة الاجتماعية والاقتصادية.

### مقومات جودة الحياة:

تُعد جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص لآخر، وتوجد عوامل عديدة تتحكم في تحديد مقومات الحياة ومن هذه العوامل كما حددها (حمادية وآخرون، 2018، 200) ما يأتي:

- الصحة الجسدية والعقلية.

- القدرة على التحكم.

- الأحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.

- القدرة على التفكير واتخاذ القرارات.

- الأوضاع المالية والاجتماعية.

- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية.

حددت الباحثة أربع مجالات لجودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وهي جودة الحياة الاجتماعية، جودة الحياة الجسدية، جودة الحياة النفسية، وتنمية الشخصية وتطوير الذات، وذلك لقياس مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز تلك المجالات الأربعة.

**منهجية الدراسة:** اعتمد المنهج الوصفي التحليلي في تقييم البيانات والمعلومات المتعلقة ببيئة الترفيه ودورها في تعزيز جودة الحياة لأنه المنهج الأنسب لطبيعة الدراسة، فالمنهج الوصفي يرتبط بدراسات العلوم الاجتماعية والإنسانية، ويقوم على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو العديد من الفترات، من أجل التعرف إلى الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى أو المضمون، والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد على فهم الواقع وتطويره (نورس وخريفة، 2016، 61)، وجمعت البيانات من خلال تصميم استبيان خاص بتحديد مدى انعكاسات برامج الترفيه في تعزيز جودة الحياة.

### متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

#### أ. المتغيرات المستقلة:

-النوع الاجتماعي: ذكر، أنثى.



-العمر: أقل من 20 عاماً، من 20 إلى 25 عام، من 26 إلى 30 عام، أكبر من 30 عام  
ب. المتغيرات التابعة:

إجابات أفراد عينة الدراسة على الاستبانة الخاصة بتحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة حياة أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم.  
مجتمع الدراسة: اختيرت أفراد المجتمع السعودي ككل مجتمع أصلي لإجراء الدراسة.  
عينة الدراسة: اختيرت عينة ممثلة للمجتمع الأصلي من أفراد المجتمع السعودي واعتمدت طريقة العينة العشوائية البسيطة في سحب العينة وهو أسلوب يتصف بإعطاء فرص احتمالية متساوية ومتكافئة لكل مفردة من أفراد المجتمع للانضمام لأفراد العينة.

#### خصائص أفراد عينة الدراسة:

توزع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي:

جدول (1) توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي

النسبة	التكرار	النوع الاجتماعي
47.6%	176	ذكر
52.4%	194	أنثى
100%	370	المجموع

يتضح من الجدول (1) أن (194) من أفراد العينة يمثلون 52.4% من إجمالي أفراد العينة إناث، وهم الفئة الأكثر من أفراد العينة، بينما (176) منهم يمثلون 47.6% من إجمالي أفراد العينة ذكور والفرق بين النوعين يكاد لا يذكر، ومن ثم يوجد تجانس بين أفراد العينة وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي.

#### توزع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير العمر:

جدول (2) توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغير العمر

النسبة	التكرار	العمر
20.8%	77	أقل من 20 عاماً
27.8%	103	من 20 إلى 25 عام
29.5%	109	من 26 إلى 30 عام
21.9%	81	أكبر من 30 عام
100%	370	المجموع

يتضح من الجدول (2) أن (109) من أفراد العينة يمثلون 29.5% من إجمالي أفراد العينة في الفئة العمرية من 26 إلى 30 عام، وهم الفئة الأكثر من أفراد العينة، بينما (103) منهم يمثلون 27.8% من إجمالي أفراد العينة في الفئة العمرية من 20 إلى 25 عام، و(81) منهم يمثلون 21.9% من إجمالي أفراد العينة في الفئة العمرية أكبر من 30 عام، و(77) منهم يمثلون 20.8% من إجمالي أفراد العينة في الفئة العمرية أقل من 20 عاماً، ومن ثم فهناك توازن بين الفئات العمرية المختلفة.

**أدوات الدراسة:** اعتمدت هذه الدراسة الاستبانة والتي يشيع استخدامها في البحوث الاجتماعية خاصةً عندما تكون البيانات المطلوبة لها صلة وثيقة بمشاعر الأفراد ودوافعهم وعقائدهم نحو موضوع معين، وأعدت استبانة تألفت من أربعة محاور هي كالآتي:

المحور الأول: مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في جودة الحياة الاجتماعية (8) بنود.

المحور الثاني: مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في جودة الحياة الصحية (7) بنود.

المحور الثالث: مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في جودة الحياة النفسية (8) بنود.

المحور الرابع: مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه في تنمية الشخصية وتطوير الذات (11) بند.

واشتملت الاستبانة ككل (34) بنداً، واستخدم مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة).

### الصدق الظاهري للاستبانة:

للتعرف على مدى صدق أداة الدراسة في قياس ما وضعت لقياسه، والتحقق من مدى مناسبة بنود الاستبانة وسلامتها اللغوية إذ عرضت على مجموعة من السادة المحكمين من ذوي الاختصاص، وأجريت بعض التعديلات في ضوء الملاحظات والمقترحات التي قدمت منه، وصيغت الاستبانة في صورتها النهائية.

صدق الاتساق الداخلي للأداة: استخدم معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للاستبانة لحساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات الاستبانة.

جدول (3) معاملات الارتباط بين درجات عبارات الاستبانة مع درجة المحور أو البعد الذي تنتمي إليه

المحور	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
المحور الأول	1	.891**	5	.806**		
	2	.833**	6	.904**		
	3	.855**	7	.794**		
	4	.870**	8	.348**		
المحور الثاني	1	.879**	4	.838**	7	.754**
	2	.779**	5	.809**		
	3	.874**	6	.903**		
المحور الثالث	1	.924**	4	.878**	7	.920**
	2	.921**	5	.935**	8	.934**
	3	.755**	6	.946**		
المحور الرابع	1	.803**	5	.776**	9	.514**
	2	.630**	6	.794**	10	.477**
	3	.785**	7	.765**	11	.475**
	4	.796**	8	.735**		

يلاحظ من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات عبارات كل محور والدرجة الكلية للمحور المنتمية إليه هي معاملات ارتباط مرتفعة وموجبة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01 وهو ما يؤكد اتساق البنود وتجانسها وتماسكها مع بعضها بعضاً.

#### التحقق من ثبات الاستبانة:

تحقق الباحث من ثبات درجات محاور الاستبانة باستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، وذلك من نتائج تطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية بلغ عددها (50) فرداً من أفراد المجتمع السعودي من خارج حدود العينة النهائية. وجاءت النتائج وفق الجدول الآتي:

جدول (4) معامل ثبات الاستبانة بطريقة كرونباخ ألفا

المحاور	عدد العينة	عدد البنود	الفا كرونباخ
المحور الأول	50	8	0.829
المحور الثاني	50	7	0.790
المحور الثالث	50	8	0.841
المحور الرابع	50	11	0.754
المجموع الكلي	50	34	0.810

يتبين من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بطريقة ألفا كرونباخ للمحاور الفرعية هي قيم مقبولة لاعتماد الاستبانة.

**طريقة استجابة أفراد العينة لعبارات الاستبانة:** تمت الاستجابة لبنود الاستبانة وفق مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق أبداً) وهي تقابل الدرجات الآتية بالترتيب (5-4-3-2-1)، واعتمدت المحكات الآتية في تحديد درجة موافقة أفراد العينة على عبارات الاستبانة، بناءً على المتوسطات الحسابية للفرقات والمتوسطات الموزونة للأبعاد الثلاثة، وفق الآتي:

أعطى وزن للبدائل (موافق بشدة = 5، موافق = 4، محايد = 3، غير موافق = 2، غير موافق بشدة = 1)، وبعد ذلك صُنفت تلك الإجابات إلى خمسة مستويات متساوية المدى من خلال المعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = (\text{أكبر قيمة} - \text{أقل قيمة}) \div \text{عدد بدائل الأداة} = (5 - 1) \div 5 = 0.8$$

جدول (5) توزيع الفئات وفق التدرج المستخدم في أداة الدراسة

مدى المتوسطات	درجة موافقة أفراد العينة
من 4.21 فأكثر	موافق بشدة
من 3.41 - 4.2	موافق
من 2.61 - 3.4	محايد
من 1.81 - 2.6	غير موافق
من 1.8 أو أقل	غير موافق أبداً

#### خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدمت العديد من الأساليب الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية SPSS، وفق ما يأتي:

- معامل ارتباط بيرسون للتأكد من صدق الاتساق الداخلي للاستبانة.

- معامل ثبات ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات الاستبانة.
  - المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لإجابة عن أسئلة الدراسة.
  - اختبارات للفروق بين عينتين مستقلتين.
  - اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova).
  - الإجراءات المنهجية للدراسة: لإتمام العمل على الدراسة ستتبع الإجراءات المنهجية الآتية:
  - الاطلاع على الأدبيات السابقة والدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة.
  - تحديد المحاور التي ستألف منه الاستبانة الخاصة بتحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة من وجهة نظر أفراد المجتمع السعودي.
  - إعداد الاستبانة بصورتها النهائية والتحقق من معاملات صدقها وثباتها وقابليتها للتطبيق.
  - تحديد المجتمع الأصلي للدراسة واختيار عينة الدراسة.
  - تحليل البيانات الكمية من خلال اعتماد مجموعة من الأساليب الإحصائية التي تناسب طبيعة تساؤلات وفرضيات الدراسة والمتمثلة في الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، وألفا - كرونباخ، وذلك بالاستعانة ببرنامج الرزم الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات واستخراج النتائج التي ستنج عن الدراسة.
  - عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها.
  - تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء ما تكشف عنه نتائج الدراسة.
- نتائج الدراسة:**

**نتائج الإجابة عن السؤال الأول في الدراسة وهو: ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الاجتماعية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟**

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية عن بنود المحور الأول كافة في الاستبانة إضافة إلى ترتيبها وفق قيم متوسطاتها الحسابية بدءاً من الأكبر وحتى الأصغر على مستوى العبارات في المحور الأول، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

**جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات العينة عن المحور الأول**

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الموافقة	الترتيب
تسهم المشاركة الجماعية في برامج هيئة الترفيه وأنشطتها في التخفيف من الممارسات الاجتماعية السيئة مثل السخيرة.	4.08	1.048	موافق	4
يؤدي إحياء الحفلات الفنية والمهرجات ضمن برامج هيئة الترفيه إلى تنمية الإحساس بالانتماء إلى الآخرين.	3.92	1.106	موافق	8
أعتقد أن المشاركة في الأنشطة الترفيهية الجماعية يسهم في تنمية الروح الجماعية والتعاون لدى الفرد.	3.92	1.084	موافق	7
تسهم برامج هيئة الترفيه في التكيف مع الأوضاع المجتمعية.	4.25	.978	موافق بشدة	2
تسهم برامج هيئة الترفيه في اكتساب المركز والمكانة الاجتماعية.	4.35	.890	موافق بشدة	1
تسهم المشاركة في أنشطة هيئة الترفيه وبرامجها في تحقيق المساواة والتخفيف من حدة الاختلافات بين الناس.	4.09	1.027	موافق	3
تسهم برامج هيئة الترفيه في تنمية روح التطوع للخدمات الاجتماعية.	3.93	1.107	موافق	6
يسهم الاشتراك في برامج هيئة الترفيه في الحد من معدلات الجريمة.	4.06	1.047	موافق	5
<b>الإجمالي</b>	<b>4.075</b>	<b>0.819</b>	<b>مرتفعة</b>	

يلاحظ من الجدول رقم (6) ما يأتي:

بلغ المتوسط الحسابي للمجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لعبارات المحور الأول من وجهة نظر العينة (4.075) وانحراف معياري قدره (0.819)، وبتقدير مرتفع، أي أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الاجتماعية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم هو بدرجة مرتفعة. وذات الصلة بالنتائج الخاصة بتعزيز جودة الحياة الاجتماعية لدى أفراد المجتمع السعودي كل على حدة، فقد تراوحت بين مستوى الموافقة (موافق بشدة) و(موافق) وبلغت أعلى قيمة للمتوسط الحسابي (4.35) وهي للعبارة: (تسهم برامج هيئة الترفيه في اكتساب المركز والمكانة الاجتماعية) بانحراف معياري (0.890) ودرجة موافقة (موافق بشدة)، في حين أن أدنى قيمة للمتوسط قد بلغت (3.92) وهي للعبارة: (يؤدي إحياء الحفلات الفنية والمهرجات ضمن برامج هيئة الترفيه إلى تنمية الإحساس بالانتماء إلى الآخرين)، وللعبارة (العزلة الاجتماعية بين أفراد الأسرة) ودرجة موافقة (موافق).

ويمكن تفسير النتائج السابقة بأن الترفيه يُعد مطلبًا أساسيًا في حياة الإنسان، وبدونه لا يستطيع الإنسان أن يحيا حياةً طبيعيةً ومتوازنةً، وتسهم البرامج الترفيهية في تحقيق التكيف مع المجتمع وتحقيق التضامن المجتمعي من خلال إتاحة أرضية ومنصة مشتركة للتخفيف من حدة الاختلافات بين مختلف شرائح أفراد المجتمع وإدراجها بشكل جيد، وتساعد الأنشطة الترفيهية على الحد من الجريمة والانحراف السلوكي فالترفيه هو متنفس طبيعي لرغبات الشباب والأطفال، ويعد وسيلةً لاكتساب المركز والمكانة الاجتماعية، سواء على المستوى الفردي أو الجماعي، خاصة وأنَّ عموم الأنشطة الترفيهية تتم بشكل جماعي، مما يساعد الفرد على اكتساب الروح الجماعية، والتعاون، والانسجام، والثدرة على التكيف مع الآخرين وتسهم الأنشطة الترفيهية أيضًا في اكتساب الفرد للعديد من السمات الخلقية والاجتماعية وتنميتها، مثل: تقوية العلاقات بين الأفراد، وبين الفرد والجماعة، احترام الغير، المودة، الصداقة، الأخوة، الثقة بالآخرين، الولاء للمجتمع، إنكار الذات، التعاون، حب العمل، أداء الواجب، والتطوع للخدمات الاجتماعية.

تتوافق هذه النتيجة مع ما نصت عليه الرؤية الوطنية للمملكة (2030) في مركزها الأول وهو "المجتمع الحيوي" في محور "بيئة عامرة" انطلاقاً من أن سعادة المواطنين تأتي على رأس أولويات الدولة، وسعادتهم لا تتم دون اكتمال صحتهم البدنية والنفسية والاجتماعية، وهنا تكمن أهمية هذه الرؤية في بناء مجتمع ينعم أفرادُه بنمط حياة صحي، ومحيط يتيح العيش في بيئة إيجابية وجاذبة، كل ذلك بهدف تحقيق السعادة، ورفع جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (الكناني، والخمشي، 2020)، و(الفوتاوي، 2020).

نتائج الإجابة عن السؤال الثاني في الدراسة وهو ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الصحية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟  
للإجابة على هذا السؤال حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية عن كافة بنود المحور الأول في الاستبانة إضافة إلى ترتيبها وفق قيم متوسطاتها الحسابية بدءاً من الأكبر وحتى الأصغر على مستوى العبارات في المحور الأول، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات العينة عن المحور الثاني

الترتيب	مستوى الموافقة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
4	موافق	.985	4.09	يسهم الاشتراك في برامج هيئة الترفيه الرياضية في تحسين اللياقة البدنية.
7	موافق	1.172	3.80	تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في تنشيط الدورة الدموية.
6	موافق	1.035	3.86	تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في التخلص من السموم والنفايات الموجودة في الجسم.
2	موافق بشدة	.925	4.23	تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في تحسين عملية الهضم.
1	موافق بشدة	.845	4.33	تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في تحسين عملية التنفس.
3	موافق	.971	4.09	يسهم الاشتراك في برامج هيئة الترفيه في تحسين الشهية نحو الطعام.
5	موافق	1.096	3.93	يسهم الاشتراك في برامج هيئة الترفيه تحسين النوم والتخفيف من الأرق.
	موافق	0.83	4.045	الإجمالي

يلاحظ من الجدول رقم (7) ما يأتي:

بلغ المتوسط الحسابي للمجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لعبارات المحور الثاني من وجهة نظر العينة (4.045) وانحراف معياري قدره (0.83)، وبتقدير مرتفع، أي أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة الصحية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم هو بدرجة مرتفعة.

وذات الصلة بالنتائج الخاصة بتعزيز جودة الحياة الصحية لدى أفراد المجتمع السعودي كل على حدة، فقد بلغت أعلى قيمة للمتوسط الحسابي (4.33) وقد حصلت عليها العبارة (تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في تحسين عملية التنفس) بانحراف معياري (0.845) ودرجة موافقة (موافق بشدة)، في حين بلغت أدنى قيمة للمتوسط الحسابي (3.80) وكانت من نصيب العبارة (تسهم برامج هيئة الترفيه الرياضية في تنشيط الدورة الدموية) بانحراف معياري بلغ (1.172) ودرجة موافقة (موافق).

ويمكن تفسير النتائج السابقة بأن الترفيه يسهم في الوقاية من الأمراض، ودعم الصحة العامة للإنسان، ويعمل على إشباع نسبة كبيرة من احتياجاتهم الجسدية من خلال ممارسة الأنشطة الترفيهية، لا سيما الرياضية منها على وجه الخصوص، إذ أن ممارسة الرياضة البدنية بشكل منتظم من شأنها تنشيط الدورة الدموية، وإكساب الجسم الحد الأدنى من اللياقة البدنية، إضافة إلى اكتساب المهارات الحركية، والقوام المعتدل، والمظهر الحسن، فضلاً عن أن ممارسة الرياضة تساعد على التخلص من السموم والنفايات الموجودة داخل جسم الإنسان، وتعمل على تحسين عمليتي الهضم والتنفس، وتسهم في الحد من الضغوط والاضطرابات العصبية والنفسية، وتعمل على تحقيق الاستقرار العاطفي.

تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الفتاوي (2020) التي أثبتت أن جودة الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالترويح عن النفس والرضا عن الذات وعن الحياة

نتائج الإجابة عن السؤال الثالث في الدراسة وهو: ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة النفسية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية عن بنود المحور الثالث كافة في الاستبانة إضافة إلى ترتيبها وفق قيم متوسطاتها الحسابية بدءاً من الأكبر وحتى الأصغر على مستوى العبارات في المحور الأول، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات العينة عن المحور الثالث

الترتيب	مستوى الموافقة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
6	موافق	1.009	4.13	تسهم أنشطة هيئة الترفيه وبرامجها في تفرغ الانفعالات المكبوتة.
7	موافق	1.025	4.14	تسهم برامج هيئة الترفيه في تخفيف حدة التوتر النفسي والقلق.
8	موافق	1.06	3.89	تسهم برامج هيئة الترفيه في منح الشعور بالسعادة والرضا.
1	موافق بشدة	0.923	4.29	تسهم برامج هيئة الترفيه في استعادة الطاقة المبدولة في العمل والحياة.
4	موافق	1	4.18	تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية ضمن برامج هيئة الترفيه في تحقيق الاستقرار العاطفي.
2	موافق	1.012	4.19	تسهم الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في التخفيف من ضغوط العمل.
5	موافق	0.95	4.16	تسهم الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في شعور الفرد بمزيد من الفاعلية والإيجابية.
3	موافق	1.011	4.18	يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في الوقاية من الأمراض النفسية.
موافق		0.89	4.14	الإجمالي

يلاحظ من الجدول رقم (8) ما يأتي:

بلغ المتوسط الحسابي للمجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لعبارات المحور الثالث من وجهة نظر العينة (4.14) وانحراف معياري قدره (0.89)، وبتقدير مرتفع؛ أي أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة النفسية لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم جاء بدرجة مرتفعة.

وذات الصلة بالنتائج الخاصة بتعزيز جودة الحياة النفسية لدى أفراد المجتمع السعودي كل على حدة، فقد جاءت بمتوسطات حسابية مختلفة، وقد بلغت أعلى قيمة للمتوسط الحسابي (4.29) للعبارة (تسهم برامج هيئة الترفيه في استعادة الطاقة المبدولة في العمل والحياة) وانحراف معياري (0.923) ودرجة موافقة (موافق بشدة)، في حين بلغت أدنى قيمة للمتوسط الحسابي (3.89) للعبارة (تسهم برامج هيئة الترفيه في منح الشعور بالسعادة والرضا) بانحراف معياري بلغ (1.060) ودرجة موافقة (موافق).

ويمكن تفسير النتائج السابقة من أهمية الترفيه ودوره في تحقيق السعادة، والتوازن الإنساني، وتحسين جودة الحياة وتخفيف حدة الضغوط والمشكلات التي يواجهها في حياته اليومية، وتسهم الأنشطة الترفيهية في تفرغ الانفعالات المكبوتة لدى الأفراد، وتعمل على تخفيف حدة القلق والتوتر النفسي، وتمنح الأفراد الشعور بالسعادة والرضا والبهجة، وأنها تعمل على استعادة الطاقة المفقودة مع تسارع وتيرة الحياة، كل هذه العوامل مجتمعة تزيد من قدرة الفرد على التكيف مع الأوضاع المجتمعية، ولذلك يعد الترفيه وسيلة فعالة في إنقاذ أفراد المجتمع من ضغوط الحياة، وما ينتج عنها من توترات، وتحقيق السعادة مما ينعكس إيجاباً على جودة حياة الفرد وشعوره بالسعادة، وتتفق هذه النتائج مع نتيجة دراسة نورس وخريفية (2016)، ودراسة Alasgah, Alshammari (2022)، ودراسة (Aldawod, et al (2022).

نتائج الإجابة عن السؤال الرابع في الدراسة وهو ما مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تنمية الشخصية وتطوير الذات لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية عن كافة بنود المحور الرابع في الاستبانة إضافة إلى ترتيبها وفق قيم متوسطاتها الحسابية بدءاً من الأكبر وحتى الأصغر على مستوى العبارات في المحور الأول، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات العينة عن المحور الرابع

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الموافقة	الترتيب
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في اكتساب الفرد للعديد من المهارات.	4.11	1.006	موافق	6
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في تزويد الفرد بالكثير من المعارف الجديدة.	3.96	1.017	موافق	5
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في التأقلم مع التغيرات في الحياة المعاصرة.	4.11	0.979	موافق	5
تسهم الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في الاتصال بالعالم واكتشافه.	4.15	0.983	موافق	4
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في تنمية المواهب.	4.07	1.11	موافق	7
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في تنمية مهنة المستقبل.	4.15	1.014	موافق	3
يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في اختيار مهنة المستقبل.	4.27	0.984	موافق بشدة	1
تسهم بعض برامج هيئة الترفيه مثل خدمات البث العام في الاطلاع على الأحداث والثقافات العالمية.	4.24	0.966	موافق بشدة	2
تسهم بعض برامج الترفيه مثل برنامج "لعب" في بناء قدرات الأطفال والشباب.	3.41	1.47	موافق	10
تسهم بعض برامج هيئة الترفيه في تنمية قيم حب العمل.	3.42	1.51	موافق	9
تسهم بعض برامج هيئة الترفيه في ملء وقت الفراغ من خلال الكتابة أو عقد المناظرات وغيرها.	3.41	1.53	موافق	11
<b>الإجمالي</b>	<b>3.93</b>	<b>0.76</b>	<b>موافق</b>	

يلاحظ من الجدول رقم (9) ما يأتي:

بلغ المتوسط الحسابي للمجموع الكلي للمتوسطات الحسابية لعبارات المحور الرابع من وجهة نظر العينة (3.93) وانحراف معياري قدره (0.76)، وبتقدير مرتفع، أي أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تنمية الشخصية وتطوير الذات لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم هو بدرجة مرتفعة. وذات الصلة بالنتائج الخاصة بتنمية الشخصية وتطوير الذات لدى أفراد المجتمع السعودي كل على حدة، فقد اختلفت في قيم المتوسطات الحسابية، إذ بلغت أعلى قيمة للمتوسط الحسابي (4.27) للعبارة (يسهم الاشتراك في الأنشطة الترفيهية لهيئة الترفيه في اختيار مهنة المستقبل) وانحراف معياري (0.984) ودرجة موافقة (موافق بشدة)، في حين بلغت أدنى قيمة للمتوسط الحسابي (3.41) للعبارة (تسهم بعض برامج هيئة الترفيه في ملء وقت الفراغ من خلال الكتابة أو عقد المناظرات وغيرها) وانحراف معياري بلغ (1.53) ودرجة موافقة (موافق). ويمكن تفسير النتائج السابقة بأن الترفيه يؤدي دوراً مهماً في تنمية الشخصية، ويعد عاملاً أساسياً في إحداث التغيير الإيجابي في حياة الإنسان، من خلال اكتساب العديد من المهارات والمعارف التي تتيحها له ممارسة الأنشطة الترفيهية المختلفة، مما يساعد على التأقلم والتكيف مع التغيرات كافة، ويعد الترفيه في مرحلة الطفولة والشباب هو الوسيلة الأساسية للاتصال بالعالم واستكشافه وتحقيق النمو، ومساعدة الترفيه على تنمية المواهب، والتهيئة للإبداع



والابتكار، إذ تعد بعض الأنشطة الترفيهية عاملاً محفزاً لتنمية مهنة المستقبل، من خلال تنمية مهاراته وقدراته التي قد تبدأ بحماية ممارستها الفرد في حياته اليومية، ثم يُنمىها ويُطورها، حتى تنتهي بمهنةٍ يحترفها في مستقبل حياته.

تتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسة الفوتاوي (2020) التي أثبتت أن جودة الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالترويح عن النفس والرضا عن الذات وعن الحياة.

نتائج الإجابة عن السؤال الخامس في الدراسة وهو هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في تحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، العمر)؟

أولاً: وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث):

يقسم المتغير إلى مستويين هما (ذكور، إناث)، ولدراسة الفروق وفق هذا المتغير يجب استخدام اختبار (T) لدلالة الفروق بين عيّنتين مستقلتين، ولذلك فقد حسبت أيضاً المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) لإجابات عينة الدراسة وفق هذا المتغير عند مستوى دلالة (0.05) في كل محور من محاور الاستبانة وفي المجموع الكلي أيضاً، وفيما يأتي توضيح النتائج:

جدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للعينتين المستقلتين لاستجابات أفراد العينة على محاور

الاستبانة وفق متغير النوع الاجتماعي

محاور الاستبانة	النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	الدلالة	القرار
المحور الأول	ذكور	176	33.14	5.94	368	1.509	0.132	غير دالة
	إناث	194	32.11	7.03				
المحور الثاني	ذكور	176	28.27	5.75	368	0.179-	0.858	غير دالة
	إناث	194	28.28	5.94				
المحور الثالث	ذكور	176	33.45	6.78	368	0.730	0.466	غير دالة
	إناث	194	32.91	7.55				
المحور الرابع	ذكور	176	43.68	8.15	368	0.827	0.409	غير دالة
	إناث	194	42.95	8.6				
الاستبانة ككل	ذكور	176	137	19.1	368	1.193	0.233	غير دالة
	إناث	194	134.47	21.37				

يتضح من الجدول رقم (10) أن قيم (ت) في كل محور من محاور الاستبانة وفي المجموع الكلي هي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) مما يؤدي إلى القول:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في تحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي أي أن أفراد المجتمع سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً لديهم آراء متقاربة واتجاهات متشابهة إذ أن الفروق بينهما غير دالة إحصائياً.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن هناك تشابه في ظروف وطبيعة حياة كل من الذكور والإناث الأمر الذي أدى إلى ظهور آراء ووجهات نظر متقاربة ومتشابهة.

ثانياً: وفق متغير العمر:

لدراسة الفروق وفق هذا المتغير استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) (One Way Anova) وقد حسبت أيضاً المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ف) لإجابات عينة الدراسة وفق هذا المتغير عند مستوى دلالة (0.05)، وفيما يأتي توضيح للنتائج:



جدول (11): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ف) ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي وفق متغير العمر

العمر	العدد	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	قيمة f	قيمة الدلالة	القرار
أقل من 20 عاماً	77	المحور الأول	31.83	6.282	بين المجموعات	202.372	3	67.457	1.578	0.194	غير دالة
من 20 إلى 25 عام	103		32.36	6.539	داخل المجموعات	15650.626	366	42.761			
من 26 إلى 30 عام	109		33.71	6.535	الكلية	15852.997	369				
أكبر من 30 عام	81		32.14	6.78							
أقل من 20 عاماً	77	المحور الثاني	27.55	6.168	بين المجموعات	74.97	3	24.99	0.729	0.535	غير دالة
من 20 إلى 25 عام	103		28.22	5.596	داخل المجموعات	12542.111	366	34.268			
من 26 إلى 30 عام	109		28.76	5.756	الكلية	12617.081	369				
أكبر من 30 عام	81		28.6	5.847							
أقل من 20 عاماً	77	المحور الثالث	31.69	7.309	بين المجموعات	298.004	3	99.335	1.932	0.124	غير دالة
من 20 إلى 25 عام	103		33.16	7.881	داخل المجموعات	18815.607	366	51.409			
من 26 إلى 30 عام	109		34.26	6.266	الكلية	19113.611	369				
أكبر من 30 عام	81		33.12	7.227							
أقل من 20 عاماً	77	المحور الرابع	43.18	7.565	بين المجموعات	42.063	3	14.021	0.198	0.898	غير دالة
من 20 إلى 25 عام	103		42.83	9.307	داخل المجموعات	25947.234	366	70.894			
من 26 إلى 30 عام	109		43.65	7.869	الكلية	25989.297	369				
أكبر من 30 عام	81		43.53	8.715							
أقل من 20 عاماً	77	الاستبانة ككل	132.90	19.847	بين المجموعات	1297.45	3	432.348	1.045	0.373	غير دالة
من 20 إلى 25 عام	103		135.24	22.359	داخل المجموعات	151398.036	366	413.656			
من 26 إلى 30 عام	109		138.17	18.801	الكلية	152695.081	369				
أكبر من 30 عام	81		135.51	20.092							

يلاحظ من الجدول رقم (11) أن قيمة (f) غير دالة في كل محور من محاور الاستبانة، وعليه يمكن القول: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في تحديد مدى انعكاسات برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة الحياة لدى أفراد المجتمع السعودي وفقاً لمتغير العمر. ويمكن تفسير عدم تأثير متغير العمر في إجابات أفراد المجتمع السعودي بأن الترفيه والأنشطة الترفيهية تعد مطلباً ملحاً ومهماً بالنسبة لمختلف الفئات والمراحل العمرية كافة.

### ملخص عام للنتائج:

توصلت الدراسة الحالية إلى أن مدى انعكاس برامج هيئة الترفيه على تعزيز جودة (الحياة الاجتماعية، الحياة الصحية، الحياة النفسية، تنمية الشخصية وتطوير الذات) لدى أفراد المجتمع السعودي من وجهة نظرهم هو بدرجة مرتفعة.

وأكدت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة عن المحاور الأربعة الخاصة بمدى انعكاس برامج هيئة الترفيه وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والعمر وهذا يؤكد قبول الفرضية الصفرية عند مستوى دلالة (0.05).

### التوصيات والمقترحات:

في ضوء النتائج السابقة توصي الدراسة بما يأتي:

- العمل على توفير وتوزيع الفرص الترفيهية المتاحة بشكل عادل على المستويين الوطني والمحلي.
- وضع برامج ترفيهية تتناسب مع شرائح المجتمع وطبقاته كافة بحيث تتوفر الأنشطة الترفيهية المناسبة لكل فئة من فئات المجتمع المختلفة، وبشكل يتناسب مع مردودها الاقتصادي.
- توفير برامج ترفيهية متنوعة ومتعددة لتقابل الاحتياجات المتنوعة والمختلفة لأفراد المجتمع السعودي بمختلف مراحل العمرية.
- التنوع بالأنشطة الترفيهية المختلفة، وكيفية الاستفادة منها في أوقات الفراغ، حتى نضمن وجود قدر كافٍ من المعلومات والمعارف حول الأنشطة الترفيهية المفيدة لدى الأفراد.
- العمل على وضع السياسات الخاصة بالترفيه على المستويين الوطني والمحلي بما يتناسب مع التطورات المختلفة والاحتياجات المتغيرة.
- توفير ما يكفي من الموارد البشرية والمالية اللازمة للترفيه، وتوزيع هذه الموارد في جميع أنحاء البلاد، وعبر المجتمعات المتعددة.
- دعم الأنشطة الاجتماعية والثقافية، مثل الاحتفالات المجتمعية، والثقافة الشعبية، والمهرجانات التي تركز على التعبير الفردي والجماعي والإبداع.
- إتاحة المرافق الترفيهية لجميع فئات المجتمع.

### قائمة المراجع:

#### المراجع العربية:

- آل عقران، أريج. (2020). ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى معلمي التربية الرياضية في محافظة معان. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة مؤتة.
- برنامج جودة الحياة. (2020). وثيقة برنامج جودة الحياة 2020 خطة التنفيذ. رؤية المملكة 2030م.



- تركي، إسحاق. (2016). الممارسة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى داء السكري. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد بوضياف حسناء، ساحسي، وحليمة، حنطاوي. (2021). جودة الحياة لدى المراهق في مجال التكوين المهني. جامعة أحمد دراية - أدرار، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية، قسم العلوم الاجتماعية. حمادية، علي، وخلاف، أسماء، وبوزيدي، دنيا. (2018). جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، 9 (2)، عدد خاص، 194-217. شاهين، حسان، والبدور، رناد. (2018). فعالية برنامج تدريبي لتنمية اللياقة البدنية في تطوير جودة الحياة لدى الطلبة الموهوبين. مجلة الطفولة والتربية. (36). 337-376. الصراج، إبراهيم. (2021). خدمات الترفيه والتنمية المحلية بإقليم تازة. (أطروحة دكتوراه)، جامعة سيدي محمد بن عبد الله بفس، كلية الآداب والعلوم الإنسانية. الفتاوي، جميلة أحمد. (2020). "اتجاهات الترويج لدى الأسر السعودية وتأثيرها على جودة الحياة في ضوء رؤية 2030"، المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات، (29). 25-59. الكناني، إيمان بنت أحمد، والخمشي، جواهر بنت صالح. (2020). اتجاهات الشباب والفنيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية 2030، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 14 (4)، الجزء الثاني، 493-559. مشروع السلام الحضاري. (2021). برامج جودة الحياة في المملكة العربية السعودية، سلسلة المواد التثقيفية للبرامج، الرياض. مصطفى، الزهراء. (2018). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لدى طفل ما قبل المدرسة. مجلة البحث العلمي في التربية، 19، الجزء التاسع، 159-182. النادر، هيثم. (2017). جودة الحياة لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية. مجلة مؤتة للبحوث والدراسات. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. (5). 91-118. نورس، بخوش، وخرفية، حميداني. (2016). جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات جامعة زيان عاشور، رسالة ماجستير، جامعة زيان عاشور الجلفة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية. ياغي، إيمان عبد المطلب، والمحادي، صفاء معيلي. (2022). الرضا عن جودة الحياة الجامعية في ضوء الاتصال الأكاديمي في جامعة الملك عبد العزيز، المجلة العربية للنشر العلمي، 2، 976-1013.

## المراجع الأجنبية:

- Alasgah, A, Alshammari, H.(2022). The effect of Saudi women's driving on their family and entertainment roles in the Kingdom's geographical regions, *JOCR*, 24 (69), 1- 32.
- Aldawod, A,. Alsakran, R, Alrasheed, H (2022). Understanding Entertainment Trends during COVID-19 in Saudi Arabia, *Information*,13 (308).



- Jackson, A. C. (2010). *Work-Related Quality of Life*. Health Research Consultation Center, Oxford University Press.
- Z' ganec, A., Merkas', M., & verko, I .(2011). Quality of Life and Leisure Activities: How do Leisure Activities Contribute to Subjective Well-Being?. *Springer Science*, 102, 81 - 91.