

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين

أ. أسماء السيد حمروش	أ.م. د/ حسام إسماعيل هيبه	أ. د/ محمد إبراهيم عيد
باحثة دكتوراه	أستاذ الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
صحة النفسية وإرشاد النفسي	والإرشاد النفسي المساعد	والإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس

الملخص باللغة العربية:

هدفت الدراسة التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة الأساليب الإحصائية التالية: التحليل العاملي، معامل الارتباط، معامل ألفا كرونباخ. وأسفرت نتائج التحليل العاملي عن خمسة عوامل (مهارة اتخاذ القرار، مهارة حل المشكلات، مهارة التفكير الناقد، مهارة التفكير الإبداعي، مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات)، وأكدت النتائج علي صدق وثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية لدى المراهقين

أ. أسماء السيد حمروش	أ.م. د/ حسام إسماعيل هيبية	أ. د/ محمد إبراهيم عيد
باحثة دكتوراه	أستاذ الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
صحة النفسية وإرشاد النفسي	والإرشاد النفسي المساعد	والإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس

مقدمة:

منذ ظهور مبادرة التعليم للجميع في عام ١٩٩٠م، أدرك المجتمع الدولي أنه بالإضافة إلى المعرفة الأكاديمية الأساسية مثل مهارات القراءة والكتابة والرياضيات، يحتاج الشباب إلى تعلم ما يسمى "المهارات الحياتية" (Dupuy et al., 2018, p. 4).

المهارات الحياتية هي مزيج من المهارات skills (ما يمتلكه المرء) والمعرفة knowledge (ما يعرفه المرء) والتوجهات الشخصية attitudes (ما يؤمن به الفرد) التي تشكل مجموعة من الكفاءات (ما يمكن للمرء أن يفعله) لتمكن الشباب من التكيف والعمل والازدهار في المجتمع. إنها تمكن الأفراد من ترجمة المعرفة والمهارات والتوجهات الشخصية إلى سلوكيات محددة للتعامل مع تحديات الحياة أو التغلب عليها (Kwauk & Braga, 2017).

تعد المهارات الحياتية وسيلة للتفاهم بين الأفراد ووسيلة لتلبية العديد من الحاجات النفسية والاجتماعية، كما أنها تمثل أساس الأنشطة البشرية وجوهر العلاقة الاجتماعية الموجودة بين الأفراد، ويقدر نجاح الأفراد بامتلاك واستخدام هذه المهارات؛ فإن ذلك يشير إلى نجاحهم في الحياة. ونظراً للتغيرات المستمرة في المجتمع، والسعي الدائم للتطور، تظهر هناك حاجة ملحة لمواكبة هذا التطور المستمر من خلال تطوير المهارات اللازمة التي تمكن الأفراد من التكيف والتصرف مع المواقف الحياتية المختلفة وتسهيل إشباع الحاجات (Buchert, 2014).

وقد أصبح هناك حاجة متزايدة بشأن الحاجة إلى اكتساب المهارات الحياتية بهدف مساعدة المراهقين والشباب على إدارة مرحلة الانتقال من الدراسة إلى العمل بصورة أفضل، وإيصالهم

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

إلى أن يكونوا مواطنين فاعلين وأصحاء. مما يتطلب تحسين المهارات الحياتية، لتوفر لهم التدريب الذي يصل بالفرد إلى صحته النفسية (Gomes & Marques, 2013). وتتعدد المهارات الحياتية التي يمكن تسميتها لدى المراهقين والشباب والتي تمكنهم من التعامل مع المواقف الحياتية بفاعلية وحل مشكلاتهم ومواجهة الضغوط والتغلب عليها ومن هذه المهارات: اتخاذ القرارات، وحل المشكلات، والتفكير النقدي، والتفكير الإبداعي، والتواصل الإيجابي مع الآخرين وتكوين العلاقات.

ونظراً لأهمية المهارات الحياتية في العالم أجمع فإنه يجب الاهتمام بها داخل المجتمع المصري لذا تسعى هذه الدراسة إلى إعداد أداة مقننة لمقياس المهارات الحياتية لدى المراهقين تتسم بالصدق والثبات. مما قد يساهم في التعرف على من يعانون من ضعف المهارات الحياتية ومساعدتهم على التخلص من الضغوط والمشكلات والاضطرابات النفسية والتغلب عليها.

مشكلة الدراسة:

يشير Subramanian (2016, p. 66) إلى أن المهارات الحياتية تساعد المراهقين والشباب على التغلب على تحديات الحياة اليومية، كما أنها تمكنهم أن يصبحوا أشخاص بالغين فاعلين ومسؤولين ومنتجين. وتعد عملية تعزيز المهارات الحياتية مورد رئيسي لتعزيز التنمية الإيجابية لدى المراهقين والشباب.

وترى الباحثة أن مشكلة ضعف المهارات الحياتية من أهم وأخطر المشكلات التي يواجهها المراهقون، لأن المهارات الحياتية ترتبط ارتباطاً مباشراً بالحياة اليومية، لأنها تمثل المهارات العلمية والعملية التي تمكن الشباب من العيش بشكل أكثر استقلالية والاندماج بنشاط وفاعلية في المجتمع.

وتتمثل مشكلة الدراسة في قلة الأدوات النفسية التي تقيس أو تنتبأ بالمهارات الحياتية لدى المراهقين في المجتمع المصري. لذا حاولت الباحثة في هذه الدراسة إعداد أداة لمقياس المهارات الحياتية لدى المراهقين تتمتع بالكفاءة السيكومترية من الصدق والثبات.

تحدد مشكلة الدراسة في دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية لدى

المراهقين في البيئة المصرية من خلال الإجابة على التساؤلات الآتية:

١- هل يتشبع مقياس المهارات الحياتية لدى الشباب علي عدد من العوامل؟

٢- هل يتوفر لمقياس المهارات الحياتية درجة من الصدق؟

٣- هل يتوفر لمقياس المهارات الحياتية درجة من الثبات؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى إعداد مقياس للمهارات الحياتية لدي المراهقين، والتعرف علي عدد الأبعاد أو العوامل التي تنتشع عليها عبارات المقياس، والتعرف علي الخصائص السيكومترية له من صدق وثبات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

أهمية الدراسة:

يمكن إيجاز أهمية الدراسة الحالية في جانبين هما:

١- الأهمية النظرية:

- أ- تتبع أهمية الدراسة الحالية من تناولها للمهارات الحياتية، حيث تحاول توفير خلفية نظرية وعلمية للتأصيل لهذا المتغير.
- ب- اتخاذ هذه الدراسة نقطة انطلاق للعديد من الأبحاث المستقبلية التي تتخذ من المهارات الحياتية موضوعاً لها، ولا سيما لدي المراهقين والشباب المصري والعربي.

٢- الأهمية التطبيقية:

- أ- تصميم أداة مقننة لقياس المهارات الحياتية تتخذ من البيئة المصرية والعربية منطلقاً لها، ويمكن الوثوق بها من حيث ملائمتها من الناحية السيكومترية لطبيعة وخصائص العينة والمجتمع المصري.
- ب- الكشف عن أبعاد وعوامل مقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين.
- ج- إمكانية تطبيق المقياس في المؤسسات التربوية والعلاجية المهمة بالمراهقين والشباب.

مصطلحات الدراسة:

١- المهارات الحياتية Life skills:

وهو مصطلح يشير إلى: مجموعة من السلوكيات التكيفية والإيجابية التي تمكّن الأفراد من التعامل بفعالية مع متطلبات وتحديات الحياة اليومية (Singla et al., 2020, p. 2).

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية

وتعرفه الباحثة بأنه: مجموعة من المهارات التي يكتسبها الفرد للتعامل بإيجابية وفاعلية في المجتمع ومساعدته علي التكيف الإيجابي مع مستحدثات العصر ومواجهة تحديات الحياة اليومية ومحاولة التغلب عليها وتتضمن (مهارة اتخاذ القرار، مهارة حل المشكلات، مهارة التفكير الناقد، التفكير الإبداعي، التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات).

٢- المراهقون Adolescents:

تعرف المراهقة Adolescence بأنها المرحلة العمرية الفاصلة بين الطفولة والرشد (Csikszentmihalyi, 2020). وتشمل مرحلة المراهقة الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين ١٠ و١٩ عاماً، وهي فترة حرجة إما أن تعزز أو تعوق الصحة النفسية والجسدية والجنسية والإيجابية (Patton et al., 2016).

الإطار النظري:

المهارات الحياتية هي "مجموعة شاملة من المهارات والقدرات الإدراكية وغير الإدراكية العامة، وسلوكيات الاتصال، والتوجهات الشخصية، والمعرفة التي يملكها الشباب ويحتفظون بها طوال حياتهم. وتعزز المهارات الحياتية من رفاهية الشباب وتساعدهم في تطوير أنفسهم ليصبحوا أطراف فاعلة ومنتجة في مجتمعاتهم" (International Youth Foundation, 2014, p. 3).

وعرفها Cadena et al. (2015, p. 3) القدرة على مواجهة التحديات اليومية واتخاذ قرارات حياتية مدروسة.

كما يعرفها Svanemyr et al. (2015, p. 251) بأنها: "مهارات نفسية-اجتماعية تحدد السلوك القيم وتتضمن مهارات حل المشكلات والتفكير الناقد، فضلاً عن المهارات الشخصية مثل الوعي الذاتي ومهارات التعامل مع الآخرين".

وعرف Amin et al. (2016, p. 39) المهارات الحياتية بأنها: "مجموعة متكاملة من التفكير الناقد والكفاءات الشخصية والبيشخصية اللازمة لحياة منتجة ومرضية".

ويتفق Irannezhad (2017, p. 583) مع التعريف السابق حيث يعرف المهارات الحياتية بأنها: " قدرات يتعلمها الأفراد من أجل عيش حياة فردية وجماعية ناجحة ومفيدة ومرضية".

أ. أسماء السيد حمروش

ويعرفها (Ghasemian & Kumar (2017, p. 279 بأنها: "تلك القدرات التي تساعد على تعزيز الصحة النفسية والكفاءة لدى الأفراد وهم يواجهون تحديات الحياة.

تؤكد المنظمة الدولية للشباب International Youth Foundation على أهمية المهارات الحياتية في نجاح وسعادة الأفراد. وقد ثبت أن برامج التدريب على المهارات الحياتية في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل تحقق ما يلي:

١- **تحسين النتائج الاقتصادية للشباب:** حيث ثبت أن برامج المهارات الحياتية تعزز من إمكانية تحقيق الشباب لعائدات مستقبلية أفضل. علاوة على ذلك، فهي تتيح للشباب فرصة الحصول على وظائف أفضل من الناحية النوعية والشكلية.

٢- **تحسين النتائج التعليمية:** أظهرت البحوث التي أجريت حديثاً أنه عندما يتاح للشباب خدمات توجيهية تشتمل على دعم غير أكاديمي من ناحية المهارات الاجتماعية المعرفية، تتحسن نتائج تعلمهم .

٣- **إيجاد فرص العمل:** حيث تعزز برامج المهارات الحياتية من قدرات الشباب في مجالات عدة، ويتم اختيار الموظفين المبتدئين الذين حصلوا على تدريب في المهارات الحياتية بالمقارنة بغيرهم ممن لم يحصلوا على مثل هذا التدريب.

٤- **تغيير السلوك الشخصي والتوجهات الاجتماعية:** تمكّن برامج المهارات الحياتية الشباب من التخطيط الواضح لحياتهم كما وتزودهم بالمهارات اللازمة لاتخاذ خطوات تجاه تحقيق أهدافهم. كما أنها تساعد الشباب على فهم السلوكيات الشخصية السليمة على نحو أفضل، مما يساهم في تقليص الحالات السلبية مثل حمل المراهقين، وإدمان المخدرات والكحول، والعنف. وبذلك، فهي تزيد من احترام الشباب لذاتهم وترفع سقف توقعاتهم بالنسبة لمستقبلهم ومستقبل أولادهم (International Youth Foundation, 2014, p. 4).

وقد صنفت (Dupuy et al. (2018, p. 11 المهارات الحياتية إلى ثلاثة مجالات هي:

١- **المهارات الاجتماعية والبيئية الشخصية Social and interpersonal Skills:** وهي المهارات المتعلقة بتكوين العلاقات مع الآخرين والتعامل معهم وتتضمن (إدارة الوقت، احترام الآخرين، القدرة على العمل الجماعي، التسامح والتعاون، حل النزاعات، مهارات الرفض، التفاوض، التعاطف... إلخ).

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية

٢- المهارت الشخصية **Personal Skills**: وهي المهارات المتعلقة بإدارة الذات وتتضمن (إدارة الانفعالات، تنظيم الذات، احترام الذات، الثقة بالنفس، الوعي الذاتي، ادارة الضغوط، الإصرار والمثابرة).

٣- المهارات المعرفية **Cognitive Skills**: وهي المهارات المتعلقة بالقدرات التحليلية وتتضمن (حل المشكلات، تحديد الأهداف، التخطيط للمستقبل، التفكير الناقد، التفكير الإبداعي، اتخاذ القرار).

دراسات وبحوث سابقة للمقاييس التي تناولت المهارات الحياتية:

تتناول الباحثة فيما يلي بعض المقاييس التي تناولت المهارات الحياتية بالبحث والدراسة وهي كالتالي:

أولاً: المقاييس العربية:

١- مقياس المهارات الحياتية إعداد منير عابدين وآخرون (٢٠١٧): وتكون المقياس من (٣٦) مفردة موزعة علي عشر أبعاد هي: (الاتصال مع الآخرين، إدارة الانفعالات ومواجهة الضغوط، إدارة الذات، حل المشكلات، المهارات الأكاديمية الدراسية، التخطيط للمستقبل، التفكير الإبداعي، التفكير الناقد، التمتع العاطفي، اتخاذ وصنع القرار). واستخدم الباحث عينة مكونة من (٩٠) تلميذا من المراحل التعليمية المختلفة. وقد أكد الباحث أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق، وبدرجة مرتفعة من الثبات حيث كانت قيمة معامل ارتباط سبيرمان (٠,٦٣٦) وقيمة ألفا كرونباخ (٠,٧٩١).

٢- مقياس المهارات الحياتية إعداد حسين شاكر علي وآخرون (٢٠١٩): وتكون المقياس من (٤١) مفردة موزعة علي ١٢ بعد هي: (مهارة الاتصال، مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار، مهارة إدارة الوقت، مهارة إدارة الذات، المهارات الأكاديمية والدراسية، مهارة الابتكار، مهارة التخطيط، مهارة التعامل الضغوط، مهارة التفاوض، مهارة الحوار في المجتمع، مهارة الذكاء العاطفي والوجداني، مهارة العلاقات الاجتماعية). واستخدم الباحث عينة مكونة من (٤٦٤) من طلاب الجامعة المستنصرية بالكليات النظرية والعملية بالمراحل الدراسية المختلفة. وقد أكد الباحث علي صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي وكانت قيم معامل الارتباط دالة عند مستوي (٠,٠٥، ٠,٠١).

أ. أسماء السيد حمروش

كما تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام معادلة "ألفا كرونباخ" وبلغ معامل الثبات ٠,٨٩ وهو معامل ثبات مرتفع.

٣- مقياس المهارات الحياتية إعداد ناهد المصري وبشاير البلوي (٢٠٢٠): تكون المقياس من (٤٤) مفردة موزعة علي خمسة أبعاد هي: (المهارات الشخصية، المهارات الاجتماعية، المهارات الصحية، المهارات البيئية، المهارات الوقائية). واستخدمتا الباحثان عينة مكونة من (١٧٣) من معلمات التربية الأسرية للمرحلة الابتدائية بمدينة تيوك. وقد أكدتا الباحثتان علي صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي وكانت قيم معامل الارتباط دالة عند مستوي (٠,٠١). كما تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام معادلة "ألفا كرونباخ" وبلغ معامل الثبات ٠,٨٠ وهو معامل ثبات مرتفع.
ثانياً: المقاييس الأجنبية:

١- مقياس تقييم المهارات الحياتية (LSAS) Life Skills Assessment Scale إعداد Kennedy et al. (2014): وتكون المقياس من (٥) مفردات موزعون علي خمسة أبعاد هي: (التفاعل مع الآخرين Interacting with others، التغلب على الصعوبات وحل المشكلات Overcoming difficulties and solving problems، أخذ زمام المبادرة Taking initiative، إدارة الصراعات Managing conflict، الفهم واتباع التعليمات Understanding, and following instructions). واستخدم الباحثون عينة مكونة من (١١٣٦) مشاركاً تراوحت أعمارهم بين (٨ و ١٦) عاماً، بمتوسط عمر (١٢,٢) وانحراف معياري (٢,٤٢). وقد أكد الباحثون علي صدق وثبات المقياس حيث تراوحت قيمة ألفا كرونباخ بين (٠,٨٧ و ٠,٩٣) وهي معاملات ثبات مرتفعة.

٢- مقياس المهارات الحياتية Life Skills Scale إعداد Alajmi (2019): وتكون من (٣٧) مفردة موزعة علي أربعة أبعاد تتناول أهم المهارات الحياتية هي: (الشخصية والتعامل مع الآخرين interpersonal، اتخاذ القرار Decision-making، حل المشكلات Problem-solving، الأكاديمية Academic). واستخدم الباحث عينة مكونة من (١١٠) مشاركاً. وقد أشار الباحث إلي أن المقياس يتمتع باتساق داخلي

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

وثبات مرتفع حيث بلغت قيمة "ألفا كرونباخ" ٠,٧٩٣، وهي تشير إلي أن معامل الثبات مرتفع.

٣- مقياس تطور المهارات الحياتية **Life skills development إعداد Freire et al. (2021)** وتكون من (٤٣) مفردة موزعة علي ثمانية أبعاد هي: (العمل في فريق، Teamwork، تحديد الهدف Goal setting، إدارة الوقت Time management، المهارات العاطفية Emotional skills، التواصل Communication، المهارات الاجتماعية Emotional skills، القيادة Leadership، حل المشكلات Problem solving). واستخدم الباحث عينة مكونة من (٢٠٧) مشاركاً تراوحت أعمارهم بين (١٢ و ١٧) عاماً. وقد أكد الباحثون علي صدق المقياس وكذلك ثباته حيث بلغت قيمة "ألفا كرونباخ" ٠,٩٤، وهي تشير إلي أن معامل الثبات مرتفع.

فروض الدراسة:

- ١- يتشبع مقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين علي عدد من العوامل.
- ٢- يتوفر لمقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين درجة من الصدق.
- ٣- يتوفر لمقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين درجة من الثبات.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

١- منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي، من خلال استخدام الأسلوب العملي والارتباطي وذلك نظراً لملائمتها لأهداف البحث الحالي، والهدف من استخدام الأسلوب العملي هو التعرف على البنية العاملية للمقياس، أما الأسلوب الارتباطي فيوضح إلى أي مدى يمكن أن يرتبط متغيران أو أكثر ببعضهما أو اكتشاف علاقة البنية العاملية ببعض المتغيرات الأخرى.

٢- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، تراوحت أعمارهم ما بين (١٥ - ١٧) سنة طبق عليهم مقياس المهارات الحياتية.

٣- أداة الدراسة:

مقياس المهارات الحياتية إعداد/ الباحثة

أ- الهدف من بناء المقياس:

هدفت الباحثة من خلال بناء مقياس المهارات الحياتية إلي إعداد أداة نفسية مقننة ذات مستوى مرتفع من الصدق والثبات لقياس مدي امتلاك أو ضعف المهارات الحياتية لدي المراهقين. وتكون المقياس من خمسة أبعاد (مهارة اتخاذ القرار، مهارة حل المشكلات، مهارة التفكير الناقد، مهارة التفكير الإبداعي، مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات)، والتي تكون في مجموعها المهارات الحياتية.

ب- المصادر التي اطلعت عليها الباحثة في إعداد المقياس:

اطلع الباحث على مجموعة من المقاييس العربية والأجنبية ويتضح ذلك فيما يلي:

أولاً: المقاييس العربية:

١- مقياس مهارات الحياة إعداد إيمان محمد نبيل (٢٠١٥).

٢- مقياس المهارات الحياتية إعداد سيد صبحي وآخرون (٢٠١٦).

٣- مقياس المهارات الحياتية إعداد كمال نضال (٢٠١٧)

ثانياً: المقاييس الأجنبية:

١- مقياس المهارات الحياتية Life Skills Scale إعداد Kobayashi et al.

(2013).

٢- مقياس تقييم المهارات الحياتية Life Skills Assessment Scale (LSAS)

إعداد Chakra & Aruna (2017).

٣- مقياس مهارات الحياة Life Skills Scale إعداد Cronin & Allen (2017).

ج- وصف المقياس:

تكون هذا المقياس في صورته الأولية من (٤١) عبارة، تقيس المهارات الحياتية.

ثم تم استبعاد عبارتين فأصبح (٣٩) عبارة وذلك في الصورة الأولية للمقياس.

ويمكن للمفحوص الإجابة عن هذا المقياس باختيار واحدة من ثلاث استجابات (موافق)،

(أحياناً)، (غير موافق) ويوضح الجدول التالي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في كل

استجابة.

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

جدول (١)

الاستجابات علي مقياس المهارات الحياتية

الاختبار	موافق	أحياناً	غير موافق
الدرجة	٣	٢	١

- الدرجة المرتفعة لمقياس المهارات الحياتية = ١١٧ درجة.
- الدرجة المتوسطة لمقياس المهارات الحياتية = ٧٨ درجة.
- الدرجة المنخفضة لمقياس المهارات الحياتية = ٣٩ درجة.

د- تقنين المقياس:

لتقنين المقياس قامت الباحثة بإجراءات للتأكد من صدق المقياس وثباته ويتضح ذلك

فيما يلي:

أ- صدق المقياس **Scale Validity**:

قامت الباحثة بحساب معاملات الصدق لمقياس المهارات الحياتية بالطرق الآتية:

- الصدق العاملي:

هدفت هذه الخطوة إلي الكشف عن البنية العاملية Factorial Structure للمقياس وتحديد العوامل المتميزة فيه، وقد طبق المقياس علي (١٠٠) طالب وطالبة. واستخدمت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية Principal Components (PC) لهوتلينج والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس Varimax، واعتمدت الباحثة علي محك كايزر - ماير - أولكن Kaiser -Meyer-Olkin لكفاية حجم العينة المأخوذة والذي بلغت قيمته (٠,٦٨٧)، وأيضاً لا تقل قيمة الجذر الكامن/ القيمة المميزة Eigenvalue عن الواحد الصحيح، واستبعدت المفردات ذات التشبعات الأقل من (٠,٣٠). وقد أسفر التحليل عن ظهور (٦) عوامل "بجذر كامن قيمته (١,٤٦) فأكثر" تفسر (٦٠,٤٥ %) من قيمة التباين الكلي للمقياس. وتعرض الباحثة نتائج التحليل العاملي في الجدول التالي:

أ. أسماء السيد حمروش

جدول (٢)

تشبيعات مفردات مقياس المهارات الحياتية بعد التدوير باستخدام التحليل العائلي الاستكشافي

المفردة	العامل	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
٨	.٨٢٠						
٥	.٧٩٥						
٧	.٧٩٠						
١	.٧٨٧						
٦	.٧٧٨						
٣	.٧٢٨						
٤	.٧١٠						
٢	.٦٧٥						
٢٢	.٨٠٠						
٢٠	.٧٨٨						
٢١	.٧٥٩						
١٨	.٧٢٨						
١٧	.٦٩٩						
٢٣	.٦٨٣						
٢٤	.٦٧٥	.٣٢٢					
١٩	.٦٦٤						
٢٥	.٧٨١						
٢٨	.٣٣٤	.٧٦٩					
٢٧		.٧٣٣					
٣٠		.٦٧١					
٢٩		.٦٦٤					
٢٦		.٣٧٥	.٥٩٥				
٣٧			.٧٦٣				
٣١		.٣٩٣	.٧٢٩				
٣٢			.٧٠٢				
٣٨		.٣١٧	.٦٦١				
٣٥			.٦٤٦	.٣٢٢			
٣٣			.٥٧٣	.٤٥٥			
٣٤			.٥٦٤	.٤٣٢			
٣٦			.٤٨٧				

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية

المفردة	العامل	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
٣٩					.٣٣٧		
١٠		.٣٣٩				.٧٥٦	
١٥						.٧١٣	
٩		.٤٢١				.٦٣٤	
١٤						.٥٩٧	
١٢		.٣٠٩				.٥٧٢	
١١						.٥٥٨	
١٦			.٣٠٥			.٥٣٨	
١٣						.٣٧٨	.٦٩٨
الجذر الكامن		٥,٣٥	٥,٢٠	٤,١٢	٤,٠٤	٣,٣٩	١,٤٦
% للتباين المفسر لكل عامل		١٣,٧٢	١٣,٣٤	١٠,٥٦	١٠,٣٦	٨,٦٩	٣,٧٦
قيمة التباين الكلي		٦٠,٤٥					

يتضح من جدول (٢) ظهور ستة عوامل:

العامل الأول: تشبعت عليه (٨) مفردات امتدت تشبعاتها من (٠.٨٢٠) إلي (٠.٦٧٥)، وفسر هذا العامل (١٣,٧٢%) من قيمة التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، ويجذر كامن بلغت قيمته (٥,٣٥)، ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى تشبعات "مهارة اتخاذ القرار". ويشير هذا العامل إلي تشير إلي قدرة الفرد علي اتباع مجموعة من الخطوات المنظمة التي تمكنه من اتخاذ موقف أو قرار مناسب.

والعامل الثاني: تشبعت عليه (٨) مفردات امتدت تشبعاتها من (٠.٨٠٠) إلي (٠.٦٦٤)، وفسر هذا العامل (١٣,٣٤%) من قيمة التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، ويجذر كامن بلغت قيمته (٥,٢٠)، ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى تشبعات "مهارة التفكير الناقد". ويشير هذا العامل إلي محاولة اختبار الحقائق والآراء والبحث المنطقي والتنبؤ للتوصل إلي نتائج سليمة.

والعامل الثالث: تشبعت عليه (٦) مفردات امتدت تشبعاتها من (٠.٧٨١) إلي (٠.٥٩٥)، وفسر هذا العامل (١٠,٥٦%) من قيمة التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، ويجذر كامن بلغت قيمته (٤,١٢)، ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى تشبعات "مهارة التفكير

أ. أسماء السيد حمروش

الإبداعي". ويشير هذا العامل إلي محاولة الفرد توليد وابتكار أفكار أكثر إبداعاً من أجل الوصول إلي فهم جديد يحقق حلاً لمشكلاته.

والعامل الرابع: تشبعت عليه (٩) مفردات امتدت تشبعاتها من (٠.٧٦٣) إلي (٠.٣٣٧)، وفسر هذا العامل (١٠,٣٦%) من قيمة التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، ويجذر كامن بلغت قيمته (٤,٠٤)، ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى تشبعت " مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات". ويشير هذا العامل إلي قدرة الفرد علي التواصل مع الآخرين وتكوين علاقات وصدقات والتفاعل معهم بإيجابية.

والعامل الخامس: تشبعت عليه (٨) مفردات امتدت تشبعاتها من (٠.٧٥٦) إلي (٠.٣٧٨)، وفسر هذا العامل (٨,٦٩%) من قيمة التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، ويجذر كامن بلغت قيمته (٣,٣٩)، ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى تشبعت "مهارة حل المشكلات". ويشير هذا العامل إلي عملية عقلانية تتضمن تحديد المشكلة، وتحديد الهدف، البحث عن البدائل، تقييم البدائل واختيار أفضلها، تنفيذ القرار، متابعة التطبيق.

والعامل السادس: تشبعت عليه مفردة واحدة وقد تم حذف العامل لعدم تشبع أكثر من عامل عليه. وضمت المفردة الخاصة بهذا العامل إلي البعد الخامس حيث تشبعت عليه بقيمة تشبع (٠.٣٧٨).

ويتضح من الجدول السابق تشبع بعض المفردات على أكثر من عامل. في هذه الحالة تؤخذ هذه المفردة ضمن العامل الذي تمثل أعلى تشبع به.

ب- صدق البناء التكويني أو الاتساق الداخلي للمقياس:

للتأكد من الاتساق الداخلي للمقياس قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه. ويوضح الجدول التالي عبارات كل بعد من أبعاد مقياس المهارات الحياتية ومعاملات ارتباط كل عبارة أو مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس المهارات الحياتية (ن = ١٠٠)

مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات		مهارة التفكير الإبداعي		مهارة التفكير الناقد		مهارة حل المشكلات		مهارة اتخاذ القرار	
								معامل الارتباط	r ²
معامل الارتباط	r ²	معامل الارتباط	r ²	معامل الارتباط	r ²	معامل الارتباط	r ²	معامل الارتباط	r ²
**٠,٧٦٥	٣١	**٠,٨١٠	٢٥	**٠,٧٣٥	١٧	**٠,٧٢٦	٩	**٠,٦٦٢	١
**٠,٧٥٦	٣٢	**٠,٦٧١	٢٦	**٠,٧٥٤	١٨	**٠,٧٥٤	١٠	**٠,٤٨٨	٢
**٠,٧٥٥	٣٣	**٠,٧٩٣	٢٧	**٠,٧٣٧	١٩	**٠,٦٠٣	١١	**٠,٥٥٨	٤
**٠,٧٣٧	٣٤	**٠,٨٣٩	٢٨	**٠,٨٤٥	٢٠	**٠,٦٤٢	١٢	**٠,٥٩٧	٥
**٠,٧٦٥	٣٥	**٠,٧٠١	٢٩	**٠,٧٧٨	٢١	**٠,٥٥١	١٣	**٠,٦١٢	٦
**٠,٦٧٦	٣٦	**٠,٧٧١	٣٠	**٠,٨٣٢	٢٢	**٠,٦٣٩	١٤	**٠,٥٩١	٧
**٠,٧٠٦	٣٧			**٠,٧٥٥	٢٣	**٠,٦٨٢	١٥	**٠,٧٢٤	٨
**٠,٦١٥	٣٨			**٠,٧٧٢	٢٤	**٠,٦٢٧	١٦		
**٠,٣٩٤	٣٩								

(*) دال عند $(\alpha \geq 0,05)$

(**) دال عند مستوي $(\alpha \geq 0,01)$

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة إحصائية عند مستوى

دلالة (٠,٠١). مما يؤكد علي صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية

للمقياس. ويتضح ذلك في الجدول التالي:

أ. أسماء السيد حمروش

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الحياتية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	معامل الارتباط
مهارة اتخاذ القرار	**٠,٦٣٦
مهارة حل المشكلات	**٠,٥٧٢
مهارة التفكير الناقد	**٠,٧٥٩
مهارة التفكير الإبداعي	**٠,٦٢٨
مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات	**٠,٧٧٥

(* دال عند $\alpha \geq ٠,٠٥$) (** دال عند مستوى $\alpha \geq ٠,٠١$)

يتضح من الجدول السابق أن قيم معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة، حيث كانت في بعد مهارة اتخاذ القرار (٠,٦٣٦)، وفي بعد مهارة حل المشكلات (٠,٥٧٢)، بينما كانت في بعد مهارة التفكير الناقد (٠,٧٥٩)، أما في بعد مهارة التفكير الإبداعي فكانت (٠,٦٢٨)، وفي بعد مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات كانت قيمة معامل الارتباط (٠,٧٧٥). وجميع قيم معاملات الارتباط هذه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١). وهذا يعنى تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق، مما يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

ب- ثبات المقياس Scale Reliability:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام معادلة ألفا - كرونباخ Cronbach's alpha، وطريقة التجزئة النصفية، وتعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشتترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط، ولذلك قامت الباحثة بحساب معامل الثبات لكل بعد على انفراد.

أما في طريقة التجزئة النصفية فقامت الباحثة بقياس معامل الارتباط لكل بُعد بعد تقسيم فقراته لقسمين (قسمين متساويين إذا كان عدد عبارات البعد زوجي - غير متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردي) ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون Spearman-Brown split-half. والجدول التالي يوضح ذلك:

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

جدول (٥)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
مهارة اتخاذ القرار	٨	٠,٩١٤	٠,٩٣٤
مهارة حل المشكلات	٨	٠,٨٠٦	٠,٨٥٠
مهارة التفكير الناقد	٨	٠,٩٠٦	٠,٩٠٥
مهارة التفكير الإبداعي	٦	٠,٨٥٨	٠,٩٠٦
مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات	٩	٠,٨٦١	٠,٨٦٣
الدرجة الكلية	٣٩	٠,٩٢٠	٠,٩٤٨

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية حيث تراوحت قيم معاملات ألفا كرونباخ بين (٠.٨٠٦ و ٠.٩٢٠)، بينما تراوحت قيم معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون بين (٠.٨٥٠ و ٠.٩٤٨)، مما يؤكد ثبات مقياس المهارات الحياتية.

المعالجة الإحصائية:

- استعانت الباحثة في الدراسة الحالية بالعديد من الأساليب الإحصائية من خلال استخدام برنامج الحزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS، وتتضح تلك الأساليب فيما يلي:
- ١- التحليل العاملي للتحقق من الصدق العاملي للمقياس.
 - ٢- الاتساق الداخلي للمقياس من خلال معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها، وكذلك معاملات الارتباط للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.
 - ٣- الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية باستخدام سبيرمان براون.

إجراءات الدراسة:

- ١- الاطلاع علي المقاييس المرتبطة بالانتحار.
- ٢- وضع بنود المقياس.
- ٣- اختيار عينة الدراسة من الشباب الجامعي.
- ٤- تطبيق المقياس في صورته الأولى على عينة الدراسة.
- ٥- تصحيح الاستجابات ورصد البيانات تمهيدا لإدخالها إلى الحاسب الآلي.
- ٦- معالجة البيانات إحصائياً وفقاً للأساليب الإحصائية المحددة.
- ٧- كتابة نتائج التحليل الإحصائي ونتائج الصدق والثبات.
- ٨- التوصل إلى صياغة نهائية للمقياس.

النتائج:

توصلت الدراسة الحالية لأدلة تدعم صدق البناء العاملي لمقياس المهارات الحياتية، والاتساق الداخلي للمقياس. فقد استخدمت الباحثة التحليل العاملي، والذي أسفرت نتائجه عن ظهور خمسة عوامل هي (مهارة اتخاذ القرار، مهارة حل المشكلات، مهارة التفكير الناقد، مهارة التفكير الإبداعي، مهارة التواصل مع الآخرين وتكوين العلاقات) بجذر كامن قيمته (١,٤٦) فأكثر" تفسر (٦٠,٤٥ %) من قيمة التباين الكلي للمقياس، وكذلك حساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات كل بعد بالدرجة الكلية له، والتي نتجت من تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية للمقياس، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٣٩ - ٠,٨٣) وهي معاملات ارتباط مرتفعة، وفي التأكد من ثبات المقياس استخدمت الباحثة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ حيث تراوحت معاملات الارتباط في التجزئة النصفية بين (٠,٨٠ - ٠,٩٢)، وتراوحت معاملات ألفا كرونباخ بين (٠,٨٥ - ٠,٩٤) وهي معاملات ثبات مرتفعة. وبذلك يكون قد تم التأكد من تقنين المقياس (صدق وثبات) وبالتالي فهو أداة صالحة للاستخدام في الأبحاث العلمية.

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

مراجع الدراسة:

المراجع العربية:

- ١- إيمان محمد نبيل (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات الحياة. مجلة الإرشاد النفسي، ١(٤٢)، ١١٣٩-١١٦٢.
- ٢- حسين شاكر علي، حسن علي محيسن، عبد الرزاق عبد علكم، محمد هاني حسين (٢٠١٩). الأنشطة الرياضية ودورها في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب الجامعة المستنصرية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣(٢٩)، ١٣٣-١٥٠.
- ٣- سيد صبحي، نبيل عبد الفتاح حافظ، رانيا فكري السيد (٢٠١٦). الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الابتدائية. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية- جامعة عين شمس، ٤٠(١)، ١٤١-١٧٨.
- ٤- كمال نضال (٢٠١٧). بناء مقياس المهارات الحياتية لدى طلبة الجامعات وفق نموذج مقياس التقدير. دراسات - العلوم التربوية، ٤٤(١)، ١٨٥-٢١٢.
- ٥- منير عابدين، ولاء عبدالفتاح أحمد، محمد الشحات، أماني عماد عبد الرزاق (٢٠١٧). بناء مقياس المهارات الحياتية للتلميذ. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة بجامعة المنصورة، ١(٣٠)، ١٩-٣٥.
- ٦- ناهد المصري وبشاير البلوي (٢٠٢٠). درجة توافر المهارات الحياتية لدى معلمات التربية الأسرية بجامعة تبوك من وجهة نظرهن وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للطلقات. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٧(١)، ٢٧ - ٥٢.

المراجع الأجنبية:

- 7- Amin, S., Ahmed, J., Saha, J., Hossain, M., & Haque, E. (2016). Delaying child marriage through community-based skills-development programs for girls: Results from a randomized controlled study in rural Bangladesh. New York and Dhaka: Population Council.
- 8- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., ... & Viner, R. M. (2016). Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423-2478.

- 9- Alajmi, M. M. (2019). The impact of E-portfolio use on the development of professional standards and life skills of students: A case study. *Entrepreneurship and Sustainability Issues*, 6(4), 1714-1735.
- 10- Buchert, L. (2014). Learning needs and life skills for youth: An introduction. *International Review of Education*, 60(2), 163-176.
- 11- Cadena, C., Rodríguez, C., Muñoz, J., & González-Rubio, P. (2015). *Assessing Girls' Life Skills and Children's Reading Habits in Marginalized Districts in Nepal*. The George Washington University.
- 12- Chakra, A., & Aruna, M. (2017). Influence of family variables on core affective life skills of youth. *International Journal of Home Science*, 3(1), 66-71.
- 13- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105-119.
- 14- Dupuy, K., Bezu, S., Knudsen, A., Halvorsen, S., Kwauk, C., Braga, A., & Kim, H. (2018). Life Skills in Non-Formal Contexts for Adolescent Girls in Developing Countries. CMI Report Number 5. *Center for Universal Education at the Brookings Institution*.
- 15- Freire, G. L. M., da Silva, A. A., de Moraes, J. F. V. N., Costa, N. L. G., de Oliveira, D. V., & do Nascimento Junior, J. R. A. (2021). Do age and time of practice predict the development of life skills among youth futsal practitioners?. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 135-145.
- 16- Ghasemian, A., & Kumar, G. V. (2017). Effect of life skills training on psychological distress among male and female adolescent students. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 8(4), 279- 282.
- 17- Gomes, A. R., & Marques, B. (2013). Life skills in educational contexts: testing the effects of an intervention programme. *Educational Studies*, 39(2), 156-166.
- 18- International Youth Foundation; Global Partnership for Youth Employment (GPYE). (2014). Strengthening life skills for youth: a practical guide to quality programming. The World Bank.

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية

- 19- Irannezhad, S. (2017). Effectiveness of life-skills training on the mental health of 2nd grade female High School students in Bam-Iran. *Bali Medical Journal*, 6(3), 583- 588.
- 20- Kennedy, F., Pearson, D., Brett-Taylor, L., & Talreja, V. (2014). The life skills assessment scale: measuring life skills of disadvantaged children in the developing world. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 42(2), 197-209.
- 21- Kobayashi, M., Gushiken, T., Ganaha, Y., Sasazawa, Y., Iwata, S., Takemura, A., ... & Takakura, M. (2013). Reliability and validity of the multidimensional scale of life skills in late childhood. *Education Sciences*, 3(2), 121-135.
- 22- Kwauk, C., & Braga, A. (2017). Translating Competencies to Empowered Action. Center for Universal Education, The Brookings Institution. <https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2017/11/translating-competencies-empowered-action.pdf>.
- 23- Singla, D. R., Waqas, A., Hamdani, S. U., Suleman, N., Zafar, S. W., Saeed, K., ... & Rahman, A. (2020). Implementation and effectiveness of adolescent life skills programs in low-and middle-income countries: A critical review and meta-analysis. *Behaviour research and therapy*, 130, 103402.
- 24- Subramanian, A. (2016). Developing life skills in youth. *International Journal of Research-GRANTHAALAYAH*, 4(4SE), 65-74.
- 25- Svanemyr, J., Baig, Q., & Chandra-Mouli, V. (2015). Scaling up of life skills based education in Pakistan: a case study. *Sex Education*, 15(3), 249-262.

أ. أسماء السيد حمروش

الصورة النهائية لمقياس المهارات الحياتية لدي المراهقين

بيانات أولية

الاسم (إجباري): النوع: ذكر () أنثي ()

العمر: الصف الدراسي:

تعليمات هامة

عزيزي/ عزيزتي ...

أمامك مجموعة من العبارات التي تتعلق ببعض قضايا ومشكلات المراهقين، والتي يتفاوت الأفراد في الشعور بها والتعبير عنها، لذا نرجو منكم قراءة كل عبارة بدقة وإبداء رأيكم فيها وذلك على النحو التالي:

← إذا كانت العبارة تعبر عنك وعمما تشعر به تعبيراً صادقاً ضع علامة (✓) في خانة (موافق)، وإذا كانت تعبر عنك أحياناً ولا تعبر عنك في أحيان أخرى ضع علامة (✓) في خانة (أحياناً)، أما إذا كانت العبارة لا تعبر عنك إطلاقاً فضع علامة (✓) في خانة (غير موافق).

← واعلم عزيزي الطالب بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإجابتك تعتبر صحيحة طالما أنها تعبر عنك حقاً.

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الحياتية

م	العبارات	موافق	أحياناً	غير موافق
١	لدي القدرة علي اتخاذ أي قرار يتعلّق بمستقبلي			
٢	أتبع خطوات منظمة في اتخاذ القرار			
٣	يمكنني اتخاذ القرار الصحيح بناءً على الموقف والتغيرات المستمرة			
٤	أتحمل مسؤولية القرار الذي اتخذه			
٥	أأخذ القرار المناسب في الوقت المناسب			
٦	أضع أمامي جميع الخيارات قبل اتخاذ القرار			
٧	أستطيع اتخاذ القرارات في المواقف الصعبة			
٨	لدي القدرة علي تقييم نتائج قراراتي			
٩	المشكلات شيء طبيعي في حياة الإنسان			
١٠	أستطيع التعرف علي مشكلاتي وتحديدّها			
١١	أؤمن بأن المشكلة المحددة جيداً هي مشكلة نصف محلولة			
١٢	أستطيع وضع الأهداف المناسبة لحل المشكلة			
١٣	أفكر بكافة البدائل التي قد تصلح لحل المشكلة واختيار أفضلها			
١٤	يمكنني اختيار الحل المناسب للمشكلة وتنفيذه			
١٥	لدي القدرة على التعامل مع مشكلات الحياة اليومية			
١٦	لدي القدرة على التفكير بحلول جيدة لأيّة مشكلة			
١٧	يمكنني التنبؤ بنتائج قراراتي			
١٨	أدرس المعلومات التي تعرض علي وأتوصل لنتائج			
١٩	أجادل بمنطق قائم علي الأدلة والبراهين			
٢٠	أبحث دائماً عن حقائق الأمور			
٢١	أعيد النظر في قراراتي عندما أشك بها			
٢٢	أفكر جيداً ثم أتصرف بهدوء			
٢٣	إذا لم أكن متأكداً من شيء أبحث لمعرفة			
٢٤	أصدر حكمي علي المواقف وفق معطياتها			
٢٥	أحاول أن أكون غير تقليدي			
٢٦	أبتكر أفكار جديدة عند مواجهة المواقف الحياتية			
٢٧	أتمتع بخيال خصب ونشط للغاية			
٢٨	تتسم أفكاري بالتفرد والإبداع			
٢٩	يمكنني توليد أفكار أكثر وأسرع من زملائي			
٣٠	لدي رغبة في تعلم كل ما هو جديد			

أ. أسماء السيد حمروش

م	العبارات	موافق	أحياناً	غير موافق
٣١	أستطيع تكوين صداقات مع الآخرين			
٣٢	أنصرف بشكل مناسب في المواقف الاجتماعية			
٣٣	أطلب المساعدة من الآخرين عندما أحتاجها			
٣٤	أحدد أوقات للقاء أصدقائي			
٣٥	أحافظ علي صداقاتي			
٣٦	أقدم المساعدة للآخرين عندما يحتاجون إليها			
٣٧	أنصرف بشكل ودود عندما أكون مع الآخرين			
٣٨	أنتقل بإيجابية في المواقف الاجتماعية			
٣٩	أحب الاختلاط بالآخرين والتواصل معهم			

الخصائص السيكومترية لقياس المهارات الحياتية

Psychometric Characteristics of Life Skills Scale among a Sample of Adolescents

The study aimed to verify the Psychometric Characteristics of life skills among adolescents, The sample of the study consisted of (100) male and female students from high school students, The researcher used the following statistical methods: factor analysis, correlation coefficient, Cronbach's alpha. The results of the factor analysis showed five factors (decision-making skill, problem-solving skill, critical thinking skill, creative thinking skill, and the skill to communicate with others and form relationships), and the results confirmed the validity and consistency of the scale.