

الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار
الشمالية من منظور فلسفي
"دراسة نوعية"

خولة حسن الشحيحات *

الدكتور عمر محمد خصاونه ** | الأستاذ الدكتور محمد احمد المومني ***

تاريخ القبول

2023/11/4

تاريخ الإرسال

2023/10/13

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار الشمالية من منظور فلسفي. تكونت عينة الدراسة من (18) مرشد تربوي من مديرية التربية والتعليم للواء الأغوار الشمالية تم اختيارهم بطريقة قصدية. استخدمت الدراسة المنهج النوعي لملاءمته لأغراض الدراسة، واستخدمت المقابلات من خلال بناء بطاقة مقابلة مكونة من سبعة أسئلة معمقة لهذا الغرض. أظهرت نتائج الدراسة أن الرفاهية النفسية لها دور في تنمية جودة الحياة، كما أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة يظهرون قدرًا من الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات البسيطة بشأن حياتهم اليومية، ويوجد بين الطلبة صداقات تتكون غالبًا نتيجة الاهتمامات المشتركة بين الطلبة، كما أن هناك بعض القدرة على الإبداع والتفكير الجديد لدى بعض الطلبة التي يمكن بأن تشجعهم على تطوير مهاراتهم من خلال توفير بيئة تعلم تشجع على الإبداع، وقدرة الطلبة على فهم الديناميات الاجتماعية

والتفاعلات بين الأفراد. بناءً على نتائج الدراسة أوصت الباحثة توجيه الجهود نحو تعزيز ثقة الطلاب بأنفسهم من خلال برامج تطوير الثقة وورش العمل التي تركز على تعزيز مهارات التفكير الإيجابي والتعبير عن الرأي بثقة، وتشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المجتمعية التي تعزز الاندماج وتعزز التواصل مع المجتمع المحيط، وتعزيز قدرة الطلاب على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين.

الكلمات المفتاحية: الرفاهية النفسية، جودة الحياة، طلبة المدارس، الأغوار الشمالية، منظور فلسفي.

The Psychological Well-Being and its Role in Developing the Quality of Life for Students in the Schools of the Northern Aghwar from a Philosophical Perspective

The study aimed to identify psychological well-being and its role in developing the quality of life for students in schools in the Northern Jordan Valley district from a philosophical perspective. The study sample consisted of (18) educational supervisors from the Directorate of Education of the Northern Jordan Valley District, who were selected in a purposive manner. The qualitative approach was applied to suit the purposes of the study, and in-depth interviews were performed as a tool for this purpose. The results of the study showed that psychological well-being has a role in

developing the quality of life. It was also found that the students show a degree of independence and the ability to make simple decisions about their daily lives. There are friendships among the students that are often formed as a result of common interests between the students. There is also some ability to Creativity and new thinking among some students, which can encourage them to develop their skills by providing a learning environment that encourages creativity and the ability of students to understand social dynamics and interactions between individuals. Based on the results of the study, the researcher recommended directing efforts towards enhancing students' self-confidence through confidence development programs and workshops that focus on enhancing positive thinking skills and expressing opinions with confidence, and encouraging students to participate in community activities that promote integration and enhance communication with the surrounding community, and enhance the ability to Students control themselves and regulate their personal behavior while interacting with others.

Keywords: psychological well-being, quality of life, school students.

مقدمة

يعتبر القرن الحادي والعشرون عصر علم النفس الإيجابي، وموضوعاته مثل الرفاهية النفسية، والأمل، التفاؤل، جودة الحياة، مفاهيم مهمة في علم النفس الإيجابي، لما لها من آثار عديدة على التوافق والصحة النفسية للفرد، ويؤكد علم النفس الإيجابي على القوى البشرية الإيجابية، إذ اهتم علم النفس بإصلاح الأضرار، وعلاج الاضطرابات النفسية أكثر من اهتمامه بمساعدة الأفراد في الحياة بشكل منتج ومسبب للرضا

وتطوير قدراتهم وإمكاناتهم الضرورية للنمو، إن مفهوم الرفاهية النفسية هو المفهوم الرئيسي في علم النفس الإيجابي، بسبب مكانته البارزة في تاريخ الفكر الإنساني، وفكر الجميع في ثقافات مختلفة كهدف أسمى للحياة لأنه مرتبط بالمزاج الإيجابي والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفائل، وينتمي مفهوم جودة الحياة إلى ما يعرف بعلم النفس الإيجابي، والذي يعيد للفرد الشعور بالرضا والرفاهية النفسية في ظل ظروفه الحالية وإمكانات هو قدراته المتاحة في بلوغ الأهداف وتحقيقها.

اهتم الفلاسفة منذ القدم بالبحث عن الرفاهية النفسية، واكتشاف ماهيتها، وكيفية تحقيقها، فهي الفردوس المبتغى للإنسان، ومع اختلاف الرؤية الفلسفية اختلفت ماهيتها، وفي الوقت الحاضر أصبح المفهوم حكرًا لعلماء النفس، بعد تنحية الفلاسفة، فزاد المأزق، ومُنح الإنسان مسكنات نفسية تُشعره بقشور الرفاهية النفسية لا عمقها، أن مفهوم الرفاهية النفسية يُعد أحد الأبعاد الفرعية الأساسية التي اشتمل عليها مفهوم جودة الحياة وأن الاستمتاع بالحياة جاء تحت مسمى الاستمتاع الذاتي بالحياة؛ لأن الاستمتاع بالحياة يعكس تقييمًا خاصًا للفرد بالحكم على مدى جودة الحياة التي يعيشها ويستمتع بها من منظوره الذاتي والخاص (الغامدي، 2012).

ويعتبر مفهوم الرفاهية النفسية أحد الأمثلة الجيدة على إشكالية تعقيد المصطلحات وتعدد أبعادها وأهميتها واستخداماتها على الرغم من آلاف الأبحاث التي تمت مناقشتها منذ الستينيات وحتى الوقت الحاضر، فإن الارتباك الذي يشعر به الباحثون عند تناولهم لمفهوم الرفاهية النفسي يرجع إلى تداخله مع مصطلحات قريبة منه مثل الرفاهية النفسية وجودة الحياة والعافية، ومن أسباب اضطراب المصطلح انتشار استخدامه وعدم تعريفه بسبب استخداماته غير المحدودة من قبل المتخصصين وعامة الناس على حدٍ سواء (معمارية، 2016).

ويمكن تعريف الرفاهية النفسية بأنها: مجموعة من المؤشرات السلوكية والانفعالية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام (Acun- Kapikiran, 2015:1145).

وتعرف أيضاً بأنها: الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضى المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلالته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، كما ترتبط الرفاهية النفسية بكل من الإحساس العام بالرفاهية النفسية والسكينة والطمأنينة النفسية (Brackett, & Mayer, 2015 :150).

وإن البحث عن تعريف الرفاهية هو مسعى معقد، حيث يتم استخدامه بشكل متزايد في المحادثات، على المجتمع ووسائل الإعلام العالمية، وفي الأدبيات، بعدة طرق مختلفة، مع ظهور الرفاهية حيث ظهرت في الأصل مدرستان فكريتان محددتان حيث كان يُنظر إلى الرفاهية إما على أنها متعة أو توعية، من وجهة نظر المتعة، يمكن اعتبار التركيز على الرفاهية النفسية مجمل اللحظات الممتعة. رأى الفلاسفة مثل هوبز الرفاهية على أنها "السعي وراء شهوات الإنسان"، ورأى ديسادي أن ذلك كان "السعي وراء الأحاسيس والمتعة" وادعى بينثام أنه "من خلال تعظيم المتعة والمصلحة الذاتية، يتم بناء المجتمع الجيد"، حيث اتخذ فلاسفة آخرون وجهة نظر مختلفة نوعاً ما، معتبرين أنّ الناس يختبرون الرفاهية النفسية في التعبير عن فضائلهم، وينخرطون فيما يعتقدون أنه يستحق فعله، إن جودة حياة الفرد أو المجتمع هي وظيفة مباشرة للظروف التي تنشأ في الحياة، وكيف يستخدم الفرد أو المجتمع الظروف التي توفرها الحياة. كيف يدرك الفرد أو المجتمع الحالة، ويفكر ويشعر بشأن

تلك الظروف، وما يتم القيام به، وفي النهاية، ما هي العواقب المترتبة على كل هذه المدخلات يصبح بدوره دالة على كيفية إدراك الظروف إذن، فإن تصورات الناس ومشاعرهم وأفكارهم وأفعالهم لها تأثير مباشر على ظروفهم المعيشية وظروف حياة الآخرين (Tommasi, Grassi, Balsamo, Picconi, Furnham, & Saggino, 2018).

وترتبط الرفاهية النفسية أيضاً، بكل الصراعات الداخلية والخارجية للفرد، وتحقيق التكامل في الشخصية، بحيث ينخفض التفاوت بين التطلعات والإنجازات، فإذا كانت قدراتنا محدودة، وجب علينا الحدّ من تطلعاتنا، لنحصل على الرفاهية النفسية من خلال القناعة والرضا، أما من وجهة النظر الفلسفية للسعادة، فقد انشغل الفلاسفة وعلماء الاجتماع قديماً بالرفاهية النفسية، وأعطوا أهمية كبيرة لتعريفها، حيث شكلت الرفاهية النفسية محور اهتمام ودراسة وتحليل الفلاسفة عبر العصور، منذ ما قبل سقراط وأفلاطون وأرسطو في القرون: الرابع والخامس والسادس قبل الميلاد، وصولاً إلى عظماء فلاسفة القرنين التاسع عشر والعشرين، وقد اختلفت الرؤية الفلسفية، والأصول الدينية، والعلوم النفسية والبيولوجية، في تعريف الرفاهية النفسية والتحقق من أصولها، إلا أنها حرصت على ربط الرفاهية النفسية بخير الإنسان، بل الخير الأسمى والمطلق، وهم بذلك لا يعنون مجرد خير نسبي متغير كاللذة، بل كانوا يعنون بها تلك الغاية القصوى التي ليس بعدها غاية (عطيتو، 1992).

وينتمي مفهوم جودة الحياة إلى ما يعرف بعلم النفس الإيجابي الذي يعيد للفرد شعوره بالرضا والسعادة في ضوء ظروفه الحالية وإمكاناته وقدراته المتاحة، لذا يختلف هذا المفهوم باختلاف الفرد وظروفه الحياتية، فالمكتئب قد يشعر بجودة الحياة المتمثلة في السعادة، والمتشائم قد يشعر به في التفاؤل، والبعض قد يشعر به في الوصول

للأهداف وتحقيق الغايات، وهنا كمن يشعر به عند تحقيق العدالة وإملاء القيم الإنسانية في العالم أجمع، ولكن الكل قد يشعر به في لحظات الحب باختلاف صورته وأنواعه، ولذلك فإن علم النفس الإيجابي يهدف إلى تغيير في تركيز علم النفس من الانهماك فقط على عمليات إصلاح وعلاج في علم النفس والذي يتمثل في إصلاح الأشياء الفاسدة في الحياة، من أجل بناء جودة الحياة لهذا أصبح متغير جودة الحياة من أكثر المتغيرات تناولاً في الفترة الأخيرة من خلال تحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد وبالتالي الارتقاء بالصحة النفسية الإيجابية (Schipper, 2015).

وإن مفهوم جودة الحياة هو اسم جديد لفكرة قديمة، فهو المعنى الذاتي أو الاسم الذاتي الذي يعبر به الناس عندما يعيشون في حالة جيدة أو وجود أفضل، وعادةً ما يعبر عن مفهوم جودة الحياة من خلال مجموعة من الاحتياجات التي يتم إشباعها، وهي التي تجعل الفرد سعيداً وراضياً، وكذلك نوعية الحياة العامة، وقد تم تعريفها في العديد من الطرق والتطبيقات في مجموعة متنوعة من السياقات نتيجة للخلفية التي اعتمد عليها الباحثون في تعريفهم لنوعية الحياة. (الزغول، 2014).

فجودة الحياة النفسية من المواضيع التي تكون السعادة والارتياح لدى الإنسان وهو متغير قديم ولكن يشغل اهتمام الباحث والمتخصص كثيرا إلا أنه ومع ظهور تيار جديد في علم النفس، سرعان ما احتل مكان الصدارة بالبحوث، وبدأ العلماء والباحثون يتطرقون إلى موضوعات لم يتطرقوا إليها من قبل، فقد اهتموا بالجوانب التي أهملها علم النفس منذ عقود طويلة، وقد تبلور هذا التيار وأطلق عليه اسم علم النفس الإيجابي ومن أعلامهم ارتنسيل جمان الذي نادى بالاهتمام والكشف عن الجوانب الإيجابية ونقاط القوة لدى الإنسان والعمل على تنميتها وتطويرها، والاهتمام بدراسة مكامن القوة والفضائل الإنسانية، كما جاء ليبين أن العلاج ليس فقط مجرد إصلاح ما

هو خطأ وإنما العلاج أيضا يكمن في البناء والتعظيم لكل ما هو ايجابي (Awasthi,)
(Chauhan, & Verma, 2016).

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يرتبط مفهوم الرفاهية النفسية ارتباطاً وثيقاً بجودة الحياة كما أن هذا المفهوم نسبي يختلف من فرد لآخر فكل ما يشبع الفرد على المستوى البدني، أو النفسي أو العقلي أو الاجتماعي أو الروحي يعد من مقومات جودة الحياة، وعندما تسعى المؤسسات إلى إنماء الفرد كوسيلة لتحقيق جودة الحياة كهدف وغاية؛ فإنه يجب بذل الجهود في كافة المجالات التربوية والنفسية والصحية لتنمية قدرة الإنسان على التفكير واتخاذ القرارات ومواجهة ضغوط أحداث الحياة ومواكبة التطورات العلمية المتجددة، والسعي لأن يكون فعالاً ومؤثراً فيها وليس متلقياً لها فحسب، بل تصل إلى تحقيق الشعور بالانتماء والقبول الاجتماعي وغيرها من المتغيرات التي تستطيع التحكم فيها الديموغرافية (الغامدي، 2012).

وتتبع المشكلة من خلال إحساس الباحثة في حكم عملي في الميدان التربوي لاحظت وجود تباين في آراء المرشدين في مفهوم الرفاهية النفسية وان بعضهم لم يتعرف على المفهوم بعد، ولقلة البحوث والدراسات وندرتها - على حد علم الباحثة - التي استهدفت في التعرف على الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة من منظور فلسفي؛ وانطلاقاً من عمل الباحثة في الميدان التربوي لاحظت أن هناك تباين في طرح الرفاهية النفسية من منظور فلسفي وأن هذا الاختلاف في جودة الحياة ورفاهيتها قد يؤثر على العمليات العقلية كالتفكير ومهارة حل المشكلات، في الميدان التربوي والتعليمي مما دفع الباحثة لإجراء دراسة للتعرف على الرفاهية النفسية ودورها

في تنمية جودة الحياة لدى الفرد والمجتمع من منظور فلسفي، مما يعم لإضافة جديدة يربط الفلسفة وعلم النفس. وقد تظهر مشكلة الدراسة من خلال الإشارة إلى بعض الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة، كما جاء في دراسة رينج وهوفر وهيكي (Ring, Hofer & 2016) ودراسة أبو حماد (2019) ودراسة عرب والخضر (2022)، وعليه فقد حاولت هذه الدراسة الإجابة عن السؤال الرئيسي الآتي: ما دور الرفاهية النفسية في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار الشمالية من منظور فلسفي من وجهة نظر المرشدين؟ والذي انبثق عنه مجموعة من الأسئلة الفرعية أثناء تطبيق الأداة.

أهداف الدراسة:

- تهدف هذه الدراسة إلى عدة أهداف كما يأتي:
- التعرف على ماهية قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين.
 - التعرف على مدى امتلاك الطلبة الاستقلالية في اتخاذ القرارات الخاصة بهم، والتفكير بشكل مستقل.
 - التعرف على مدى قدرة الطلبة على التحكم بالظروف المحيطة بهم وتحليلها وتطويرها لصالحهم.
 - التعرف على مستوى التجديد والابتكار لدى الطلبة.
 - التعرف على طبيعة العلاقات الاجتماعية للطلبة مع زملائهم ومعلميهم.

□ التعرف على المناخ التعليمي المتوافر للطلبة.

□ التعرف على مدى التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرتهم ومجتمعهم.

أهمية الدراسة:

تأتي أهمية هذه الدراسة من أهمية الموضوع الذي يتمثل بما يأتي:
تبرز أهمية البحث الحالي من الناحية النظرية في إلقاء الضوء على مفهوم الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الفرد والمجتمع من منظور فلسفي الذي يعد من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس الإيجابي الذي لم يلق حقه من الدراسة والتحليل أملاً في أن ينال هذا المفهوم قبولاً واستهدافاً من الباحثين وفتح المجال لمزيد من الدراسات والبحوث حول الرفاهية النفسية وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى من منظور الفلسفات التربوية المختلفة مما يسهم في المزيد من الإضافة إلى المكتبة النفسية والفلسفات التربوية.

أما من الناحية التطبيقية فتكمن أهمية البحث في الاستفادة بما تسفر عنه نتائج هذا البحث في المجال التربوي والنفسي من خلال توجيه القائمين على العملية التربوية نحو العمل على تنمية الرفاهية النفسية لدى الطلبة في برامجنا التعليمية. وتطوير مستويات الخدمات النفسية. وتنظيم برامج تدريبية أو إرشادية لمساعدة الطلبة على تحقيق أعلى قدر ممكن من الرفاهية النفسية لديهم.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية:

تشتمل الدراسة الحالية على عدة تعريفات، تمثلت بالتعريفات الاصطلاحية والإجرائية كما يأتي:

الرفاهية النفسية اصطلاحاً: "مرادفة للسعادة أو طيب العيش وبعضهم يراها مرادفاً للصحة النفسية وغيرهم من يراها مرادفاً لجودة الحياة ومنهم من يراها بأنه حسن الحال والتنعيم الذاتي والحياة الطيبة والرفاهية النفسية" (معمارية، 2016، ص152). وتعرف إجرائياً: المؤشرات والدلائل السلوكية والانفعالية التي يمتلكها الفرد في حياته والتي تدل على رضا الفرد عن حياته بشكل تام. جودة الحياة اصطلاحاً: "شعور الفرد برضا وسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه" (أبو حلاوة، 2014، ص145).

وتعرف إجرائياً: أنها مفهوم نسبي متعدد الأبعاد يختلف من شخص لآخر فهي في الأساس انعكاساً للتقدير الذاتي للفرد لمختلف جوانب حياته كلا على حسب الجانب الذي يرى أنه يحقق له جودة الحياة. طلبة المدارس: وهم طلبة المدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم للواء الأغوار الشمالية.

حدود الدراسة ومحدداتها:

تحدد الدراسة بالحدود والمحددات الآتية:

- الحد الموضوعي: اقتصرت الدراسة على دراسة الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الفرد والمجتمع من منظور فلسفي.
- الحد البشري: اقتصرت الدراسة على عينة من المرشدين التربويين في لواء الأغوار الشمالية.

- الحد المكاني: تم تطبيق الدراسة على المدارس للواء الأغوار الشمالية في المملكة الأردنية الهاشمية.
- الحد الزمني: تم تطبيق الدراسة على الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2024/2023.
- المحددات: يتحدد تعميم نتائج الدراسة في ضوء الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات للأداة) وموضوعية استجابة أفراد عينة الدراسة وظروف الدراسة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

استخدمت الرفاهية النفسية هذا الشعور المبهم منذ القدم، لترجمة الكلمة اليونانية 'Eudaimonia' وما تزال تستخدم هذه الأيام في الكلام اليومي، على أنها ميزة أخلاقية جيدة. وكان الطابع العام للأخلاق عند اليونانيين هو الرفاهية النفسية، ولذلك يمكننا القول أن الأخلاق اليونانية، هي أخلاق الرفاهية النفسية. فالرفاهية النفسية، هي الهدف النهائي والأسمي الذي يسعى إليه اليونانيون. ويعد أرسطو من أفضل الفلاسفة اليونانيين الممثلين لهذا الاتجاه الأخلاقي في مؤلفه "الأخلاق النيقوماخية" (عطيتو، 1992).

وتشير إلى الرفاهية النفسية، على أنها حالة تتضمن تحقيق الذات والشعور بالبهجة، إذ إن المرء لا يشعر بالرفاهية النفسية إلا إذا مارس الإحساس بالبهجة والفرح، وإن البحث عن متعة روحية مستمرة، هو الأكثر احتمالاً لأن يقود إلى الرفاهية النفسية، ولذلك فإن من المهم، أن نرى الأشياء من الجانبين المادي والروحي، وكذلك من الخارج والداخل، وبالعلاقة بالآخرين (المنشاوي، 2009).

وعن موقف فلاسفة الإسلام حول مفهوم الرفاهية النفسية، فيكادون يجمعون على موقف واحد، فهذا (فخر الدين الرازي) يربط الرفاهية النفسية بحصول اللذة لدى الإنسان، واللذة العقلية أشرف من اللذة الجسدية، فهي التي يسمو بها الإنسان عن الحيوان، وهي التي يتفاضل الناس فيها بعضهم عن بعض، وحسب (مسكويه) تتجلى الرفاهية النفسية لدى الإنسان في بلوغ الكمال، والكمال الإنساني كمالان: كمال نظري، وكمال عقلي (أخلاقي) أما الأول: فهو الذي يبلغه الإنسان بالمعرفة، وذلك بالانتقال من تحصيل العلوم الطبيعية إلى تحصيل علم الروبوية، والكمال الثاني: يكون عن طريق ترتيب قوى النفس، وإخضاعها كلها للقوة الناطقة (العقل)، حيث تكون في أدنى المراتب القوة الشهوية، وهكذا يبلغ الإنسان الكمال الخلقى الذي سيهيئه لبلوغ الكمال العقلي (السحمراني، 1988).

وتتجلى الرفاهية النفسية في بلوغ الحكمة (الفلسفة)، فالفيلسوف وحده يستطيع الاتصال بالعقل الفعال، وسعادة الفيلسوف، لا تضاهيها سعادة غيره من الناس، فالرفاهية النفسية إذاً هي الاتصال بالعقل الفعال. وموقفه هذا يقربنا من مواقف المتصوفة، الذين يعتقدون أن الرفاهية النفسية لا تكون إلا بالعرفان، ولا تترك إلا بالإشراق، الذي يجعل المتصوف يحيى نشوة روحية، نتيجة الإلهام الذي يغمر قلبه، فيصبح به فانيًا عن كل وجود، ويمكن اعتبار (رابعة العدوية) من أهم من أسس لهذا النوع من التصوف من خلال ما يعرف عندها بظاهرة "الحب الإلهي" (قابيل، 1984).

ويزداد مستوى الرفاهية النفسية لدى الطلبة، فيمكن أن تؤدي إلى نمو الصحة العقلية والجسدية لديهم في المستقبل بشكل كبير، والرفاهية النفسية ترتبط ارتباطًا إيجابيًا بمدى مشاركة الطلبة ومثابرتهم في الأنشطة اللامنهجية المختلفة، وكذلك الأداء

الأكاديمي المرتفع في البرامج التعليمية المختلفة. ويمكن أن تحد كذلك من حالات التسرب المدرسي لدى الطلبة، والتي تعد واحدة من أكثر المشكلات، التي تواجه أصحاب القرار في المدارس ((Eryilmaz & Sapsaglam, 2018). إن جودة الحياة مفهوم نسبي متعدد الأبعاد يختلف من شخص لآخر نظرياً وعملياً وفقاً للمعايير التي يتبناها الأفراد لتقييم الحياة ومتطلباتها، والتي غالباً ما تتأثر بالعديد من العوامل التي تتحكم في تحديد مكونات نوعية الحياة، ويهتم مفهوم جودة الحياة بالعديد من العلوم، مثل الطب والاقتصاد والسياسة وعلم الاجتماع، ويعتبر من المفاهيم الحديثة في التراث النفسي، في مجال علم النفس الإيجابي. أن جودة الحياة هي قضية تطوير ونوعية الحياة في المؤسسة. إنه يعبر عن تصورات أعضاء المجتمع عن مكانتهم في الحياة، في كل من الثقافة ونظام القيم الذي يعيشون فيه، في علاقتهم بأهدافهم وتوقعاتهم ومستوياتهم واهتماماتهم. وذلك من خلال حصولهم على مقومات الحياة الأساسية، وشعورهم بالرضا عن جوانب الحياة المهمة في حياة الأفراد، وتحقيق مستويات عالية من المتعة الشخصية والإنجازات، حيث أنها تتغير باستمرار مع تغير العوامل الخارجية والداخلية. التي تساهم في تحقيقها ومستويات تصورات الأفراد لأهمية هذه العوامل ومستويات رضاهم عنها ((Hajiran, 2006)). وتتمثل جودة الحياة عند الفرد في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يتم رصده بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وحياته بشكل عام، وكذلك سعيه المتواصل لتحقيقه أهداف شخصية مقدره، وذات قيمة ومعنى بالنسبة له لتحقيق استقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، ومسارها وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، كما ترتبط جودة الحياة النفسية

بكل من الإحساس العام بالسعادة والاستمتاع بالحياة والسكينة والطمأنينة النفسية (أبو حلاوة، 2014).

الدراسات السابقة

أجرى رينج وهوفر وهيكي (Ring, Hofer & Hickey 2016) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة جودة الحياة بالرفاهية النفسية والشخصية لدى عينة من طلبة كلية الهندسة في إيرلندا. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي. تكونت عينة الدراسة من (136) طالبًا وطالبة. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرفاهية النفسية وجودة الحياة، وبين الرفاهية النفسية الشخصية والشعور بقيمة الحياة وجودتها.

وهدفت أبو حماد (2019) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة النفسية وكل من الرفاهية النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز في السعودية. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. تكونت عينة الدراسة من (270) طالبًا وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى جودة الحياة النفسية والرفاهية النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز جاء مرتفعًا، ولصالح طلبة كلية العلوم، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الذكور والإناث على مقياس جودة الحياة النفسية.

وهدفت دراسة عوض (2021) إلى رصد الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية من المتفوقين عقليًا الملتحقين بمدرسة المتفوقين في العلوم والتكنولوجيا. استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي. وتم استخدام مقياس الرفاهية النفسية للمراهقين، وبرنامج موسيقي يحسن من مستوى الرفاهية النفسية لديهم، وتم تعيين العينة عشوائيًا

من طلاب المدرسة عددهم (43) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية وضابطة. أسفرت نتائج البحث عن فاعلية البرنامج المقترح في الأنشطة الموسيقية على تحسين الرفاهية النفسية بدرجة الكلية وأبعادها (التفاؤل والتواصل والسعادة) لدى المتفوقين من البنين.

وأجرت كيوان وبركات (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والرفاهية النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة حمص بسوريا. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي. تكونت عينة الدراسة من (330) طالباً وطالبة، وتم تطبيق أدوات الدراسة التي تكونت من مقياسين هما: مقياس الاتزان الانفعالي، ومقياس الرفاهية النفسية. وأظهرت النتائج وجود مستوى علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين الاتزان الانفعالي والرفاهية النفسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، ووجود مستوى من الرفاهية النفسية لدى أفراد عينة الدراسة تتراوح حول المتوسط.

وأجرى الزبداني (2021) دراسة هدفت إلى تعرف الإسهام النسبي لكل من الرفاهية النفسية واليقظة الذهنية في التنبؤ بجودة الحياة في العمل المدرسي لدى المعلمين. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. تكونت عينة الدراسة من (424) معلماً، وممثلون المراحل التعليمية الثلاث (المرحلة الابتدائية والمتوسطة والثانوية)، وقد استخدم الباحث ثلاثة أدوات: مقياس الرفاهية النفسية، ومقياس اليقظة الذهنية، ومقياس جودة الحياة في العمل. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين كل من جودة حياة العمل المدرسي بجميع أبعاده والدرجة الكلية وبين الرفاهية النفسية، كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار البسيط أن كل المتغيرات المستقلة ذات قدرة تنبئية

بجودة حياة العمل المدرسي وأن الرفاهية النفسية أكثر المتغيرات ارتباطاً بجودة حياة العمل المدرسي.

وهدفت دراسة محمود (2021) إلى تعرف مستوى الرفاهية النفسية وجودة الحياة لدى عينة من الأطفال المرضى بالسكري في مصر، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مستوى الرفاهية النفسية ومتغير جودة الحياة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. تكونت عينة الدراسة (30) طفلاً في المرحلة الابتدائية المصابين بالسكري في مدارس محافظة القاهرة، وتم استخدام مقياس الرفاهية النفسية، وجودة الحياة للأطفال. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الرفاهية النفسية وجودة الحياة لدى عينة من الأطفال المرضى بالسكري جاءت بدرجة مرتفعة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الرفاهية النفسية وجودة الحياة بينهم.

وقام كرم الله (2022) بإجراء دراسة هدفت إلى تعرف فاعلية الإرشاد بالتدخل الإيجابي لتنمية الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمصر. استخدمت الدراسة المنهج التجريبي، وتم استخدام مقياس الرفاهية النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (420) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية، اختير (20) طالباً بالطريقة القصدية ممن حصلوا أدنى الدرجات بعد استجابتهم على مقياس الرفاهية النفسية، حيث تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة. أظهرت النتائج أن أفراد عينة الدراسة لديهم درجة منخفضة في الرفاهية النفسية، وأن برنامج الإرشاد بالتدخل الإيجابي كان فاعلاً لتنمية الرفاهية النفسية لديهم.

وهدفت دراسة عرب والخضر (2022) إلى الكشف عن أثر برنامج يعتمد على تدخلات علم النفس الإيجابي في الرفاهية الذاتية والنفسية لدى عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية في دولة الكويت. استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي.

تكونت عينة الدراسة من (68) طالب وطالبة وزعوا على مجموعتين أحدهما تجريبية، والأخرى ضابطة. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى العينة التجريبية في كل من الازدهار والوجدان الإيجابي والوجدان السلبي، ولم يظهر فرق دال في الرضا عن الحياة. تتميز الدراسة الحالية عن نظيراتها من الدراسات السابقة، في أنها الدراسة الأولى- في حدود علم الباحثة- التي أجريت في الأردن، للكشف عن الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار الشمالية من منظور فلسفي.

وتختلف عينة الدراسة مع عينات الدراسات السابقة؛ حيث ستطبق على المرشدين التربويين، في حين أن أغلب الدراسات السابقة طبقت على الطلبة. واختلفت الدراسة الحالية مع أغلب الدراسات السابقة باستخدامها المقابلة كأداة للدراسة، واستخدامها المنهج النوعي، في حين استخدمت أغلب الدراسات السابقة المنهجين: الشبه التجريبي والوصفي.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج النوعي من أجل التعرف على الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار الشمالية من منظور فلسفي.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من كافة مرشدي المدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم للواء الأغوار الشمالية وعددهم (47) مرشدًا بحسب ما ورد في وزارة التربية والتعليم.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (18) مرشدًا تربويًا أي ما نسبته 38% من حجم المجتمع تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

أدوات الدراسة:

تم الرجوع إلى الدراسات السابقة بهدف تطوير أداة الدراسة وهي عبارة عن: المقابلة: تكونت من أسئلة مفتوحة وتم إجرائها مع عينة قصدية من ذوي الخبرة والاختصاص في المجال التربوي وقد وصل عددهم إلى (18) مرشد تربوي، للتعرف على الرفاهية النفسية ودورها في تنمية جودة الحياة لدى الطلبة في مدارس لواء الأغوار الشمالية من منظور فلسفي.

صدق وثبات أداة الدراسة:

1. الصدق الظاهري لأداتي الدراسة:

بعد تصميم أداة الدراسة (المقابلة) في صورتها الأولية تم عرضها على مجموعة من المحكمين للتأكد من الصدق الظاهري للأداة والبالغ عددهم (12) محكمًا من ذوي الاختصاص والخبرة المختصين في الإدارة التربوية في الجامعات الأردنية، وتم الطلب من المحكمين الحكم على جودة محتوى الأداة وإبداء الرأي في الصياغة اللغوية

وسلامتها، ومدى ملاءمتها، بالإضافة إلى أي ملاحظات أخرى قد يرونها مناسبة سواء أكان بالحذف أم بالإضافة، وتم الأخذ برأي وتعديلات المحكمين للخروج بأداة مناسبة لتحقيق غرض الدراسة.

متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: الرفاهية النفسية.
المتغير التابع: تنمية جودة الحياة.

إجراءات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق الإجراءات الآتية:
- تم تحديد عينة الدراسة باختيار (18) من المرشدين التربويين من مدارس التربية والتعليم في لواء الأغوار الشمالية.
- تم إعداد المقابلة بما يتفق مع أهداف الدراسة وتم التأكد من صدقهما وثباتها.
- تم الحصول على كتاب تسهيل مهمة لتطبيق الدراسة من قبل جامعة اليرموك.
- تم إجراء (18) مقابلة مع المرشدين التربويين من أفراد عينة وجمعها.
- تم تفريغ المقابلات وإدخالها إلى الحاسوب وإجراء المعالجات اللازمة، وتحليل البيانات التي تم جمعها للإجابة عن الأسئلة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج سؤال المقابلة الأول والذي ينص: " برأيك ما مدى امتلاك الطلبة الاستقلالية في اتخاذ القرارات الخاصة بهم، والتفكير بشكل مستقل؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم إجراء التحليل الموضوعي (Thematic Analysis) لاستجابات عينة المقابلة والجدول (1) يبين أبرز النتائج:

جدول 1: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة الأول

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.33	6	الطلبة يظهرون قدرًا من الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات البسيطة بشأن حياتهم اليومية، ويعتمد الكثيرون منهم بشكل كبير على الأهل والمعلمين في اتخاذ القرارات الأكثر تأثيرًا في حياتهم، وقد يكون ذلك نتيجة للبيئة الاجتماعية والثقافية التي يعيشون فيها والتي قد تشجع على الاعتماد على الآخرين في عملية اتخاذ القرارات.
0.28	5	قدرة الطلبة على اتخاذ القرارات والتفكير بشكل مستقل تزداد مع التقدم في العمر وتطور قدراتهم العقلية، وقد يعتمد الطلبة على التجارب السابقة والخبرات التي يمرون بها والقرارات التي يتخذونها في الماضي تؤثر على مدى ثقتهم في قدراتهم على اتخاذ القرارات.
0.17	3	الوعي والمعرفة بمختلف المجالات تمكن الطلبة من التفكير بشكل أفضل واتخاذ قرارات أكثر استنارة وفائدة، والدعم الذي يحصل عليه الطلبة من الأسرة والمجتمع يزيد من ثقتهم في قراراتهم.
0.11	2	الثقة بالنفس لها دورًا حاسمًا في القدرة على اتخاذ القرارات بشكل مستقل والتفكير بشكل منطقي، والاستعداد لتحمل المسؤولية والتعامل مع نتائج القرارات يساهم في زيادة الاستقلالية، وتوفير المعلومات اللازمة والموارد الملائمة والتي تمكن الطلبة من اتخاذ قرارات منطقية مستنيرة.
0.11	2	تشجيع الطلبة على تطوير مهارات التفكير النقدي والتحليل وتعزيز الثقة بأنفسهم، وتوفير الإرشاد والدعم لهم لتمكينهم من اتخاذ قرارات صحيحة ومستقلة تساهم في نموهم وتطورهم.

يلحظ من الجدول (1) أن (0.33%) من عينة المقابلة اتفقوا على أن "الطلبة يظهرون قدرًا من الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات البسيطة بشأن حياتهم اليومية، ويعتمد الكثيرون منهم بشكل كبير على الأهل والمعلمين في اتخاذ القرارات الأكثر تأثيرًا في حياتهم، وقد يكون ذلك نتيجة للبيئة الاجتماعية والثقافية التي يعيشون فيها والتي قد تشجع على الاعتماد على الآخرين في عملية اتخاذ القرارات"، وأشار (0.28%) إلى " قدرة الطلبة على اتخاذ القرارات والتفكير بشكل مستقل تزداد مع التقدم في العمر وتطور قدراتهم العقلية، وقد يعتمد الطلبة على التجارب السابقة والخبرات التي يمرون بها والقرارات التي يتخذونها في الماضي تؤثر على مدى ثقتهم في قدراتهم على اتخاذ القرارات"، وأشار (0.17%) إلى " الوعي والمعرفة بمختلف المجالات تمكن الطلبة من التفكير بشكل أفضل واتخاذ قرارات أكثر استنارة وفائدة، والدعم الذي يحصل عليه الطلبة من الأسرة والمجتمع يزيد من ثقتهم في قراراتهم" وأشار (0.11%) إلى أن "الثقة بالنفس لها دورًا حاسمًا في القدرة على اتخاذ القرارات بشكل مستقل والتفكير بشكل منطقي، والاستعداد لتحمل المسؤولية والتعامل مع نتائج القرارات يساهم في زيادة الاستقلالية، وتوفير المعلومات اللازمة والموارد الملائمة والتي تمكن الطلبة من اتخاذ قرارات منطقية مستنيرة"، و"تشجيع الطلبة على تطوير مهارات التفكير النقدي والتحليل وتعزيز الثقة بأنفسهم، وتوفير الإرشاد والدعم لهم لتمكينهم من اتخاذ قرارات صحيحة ومستقلة تساهم في نموهم وتطورهم".

وقد تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى البيئة الاجتماعية والثقافية التي يعيش فيها الطلاب قد يكون لها دور كبير في شكل ومدى استقلاليتهم في اتخاذ القرارات، وقد تكون الثقافة التي تشجع على الاعتماد على الآخرين أمرًا طبيعيًا، وخاصةً فيما يتعلق بالقرارات الأكثر تأثيرًا.

وقد تتبلور هذه النتائج حول الثقة بالنفس وما لها من دور كبير في الاستقلالية في اتخاذ القرارات، فقد يمتلك الطلبة الثقة في قدراتهم، وقد يكونون أكثر استعدادًا لاتخاذ القرارات بشكل مستقل.

وربما تعود أسباب هذه النتائج إلى التزايد في اتخاذ القرارات لدى الطلبة مع التقدم في العمر وتطور القدرات العقلية، وهذا يعني أنّ الاستقلالية في اتخاذ القرارات قد تزيد من نمو الطالب.

وقد تغزو الباحثة هذه النتائج إلى دور الأسرة والمعلمين وتأثيرهم الكبير على استقلالية الطلاب في اتخاذ القرارات، فهناك دعم وإرشاد من الأسرة والمعلمين، فقد يزيد ذلك من الاستقلالية.

وتغزو الباحثة هذه النتائج إلى ما جاء في دراسة

نتائج سؤال المقابلة الثاني والذي ينص: صف قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين؟

جدول 2: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة الثاني

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.17	3	قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين من خلال تحديات بسيطة في بعض الأحيان يمكن أن تكون هذه التحديات ناتجة عن عوامل مثل مرحلة المراهقة التي يمرون بها والتي قد تجعلهم يواجهون بعض الصعوبات في التحكم في ردود أفعالهم.
0.17	3	قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين معتمدين على مهارات الاتصال، فقدره الطلبة على التعبير عن أنفسهم بوضوح وفعالية يسهم في تحقيق التواصل الجيد مع الآخرين وتجنب السلوكيات غير الملائمة، ومن خلال إدراك الذات لأنفسهم ولمشاعرهم وتحدياتهم يساعدهم في ضبط تصرفاتهم وتحسين سلوكهم الشخصي.
0.28	5	قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين يتم

		من خلال المرونة والتكيف، فالقدرة على التكيف مع المواقف المختلفة وضبط الطلبة سلوكهم بناءً على الظروف المحيطة بهم والمتطلبات الأساسية لديهم تعزز من الفعالية في التفاعل مع الآخرين.
0.22	4	قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين يتم من خلال إدارة الطلبة للوقت، فمهارات إدارة الوقت تساعد الطلبة في تحديد الأولويات وتخصيص الوقت بشكل فعال لمختلف الأنشطة والمهام، وقدرة الطلبة على تحمل المسؤولية عن أفعالهم تعزز من تقديرهم لأثر سلوكهم على الآخرين وعلى البيئة المحيطة بهم.
0.17	3	قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي أثناء تفاعلهم مع الآخرين، فالطلبة لديهم القدرة على التفكير التحليلي، وتحليل المواقف والخيارات المتاحة لهم التي تمكن من مساعدتهم في اتخاذ القرارات الصائبة والمناسبة لهم، وتوجيههم نحو أهداف محددة والعمل بجد لتحقيقها مما يعزز من فعاليتهم في التفاعل مع الآخرين، والاستفادة من التجارب السابقة، وتقييم الخبرات السابقة واستخدامها كمصدر للتعلم وتحسين السلوك الشخصي.

لإلقاء الضوء على قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين، يُلاحظ من جدول (2) أن (0.28%) من عينة المقابلة قد أشاروا إلى " قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين يتم من خلال إدارة الطلبة للوقت، فمهارات إدارة الوقت تساعد الطلبة في تحديد الأولويات وتخصيص الوقت بشكل فعال لمختلف الأنشطة والمهام، وقدرة الطلبة على تحمل المسؤولية عن أفعالهم تعزز من تقديرهم لأثر سلوكهم على الآخرين وعلى البيئة المحيطة بهم"، وأشار (0.22%) إلى " قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين يتم من خلال إدارة الطلبة للوقت، فمهارات إدارة الوقت تساعد الطلبة في تحديد الأولويات وتخصيص

الوقت بشكل فعال لمختلف الأنشطة والمهام، وقدرة الطلبة على تحمل المسؤولية عن أفعالهم تعزز من تقديرهم لأثر سلوكهم على الآخرين وعلى البيئة المحيطة بهم". في حين أشار (0.17%) إلى "قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين من خلال تحديات بسيطة في بعض الأحيان يمكن أن تكون هذه التحديات ناتجة عن عوامل مثل مرحلة المراهقة التي يمرون بها والتي قد تجعلهم يواجهون بعض الصعوبات في التحكم في ردود أفعالهم" و"قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين معتمدين على مهارات الاتصال، فقرة الطلبة على التعبير عن أنفسهم بوضوح وفعالية يسهم في تحقيق التواصل الجيد مع الآخرين وتجنب السلوكيات غير الملائمة، ومن خلال إدراك الذات لأنفسهم ولمشاعرهم وتحدياتهم يساعدهم في ضبط تصرفاتهم وتحسين سلوكهم الشخصي" و"قدرة الطلبة على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين، فالطلبة لديهم القدرة على التفكير التحليلي، وتحليل المواقف والخيارات المتاحة لهم التي تمكن من مساعدتهم في اتخاذ القرارات الصائبة والمناسبة لهم، وتوجيههم نحو أهداف محددة والعمل بجد لتحقيقها مما يعزز من فعاليتهم في التفاعل مع الآخرين، والاستفادة من التجارب السابقة، وتقييم الخبرات السابقة واستخدامها كمصدر للتعلم وتحسين السلوك الشخصي".

وقد تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أنّ مهارات إدارة الوقت قد تساعد الطلاب في تحديد الأولويات وتخصيص الوقت بشكل فعال لمختلف الأنشطة والمهام، وقد يزيد من عن توجيه وتدريب الطلاب في كيفية تنظيم واستغلال وقتهم بشكل فعال، وقد يشير إلى أنّ قدرة الطلاب على تحمل المسؤولية عن أفعالهم تزيد من تقديرهم لأثر سلوكهم على

الآخرين والبيئة المحيطة بهم، وقد يكون نتيجة لتعزيز مهارات القيادة والمسؤولية في بيئة التعلم.

وربما تعود هذه النتائج إلى أهمية تقديم الدعم العاطفي والمساعدة في تطوير مهارات التحكم في الرود لأن الطلبة قد يمرون ببعض التحديات العاطفية في مرحلة المراهقة، وقد تؤثر في قدرتهم على ضبط أنفسهم، وقد تعود هذه النتيجة إلى حاجة إلى مهارات الاتصال التي قد تسهم في قدرتهم على ضبط سلوكهم وتفاعلهم مع الآخرين، وهذا يمكن أن يتضمن التعبير عن الأفكار والمشاعر بوضوح وفعالية، وفهم تأثير سلوكهم على الآخرين.

نتائج سؤال المقابلة الثالث والذي ينص: بين مدى قدرة الطلبة على التحكم بالظروف المحيطة بهم وتحليلها وتطويرها لصالحهم؟

جدول 3 : النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة الثالث

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.33	6	يستخدم الطلبة الوعي والذكاء الاجتماعي في قدرة الطلبة على فهم الديناميات الاجتماعية والتفاعلات بين الأفراد والمجموعات تساهم في قدرتهم على تحليل الظروف واتخاذ القرارات بناءً على هذا الفهم.
0.11	2	يأتي من القدرة على وضع استراتيجيات وخطط لتحقيق الأهداف التي تمكن الطلبة من التحكم في الظروف المحيطة بهم وتوجيهها نحو تحقيق نتائج إيجابية تعتمد على مهارات الاتصال، فيساعد التواصل بفعالية مع الآخرين في فهم الظروف وبناء علاقات إيجابية تسهم في تحقيق الأهداف.
0.28	5	تنولد من خلال الثقة بالنفس والاعتماد على الذات، فالثقة في القدرة

		على التحكم في الظروف وتحقيق النجاح تمنح الطلبة الإصرار والقوة لمواجهة التحديات، القدرة على التكيف مع التغييرات والظروف المتغيرة تعزز من القدرة على التحكم والتأثير في البيئة المحيطة.
0.11	2	تتم من خلال التفكير التحليلي والابتكار، فالقدرة على تحليل الوضع بشكل دقيق وابتكار حلول جديدة تسهم في تحقيق الأهداف بشكل أفضل، والاستمرارية في التعلم وتطوير المهارات التي تمكن الطلبة من التحسين المستمر والتكيف مع التغييرات في البيئة المحيطة.
0.17	3	يأتي من خلال المرونة العقلية والعاطفية، فالقوة العقلية والعاطفية تساعد في التعامل مع المواقف الصعبة واستخدامها كفرص للنمو والتطور.

يلحظ من جدول (3) أن (0.33%) أشاروا إلى أنه "يستخدم الطلبة الوعي والذكاء الاجتماعي في قدرة الطلبة على فهم الديناميات الاجتماعية والتفاعلات بين الأفراد والمجموعات تساهم في قدرتهم على تحليل الظروف واتخاذ القرارات بناءً على هذا الفهم" وأشار (0.28%) إلى إجابة "تتولد من خلال الثقة بالنفس والاعتماد على الذات، فالثقة في القدرة على التحكم في الظروف وتحقيق النجاح تمنح الطلبة الإصرار والقوة لمواجهة التحديات، القدرة على التكيف مع التغييرات والظروف المتغيرة تعزز من القدرة على التحكم والتأثير في البيئة المحيطة". وأشار (0.17%) من عينة الدراسة إلى أن الإجابة "يأتي من خلال المرونة العقلية والعاطفية، فالقوة العقلية والعاطفية تساعد في التعامل مع المواقف الصعبة واستخدامها كفرص للنمو والتطور"، وأشار ما بنسبته (0.11%) إلى "يأتي من القدرة على وضع إستراتيجيات وخطط لتحقيق الأهداف التي تمكن الطلبة من التحكم في الظروف المحيطة بهم وتوجيهها نحو تحقيق نتائج إيجابية تعتمد على مهارات الاتصال، فيساعد التواصل بفعالية مع

الآخرين في فهم الظروف وبناء علاقات إيجابية تسهم في تحقيق الأهداف" و "تتم من خلال التفكير التحليلي والابتكار، فالقدرة على تحليل الوضع بشكل دقيق وابتكار حلول جديدة تسهم في تحقيق الأهداف بشكل أفضل، والاستمرارية في التعلم وتطوير المهارات التي تمكن الطلبة من التحسين المستمر والتكيف مع التغيرات في البيئة المحيطة".

وقد تغزو الباحثة هذه النتائج نتيجة لتطوير مهارات التفاعل الاجتماعي وفهم الديناميات الاجتماعية، وقد يسهم الوعي والذكاء الاجتماعي في فهم الطلاب للديناميات الاجتماعية بين الأفراد والمجموعات، وقد تكون الثقة بالنفس والاعتماد على الذات تمنح الطلاب الإصرار والقوة لمواجهة التحديات نتيجة لتوجيه الطلاب نحو تطوير الثقة بأنفسهم وقدرتهم على التحكم في الظروف.

وقد تتمحور هذه النتائج إلى المرونة العقلية والعاطفية عند الطلبة التي تساعدهم في التعامل مع المواقف الصعبة واستخدامها كفرص للنمو والتطور، وهذا قد يظهر أهمية تطوير مهارات التحكم في العواطف والتكيف مع التغيرات، وقد تكون هذه النتائج نتيجة لتوجيه وتعزيز الطلاب لتطوير مهارات الوعي الاجتماعي والثقة بالنفس والمرونة العقلية والعاطفية وإستراتيجيات الهدف، والتفكير التحليلي والإبداع.

نتائج سؤال المقابلة الرابع والذي ينص: برأيك ما مستوى التجديد والابتكار لدى الطلبة؟

جدول 4: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة الرابع

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.6	1	قد يكون محدودًا نسبيًا، وقد يكون هناك بعض القدرة على الإبداع والتفكير الجديد لدى بعض الطلبة التي يمكن بأن تشجعهم على

		تطوير مهاراتهم من خلال توفير بيئة تعلم تشجع على الإبداع، وتقديم فرص للتحدي وحل المشكلات بشكل مستمر.
0.11	2	يعتمد كلياً على المرونة العقلية، فالقدرة على التكيف مع التغييرات والتحديات، والنظر بطريقة ترتبط بالاستمرار في تطوير المهارات والمعرفة التي تفتح أبواباً للفرص الجديدة والأفكار التي تحفز الطلبة على التجديد والتفكير النقدي والابتكار.
0.28	5	يرتبط بالقدرة على التفكير النقدي، فالقدرة على تقييم الأفكار والمفاهيم بشكل نقدي يمكن أن يسهم في تحسين الأفكار والتجديد، وكذلك الرغبة القوية في تحقيق الأهداف وتحقيق التميز يدفع الطلبة إلى البحث عن حلول جديدة ومبتكرة.
0.33	6	يصل إلى الإبداع والتفكير الإبداعي، فالقدرة على إيجاد حلول جديدة وفريدة للتحديات والمشكلات يعكس مستوى التفكير الإبداعي، والبيئة التي يعيش فيها الطلبة وتفاعلهم مع الآخرين يؤثر في قدرتهم على التجديد والابتكار.
0.22	4	يرتفع مستوى الطلبة من التحفيز من قبل المعلمين والمدرسة، فتشجيع المعلمين والمدرسة طلبتهم على التفكير الابتكاري وتوفير المساحات للتجديد يمكن أن يلهم الطلبة إلى التفكير بشكل إبداعي لتطوير مهاراتهم الابتكارية.

ولتحديد الإجابة عن مستوى التجديد والابتكار لدى الطلبة، يلحظ من جدول (4) أن (0.33%) أشاروا إلى "يصل إلى الإبداع والتفكير الإبداعي، فالقدرة على إيجاد حلول جديدة وفريدة للتحديات والمشكلات يعكس مستوى التفكير الإبداعي، والبيئة التي

يعيش فيها الطلبة وتفاعلهم مع الآخرين يؤثر في قدرتهم على التجديد والابتكار"، وأشار (0.28%) "يرتبط بالقدرة على التفكير النقدي، فالقدرة على تقييم الأفكار والمفاهيم بشكل نقدي يمكن أن يسهم في تحسين الأفكار والتجديد، وكذلك الرغبة القوية في تحقيق الأهداف وتحقيق التميز يدفع الطلبة إلى البحث عن حلول جديدة ومبتكرة"، وأشار (0.22%) إلى أنه "يرتفع مستوى الطلبة من التحفيز من قبل المعلمين والمدرسة، فتشجيع المعلمين والمدرسة طلبتهم على التفكير الابتكاري وتوفير المساحات للتجديد يمكن أن يلهم الطلبة إلى التفكير بشكل إبداعي لتطوير مهاراتهم الابتكارية"، وأشار (0.11%) أنه "يعتمد كلياً على المرونة العقلية، فالقدرة على التكيف مع التغييرات والتحديات، والنظر بطريقة ترتبط بالاستمرار في تطوير المهارات والمعرفة التي تفتح أبواباً للفرص الجديدة والأفكار التي تحفز الطلبة على التجديد والتفكير النقدي والابتكار" وأشار (0.06%) من أفراد الدراسة إلى أنه "قد يكون محدوداً نسبياً، وقد يكون هناك بعض القدرة على الإبداع والتفكير الجديد لدى بعض الطلبة التي يمكن بأن تشجعهم على تطوير مهاراتهم من خلال توفير بيئة تعلم تشجع على الإبداع، وتقديم فرص للتحدي وحل المشكلات بشكل مستمر".

وقد تعزو الباحثة هذه النتيجة لتشجيع الطلاب على تطوير مهاراتهم الإبداعية وتحفيزهم للتفكير بشكل جديد، وقد يكون السبب أن بعض الأشخاص يربطون التجديد بالقدرة على تقييم الأفكار والمفاهيم بشكل نقدي، مما يساهم في تحسينها. هذا يعكس أهمية تطوير مهارات التفكير النقدي لدى الطلاب.

وقد تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن بعض الأشخاص يعززون مستوى التجديد لدى الطلاب إلى التحفيز والتشجيع من قبل المعلمين والمدرسة، وهذا يعني أهمية دور

المعلمين في تحفيز الطلاب للتفكير بشكل إبداعي وتقديم الفرص للتحدي وحل المشكلات.

نتائج سؤال المقابلة الخامس والذي ينص: صف طبيعة العلاقات الاجتماعية للطلبة مع زملائهم ومعلميهم؟

جدول 5: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة الخامس

نمط الإجابة	العدد	%
يوجد بين الطلبة صداقات تكون غالبًا نتيجة الاهتمامات المشتركة بين الطلبة وقضاء الوقت معًا، وتتشكل العلاقات التعاونية من خلال الدراسة والمشاركة في مشاريع وفعاليات مشتركة.	5	0.28
يمكن أن يكون هناك تنافس بين الطلبة في الأداء الأكاديمي والرياضي، ولكن يمكن أن يكون هذا التنافس دافعًا لتحسين الأداء بشكل عام، بالإضافة إلى العلاقات مع المعلمين، فالمعلمون يقومون بدور هام في توجيه ودعم الطلبة في مساراتهم التعليمية والمهنية.	4	0.22
يتيح تواصل الطلبة مع المعلمين فرصة للاستفادة من خبراتهم والحصول على المشورة والإرشادات، فتكون العلاقة بين الطلبة ومعلمهم بناءً على الاحترام المتبادل، فتبنى العلاقات الجيدة بين الطلبة والمعلمين على الاحترام المتبادل والتعاون.	3	0.17
تبنى العلاقات مع الجماعة الدراسية الأوسع، من خلال المشاركة في الأنشطة الطلابية يمكن أن تكون هناك فرص للمشاركة في الأنشطة والفعاليات التي تجمع بين طلبة مختلف الصفوف والمدارس، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي له دورًا هامًا في تسهيل التواصل وبناء العلاقات الاجتماعية بين الطلبة.	3	0.17
قد تكون العلاقات بين الطلبة مختلفة فيما بينها وتعتمد على الشخصيات والاهتمامات الفردية، فتحتاج هذه العلاقات إلى الاستمرار في التطور والتقدم، لما لها من دور في تحسين تجربة الطلبة في المدرسة من أجل أن تسهم في تحقيق نجاحاتهم الشخصية والأكاديمية.	3	0.17

ولتقصي طبيعة العلاقات الاجتماعية للطلبة مع زملائهم ومعلميهم كما يلحظ من جدول (5) فقد أشار (0.28%) إلى أنه "يوجد بين الطلبة صداقات تكون غالباً نتيجة الاهتمامات المشتركة بين الطلبة وقضاء الوقت معاً، وتتشكل العلاقات التعاونية من خلال الدراسة والمشاركة في مشاريع وفعاليات مشتركة" وأشار (0.22%) إلى أنه "يمكن أن يكون هناك تنافس بين الطلبة في الأداء الأكاديمي والرياضي، ولكن يمكن أن يكون هذا التنافس دافعاً لتحسين الأداء بشكل عام، بالإضافة إلى العلاقات مع المعلمين، فالمعلمون يقومون بدور هام في توجيه ودعم الطلبة في مساراتهم التعليمية والمهنية" وأشار (0.17%) إلى أنه "يتيح تواصل الطلبة مع المعلمين فرصة للاستفادة من خبراتهم والحصول على المشورة والإرشادات، فتكون العلاقة بين الطلبة ومعلمهم بناءً على الاحترام المتبادل، فتبنى العلاقات الجيدة بين الطلبة والمعلمين على الاحترام المتبادل والتعاون" و"تبنى العلاقات مع الجماعة الدراسية الأوسع، من خلال المشاركة في الأنشطة الطلابية يمكن أن تكون هناك فرص للمشاركة في الأنشطة والفعاليات التي تجمع بين طلبة مختلف الصفوف والمدارس، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي له دور هام في تسهيل التواصل وبناء العلاقات الاجتماعية بين الطلبة" وقد تكون العلاقات بين الطلبة مختلفة فيما بينها وتعتمد على الشخصيات والاهتمامات الفردية، فتحتاج هذه العلاقات إلى الاستمرار في التطور والتقدم، لما لها من دور في تحسين تجربة الطلبة في المدرسة من أجل أن تسهم في تحقيق نجاحاتهم الشخصية والأكاديمية".

وقد تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن هناك صداقات تكون بناءً على الاهتمامات المشتركة وقضاء الوقت معاً. هذه العلاقات الاجتماعية يمكن أن تكون مفيدة للطلاب

في تبادل المعرفة والدعم المتبادل، وقد يكون لوجود تنافس بين الطلاب في الأداء الأكاديمي والرياضي محفزاً لتحسين الأداء بشكل عام وتحقيق التميز. ويمكن أن تفسر هذه النتيجة أن المعلمين لهم دورهم في توجيه ودعم الطلاب في مساراتهم التعليمية والمهنية، وهذه العلاقات يمكن أن تكون محفزة للتطور والنمو الشخصي والأكاديمي. ويمكن تفسير النتائج أن العلاقات بين الطلاب تتنوع وتعتمد على الشخصيات والاهتمامات الفردية، وهذا يظهر أهمية استمرار تطوير وتقديم هذه العلاقات لتحسين تجربة الطلاب في المدرسة.

نتائج سؤال المقابلة السادس والذي ينص: صف المناخ التعليمي المتوافر للطلبة؟

جدول 6: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة السادس

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.22	4	توفر المدارس بيئة تعلم محفزة يمكن أن يسهم في تحفيز الطلبة وتعزيز مشاركتهم في العملية التعليمية، كما توفر بيئة آمنة وداعمة تشعر الطلبة بالراحة والأمان للتعلم والتطور.
0.17	3	توفر المدرسة علاقات إيجابية وداعمة بين المعلمين والطلبة لها دوراً مهماً في تشجيع الطلبة على المشاركة وتحفيزهم لتحقيق النجاح الأكاديمي، بالإضافة إلى توفير الموارد التعليمية الكافية والمتنوعة التي تساهم في تحسين فهم الطلبة واستيعابهم للمواد الدراسية.
0.33	6	تقدم المدارس الدعم الفردي للطلاب في المجالات الأكاديمية والاجتماعية التي يمكن أن يزيد من فرص نجاحهم وراحتهم في البيئة التعليمية.
0.28	5	تعمل المدارس على تشجيع الطلبة على التفكير بشكل نقدي وتطوير مهاراتهم الإبداعية التي يمكن أن تساهم في تحسين تجربتهم التعليمية، كما

	توفر للطلبة فرص المشاركة في الأنشطة المدرسية والفعاليات الاجتماعية التي تعزز من انتمائهم وتعزز شعورهم بالمجتمع المدرسي.
--	---

ولمعرفة النسب المتعلقة بالمناخ التعليمي المتوافر للطلبة كما لوحظ من جدول (6) فقد أشار (0.33%) إلى أنه "تقدم المدارس الدعم الفردي للطلاب في المجالات الأكاديمية والاجتماعية التي يمكن أن يزيد من فرص نجاحهم وراحتهم في البيئة التعليمية" وأشار (0.28%) إلى أنه "تعمل المدارس على تشجيع الطلبة على التفكير بشكل نقدي وتطوير مهاراتهم الإبداعية التي يمكن أن تسهم في تحسين تجربتهم التعليمية، كما توفر للطلبة فرص المشاركة في الأنشطة المدرسية والفعاليات الاجتماعية التي تعزز من انتمائهم وتعزز شعورهم بالمجتمع المدرسي" وأشار كذلك (0.22%) بأنه "توفر المدارس بيئة تعلم محفزة يمكن أن يسهم في تحفيز الطلبة وتعزيز مشاركتهم في العملية التعليمية، كما توفر بيئة آمنة وداعمة تشعر الطلبة بالراحة والأمان للتعلم والتطور" وأشار (0.17%) إلى أنه "توفر المدرسة علاقات إيجابية وداعمة بين المعلمين والطلبة لها دور مهم في تشجيع الطلبة على المشاركة وتحفيزهم لتحقيق النجاح الأكاديمي، بالإضافة إلى توفير الموارد التعليمية الكافية والمتنوعة التي تساهم في تحسين فهم الطلبة واستيعابهم للمواد الدراسية".

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى توفير الدعم الفردي للطلاب في المجالات الأكاديمية والاجتماعية يساهم في زيادة فرص نجاحهم وراحتهم في البيئة التعليمية، هذا يعني أن المدارس قد تعمل على تلبية احتياجات الطلاب بشكل فردي وتقديم الدعم الذي يحتاجونه، وقد يكون لتوجيه الجهود نحو تطوير التفكير النقدي والمهارات الإبداعية

يسهم في تحسين تجربة التعلم، فيتشجع الطلاب على التفكير بطرق جديدة ويمكن تطوير قدراتهم في حل المشكلات.

وقد تعزو الباحثة إلى تشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المدرسية والفعاليات الاجتماعية يمكن أن يعزز من انتمائهم وشعورهم بالمجتمع المدرسي، وتوفير موارد تعليمية كافية ومتنوعة تساهم في تحسين فهم الطلاب واستيعابهم للمواد الدراسية.

نتائج سؤال المقابلة السابع والذي ينص: بين مدى التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرههم ومجتمعهم؟

جدول 7: النتائج المستخلصة من استجابات عينة المقابلة على سؤال المقابلة السابع

النسبة	العدد	نمط الإجابة
0.17	3	التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرههم ومجتمعهم مبني من قدرة الطلبة على بناء علاقات صحية وداعمة مع الأصدقاء تعزز من شعورهم بالانتماء والراحة النفسية، والدعم والتواصل الجيد مع أفراد العائلة يسهم في تعزيز الشعور بالأمان والاستقرار النفسي.
0.33	6	التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرههم ومجتمعهم من خلال الاندماج في المجتمع والمشاركة الاجتماعية في الأنشطة المجتمعية التي تعزز من الانتماء وتواجد الطلبة في بيئة داعمة ومحفزة.
0.22	4	التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرههم ومجتمعهم يتكون من خلال التوافق في القيم والمعتقدات مع الأقران والأسرة والمجتمع الذي يسهم في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي، وتحسين التوافق النفسي.

0.28	5	التفاهم والاحترام المتبادل بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم يسهم في تعزيز العلاقات الإيجابية وتطوير مهارات التواصل والتفاهم، فهذا يساهم في تحسين التوافق النفسي ويعزز من رفايتهم الشاملة.
------	---	--

ولمعرفة مدى التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم كما لوحظ من جدول (7) فقد أشار (0.33%) إلى مدى "التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم من خلال الاندماج في المجتمع والمشاركة الاجتماعية في الأنشطة المجتمعية التي تعزز من الانتماء وتواجد الطلبة في بيئة داعمة ومحفزة" وأشار (0.28%) إلى "التفاهم والاحترام المتبادل بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم يسهم في تعزيز العلاقات الإيجابية وتطوير مهارات التواصل والتفاهم، فهذا يساهم في تحسين التوافق النفسي ويعزز من رفايتهم الشاملة" وأشار (0.22%) إلى "التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم يتكون من خلال التوافق في القيم والمعتقدات مع الأقران والأسرة والمجتمع الذي يسهم في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي، وتحسين التوافق النفسي" وكذلك أشار (0.17%) إلى "التوافق النفسي بين الطلبة وأقرانهم وأسرهم ومجتمعهم مبني من قدرة الطلبة على بناء علاقات صحية وداعمة مع الأصدقاء تعزز من شعورهم بالانتماء والراحة النفسية، والدعم والتواصل الجيد مع أفراد العائلة يسهم في تعزيز الشعور بالأمان والاستقرار النفسي".

وقد تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أنّ الاندماج في المجتمع والمشاركة الاجتماعية يمكن أن يعزز من الانتماء وخلق بيئة داعمة ومحفزة للطلبة مما يعزز التوافق النفسي.

وترى الباحثة إلى أنه قد يكون للتفاهم والاحترام المتبادل بين الطلبة وأقرانهم وأسرههم ومجتمعهم إسهام في بناء علاقات إيجابية وتطوير مهارات التواصل والتفاهم، مما يؤدي إلى تحسين التوافق النفسي.

وبعد تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها من قبل الباحثة، تم الرجوع للدراسات السابقة التي أوردتها الباحثة في الفصل الثاني ومقارنتها مع نتائج الدراسة وبيان نقاط الاتفاق ونقاط الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية وتوصلت الباحثة إلى ما يأتي: اتفقت معظم الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية بتحديد مفهوم الرفاهية النفسية وجودة الحياة، واعتباره موضوع في غاية الأهمية، واختلفت مع الدراسات السابقة في منهجية الدراسة، فقد اتبعت الدراسة الحالية المنهج النوعي في حين تنوعت الدراسات السابقة بين المنهج الشبه التجريبي والوصفي، ولذلك نحتاج لمزيد من الأبحاث والدراسات وتطبيقها بطريقة نوعية وتكون مشابهة للدراسات السابقة من حيث المضمون كدراسة (رينج وهوفر وهيكي (Ring, Hofer & Hickey 2016)) وغيرها، فقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (أبو حماد، 2019) في طبيعة العلاقة بين جودة الحياة النفسية وكل من الرفاهية النفسية والقيمة الذاتية، وقد اتفقت مع دراسة عوض (2021) حول الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية من المتفوقين عقلياً الملحقين بمدرسة المتفوقين، وكذلك اتفقت مع دراسة كيوان وبركات (2021) في الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والرفاهية النفسية لدى طلبة الثانوية العامة، وكذلك اتفقت مع دراسة الزبداني (2021) والتي هدفت إلى تعرف الإسهام النسبي لكل من الرفاهية النفسية واليقظة الذهنية في التنبؤ بجودة الحياة في العمل المدرسي لدى المعلمين واتفقت كذلك مع دراسة كرم الله (2022) بإجراء دراسة هدفت إلى تعرف فاعلية الإرشاد بالتدخل الإيجابي لتنمية الرفاهية النفسية لدى طلاب

المرحلة الإعدادية، واتفقت مع دراسة عرب والخضر (2022) في الكشف عن أثر برنامج يعتمد على تدخلات علم النفس الإيجابي في الرفاهية الذاتية والنفسية.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثة بما يأتي:

1. توجيه الجهود نحو تعزيز ثقة الطلاب بأنفسهم من خلال برامج تطوير الثقة وورش العمل التي تركز على تعزيز مهارات التفكير الإيجابي والتعبير عن الرأي بثقة.
2. تشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المجتمعية التي تعزز الاندماج وتعزز التواصل مع المجتمع المحيط.
3. تعزيز قدرة الطلاب على ضبط ذواتهم وتنظيم سلوكهم الشخصي في أثناء تفاعلهم مع الآخرين، مما يمكنهم من التحكم في الظروف المحيطة بهم وتحقيق النجاح في مساراتهم الشخصية والأكاديمية.
4. تطوير برامج تدريبية وورش عمل تساعد الطلاب في تحسين وعيهم وذكائهم الاجتماعي، مما يمكنهم من فهم الديناميات الاجتماعية والتفاعلات بين الأفراد واتخاذ قرارات أفضل استنادًا إلى هذا الفهم.
5. توجيه الانتباه لعوامل مثل مرحلة المراهقة التي قد تجعل الطلاب يواجهون صعوبات في ضبط ردود أفعالهم، وتطوير إستراتيجيات لمساعدتهم في التعامل مع هذه التحديات.
6. تشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المدرسية والفعاليات الاجتماعية، حيث يمكن أن تكون هذه الفرص مهمة في بناء العلاقات وتعزيز الشعور بالانتماء.

7. إجراء دراسات مشابهة تطبق في حدود مكانية أخرى، وكذلك على عينات أخرى كمدراء المدارس، والمشرفين التربويين
8. إجراء دراسات مستقبلية تربط بين الرفاهية النفسية مع الفلسفات التربوية تحت مظلة علم النفس التربوي.

المراجع العربية

- أبو حلاوة، محمد. (2014). علم النفس الإيجابي. مصر: العربي لعلوم النفسية العربية.
- أبو حماد، ناصر الدين. (2019). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالرفاهية النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز. مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 10(27)، 267-281.
- قائيل، عبد الحي. (1984). المذاهب الأخلاقية الكبرى. القاهرة: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- السحمراني، أسعد. (1988). الأخلاق في الإسلام والفلسفة القديمة. عمان: دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع.
- المنشاوي، سائدة. (2009). العلاقة بين السعادة والذكاء الانفعالي لدى عينة من المراهقين الأردنيين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان.
- عطيتو، عباس. (1992). ملامح الفكر الفلسفي عند اليونان. مصر: دار المعرفة الجامعية.

خديجة الغامدي. (2012). التفكير البنائي وعلاقته بكل من الاستمتاع بالحياة والرضا الوظيفي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، المملكة العربية السعودية، كلية التربية، جامعة الطائف. الزيداني، احمد. (2021). الإسهام النسبي لكل من الرفاهية النفسية واليقظة الذهنية في التنبؤ بجودة الحياة في العمل المدرسي لدى المعلمين. مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية، 28 (1)، 681-625.

الزغول، عماد. (2014). مبادئ علم النفس التربوي. العين: دار الكتاب الجامعي. كرم الله، عيدان. (2022). فاعلية الإرشاد بالتدخل الإيجابي لتنمية الرفاهية النفسية لدى طلاب الإعدادية. مركز البحوث النفسية. بغداد، 33 (2)، 508-467. محمود، ايمان. (2021). التعرف على وجود حالة من الرفاهية النفسية لدى الأطفال المصابين بالسكري، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين مستويات الرفاهية النفسية وتغير جودة الحياة لدى الأطفال المصابين بالسكري، مجلة الخدمة النفسية، 14 (1) 291-256.

معمارية، بشير. (2016). علم النفس الإيجابي - اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية. الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع. عوض، نيفين. (2021). أثر برنامج موسيقي على الرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية من المتفوقين عقليا الملحقين بمدرسة المتفوقين في العلوم والتكنولوجيا. العلوم التربوية بجامعة القاهرة، 29 (1)، 466 - 439. كيوان، تمام وبركات، فاتن. (2021). الاثران الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى عينة من طلبة الثانوية العامة في مدينة حمص. مجلة جامعة البعث سلسلة العلوم التربوية، 43 (41)، 97 - 37.

كرم الله، عيدان. (2022). فاعلية الإرشاد بالتدخل الإيجابي لتنمية الرفاهية النفسية لدى طلاب الإعدادية. مركز البحوث النفسية، 33(2)، 467-508.
عرب، هبة والخضر، عثمان. (2022). أثر تدخلات علم النفس الإيجابي في الرفاهية الذاتية والنفسية. مجلة العلوم الاجتماعية، 16 (1)، 25-42.

المراجع الأجنبية

Acun- Kapikiran, N. (2015). Focus on Positive and Negative Information As The Mediator of The Relationship Between Empathy, Tendency Guilty, and Psychological Well-being in University Student. Educational Sciences: Theory & Practice, 11 (3), 1141-1147.

Awasthi, P. Chauhan, R. & Verma, S. (2016). Subjective well-being of physically disabled and normal students. Indian Journal of Health & Wellbeing, 7 (6) 579- 584.

Brackett, M. & Mayer, J. (2015). Convergent Discriminant and Incremental Validity of Competing Measures of Emotional Intelligence. Personality and social psychology Bulletin, 29, 1147-1158.

Eryilmaz, A. & Sapsaglam, O. (2018). Development of Subjective Well- Being Increasing Strategies Scale for

Children (1–5 Ages) Their Mothers Use. Journal of Education and Training Studies, 6 (6) 77– 83.

Hajiran, H. (2006). Towards A Quality Of Life Theory: Not Domestic Product Of Happiness. Social Indicators Research. Vol.57, pp.31–43.

Hanjani, H. M. Dastres, M. Mirshekari, H. R., & Moniri, A. Z. (2016). Relationship Between Self–Efficacy and Well–Being in Staffs Of Addiction Treatment Centers. Electronic Journal of Biology, 6, 21–34.

Ring, L. Hofer, S. & Hickey, A. (2016). Individual quality of life: Can it be accounted for by psychological and subjective well–being. social Indicators Research, 32(3), 113–132.

Schippers, A. (2015). Quality Of Life in Disability Studies in The Netherlands, Medische Antropology. Vol.22(2). 277–288

Tommasi, M. Grassi, P. Balsamo, M. Picconi, L. Furnham, A. & Saggino, A. (2018). Correlations Between Personality, Affective and Filial Self– Efficacy Beliefs, And Psychological Well– Being in A Sample of Italian Adolescents. Psychological Reports, 121(1) 59–78

إربد للبحوث والدراسات الإنسانية الرفاهية النفسية ودرها في تنمية
المجلد (25)، العدد السادس، 2023 الشحيات، خولت؛ خصاوت، عمر؛ المومني، محمد

Weijers, D. (2020). Teaching well-being or quality of life from a philosophical perspective. University of Waikato.