

الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي

ببلدية حاسي القارة ولاية المنية

**Psychological well-being and its relationship to optimism For secondary education teachers
In the municipality of Hassi Gara, El Méria**حروز حروز^{1*}، عمر حجاج²،¹ جامعة غرداية (الجزائر)² جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، (الجزائر)

تاريخ الاستلام : 2024-06-23؛ تاريخ المراجعة : 2025-04-09 ؛ تاريخ القبول : 2025-06-30

ملخص :

يهدف موضوع هذه الدراسة إلى التعرف إلى الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنية، بالاعتماد على المنهج الوصفي، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (103) أساتذا منهم: (83) أنثى و(20) ذكرا وقد تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل، ويعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الرفاه النفسي والقائمة العربية للتفاؤل وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها تم توصلت الدراسة إلى لنتائج التالية:

- مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة مرتفع.
- مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة مرتفع.
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة تعزى لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: الرفاه النفسي، التفاؤل، أساتذة التعليم الثانوي.**Abstract :**

This study aims to investigate the psychological well-being and its relationship with optimism among secondary school teachers in Hassi Gara municipality, El Méria Province, using a descriptive approach. The study was conducted on a sample of 103 teachers, comprising 83 females and 20 males, selected through comprehensive sampling. After applying the study tools, including the Psychological Well-being Scale and the Arabic Optimism Scale, and statistically processing the obtained data, the study reached the following results:

- The level of psychological well-being among secondary school teachers in Hassi Gara municipality is high.
- The level of optimism among secondary school teachers in Hassi Gara municipality is high.
- There is no statistically significant correlation between psychological well-being and optimism among secondary school teachers in Hassi Gara municipality.
- There are no statistically significant differences in the level of psychological well-being among secondary school teachers in Hassi Gara municipality attributed to gender.
- There are statistically significant differences in the level of optimism among secondary school teachers in Hassi Gara municipality attributed to gender.

Keywords: Psychological well-being, Optimism, Secondary school teachers.

I - تمهيد :

التفاؤل هو سمة من السمات الجميلة التي تغير تفكير الإنسان وتغير نظرتة للأمور وهو من السنن النبوية التي سنها النبي صلى الله عليه وسلم الذي كان دائماً مبتسماً بالرغم من تعرضه المستمر لكل أنواع الأذى من المشركين وأعداء الله وهو أيضاً سمة يكافئ الله بها عباده فهي تزيد من حسن الظن بالله والتوكل عليه.

فالتفاؤل هو واحد من أهم المشاعر الايجابية التي تجعل الانسان يعيش في سلام، فبدون التفاؤل لن يكون هناك دافع لتحقيق الاحلام والوصول إلى الطموحات، فيكون الانسان أقرب إلى الموت في حالة فقدانه التفاؤل. هذا التفاؤل الذي يمنح الفرد الشعور بالأمل والذي يجعل الحياة مستمرة وينيرها ولا يشعر باليأس ابدا ويستمر في محاولاته حتى يتمكن في النهاية من النجاح والوصول إلى تحقيق أهدافه وأحلامه.

وأشار "سليغمان" إلى أن علم النفس الإيجابي يهتم بدراسة بالخبرات الذاتية والإيجابية وكذلك المؤسسات الإيجابية والتي تدعو إلى تحسين نوعية وجوده الحياة والوقاية من الأمراض التي تظهر نتيجة الحياة غير الممتعة أو الحياة التي ليس لها معنى، وعلى المستوى الذاتي يهتم علم النفس الإيجابي بإعطاء قيمة للخبرات مثل الهناء النفسي والسرور والرضا والأمل والتفاؤل والسعادة ويهتم بالسمات الفردية الإيجابية مثل القدرة علي الحب والكفاءة والشجاعة والمثابرة والتسامح والعقلانية والموهبة والحكمة، وعلى المستوى الجماعي يهتم علم النفس الإيجابي بالفضائل المدنية أو الجماعية والمؤسسات التي توجه الأشخاص نحو مواطنة أفضل وتحمل المسؤولية وحب الآخرين والاعتدال والمسامحة وأخلاقيات العمل، هناك سمة مزاجية تتوسط العلاقة بين الاحداث الخارجية وتفسير الفرد لها، هذه السمة هي "التفاؤل"، ويتضمن التفاؤل مكونات معرفية وانفعالية ودافعية حيث يميل الأشخاص الذين يرتفع لديهم مستوى التفاؤل إلى استخدام أساليب أفضل ويكونوا أكثر مثابرة ونجاحا وصحتهم البدنية أفضل، حيث أشارت الكثير من بحوث علم النفس إلى أن التفاؤل يقلل من خطر التعرض للمشاكل الصحية وإلى انتعاش أسرع بعد الاحداث المؤلمة كالموت أو المرض، وأن المتفائلين أقل قلقاً، وأكثر قدرة على تحمل الشدائد، وأكثر ثقة وقدرة على اتخاذ القرار، وأكثر إبداعاً.

كما أظهرت وجود علاقة إيجابية مرتفعة بين نظرة التفاؤل والسعادة، وأن التفاؤل يرتبط إيجاباً بالسيطرة على الضغوط ومواجهتها والنجاح في حل المشكلات وضبط النفس، وتقدير الذات والتوافق، والصحة النفسية والجسمية، وعادات غذائية -فقد ثبت عن النبي - صلى الله عليه وسلم- أنه قال " لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا صفر ولا نوء ولا غول، ويعجبني الفأل".

وبما أن الأستاذ الشخص المؤتمن على أهم ما يملكه المجتمع من ثروة المتمثلة في التلاميذ وهو الذي يتم الاعتماد عليه في رعاية هذه الثروة واستثمارها الاستثمار الأمثل الذي يخدم أهداف المجتمع ويحقق طموحاته، وعليه يكون لزاماً أن نوفر له ما يرضيه ويريحه ليزيد من تفاؤله الذي سينعكس ايجابيا على المتعلمين وتحصيلهم هذا كان سببا جعلنا نشعر بالحاجة الماسة لمثل هذه الدراسات وما جعلنا نتناول في دراستنا هذه الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل.

ويعتبر الرفاه النفسي عنصراً هاماً في حياة الناس عامة، كما أنه يعتبر جزءاً لا يتجزأ من الصحة النفسية فهو أحد مخرجاتها الدالة عليها، حيث أن تحقيقهما يساعد الإنسان في مواجهة مشاق الحياة وصعوباتها ويسهم في الوصول للعيش الكريم والحياة السعيدة ويمكن من تحقيق أهداف الحياة وغاياتها.

وتعد الصحة النفسية من أهم فروع علم النفس التي وجه إليها علماء النفس اهتماماتهم في أواخر القرن العشرين حيث عرفت منظمة الصحة العالمية (2004) الصحة النفسية بأنها عبارة عن حالة من المعافاة وإدراك ما يتمتع به الفرد من قدرات والقدرة على مواجهة الضغوطات، حيث يكون الشخص منتج وبناء وله دور في المجتمع، وتعتبر الصحة النفسية بشكل عام عاملاً رئيساً يؤثر على قدرة الأطفال على الاستمتاع بحياتهم لكي يصبحوا بالغين وأصحاء، ويمكن لرفاه الأطفال أن يسهم في زيادة قدرتهم على التكيف مع الحياة ومواجهة التحديات المتوقعة في مرحلة الشباب وما بعدها ويغلب استخدام مصطلح الرفاه النفسي والاجتماعي في المؤسسات الأهلية والاجتماعية التي تعنى بالجانب النفسي، أما المؤسسات ذات الطابع الصحي والتي تعنى بالجانب النفسي تستخدم مفهوم الصحة النفسية.

ويمثل الرفاه النفسي الحالة الإيجابية التي يتمتع بها الفرد والتي تدل على القوة الإنسانية، والفعالية الذاتية للفرد، والتمكين الشخصي والصحة النفسية وحسن الحال الذاتي في الحياة، وهو مكون نفسي متعدد العناصر والأبعاد ويحمل في ثناياه مميزات وخصائص نفسية تتسع لتكون دالة على إيجابية الفرد، وشعوره بالطاقة التي تبعث النشاط والأمل والحيوية في النفس، وتدفع الفرد إلى أن يكون مبادراً وبيدلاً مزيداً من العطاء ويغتنم ويستثمر أي فرصة بشكل أفضل.

كما يعتبر الرفاه النفسي من إسهامات علم النفس الإيجابي ويعتبر "مارتن سليغمان" أحد رواده، فهو يركز على القدرات والعواطف الإيجابية والتأثر الإيجابي واستثناءات التأثير والتوقعات والتقدير السلبية مما يساعد على منع حدوث الأمراض والاضطرابات النفسية المختلفة، ومن أبرز هذه العوامل التي تؤثر في الرفاه النفسي لدى الأفراد الحالة النفسية للفرد وما يحمله من خبرات سابقة، وكذا السمات الشخصية للفرد والعوامل الوراثية والصحة الجسمية بالإضافة إلى الوضع الاقتصادي والطبقة الاجتماعية، وللرفاه النفسي عدة مقومات حددتها "رايف" في تقبل الذات من خلال امتلاك موقف إيجابي اتجاه الذات، وكذلك في إقامة علاقات جيدة وإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية للشخص المستقل هو ذلك الشخص الذي يؤمن بحقه في تقرير مصيره ويكون قادراً على مقاومة الضغوط النفسية الاجتماعية وعلى التفكير والتصرف بشكل صحيح وكذا الاتقان والكفاءة في إدارة شؤون حياته، وامتلاكه لهدف يسعى لتحقيقه.

وفي المقابل لاحظنا من خلال اطلاعنا على بعض البحوث والدراسات العربية بالرفاه النفسي أن هناك نقص ان لم نقل ندرة في البحوث والدراسات على المستويين العربي والمحلي التي تناولت الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى الأساتذة، وانطلاقاً من ذلك نحاول في الدراسة الحالية إلقاء الضوء على الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي، الذين يمثلون شريحة مهمة في المجتمع وتناولت الدراسة الحالية الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي بثانويتي بلدية حاسي القارة بولاية المنبوعة.

الجانب النظري:

1.I- الإشكالية: زاد الاهتمام مؤخراً بنمط حياة الأفراد ودفعها نحو الأحسن من خلال التركيز على كل ما هو إيجابي والابتعاد عن الضغوط والصراعات التي تؤثر على الصحة النفسية، ويعتبر علم النفس الإيجابي من بين العلوم التي تركز على ذلك، وإذ تعتبر الرفاهية النفسية إحدى مداخلها الرئيسية التي تبحث في مجال تحقيق الرضا والتفاؤل والابتعاد عن كل ما يؤثر على مدركات الإنسان ونظراته السلبية للحياة.

خاصة في ظل السعي لتحقيق جودة الحياة والصحة النفسية لدى أفراد المجتمع.

وترى "رايف" أن الرفاهية النفسية هي الاحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد في المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستوى رضا المرء عن ذاته ونوعية حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدر ذات قيمة ومعنى بالنسبة له واستقلالية في تحديد وجهة ومسار حياته وقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها.

من خلال التعريفين السابقين نستنتج بعض المؤشرات الدالة على وجود صحة نفسية جيدة لدى الأفراد والتي تتمثل في الصحة الجيدة للفرد وخلو الجسم من الأمراض والخلو من المرض النفسي، التوافق النفسي وتقبل الذات وتحقيقها والشعور بالارتياح النفسي والسعادة والشعور بالرضا النفسي أو مستوى من الرفاه النفسي حيث أن هذا الأخير هو موضوع دراستنا الحالية لدى أكثر فئة مهمة وأكثر فعالية في المجتمع والمتمثلة في أساتذة التعليم الثانوي بمدينة حاسي القارة حيث أن الرفاهية النفسية تعتبر عامل مهم في حياة الفرد، فموضوع الرفاه النفسي يعد من بين أهم المواضيع التي لم يتم البحث فيها ودراستها بقدر كاف في الوطن العربي وخاصة في الجزائر وكما أشار (Gallagher.m,singer,Ryff.C) الى أن الدراسة العلمية للرفاه النفسي بدأت في السنوات القليلة الماضية وعلى الرغم من أن المنظمة العالمية ومنذ عام 1947 عرفت الصحة النفسية بأنها

"حالة من السلامة البدنية والعقلية والاجتماعية الكاملة وليس مجرد غياب المرض أو العجز، لذا بدأ العلماء بدراسة العوامل والابعاد المرتبطة والمنعشة للصحة النفسية والرفاهية. (حمودة، 2022، ص4).

وعرف الرفاه النفسي بأنه "حالة وجدانية ايجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية والتي تتمثل في الصحة البدنية ووجود أهداف محددة وتقدير الذات، والثقة بالنفس والتعليم والنجاح الدراسي، والمستقبل المهني، ومصادر السعادة الاجتماعية المتمثلة في الحب الاسري، والعلاقات الاجتماعية الطيبة مع الأصدقاء كما يعرفها "بيرتون وكارول رايف" الرفاهية النفسية تتطلب صحة العقل والجسد معا ويشير الى ازدهار الفرد ومادي تحقيقه لإمكاناته واستغلال قدراته الى اقصى حد ممكن.

ووفقا " لهيبير" فالرفاه النفسي لا يتطلب من الأفراد أن يشعروا بالرضا طول الوقت، لأن تجربة المشاعر المؤلمة مثل خيبة الأمل والفشل والحزن، هي جزء طبيعي من الحياة وأن القدرة على إدارة هذه المشاعر السلبية أو المؤلمة أمر طبيعي للرفاه على المدى البعيد، فالرفاه النفسي يعني ان يعيش الفرد حياته على ما يرام، وازداد ان الرفاه النفسي قد يتعرض للخطر عندما تكون المشاعر السلبية متطرفة أو طويلة المدى فتتدخل في قدرة الشخص على الأداء في حياته اليومية. (خوري، 2019، ص2)

ويعتبر موضوع التفاوض من الموضوعات المهمة في علم النفس من حيث تأثيره في سلوك الأفراد وفي حالتهم النفسية، فالفرد عندما يصل إلى تحقيق كل حاجاته بالتفاوض وبأنه يستطيع أن يحقق اهدافه وطموحاته مما يجعله يشعر بالسعادة والانبساط وبالتالي يحفزه هذا على أن يقبل على الحياة بهمة وعزيمة ويضع أمامه كل اعتبارات النجاح. (الصقوب، 2018، ص102).

وتعرف منظمة الصحة النفسية أن التفاوض يشير الى عملية نفسية إرادية تنتج أومشاعر الرضا والتحمل والأمل والثقة العالية بالنفس والأفكار الدالة على ذلك، وفي الوقت ذاته تستبعد أفكار ومشاعر اليأس والعجز، فالشخص المتفائل يفسر المشاكل والأزمات بطريقه حسنة تبعث الطمأنينة والأمن في النفس كما أن التفاوض ينشط أجهزة المناعة النفسية والجسمية، كما أن التفاوض هو النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات والطموح في المستقبل والاعتقاد في حدوث الخير، أو الجانب الإيجابي من الأشياء بدلا من توقع الشر أو الجانب السلبي من الأشياء والاستعداد الكامل داخل الفرد يركز في التوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة والإيجابية للأحداث القادمة. (عوض، 2021، ص201).

وبما أن الأستاذ هو الأساس الذي تقوم عليه العملية التربوية التعليمية/التعلمية لذا لا بد أن يتمتع بصحة نفسية وجسمية جيدة، وبشخصية متكاملة ومنتزعة تعكس مستوى مقبولا من التفاوض والرضا عن الحياة التي يعيشها هذا الأستاذ، إذ أن تصرفاته ونظراته للحياة تتعكس بشكل مباشر على التلاميذ، وهو يواجه في حياته الكثير من الضغوطات النفسية التي تفرضها مهنته بما فيها صعوبات وتحديات تؤثر عليه وعلى صحته النفسية والجسدية.

وجاءت دراستنا الحالية للوقوف على كل ما يتعلق بالرفاه النفسي والتفاوض والوصول إلى العلاقة الكامنة بينهما لدى

أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

-هل توجد علاقة بين الرفاه النفسي والتفاوض لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنبوعة؟

2.1- تساؤلات الدراسة:

1. ما مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة بولاية المنبوعة؟
2. ما مستوى التفاوض لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة بولاية المنبوعة؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي والتفاوض لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنبوعة؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنبوعة تعزى لمتغير الجنس؟

5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس؟

3.1- فرضيات الدراسة:

- 1- مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه مرتفع.
- 2- مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه مرتفع.
- 3- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه.
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس.
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس.

4.1- أهداف الدراسة:

يمكننا تحديد اهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

- 1- التعرف على مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه.
- 2- التعرف على مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه.
- 3- التعرف على العلاقة بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه.
- 4- معرفة إذا كانت هناك فروق في مستوى الرفاه النفس لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس.
- 5- معرفة إذا كانت هناك فروق في مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس.

5.1- أهمية الدراسة:

- 1- الاهتمام الشخصي بالموضوع
- 2- أهمية المتغيرات المدروسة ومساعدة الدراسة في التعرف والكشف على مستوى الرفاه النفسي ومستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه.
- 3- تساعد الدراسة في معرفة مدى علاقة الرفاه النفسي بالتفاؤل.

6.1- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

الرفاه النفسي : ويقصد بها تمتع الأساتذة بتركيبه نفسية تمكنهم من الأداء بفاعلية وإيجابية وتغلبهم على ما يواجهون من صعوبات وتحديات بتوظيف قدراتهم وتطويرها لتحقيق أهدافهم.

التفاؤل: النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير بدلا من حدود الشر أو الجانب السيء وهو مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الاستاذ في المقياس الفرعي للتفاؤل المطبق في هذه الدراسة الميدانية.

أساتذة التعليم الثانوي: هم من يمتنون مهنة التدريس في مرحلة التعليم الثانوي للموسم الدراسي 2024/2023 ويعملون بثانويات بلدية زفانة ويمتلك شهادة الكفاءة المهنية والتي تحصلوا عليها من المعاهد التربوية أو يمتلك شهادة الليسانس أوالماستر وخضع لتكوين وامتحان الكفاءة المهنية أوخريجي المدارس العليا للأساتذة.

الجانب الميداني

II- الإجراءات المنهجية للدراسة:

منهج الدراسة: يعتبر المنهج في البحث العلمي المسلك المؤدي للكشف عن الحقائق في العلوم المختلفة وذلك عبر مجموعة أو طائفة من القواعد التي تهيمن على العقل وتحدد عملياته من أجل الوصول عبر ذلك إلى نتائج معلومة. إذ أن لكل بحث منهج يسير عليه لدراسة المشكلة فمنهج البحث هو الطريقة موضوعية يتبعها الباحث لدراسة ظاهرة من الظواهر بقصد تشخيصها وتحديد أبعادها ومعرفة أسبابها وطرق علاجها للوصول إلى نتائج عامة يمكن تطبيقها فالمنهج فن تنظيم الأفكار للكشف عن الحقائق في العلوم عن طريق اعتماد مجموعة من القواعد العامة.

ونظرا لأن موضوع دراستنا الحالية يهدف الى الكشف عن العلاقة بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية فان المنهج المناسب هو المنهج الوصفي.

ويمكن تعريف المنهج الوصفي على أنه المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها كيفيا وكمايا.

II-1 مجتمع الدراسة: المجتمع الإحصائي هو المجموعة الكلية من العناصر أو الأفراد والوحدات أو العناصر التي يتم جمع البيانات الإحصائية عن خصائصها. (الزغلول، 2005، ص 20).

تكون مجتمع الدراسة من جميع أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية حيث تم استخدام طريقة الحصر الشامل في الفترة الدراسية الممتدة ما بين 2023/12/10 وإلى غاية 2024/03/14 والمقدر عددهم ب 123 أستاذا موزعين على ثانويتين.

II-2 حدود الدراسة:

الحدود المكانية: طبقت الدراسة الحالية في حدود ثانويتي بلدية ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية: متقن المجاهد بن حود محمد وثانوية المجاهد بكاروي محمد بن محمد.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية، حيث بلغ عدد العينة (123) تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل.

الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية والأساسية في الفترة الممتدة ما بين 2023/12/9 إلى غاية

II. 2024/03/14 - 3 أدوات الدراسة المستخدمة:

استخدمنا أداتين لتحقيق أهداف الدراسة:

- مقياس الرفاه النفسي لكارول رايف

- مقياس التفاؤل لأحمد عبد الخالق

مقياس الرفاه النفسي: استنبط مقياس الرفاه النفسي من نظرية تطور البالغين ومفاهيم الوظائف الفسيولوجية الإيجابية من علم النفس الإكلينيكي يحوي المقياس فقرات موجبة وسالبة لـ 6 أبعاد وتسجيل الفقرات على شكل نقاط إجابة من غير موافق بشدة (1) إلى أوافق بشدة (6) الفقرات السلبية مقلوبة الشيفرة في تسجيل المقياس ومقياس "رايف" الأصلي يتكون من (20) بندا لكل فرع من المقياس ويشمل (120) بندا والنسخة المختصرة تحتوي على (84) بندا (14 بندا لكل مقياس فرعي)، 54 بندا (9 بنود لكل مقياس فرعي)، 42 بندا (7 بنود لكل مقياس فرعي). (خوري، 2019، ص 71).

الجدول رقم (01) يوضح توزيع البنود الموجبة والسالبة على مقياس الرفاه النفسي (42 بندا)

البنود السالبة	البنود الموجبة	الأبعاد
7-6-5	4-3-2-1	الاستقلالية
14-13-12	11-10-9-8	التمكن البيئي
21-20-19-18-17	16-15	النمو الشخصي
28-27-26	25-24-23-22	العلاقات الإيجابية مع الآخرين
35-34-33-32-31	30-29	الحياة الهادفة
42-41-40	39-38-37-36	تقبل الذات

الخصائص السيكومترية للمقياس:

يعتبر الصدق والثبات من الخصائص الأساسية التي تمنح للأداة القدرة على قياس الظاهرة موضوع الدراسة، فيما يلي عرض طرق حساب صدق وثبات الأدوات المستخدمة.

أ/ **صدق المقياس:** الأداة الصادقة هي التي تقيس فعلا ما أعدت لقياسه ولقد قمنا لحساب الصدق بطريقتين: الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عددهم (30) أستاذا، وبعد تكيم النتائج وترتيب النتائج أو الدرجات المتحصل عليها، حيث قامنا بأخذ (33%) من أعلى درجات المقياس و(33%) من أدنى المقياس، وتم ترتيبها من أعلى إلى أدنى درجة، ومقارنة الفئة التي تمثل ذوي الدرجات العليا مع الفئة التي تمثل الدرجات الدنيا لتصبح مجموعتان تتكون كل منهما من (10) أفراد، ومنه (10) أفراد من المجموعة العليا و (10) من المجموعة الدنيا، وتم نستعمل الأسلوب الإحصائي المناسب والملائم وهو معامل ألفا كرومباخ وهو معامل الاتساق الداخلي، وتم الحصول على النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح نتائج صدق المقارنة الطرفية لاستبيان الرفاه النفسي :

العينة	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدالة الإحصائية
العليا	10	230.50	10.55	18	12.276	0.000 دال
الدنيا	10	169.60	11.60			

صدق الاتساق الداخلي: لقد تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على الاستبيان والدرجة الكلية على الاستبيان والنتائج كالتالي:

الجدول رقم (03) يوضح معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات البند والدرجة الكلية للاستبيان.

أرقام العبارات	معاملات الارتباط	الدالة الإحصائية	أرقام العبارات	معاملات الارتباط	الدالة الإحصائية
1	0.509	دالة	22	0.198	دالة
2	0.245	دالة	23	-0.071	غير دالة
3	0.304	دالة	24	-0.098	غير دالة
4	-0.042	غير دالة	25	0.273	دالة
5	0.373	دالة	26	0.494	دالة
6	0.319	دالة	27	0.636	دالة
7	0.123	دالة	28	0.401	دالة

دالة	0.188	29	دالة	0.546	8
دالة	0.349	30	دالة	0.334	9
دالة	0.529	31	دالة	0.301	10
دالة	0.463	32	دالة	0.191	11
دالة	0.528	33	دالة	0.472	12
دالة	0.423	34	دالة	0.238	13
دالة	0.528	35	دالة	0.503	14
دالة	0.198	36	دالة	0.401	15
غير دالة	-0.072	37	دالة	0.120	16
دالة	0.550	38	دالة	0.647	17
غير دالة	-0.054	39	دالة	0.397	18
دالة	0.460	40	دالة	0.742	19
دالة	0.412	41	دالة	0.532	20
دالة	0.504	42	دالة	0.569	21

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن معاملات الارتباط بطريقة بيرسون تراوحت بين 0.742 و 0.042 وكل قيم البنود دالة عند مستوى الدلالة 0.01 و 0.05 ما عدا البنود (4،23،24،37،39) وعليه تم حذف هذه البنود. الثبات: يعني استقرار النتائج إذا ما تم تطبيق الأداة على نفس الأفراد في مناسبتين مختلفتين وقد تم حسابه بطريقتين ثبات التجزئة النصفية:

ولمعرفة ثبات الاستبيان المصمم تم تقسيمه إلى قسمين (زوجي، فردي)، تم إيجاد معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية والزوجية والذي يساوي ثبات نصف الاختبار، ثم يعدل بمعادلة سبيرمان براون والنتائج كما هي موضحة في الجدول الآتي:
الجدول رقم (04) يوضح نتائج ثبات التجزئة النصفية لاستبيان الرفاه النفسي:

معامل الارتباط	قبل التصحيح	بعد التصحيح	الدلالة الإحصائية
الرفاه النفسي	0.73	0.84	0.05

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة معامل الارتباط قد بلغت (0.73) وبعد تصحيحها بمعامل سبيرمان براون بلغت (0.84) وهي قيمة دالة عند (0.05) مما يدل على أن المقياس ثابت. معامل ألفا كرومباخ: ولقد تم تقدير معامل ألفا كرومباخ لاستبيان الرفاه النفسي (0.88) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) ومنه فإن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات.
مقياس التفاؤل:

وصف المقياس:

تم بناؤه من طرف أحمد عبد الخالق (1996) يتكون من مقياسين فرعيين للتفاؤل والآخر للتشاؤم ويحتوي على (15) بنداً لكل مقياس فرعي ويشمل خمسة بدائل للإجابة (لا، قليلاً، متوسط، كثيراً، كثيراً جداً)، اعتمدت الدراسة على تدرج ليكارت الخماسي لاستجابات العينة على مقياس التفاؤل، وعند التصحيح تم إعطاء استجابة كثيراً جداً (5) درجات، ولاستجابة كثيراً (4) درجات، ولاستجابة متوسط (3) ك درجات، ولاستجابة قليلاً (2) درجات، ولاستجابة لا (1) درجة واحدة، وتشير الدرجة العالية على مقياس التفاؤل إلى وجود مستوى عال من التفاؤل لدى التلاميذ.

صدق المقياس: وقد تم حسابه بطريقتين

1-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية): تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عددهم (30) أستاذاً، وبعد تكيم النتائج وترتيب النتائج أو الدرجات المتحصل عليها، حيث قامنا بأخذ (33%) من أعلى درجات المقياس و (33%)

من أدنى المقياس، وتم ترتيبها من أعلى إلى أدنى درجة، ومقارنة الفئة التي تمثل ذوي الدرجات العليا مع الفئة التي تمثل الدرجات الدنيا لتصحيح مجموعتان تتكون كل منهما من (10) أفراد، ومنه أخذ (10) أفراد من المجموعة العليا و (10) من المجموعة الدنيا، وتم نستعمل الأسلوب الإحصائي المناسب والملائم وهو معامل ألفا كرومباخ وهو معامل الاتساق الداخلي، وتم الحصول على النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) يوضح نتائج صدق القائمة العربية للتفاؤل بطريقة المقارنة الطرفية

العينة	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
العليا	10	73.50	1.26	18	15.48	0.000 دال
الدنيا	10	59.90	2.46			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ (73.50)، بانحراف القيمة عنه بدرجة (1.26)، بينما المتوسط الحسابي للفئة الدنيا بلغ (59.90)، بانحراف القيمة عنه بدرجة (2.46)، وبحساب درجة الحرية المقدر ب (18)، نلاحظ أن قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة ب (15.48)، عند مستوى الدلالة (0.05)، وبالتالي فإن المقياس يتمتع بنسبة صدق تسمح بالاعتماد عليه في الدراسة، وهذا ما يبينه الجدول أعلاه.

-صدق الاتساق الداخلي: لقد تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة على البند والدرجة الكلية على الاختبار والنتائج مبينة على الجدول التالي:

الجدول رقم (06) يوضح معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للاستبيان.

أرقام العبارات	معاملات الارتباط	الدلالة الإحصائية	أرقام العبارات	معاملات الارتباط	الدلالة الإحصائية
1	0.345	دالة	9	0.492	دالة
2	0.654	دالة	10	0.604	دالة
3	0.682	دالة	11	0.190	دالة
4	0.742	دالة	12	0.475	دالة
5	0.281	دالة	13	0.580	دالة
6	0.494	دالة	14	0.485	دالة
7	0.803	دالة	15	0.664	دالة
8	0.564	دالة			

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن معاملات الارتباط بطريقة بيرسون تراوحت بين 0.04 و 0.803 وكل قيم البنود دالة عند مستوى الدلالة 0.01 و 0.05 ما عدا البنود (4،23،24،37،39) وعليه تم حذف هذه البنود.

- الثبات: وقد تم حسابه بطريقتين.

ثبات التجزئة النصفية:

ولمعرفة ثبات الاستبيان المصمم تم تقسيمه إلى قسمين (زوجي، فردي)، تم يوجد معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية والزوجية والذي يساوي ثبات نصف الاختبار، ثم يعدل بمعادلة سبيرمان براون والنتائج كما هي موضحة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (07) يوضح نتائج ثبات التجزئة النصفية لاستبيان التفاؤل

معامل الارتباط	قبل التصحيح	بعد التصحيح	الدالة الإحصائية
التفاؤل	0.58	0.74	0.05

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة معامل الارتباط قد بلغت (0.58) وبعد تصحيحها بمعامل سبيرمان براون بلغت (0.74) وهي قيمة دالة عند (0.05) مما يدل على أن المقياس ثابت.

2-1- معامل ألفا كرومباخ: ولقد تم تقدير معامل ألفا كرومباخ لاستبيان التفاؤل (0.87) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) ومنه فإن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

- اعتدالية التوزيع:

- قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة يجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات في الدراسة الحالية والمتمثلة في (الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي).

جدول رقم (08) التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للمتغير .

المتغير	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a		
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الإحصائية	الإحصاءات
الرفاه النفسي	0.939	103	0.994	0.200	103	0.055
التفاؤل	0.000	103	0.895	0.002	103	0.116

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه يتضح لنا وبناء على قيم اختبار كولماغروف سميرو نوف واختبار شابيرو ويلك، أن قيم متغير الرفاه النفسي غير دالة عند (0.01)، وقيم متغير التفاؤل دالة عند مستوى الدلالة (0.01) مما يجزنا إلى القول بأن متغير التفاؤل غير موزع طبيعياً وبالتالي فإن كل الأساليب الإحصائية التي ستستخدم في معالجة مختلف فرضيات وتساؤلات الدراسة الحالية هي أساليب لا معلمية.

II - 4- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تمثلت الأساليب الإحصائية في دراستنا الحالية فيما يلي

- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للمقارنة الطرفية لصدق الاختبار
- التكرارات والنسب المئوية لغرض وصف خصائص مجتمع الدراسة، ولحساب مستوى متغيرات الدراسة.
- معامل ارتباط ألفا كرومباخ للثبات لحساب ثبات المقاييس .
- معامل بيرسون لحساب الاتساق الداخلي لصدق وثبات الدراسة.
- معامل سبيرمان براون للتجزئة النصفية لحساب ثبات المقياس
- اختبار التوزيع الطبيعي كولماغروف سميرو نوف وشابيرو ويلك لاعتدالية التوزيع .
- كاف مربع لحسن المطابقة للتأكد من الفروق في النسب المئوية.
- معامل ارتباط الرتب سبيرمان للعلاقة
- اختبار مان ويتني للفروق للفروق بين متغيرات الدراسة.

III - عرض ومناقشة نتائج الدراسة:**III - 1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على أن :**

" مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيع مرتفع "

جدول رقم (09) يبين التكرارات والنسب في مستوى الرفاه النفسي

الدلالة الإحصائية	كا ²	درجة الحرية	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
0.094 غير دال	2.806	01	%58.252	60	مرتفع
			%41.747	43	متوسط
			00	00	منخفض

وللتأكد من صحة الفرضية تم تحديد مستوى الرفاه النفسي (مرتفع، متوسط، منخفض) وذلك بتحديد المجال وفق طريقة حساب المدى (الدرجة الكلية - أقل قيمة ÷ عدد البنود) وبالتعويض عليه كانت المجالات كالتالي:

- مرتفع: [161-222]

- متوسط: [99-160]

- منخفض: [37-99]

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (09) يتضح لنا أن نسبة الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي كان مرتفع بنسبة (58.252)، في حين قدرت نسبة الرفاه النفسي المتوسط بنسبة (41.747)، ثم تليها نسبة الرفاه النفسي المنخفض بنسبة (00) وذلك ما يؤكد صحة هذه الفرضية أي أن مستوى الرفاه مرتفع لدى أساتذة التعليم الثانوي.

جدول رقم (10) يبين نتائج حسن المطابقة لمستوى الرفاه النفسي

مستوى الرفاه	التكرار	النسبة المئوية
مرتفع	60	58.525%
متوسط	43	41.747%
منخفض	00	00%

من خلال الجدول رقم (10) يتبين لنا أن قيمة كا² بلغت 2.806 وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 مما يدل على أنه لا توجد فروق في المستويات الثلاثة وان هناك مستوى مرتفع في الرفاه لدى أساتذة التعليم الثانوي. وللتحقق من ذلك تم استخدام كا² كاف تربيع، ومن خلال النتائج المبينة تبين صحة هذه الفرضية وأن مستوى الرفاه لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع، ونجد أن الدراسة الحالية اتفقت مع دراسة كل من "لهيبي صليحة" (2022) و "حمودة نظيرة" (2022) حيث توصلت كل منهما إلى وجود مستوى مرتفع في الرفاه النفسي واختلقت مع دراسة كل من "رحاب لحام" (2022) و "نسرين خوري" (2019) حيث توصلت "رحاب لحام" إلى وجود مستوى متوسط للرفاه بينما توصلت "نسرين خوري" إلى وجود مستوى متوسط باتجاه الارتفاع في الرفاه النفسي، ونفس ارتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي إلى المجهودات التي تبذلها الوزارة من توفير الوسائل التعليمية والكتب المدرسية والمكتبة المدرسية، والمطاعم داخل المؤسسات التربوية إضافة إلى عامل الاستقرار بالمؤسسات حيث أن أغلبهم أبناء المنطقة ولتوفير هذه الحاجيات للأساتذة دور كبير في جعلهم يتمتعون برفاه مرتفع كما أن توفير الظروف المادية وحدها غير كاف لتحقيق رضا الأساتذة رضا تام، فبتوفير الظروف المادية المريحة زيادة على تقبل الأساتذة لظروف عملهم وسعيهم نحو تحقيق النجاح وقدرتهم على مواجهة الحياة والضغوطات المهنية وتمتعهم بصحة جسدية ونفسية جيدة ومعنويات عالية والقدرة على الاستمتاع بالحياة يستطيع الأساتذة تكوين شخصيتهم بعدم الاستسلام للصعوبات والمشاكل اليومية، ومن مظاهر الرفاه النفسي رضا الفرد عن مستواه المعيشي وحالته الصحية واحساسه بالأمن حول مستقبله وانتمائه إلى مجتمعه وفي علاقاته الاجتماعية، زيادة إلى تقبله للواقع في حدود امكانياته واستمتاعه بعلاقاته الاجتماعية، ونجاحه في عمله وقدرته على مواجهة احباطات الحياة اليومية، وثبات اتجاهاته واتزانة الانفعالي، يجعل منه أكثر رضا عن الحياة ويعكس هذا الارتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى الأساتذة ورضاهم على ما يعيشونه وما لديهم من أفكار

ومشاعر إيجابية، وذلك لأن السعادة والرضا عن الحياة هي أحد عناصر الرفاهية ومعايير القياس العقلي المفيدة وذلك استنادا لنظرية "سليغمان".

III - 2 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن: ' مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيع مرتفع " وللتأكد من صحة الفرضية تم تحديد مستوى التفاؤل (مرتفع، متوسط، منخفض) وذلك بتحديد المجال وفق طريقة حساب المدى (الدرجة الكلية- أقل قيمة ÷ عدد البنود) وبالتعويض عليه كانت المجالات كالتالي:

- مرتفع: [55-75]

- متوسط: [36-54]

- منخفض: [15-35]

جدول رقم (11) يبين التكرارات والنسب في مستوى التفاؤل

مستوى التفاؤل	التكرارات	نسبة المئوية
مرتفع	91	83.34%
متوسط	10	9.708%
منخفض	02	1.941%

من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه يتضح لنا أن نسبة التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع وهذا ما توضحه نسبة (83,349)، في حين قدرت نسبة التفاؤل المتوسط ب (9.708)، تليها نسبة التفاؤل المنخفض والمقدرة ب (1.941)، وذلك ما يؤكد صحة هذه الفرضية أي أن مستوى الرفاه مرتفع لدى أساتذة التعليم الثانوي.

جدول رقم (12) يبين حسن المطابقة لمستوى التفاؤل

المستوى	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	كا	الدالة الإحصائية
مرتفع	91	83.349%	02	141.223	0.000 دال
متوسط	10	9.708%			
منخفض	02	1.941%			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه يتضح لنا أن نسبة التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع وهذا ما توضحه نسبة (83,349)، في حين قدرت نسبة التفاؤل المتوسط ب (9.708)، م تليها نسبة التفاؤل المنخفض والمقدرة ب (1.941)، كما يتبين لنا أن قيمة كا² بلغت 141.223 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.000 مما يدل على أن هناك فروق في المستويات الثلاثة وان هناك مستوى مرتفع في التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي.

وللتحقق من ذلك تم استخدام كا² كاف تربيع، وأثبتت النتائج أنه توجد اختلافات دالة إحصائيا في الرفاه النفسي تعزى للمستوى المرتفع حيث نجد قيمة كا² كاف تربيع تساوي (141.223) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) إذ اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة الباحثة عبير ربحان محمد شاهين (2021) واختلفت مع دراسة خلود العبيداني (2016) حيث توصلت في نتائج دراستها إلى وجود مستوى التفاؤل متوسط، ونفس نتيجة الدراسة الحالية إلى أن الفرد المتفائل لديه مقومات المجابهة والوقوف على التقبل للمشكلة من خلال آليات التركيز على المشكلة، حيث يتقبل الواقع من خلال منظور التفكير الإيجابي وان التفاؤل يمهد السبل لإطلاق الطاقات والقدرات وبذلك يوظف المتفائل قدراته ومكانياته ومهاراته إلى أقصى درجة ممكنة من منظور "شاير وكارفر" كما يرى "فرويد" أن القاعدة العامة للحياة هي التفاؤل، ويعتبر الفرد متفائلا إذا لم يقع في حياته ما يجعل نشوء العقد النفسية ممكنا، ولو حدث العكس أصبح الفرد متشائما، كما أن الفرد المتفائل لديه الرغبة في تطوير نفسه والانتقال إلى حال أفضل مما هو عليه فالفرد دائم المحاولة في الظهور بصورة أجمل ويحاول تغطية عيوبه.

III - 3 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه ' توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه ' وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام معامل ارتباط الرتب سبيرمان .

جدول رقم (13) يبين نتائج معامل الارتباط الرتب سبيرمان:

المتغيرات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الرفاه النفسي	0.102	0.305 غير دال
التفاؤل		

من خلال الجدول أعلاه نجد أن قيمة معامل الارتباط سبيرمان بين درجة الرفاه النفسي والتفاؤل تساوي (0.102) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.305) وذلك ما يؤكد عدم صحة الفرض القائل بأنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي. وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل الارتباط سبيرمان حيث وجدنا قيمة معامل الارتباط (0.102) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

حيث تشير النتائج إلى عدم وجود علاقة بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي، واتفقت الدراسة الحالية مع نتائج دراسة لهيبي صليحة (2022) في متغير الرفاه النفسي والتي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين رهاب مواجهة الأولياء والرفاه النفسي لدى معلمات الطور الابتدائي وأكدت على عدم وجود ارتباط دال إحصائياً، كما توصلت بوعافية نبيلة (2017) في دراستها التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة أيضاً في نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفاؤل وجودة الحياة لدى الطفل المراهق مجهول النسب، كما اختلفت دراستنا الحالية مع دراسة لحم رحاب (2022)، حيث توصلت إلى وجود علاقة طردية بين الكفاءة الذاتية والرفاه النفسي.

من خلال الدراسة الحالية يتضح لنا عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي والتفاؤل، حيث بلغت القيمة (0.305) ونفسر هذه النتيجة على أن التفاؤل يتأثر بكون الفرد يتمتع برفاه نفسي أم لا، مما يبين لنا أن الفرد الذي لا يتمتع برفاه نفسي تكون نظرتة للحياة سلبية، على عكس الفرد الذي يتمتع برفاه نفسي حيث يكون لديه ثقة بنفسه تساعده على مواجهة الصعوبات والتحديات والتكيف مع الحياة الضاغطة والإحساس بالأمل والسعادة والتقبل والرضا عن الحياة ويظهر ذلك من خلال الإشباع الذي يؤدي بالفرد إلى التفاؤل، فالتفاؤل يقلل من خطر تعرض الفرد للمشاكل الصحية والنفسية ويبعث بالشعور بالرضا عن الحياة وشعور الفرد بالرفاه النفسي، فشعور الفرد بالرضا عن حياته يجعله أكثر قدرة على مواجهة التحديات والعقبات التي تعترضه في حياته، وأي قصور في فاعلية الفرد سوف يفقده المهارات الإيجابية للتقدم والرقى، كما يعيق تحقيق أهدافه وبلوغها، والاستفادة من خبراته وإشباع حاجاته ودوافعه ويقلل من مستوى رضاه عن حياته وتقبلها، فبلوغ الإنسان أهدافه وطموحاته لا يتحقق إلا من خلال نظرتة التفاؤلية وتفكيره الإيجابي نحو الحياة والرضا عنها، كما نرجع أيضاً هذه النتيجة إلى شعور أساتذة التعليم الثانوي بالتفاؤل غير الواقعي أو التفاؤل المتحيز، أو التفاؤل الذي لا تسوغه المقدمة أو الوقائع، هو ما يعرض الإنسان للمخاطر الصحية، ويحدث التفاؤل غير الواقعي عندما يخفض الأفراد تقديراتهم أو توقعاتهم الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة، وهذا استناداً إلى ما يراه "أحمد عبد الخالق" ويرى كل من "تايلور وبران" شعور الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء الأحداث دون مبررات منطقية أو وقائع أو مظاهر تؤدي إلى هذا الشعور، مما قد يتسبب أحياناً إلى حدوث النتائج غير متوقعة، وبالتالي يصبح الفرد في قمة الإحباط.

III- 4- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية على أنه ' توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس '.

جدول رقم (14) اختبار مان ويتي لدلالة الفروق في درجات الرفاه باختلاف الجنس

الجنس	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان ويتي	قيمة ز	الدلالة إحصائية
الذكور	20	63.86	1273.50	596.800	-1.947	0.052 دالة
الإناث	83	49.19	4182.50			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (103) قد توزعوا على بناء الدرجة الكلية للاستبيان حسب متغير الجنس إلى (20) ذكراً بواقع (63.86) كمتوسط رتب، و(83) أنثى بواقع (49.19) كمتوسط رتب، وبالنظر إلى قيمة (ز) مان ويتي والتي بلغت (-1.947) نلاحظ أنها قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي يمكن القول بأنها توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث) لصالح الذكور أي أنهم يتمتعون برفاهية أكثر من الإناث ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%، وهذا ما يؤكد صحة الفرض القائل بأنه توجد فروق في الرفاه النفسي تعزى لمتغير الجنس.

تشير نتائج الدراسة إلى تحقق الفرض ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي تبعاً لمتغير الجنس لدى أساتذة التعليم الثانوي، حيث اتفقت دراستنا الحالية مع دراسة نسرين خوري (2019) حيث توصلت في نتائج دراستها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي وأبعاده التمكّن البيئي والعلاقات الإيجابية تعزى لمتغير الجنس فيما اختلفت معها في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الرفاه النفسي النمو الشخصي الاستقلالية الحياة الهادفة تعزى لمتغير الجنس لدى أفراد عينة الدراسة، ويمكن تفسير هذه النتيجة أن الأساتذة لديهم فروق في الرفاه النفسي بين الجنسين وأنهم لا يمتلكون نفس الشعور بالرضا عن الحياة، وكما نرجع هذا الاختلاف إلى الفروق الفردية بين الأساتذة حيث يختلف مفهوم الرفاه من شخص إلى شخص آخر تبعاً لاختلاف العوامل الوراثية بين الأفراد وأنماط الشخصية والظروف المعيشية، وعلى سبيل المثال العوامل الكبرى للشخصية "كوستا" و"مكركي" بأن الانبساط ارتبط بشكل إيجابي مع الرفاه، في حين أن العصائية مرتبطة معها، بمعنى أنها تتأثر بالتجارب السلبية مما يؤثر بدوره على مزاج الفرد، ويرى "شيلدون" أن الناس تتخلى عن خصائصها وسماتها الأصلية داخل أدوار الحياة، كما نرجع أيضاً حصول الذكور على متوسط أعلى من الإناث في الرفاه، بحكم الصلاحيات التي منحها لهم العوامل بدءاً من المجتمع الثقافة العادات والتقاليد في مجتمعاتنا العربية، إذ يمتلكون مجال أكبر للتعبير عن آرائهم واختياراتهم واتخاذ قراراتهم وتحديد مصيرهم من ناحية التعليم اختيار المهنة بحيث تكون لديهم ثقة أكثر بالنفس والأمل ويجعلهم أكثر رفاهية.

III- 5- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية على أنه ' توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعه تعزى لمتغير الجنس '.

جدول رقم (15) اختبار مان ويتي لدلالة الفروق في درجات التفاؤل باختلاف الجنس

الجنس	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان ويتي	قيمة ز	الدلالة الإحصائية
الذكور	20	54.83	1096.50	773.500	-0.472	0.673 غير دالة
الإناث	83	51.32	4259.50			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (103) قد توزعوا على بناء الدرجة الكلية للاستبيان حسب متغير الجنس إلى (20) ذكراً بواقع (54.83) كمتوسط رتب، و(83) أنثى بواقع (51.32) كمتوسط رتب،

وبالنظر إلى قيمة (ز) مان ويتي والتي بلغت (-0.472) نلاحظ أنها قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي يمكن القول بأنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل تبعاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث)، وهذا ما يؤكد عدم صحة الفرض القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل تعزى لمتغير الجنس.

تشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل وبالتالي عدم تحقق الفرضية، واتفقت دراستنا الحالية مع دراسة خلود العبيداني (2016) حيث توصلت في دراستها إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين التفاؤل والتشاؤم واستخدام أساليب مواجهة المشقة لدى أفراد العينة المكفوفين والمبصرين تعزى لمتغير الجنس والحالة والتفاعل، كما اتفقت دراستنا أيضاً مع دراسة عبيد ربحان محمد شاهين "2021" حيث توصلت في دراستها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات كل من التكيف الأكاديمي، والتفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس بينهما، بينما اختلفت دراستنا الحالية مع دراسة نبيلة بوعافية (2017) والتي توصلت في دراستها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات مقياس التفاؤل بين الإناث والذكور لصالح الذكور وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات مقياس جودة الحياة بين الإناث والذكور لصالح الإناث بالسعادة، ويمكن أن نفسر ذلك أن التفاؤل ليس له خصوصية تتعلق بجنس الأستاذ أو مكان عمله أو أقدميته، ويرجع هذا إلى الفرص المتساوية المتاحة لجميع الفئات من الأساتذة باختلاف أعمارهم وأقدميتهم أو جنسهم، فعندما تكون الفرص متاحة ومتساوية فيشعرون بالتفاؤل، فظروف العمل أصبحت في الوقت الحالي تقريبا متساوية، فتحسن الراتب وفرص الترقية إلى مناصب عليا، كما أن الإشراف التربوي (التفتيش) اليوم يتميز بالمرونة على عكس السابق فتقرب المفتشين من الأساتذة ومساعدتهم في أداء مهامهم جعل الفروق تتلاشى فيوجود هذه العوامل نجد الأساتذة في درجات متقاربة في التعبير عن سعادتهم واطمئنانهم ورضاهم وراحتهم، كما أن الأساتذة اليوم يحظون من قبل المدربين والمفتشين في ظل الإصلاحات التي تتماشى وعصر التكنولوجيا والعولمة، هذا ما جعل من الأستاذ متفائلا، كما أن شخصية الفرد السوية تجعله يحدد الفرد لنفسه درجة تفاؤلية أو تشاؤمية بناء على معطيات كثيرة منها ثقته بنفسه وتعليمه وتشجيع من حوله وإيمانه بقيمه، وكما يرى "مورو" أن التفاؤل يعد جزءاً أساسياً في حياة الفرد الانفعالية، وإن أردنا أن نعيش حياة نشطة وفعالة فعلياً أن نبتعد عن التشاؤم وأن نحل مكانه تفاؤلاً نشطاً، ولكي يكون الفرد متفائلاً فعلاً عليه أن يتبنى الاتجاهات الإيجابية المتفائلة، وأن يؤمن بقدراتها على التأثير بإيجابية في تفكيره وسلوكه وإنجازاته وفي شعوره بالسعادة.

IV - خلاصة:

- من خلال دراستنا والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية وبعد معالجة البيانات إحصائياً تم التوصل إلى النتائج التالية:
- مستوى الرفاه النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع.
 - مستوى التفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع.
 - لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاه النفسي والتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعية.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي تعزى لمتغير الجنس.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل تعزى لمتغير الجنس.

V - توصيات:

- تطبيق موضوع الدراسة على عينات أكثر.
- تصميم برامج إرشادية لتنمية الرفاه النفسي لدى مختلف المراحل العمرية خصوصاً التعليم المتوسط.

- لتحقيق الرفاه النفسي يجب غرس روح التفاؤل في النفس وتجنب التفكير السلبي الزائد، الاستمتاع بالحياة والرضا بما هو موجود مع الالتزام بتحقيق الأهداف.
- برمجة أيام تكوينية يوظفها أخصائيو نفسانيون في المؤسسات التربوية لتبيان أهمية الجانب النفسي في المؤسسات سواء بالنسبة للأساتذة والاداريين وكذا المتعلمين.
- إعداد وتقديم برامج للأساتذة من طرف المفتشين حول كيفية تنظيم الوقت وحسن استغلال أوقات الفراغ.
- ضرورة تقديم برامج إرشادية للأساتذة والاداريين يوظفها مفتشو التربية الوطنية حول الأساليب الصحيحة للتعامل وكيفية الحفاظ على العلاقات القوية بين أفراد الأسرة التربوية خصوصا ما تعلق بتداخل الصلاحيات.
- ضرورة تفعيل دور النوادي الثقافية والعلمية والرياضية لتلعب دورها كمتنفس للطاقم التربوي والاداري.

قائمة المراجع:

- 1- ابراهيم حمودة عبد الباقي أمل. (2020). تأثير مستوى اليقظة العقلية المقررة ذاتيا وأبعادها المختلفة على مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من الإناث. مجلة دراسات نفسية. 30 (01)، 98-136.
- 2- الأنصاري، بدر محمد. (1998). التفاؤل-التشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات. (ط01). لجنة التأليف والتعريب والنشر.
- 3- بوصوار، عبد العزيز. (2018). علاقة التفاؤل والتشاؤم والضغط المدرك بالتحصيل الدراسي لدى الطلبة الجامعيين. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. جامعة الجزائر 02.
- 4- بوعافية، نبيلة وعبد الكريم، مأمون. (2017). علاقة التفاؤل والتشاؤم بجودة الحياة لدى المراهق مجهول النسب. مجلة دراسات نفسية وتربوية. 08 (15)، 284-299.
- 5- الحديبي، مصطفى عبد المحسن وجعيف، محمد أحمد عفاف. (2015). إعاقة الذات كمتغير وسيط بين التفاؤل الاستراتيجي-التشاؤم الدفاعي وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. المجلة العلمية لكلية التربية. 31 (05)، 449-546.
- 6- حمودة، نظيرة. (2022). الرفاه النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى عمال الحماية المدنية بمدينة تقرت. [مذكرة ماستر غير منشورة]. جامعة ورقلة.
- 7- خوري، نسرين. (2019). الرفاه النفسي لدى مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية من المتقاعد المصابين بارتفاع الدم. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. جامعة سطيف.
- 8- زهران، حامد عبد السلام. (1987). قاموس علم النفس عربي إنجليزي. ط02. عالم الكتب.
- 9- الصعقوب، بن حمد عبد الله. (2018). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي مراحل التعليم الابتدائي بمدينة بريدة. مجلة كلية التربية. (12)، 92-145.
- 10- العبيداني، أحمد بن عامر خلود. (2016). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب مواجهة المشقة لدى عينة من المكفوفين والمبصرين بالجمعيات الأهلية بسلطنة عمان. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نزوى .
- 11- عوض، عبد الواحد رجب ابتسام. (2021). التفاؤل الأكاديمي وعلاقته بالسعادة والرضا عن الدراسة لدى طلاب الثانوية العامة. مجلة التربية في القرن الواحد والعشرين للدراسات التربوية والنفسية. (21)، 198-221.
- 12- لحام، رحاب. (2022). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة الأردنية. المجلة العلمية لكلية التربية. 38 (07)، 70-85.

كيفية الإستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

حروز حروز، عمر حجاج ، (2025)، الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي (بلدية حاسي القارة ولاية المنية) ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلد 17(02) 2025، الجزائر : جامعة قاصدي مرباح ورقلة (ص.ص 53 - 68).