

الرفاهية النفسية لدى ايتام دور الدولة الحكومية والأهلية (دراسة مقارنة)

م.م. هدى كاظم جارة

huda93kadhim@gmail.com

مركز البحوث النفسية

الملخص

أستهدف البحث الحالي التعرف على :

- ١- الرفاهية النفسية لدى الأطفال الأيتام .
- ٢- دلالة الفرق الأحصائي في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغيرالأقامة (حكومي - أهلي) لدى الأطفال الأيتام.

ولتحقيق الأهداف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس الرفاهية النفسية لدى الأطفال الأيتام من خلال الاطلاع على الاطار النظري والدراسات المعدة مسبقاً ومنها راف (Ryff, C. D.) (1989) ، وقد تكون المقياس بصورته النهائية من (١٨) فقرة، وقد بلغ مقدار الثبات بطريقة الفا (٠,٨٧٦)، وقد تحقق في المقياس مؤشرات الصدق (الظاهري والبناء)، بعد أن تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال علم النفس، أما عينه البحث فقد بلغت (٤٠٠) طفل تم اختيارهم بطريقة عشوائية موزعه على وفق لمتغيرالأقامة (حكومي - أهلي) لدى الأطفال الأيتام. في دور الأيتام في مدينة بغداد وبعد معالجة البيانات أحصائياً من خلال الحقيبة الأحصائية (spss)، توصل البحث الى عدد من النتائج منها:

- ١- ان عينة البحث لا يتمتعون بالرفاهية النفسية.
 - ٢- ليس هناك فرق في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغيرالأقامة (حكومي - أهلي) وفي ضوء نتائج البحث قدمت الباحثة عدداً من التوصيات والمقترحات .
- الكلمات المفتاحية : الرفاهية النفسية، الأيتام، الأقامة (حكومي، أهلي).

Psychological well-being of children in orphanages in government and private homes

Huda khadhim jara

Abstract

The current research aims to identify:

- 1-Psychological well-being among orphan children.

2- The statistical significance of the difference in psychological well-being according to the gender variable (males – females) among orphan children.

To achieve the objectives of the current research, the researcher built a scale of psychological well-being among orphaned children by reviewing the theoretical framework and previously prepared studies, including Ryff (Ryff, C. D. (1989). The scale in its final form consisted of (18) paragraphs, and the stability value reached (0.876) using the alpha method. The indicators of validity (apparent and constructive) were achieved in the scale after the scale was presented to a group of arbitrators in the field of psychology. As for the research sample, it amounted to (400) children who were randomly selected and distributed according to the variable of residence (governmental – private) among orphaned children in orphanages in the city of Baghdad. After processing the data statistically through the statistical package (spss), the research reached a number of results, including:

The research sample does not enjoy psychological well-being 1-

2- There is no difference in psychological well-being according to the variable of residence (governmental – private)

In light of the research results, the researcher presented a number of recommendations And suggestions

Keywords: Psychological well-being, orphans, residence governmental, private

مشكلة البحث:

إن الرفاهية النفسية للأطفال الأيتام هي مسألة تثير قلقاً كبيراً في جميع أنحاء العالم، وإن النمو دون وجود ودعم الوالدين البيولوجيين يمكن أن يؤدي إلى تحديات نفسية مختلفة لهؤلاء الأطفال، إذ أن فقدان الوالدين في سن مبكرة يمكن أن يكون له آثار عميقة على الصحة النفسية للأطفال الأيتام، قد يشعر هؤلاء الأيتام بمشاعر الحزن والهجر وعدم الاستقرار الانفعالي، فقد أظهرت دراسة سمث وآخرون (Smith et al., 2018) أن الأطفال الأيتام غالباً ما يظهرون مستويات أعلى من القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) مقارنة بنظرائهم غير

الأيتام، وأكدت الدراسة يمكن أن يؤدي غياب الشخصيات الأبوية المستقرة إلى تعطيل نموهم الأنفعالي والتأثير سلباً على رفاهيتهم بشكل عام (Smith et al., 2018,p.201).

كما أن أحد العوامل الأساسية التي يمكن أن تؤثر سلباً على الرفاهية النفسية للأطفال الأيتام هو فقدان أحد الوالدين أو مقدم الرعاية الأساسي، إذ يمكن أن تؤدي وفاة أحد الوالدين إلى مشاعر الحزن والخسارة والهجر، الأمر الذي قد يكون من الصعب بشكل خاص على الأطفال التعامل معه ، فضلاً عن ذلك، فإن الافتقار إلى بيئة منزلية مستقرة ورعاية يمكن أن يساهم في تطور اضطرابات التعلق والاكتئاب والقلق (Whetten et al., 2014,p.6).

وأن تأثير ضعف نوعية الرعاية البديلة للأطفال الأيتام التي يتلقونها من خلال مايعانيه الأطفال الذين يتم إيداعهم في بيئات مؤسسية، مثل دور الأيتام أو المنازل الجماعية، وما يعانيه من نقص الاهتمام والدعم الفردي، مما قد يؤدي إلى مشاعر العزلة وانعدام الانتماء، من ناحية أخرى، قد يكون لدى الأطفال الذين يتم إيداعهم في الحضانة أو المتبنين فرصة أفضل لتطوير ارتباطات عاطفية قوية وشعور بالانتماء، مما يمكن أن يساهم في رفاهيتهم النفسية بشكل عام (Whetten et al., 2014).

كما أن ما يواجهه الأطفال الأيتام من العزلة الاجتماعية والافتقار إلى شبكات الدعم التي تعد ضرورية لرفاهيتهم النفسية وغياب العلاقات الحاضنة يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالوحدة، وتدني احترام الذات، والشعور بالانفصال عن المجتمع، فقد أظهرت دراسة جونز ولويد، (Jones & Lloyd, 2019)، أن الدعم الاجتماعي يؤدي دوراً حاسماً في التخفيف من الآثار السلبية لفقدان الوالدين على الصحة النفسية للأطفال الأيتام، ويمكن للتدخلات التي تركز على بناء علاقات داعمة أن تساعد في تخفيف هذه التحديات (Jones & Lloyd, 2019 ,p.96). ويمكن للوضع الاجتماعي والاقتصادي للأسرة أو المجتمع الذي يوضع فيه الطفل اليتيم أن يؤدي أيضاً دوراً مهماً في رفاهيته النفسية، وقد يكون لدى الأطفال الأيتام الذين يعيشون في فقر أو في مجتمعات ذات موارد محدودة فرص أقل للتعليم والرعاية الصحية والدعم الاجتماعي، الأمر الذي يمكن أن يؤدي إلى تفاقم الصعوبات الأنفعالية والسلوكية (Atwine et al., 2005,p.555).

فضلاً عن ذلك، فإن هذه التحديات التعليمية، قد تؤثر بشكل أكبر على رفاهيتهم النفسية، إذ إن محدودية الوصول إلى التعليم الجيد، ونقص الدعم للنجاح الأكاديمي، وتعطيل التعليم بسبب التغييرات المتكررة في المواضيع يمكن أن تساهم في الشعور بالإحباط وانخفاض القيمة الذاتية، وقد يمكن للتدخلات التعليمية التي تعطي الأولوية لتوفير بيئة تعليمية داعمة والدعم الفردي أن تساعد في تعزيز الرفاهية النفسية للأطفال الأيتام (Brown & Manning, 2021,p.86).

وبناءً على ما تقدم تتضح مشكلة البحث الحالي بالأجابة على التساؤلات التالية :

- ١- هل توجد رفاهية نفسية لدى أفراد عينة البحث الحالي.
 - ٢- هل يوجد رفاهية نفسية لدى أفراد عينة البحث الحالي وفقاً لمتغير الإقامة (حكومي - أهلي)
- أهمية البحث:**

تعد الرفاهية النفسية جانباً مهماً لنمو الطفل بشكل عام، كما أنها تحمل أهمية أكبر للأطفال الأيتام، وإن النمو بوجود ودعم الوالدين البيولوجيين يمكن أن يجعل الأطفال الأيتام أكثر تحدياً نفسياً.

تؤدي الرفاهية النفسية دوراً حاسماً في تعزيز المرونة الأنفعالية ومهارات التكيف لدى الأطفال الأيتام، إن تطوير سمات المرونة يساعدهم على التغلب على التحديات التي قد يواجهونها، بما في ذلك فقدان الشخصيات الأبوية وتجارب الطفولة السلبية، فقد أشارت دراسة تاو وليم (Tay & Lim, 2020, p476) ، إلى أن الأطفال الذين يتمتعون بمستويات أعلى في الرفاهية النفسية يظهرون تنظيمًا أنفعاليًا وقدرة على التكيف ومهارات حل المشكلات بشكل أفضل من خلال إعطاء الأولوية لرفاهيتهم النفسية، يمكننا تزويد الأطفال الأيتام بالأدوات اللازمة للتغلب على الشدائد (Smith et al., 2019).

وفي الصدد نفسه ترتبط الصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً بالروابط الاجتماعية وشبكات الدعم للأطفال الأيتام، إذ يعد بناء علاقات صحية أمراً ضرورياً بشكل خاص لأنه يخفف من مشاعر الوحدة، ويعزز احترام الذات، ويؤسس الشعور بالانتماء، أظهرت دراسة ساليفو وآخرون (Salifu et al., 2016) أن التفاعلات الاجتماعية الإيجابية تساهم في تحسين الرفاهية النفسية والرضا العام عن الحياة لدى الأطفال الأيتام إن خلق الفرص لهم لتكوين علاقات داعمة والحفاظ عليها يمكن أن يؤثر بشكل كبير على رفاهيتهم (Salifu et al., p.429 2016) ويؤدي الدعم الاجتماعي تأثيراً كبيراً في النمو النفسي والاجتماعي للأطفال الأيتام، ويمكن للعلاقات الإيجابية وشبكات الدعم أن توفر الاستقرار الأنفعالي، وتعزز الشعور بالانتماء، وتعزز عوامل الحماية التي تساهم في رفاهيتهم، بشكل عام يمكن أن تشمل شبكات الدعم الاجتماعي أفراداً ومؤسسات مثل الآباء بالتبني والموجهين والمدارس والمنظمات المجتمعية، والتي يمكن أن تساهم في نموهم الاجتماعي والأنفعالي (Erango & Ayka, 2015, p.169).

ومن زاوية أخرى، فإن النمو الإيجابي والازدهار النفسي إذ ما سار بطريقة صحية، فإن تأثيره واضح على الرفاهية النفسية، والنمو الاجتماعي والأنفعالي، والأداء الأكاديمي، وأكثر من ذلك، وفي حالة الأطفال الأيتام، من الضروري بشكل خاص إعطاء الأولوية لرفاهيتهم النفسية لأنها ترتبط ارتباطاً مباشراً بالنمو الإيجابي، فقد أظهرت دراسة إسكويثا وآخرون (Escueta et al., 2014) أن الأطفال الذين يتمتعون بمستويات عالية في الرفاهية النفسية يميلون إلى إظهار

مهارات اجتماعية أفضل والمشاركة الأكاديمية واستراتيجيات التأقلم التكيفية، والنمو الإيجابي أمر بالغ الأهمية لنموهم الشامل وآفاقهم المستقبلية (Escueta et al., 2014, p.13). كما أن للرفاهية النفسية أثر كبير على الأداء الأكاديمي والنتائج التعليمية لدى الأطفال الأيتام، فقد أشارت دراسة ريان وديسي (Ryan & Deci, 2020)، إلى أن الأطفال الذين يتمتعون بمستويات أعلى في الرفاهية النفسية يميلون إلى الحصول على تركيز وتحفيز ومشاركة أفضل في دراساتهم ومن خلال إعطاء الأولوية لصحتهم النفسية، وبذلك يمكن تحسين التركيز، وتقليل مستويات الضغوط، وخلق بيئة تعليمية مناسبة للأطفال الأيتام، وبالتالي تعزيز فرصهم التعليمية (Ryan & Deci, 2020, p. 23).

فضلاً عن ذلك يعد تعزيز الرفاهية النفسية لدى الأطفال الأيتام أمراً بالغ الأهمية لمنع تطور اضطرابات الصحة النفسية، ويمكن أن يؤدي وجود الشخصيات الأبوية البديلة المستقرة إلى تقليل تعرضهم لظروف مثل القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، فقد أثبتت دراسة سيمسي (Simsek et al., 2007) أن التدخلات التي تركز على تعزيز الرفاهية النفسية الإيجابية، مثل التقنيات القائمة على اليقظة وبرامج بناء المرونة، ويمكن أن تقلل بشكل فعال من خطر اضطرابات الصحة النفسية لدى الأطفال الأيتام، إذ تعد الوقاية من خلال الرفاهية النفسية أمراً أساسياً لضمان صحتهم النفسية على المدى الطويل. ولا يمكن المبالغة في أهمية الصحة النفسية لدى الأطفال الأيتام. ومن خلال تعزيز المرونة العاطفية، وتسهيل الروابط الاجتماعية الصحية، وتعزيز الأداء الأكاديمي، ومنع اضطرابات الصحة العقلية، وتوفير الرعاية المستنيرة للصدّات، يمكننا التأثير بشكل إيجابي على رفاهيتهم بشكل عام. تقع على عاتقنا مسؤولية جماعية ضمان حصول الأطفال الأيتام على أنظمة الدعم والتدخلات اللازمة لتعزيز سلامتهم النفسية وتمكينهم من عيش حياة مرضية.

أهداف البحث:

أستهدف البحث الحالي التعرف على :

- ١- الرفاهية النفسية لدى الأطفال الأيتام .
- ٢- دلالة الفرق الأحصائي في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير الإقامة (حكومي - أهلي) لدى الأطفال الأيتام.

حدود البحث Limits of the research :

يتحدد البحث الحالي بدراسة (الرفاهية النفسية لدى ايتام دور الدولة) المتواجدين في دور الأيتام الأهلية والحكومية في محافظة بغداد للعام ٢٠٢٤.

تحديد المصطلحات: definition the term:**أولاً: الرفاهية النفسية Psychological well-being:**

عرفها كل من

١- دينر وريان Diener and Ryan , 2009:

بأنها التقييم الشامل لحياة الفرد، مع الأخذ في الاعتبار الأحكام المعرفية للرضا عن الحياة والتجارب العاطفية للمشاعر الإيجابية والسلبية، ويشمل كلا من الجوانب المعرفية والأنفعالية للرفاهية.

٢- منظمة الصحة العالمية (WHO,2004):

بأنها "حالة من الرفاه يدرك فيها الفرد قدراته الخاصة، ويستطيع أن يتعامل مع ضغوط الحياة العادية، ويستطيع أن يعمل بشكل منتج ومثمر، ويكون قادراً على تقديم مساهمة لمجتمعهم". ويؤكد هذا التعريف على القدرات الفردية والمرونة والمشاركة الاجتماعية.

٣- راف (Ryff, C. D. (1989)

هي مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن فهماً عميقاً وقبولاً للذات، وعلاقات ذات معنى مع الآخرين، والشعور بالاستقلال والسيطرة على بيئة الفرد، وحياة هادفة، وإحساساً شخصياً بالنمو والتطور (Ryff, 1989,p.1069).

الفصل الثاني : إطار نظري

مقدمة: قدمت كارول ريف، عالمة النفس والأستاذة في جامعة ويسكونسن ماديسون، نظريتها عن الرفاهية لأول مرة في عام ١٩٨٩، وقد تم تطوير النظرية كاستجابة للتركيز السائد على علم النفس المرضي في علم النفس في ذلك الوقت، تعتقد ريف أن علم النفس يجب أن يركز أيضاً على تعزيز الصحة النفسية الإيجابية والرفاهية، بدلاً من مجرد علاج الأمراض النفسية، تأثرت نظريتها بأعمال علماء النفس المشهورين مثل أبراهام ماسلو، الذي اقترح النظرية الهرمية للاحتياجات، وإريك إريكسون، الذي طور المراحل النفسية والاجتماعية للتطور.

قد كانت نظرية ريف للرفاهية، التي طورتها كارول ريف في أواخر الثمانينيات، إذ تعد النظرية إطاراً بارزاً يسعى إلى فهم الطبيعة المتعددة الأبعاد للرفاهية النفسية، تؤكد هذه النظرية على أهمية الجوانب المتنوعة للأداء البشري التي تساهم في الرفاهية العامة للفرد، ومن خلال تحديد ستة أبعاد رئيسية، توفر نظرية ريف فهماً شاملاً للعوامل التي تشكل صحتنا النفسية.

تفترض نظرية ريف للرفاهية أن الرفاهية النفسية تتأثر بستة أبعاد، وهي:

١. قبول الذات Self-Acceptance : يشير قبول الذات إلى الدرجة التي يمتلك بها الأفراد أدراكاً إيجابياً وقبولاً لأنفسهم، بما في ذلك نقاط القوة والضعف والتجارب السابقة.

ترى الباحثة أن قبول الذات يؤدي دوراً حيوياً في رفاهية الأيتام، وهو ينطوي على تعزيز الإيجابي الإيجابي وقبول الذات، على الرغم من الظروف الصعبة ومن خلال تعزيز الشعور بقيمة الذات، يمكن لقبول الذات أن يساعد الأيتام على تطوير المرونة وصورة ذاتية صحية، مما يوفر الأساس لرفاههم.

٢. العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations with Others : يستكشف هذا البعد جودة علاقات الفرد مع الآخرين، بما في ذلك قدرتهم على إنشاء والحفاظ على علاقات مرضية وداعمة للطرفين، وترى الباحثة أن العلاقات الإيجابية مع الآخرين ضرورية لرفاهية الأيتام ، إن تطوير علاقات صحية وداعمة مع مقدمي الرعاية والأقران وغيرهم من الأفراد المهمين يمكن أن توفر الدعم العاطفي والشعور بالانتماء وفرص التفاعل الاجتماعي والتطور إذ تساعد مثل هذه العلاقات الأيتام على بناء شبكة دعم وتجربة روابط اجتماعية إيجابية.

٣. الاستقلالية Autonomy: تعكس الاستقلالية مدى شعور الأفراد بتقرير المصير والاستقلال والقدرة على اتخاذ خيارات تتماشى مع قيمهم ومصالحهم، ترى الباحثة أن الاستقلالية تعدُّ بُعداً حاسماً لرفاهية الأيتام، إن تمكين هؤلاء الأطفال من الاختيارات وفرص اتخاذ القرار وتعزيز الشعور بالسيطرة على حياتهم يمكن أن يعزز رفاههم، كما إن تشجيع الاستقلالية يساعد الأيتام على تطوير الشعور بالهوية والاستقلال وتقرير المصير، وهي جوانب حيوية لرفاههم.

٤. الإتقان البيئي Environmental Mastery : يشير الإتقان البيئي إلى المستوى المدرك من السيطرة والكفاءة التي يتمتع بها الفرد في إدارة بيئته والتأثير عليها، بالإضافة إلى القدرة على التكيف مع الظروف المتغيرة، وترى الباحثة إن الإتقان البيئي له أهمية خاصة فيما يتعلق برفاهية الأيتام في دور الأيتام، إذ ينطوي على قدرتهم الملموسة على التنقل والتأثير على بيئتهم بشكل فعال من خلال توفير بيئة داعمة ورعاية، يمكن لدور الأيتام تمكين الأطفال من تطوير المهارات والثقة، وتمكينهم من مواجهة التحديات والتكيف مع محيطهم بنجاح.

٥. الهدف في الحياة Purpose in Life : يشير الهدف في الحياة إلى وجود أهداف وتطلعات ذات معنى وإحساس بالاتجاه الذي يزود الأفراد بإحساس بالهدف وسبب للعيش، وترى الباحثة أن تعزيز الشعور بالهدف في الحياة يعدُّ أمراً بالغ الأهمية لرفاهية الأيتام، وترى الباحثة إن تشجيعهم الأيتام على استكشاف اهتماماتهم واكتشاف شغفهم وتحديد أهداف ذات معنى يمكن أن يعزز الشعور بالهدف والاتجاه، ويساعد على تطوير المرونة والتحفيز والشعور بالتفاؤل، مما يساهم في رفاهيتهم بشكل عام.

٦. النمو الشخصي Personal Growth : يركز النمو الشخصي على التطوير المستمر لمهارات الفرد ومعارفه وإمكاناته الشخصية، مما يعزز الشعور بالتقدم والإنجاز، وترى الباحثة أن النمو الشخصي أمراً ضرورياً لرفاهية الأيتام ومن خلال توفير الفرص التعليمية والتدريب على

المهارات الحياتية والتوجيه، يمكن لدور الأيتام دعم التطور الشامل لهؤلاء الأطفال، ويمكن للنمو الشخصي للأيتام من اكتساب المعرفة والمهارات والكفاءات اللازمة لرفاههم ونجاحهم في المستقبل.

تمثل هذه الأبعاد مجتمعة الفقرات الأساسية للحياة الجيدة، والتي تشمل كلا من جوانب المتعة والحياة الجيدة للرفاهية.

يشير قبول الذات، وهو البعد الأول، إلى قدرة الفرد على قبول واتخاذ موقف إيجابي تجاه نفسه، والاعتراف بنقاط القوة والضعف لدى الفرد واحتضانها (ريف، ١٩٨٩).

تؤكد العلاقات الإيجابية مع الآخرين على أهمية الحفاظ على علاقات صحية وداعمة ومُرضية للطرفين مع الآخرين (Ryff, 1989).

ويعكس البعد الثالث الحكم الذاتي، قدرة الفرد على التفكير والتصرف بشكل مستقل، واتخاذ القرارات التي تتوافق مع قيمه ومعتقداته الشخصية (ريف، ١٩٨٩).

أما الإلتقان البيئي، وهو البعد الرابع، فيتضمن قدرة الفرد على إدارة البيئة المحيطة به والتنقل فيها بشكل فعال، والتكيف مع ظروفه وتشكيلها لتلبية احتياجاته (Ryff, 1989).

أما الهدف في الحياة، البعد الخامس، يسلط الضوء على أهمية وجود إحساس واضح بالاتجاه والمعنى والأهداف الشخصية التي تعطي الحياة إحساساً بالهدف والاتجاه (ريف، ١٩٨٩). وأخيراً، يؤكد النمو الشخصي، وهو البعد السادس، على قدرة الفرد على التطوير المستمر وتوسيع إمكاناته وتقبل التحديات والتجارب الجديدة (Ryff, 1989).

تمت دراسة نظرية ريف للرفاهية والتحقق من صحتها على نطاق واسع، حيث أظهرت الأبحاث فائدتها في فهم الطبيعة المتعددة الأوجه للرفاهية النفسية (Ryff & Keyes, 1995).

وقد أظهرت الدراسات أن الأفراد الذين يسجلون درجات عالية في هذه الأبعاد الستة يميلون إلى إظهار قدر أكبر من الرضا عن الحياة، ومستويات أقل من الاكتئاب والقلق، وإحساس أقوى بالصحة النفسية العامة (Ryff & Singer, 2008).

فضلاً ذلك، كانت نظرية ريف مفيدة في توجيه التدخلات والبرامج التي تهدف إلى تعزيز الرفاهية، لأنها توفر إطاراً واضحاً لفهم المجالات المحددة التي تحتاج إلى معالجة (ريف، ٢٠١٤).

من خلال التركيز على تعزيز قبول الفرد لذاته، والعلاقات الإيجابية، والاستقلالية، والسيطرة البيئية، والغرض من الحياة، والنمو الشخصي، يمكن لهذه التدخلات أن تساعد الأفراد على تحقيق شعور أكبر بالرفاهية والازدهار بشكل عام.

بناءً على ماسبق، تقدم نظرية ريف للرفاهية فهماً شاملاً ودقيقاً للعوامل التي تساهم في الرفاهية النفسية للفرد، من خلال معالجة الأبعاد الستة الرئيسية للرفاهية، توفر هذه النظرية إطاراً قيماً

للباحثين والأطباء والأفراد الذين يسعون إلى تنمية حياة أكثر إشباعاً وإرضاءً، مع استمرار تطور مجال علم النفس، تظل نظرية ريف أساساً حاسماً لفهم وتعزيز الرفاهية الشاملة للأفراد.

الفصل الثالث : منهجية البحث

مجتمع البحث : population of the search :

يشتمل البحث الحالي على طلبة الايتام في دور الدولة (الحكومي) ومركز البيت الآمن (الاهلي) وقد بلغ عددهم في دور الدولة في دور محافظة بغداد (٤٥٤) يتيم في حين بلغ عدد الأيتام في مركز البيت الآمن (١١٠) يتيم، وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) توزيع أفراد مجتمع البحث حسب اعداد الايتام في دور الدولة ومركز البيت الآمن في محافظات

العراق

الدار	العدد
بغداد - وزيرية	٧٥
بغداد - الاعظمية	٢٥
موصل	١٠٠
صلاح الدين	٥٣
عمارة	٥٠
سماوة	٤٥
ديالى	٤٦
مركز البيت الآمن	٦٠
المجموع	٤٥٤

ثانياً: عينة البحث **Research sample**: اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية البسيطة وفقاً لمتغير الإقامة (حكومي- اهلي)، تألفت عينة البناء من (٢٤٦) يتيم من دور الايتام، والجدول (٢) يوضح العينة المحددة لكل من الذكور والاناث

جدول (٢) توزيع أفراد عينة البحث حسب اعداد الايتام في دور الدولة ومركز البيت الآمن في محافظات العراق

الدار	العدد
بغداد - وزيرية	٧٥
بغداد - الاعظمية	٢٥
موصل	٥٠
ميسان	٣٦
مركز البيت الآمن	٦٠
المجموع	٢٤٦

- أداة البحث : مقياس الرفاهية النفسية Psychological well-being scale :

نظراً لعدم توفر أداة محلية أو عربية تتلائم مع طبيعة وثقافة المجتمع العراقي، وعدم عثور الباحث على مقياس عربي أو أجنبي مناسب يخدم أهداف البحث الحالي، ولغرض الحصول على فقرات المقياس التي تغطي المفهوم، قام الباحث ببناء مقياس الرفاهية النفسية وفق الخطوات الآتية:

١- تحديد المنطلقات النظرية لمقياس الرفاهية النفسية:

بعد الاطلاع على الأدبيات والنظريات السابقة تم الحصول على نظرية راف (1989, Ryff) وقد اعتمدت كأطار نظري لمقياس الرفاهية النفسية، وقد عرف راف ١٩٨٩ الرفاهية النفسية وقد عرفها: بأنها مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن فهماً عميقاً وقبولاً للذات، وعلاقات ذات معنى مع الآخرين، والشعور بالاستقلال والسيطرة على بيئة الفرد، وحياة هادفة، وإحساساً شخصياً بالنمو والتطور (Ryff, 1989, p.1069).

٢- تحديد أسلوب القياس :

تم اعتماد أسلوب التقرير اللفظي وطريقة ليكرت كونها الطريقة الأنسب والأكثر شيوعاً .

٣- أعداد المقياس بصورته الأولية :

تم صياغة (١٨) فقرة بصورتها الأولية مصاغة بأسلوب التقرير اللفظي على وفق نظرية راف (1989, Ryff) وقد تم اشتقاق الفقرات على وفق النموذج المتبنى لتلائم مع ثقافة المجتمع العراقي وعينة البحث المدروسة .

٤- التحقق من صلاحية الفقرات :-

بعد أن أتم الباحث أكمال فقرات المقياس وتطابقها وفقاً للنظرية المتبناة وأدبياتها والمبينة والبالغ عددها (١٨) عرضت الفقرات على أحد عشر من الخبراء للحكم على صلاحية المقياس المعد لقياس الرفاهية النفسية.

و بعد أن استرجع الباحث الاستبانة المتعلقة بمقياس الرفاهية النفسية من السادة الخبراء قام الباحث بتبويب الآراء بجدول (٣) يبين النسب المئوية بخصوص قبول فقرات المقياس، علماً أن نسبة الاتفاق كانت أعلى من (٨٠%). تم الابقاء على (١٨) فقرة.

جدول (٣) آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس الرفاهية النفسية

فقرات الرفاهية النفسية	عدد الموافقون	عدد المعارضون	النسبة المئوية
1-2-3-6-7-8-13-14-15-16-	١١	صفر	%١٠٠
9-10-11-12-17-18-	١٠	١	%٩٠
4-5-	٩	٢	%٨١

أ- إعداد تعليمات المقياس:-

إعداد التعليمات دليل يسترشد به المجيب اثناء اجابته على المقياس، لذا اهتم الباحث عند تهيئة فقرات المقياس ان تكون بسيطة ومفهومة لدى عينة البحث، وحرص على عدم ترك افراد العينة لاي فقرة من دون اجابة، وتم ابلاغهم أن الاجابة على الفقرات ستكون لأغراض البحث العلمي مع تنبيه المستجيب لا داعي لذكر الاسم وذلك لزرع الثقة لديه، مع التأكيد على ضرورة تحديد المتغيرات الديموغرافية الموجودة في المقياس.

أ- الدراسة الاستطلاعية :-

الهدف الاساسي من هذا الاجراء هو التعرف على مدى فهم ووضوح الفقرات وتعليمات المقياس، وايضا حساب الوقت اللازم الذي يستغرقه افراد العينة للإجابة، لذا اختار الباحث عينة استطلاعية مكونة من (٢٠) يتيم، وطبق الباحث هذه التجربة الاستطلاعية على العينة المذكورة، وبعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية تبين ان فقرات مقياس الرفاهية النفسية وتعليماته واضحة، علماً إن الوقت الذي يستغرقه المفحوص للإجابة، تراوح ما بين (٥-١٠) دقائق .

أ- تصحيح المقياس :-

تكون مقياس الرفاهية النفسية من (١٨)، وفق متدرج ليكرت والذي يتكون من (خمسة) بدائل (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداً) يتراوح من (٥-١) علماً أن جميع الفقرات كانت ايجابية (مع توجه المقياس)، عدا الفقرات (١١-١٤-١٨) كانت عكس توجه المقياس.

التحليل الأحصائي لفقرات المقياس :-

١- القوة التمييزية (أسلوب المجموعتين الطرفيتين (Contrasted Groups method):

بعد الانتهاء من تصحيح الاستثمارات البالغة (٢٤٦) أستمارة وحساب الدرجة الكلية لكل أستمارة تم ترتيب الاستثمارات تنازلياً من مجموعة عليا ومجموعة دنيا، ومن ثم استعمال نسبة قطع 27% تمثل المجموعتين العليا والدنيا لكل الدرجات الكلية بحيث تحصل على اعلى درجات وادنى عليا ودنيا، وبذلك تحصل على مجموعتين باقصى تباين وباكبر حجم وهي نسبة جيدة حسب معيار (Anstasi, 1976, p:208) كونها تزودنا بأفضل عدد وأفضل تباين وقد بلغ عدد أفراد المجموعة العليا (٦٦) أستمارة، وعدد افراد المجموعة الدنيا (٦٦) أستمارة، لذا اصبح لدى الباحث (١٣٢) استمارة خاضعة للتحليل الاحصائي ، وتراوحت حدود درجات المجموعة العليا بين (٣٦-٦٣) وحدود درجات المجموعة الدنيا (١٨-٢٥). وبما ان توزيع درجات أفراد عينة البحث الحالي توزيعاً اعتدالياً ، كما تم وصفه من خلال الخصائص الاحصائية ، وبما أن التوزيع طبيعي سيلجأ الباحث تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وعند مقارنة القيم التائية

المحسوبة بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٣٠) وقد تبين أن جميع فقرات المقياس مميزة إذ كانت القيمة التائية أكبر من القيمة الجدولية، والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤) القوة التمييزية لمقياس الرفاهية النفسية باستعمال العينتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدالة
1	عليا	2.4243	.74547	9.015	دالة
	دنيا	1.3637	.59838		
2	عليا	2.3183	.66006	13.128	دالة
	دنيا	1.1062	.35644		
3	عليا	2.6971	.89392	11.715	دالة
	دنيا	1.2274	.48977		
4	عليا	2.7425	.79054	10.944	دالة
	دنيا	1.3486	.66778		
5	عليا	2.8637	.76232	14.741	دالة
	دنيا	1.2425	.46611		
6	عليا	2.6668	.96610	11.593	دالة
	دنيا	1.1668	.41449		
7	عليا	1.6516	.85021	4.808	دالة
	دنيا	1.1062	.35644		
8	عليا	1.3637	.67109	3.789	دالة
	دنيا	1.0303	.24618		
9	عليا	1.9243	.70843	8.596	دالة
	دنيا	1.1062	.31028		
10	عليا	2.0304	.76399	8.073	دالة
	دنيا	1.1668	.41449		
11	عليا	2.3334	.70893	10.678	دالة
	دنيا	1.2425	.43184		
12	عليا	2.4698	.91518	7.903	دالة
	دنيا	1.4546	.50176		
13	عليا	2.2880	.97295	8.895	دالة
	دنيا	1.1516	.36131		
14	عليا	2.2122	.81365	7.184	دالة
	دنيا	1.3486	.54045		

دالة	11.012	.88091	2.5304	عليا	15
		.41195	1.2122	دنيا	
دالة	10.150	.78269	2.1819	عليا	16
		.32888	1.1213	دنيا	
دالة	12.954	.63632	2.3183	عليا	17
		.36131	1.1516	دنيا	
دالة	12.110	.86260	2.5456	عليا	18
		.36131	1.1516	دنيا	

تشير نتائج الجدول (٤) أن جميع الدرجات دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١.٩٦) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥).

٢- أسلوب الأتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس):-

في محاولة للتأكد من تمييز الفقرات تم استخراج العلاقة الارتباطية من خلال أستمعال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، ولتحقيق ذلك تم حساب الدرجة الكلية لكل الاستمارات (٢٤٦) وظهر أن جميع معاملات الارتباط (دالة احصائياً) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) القيمة الجولية البالغة (١.٩٦) ودرجة حرية (٢٤٤) والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥) درجات معامل الارتباط والقيمة التائية لمقياس الرفاهية النفسية

الفقرة	معامل الارتباط	القيمة التائية	الدالة	الفقرة	معامل الارتباط	القيمة التائية	الدالة
1	.529**	12.43608	دالة	10	.510**	11.82839	دالة
2	.640**	16.61685	دالة	11	.631**	16.22673	دالة
3	.705**	19.83160	دالة	12	.471**	10.65194	دالة
4	.614**	15.51904	دالة	13	.529**	12.43608	دالة
5	.725**	20.99998	دالة	14	.479**	10.88615	دالة
6	.722**	20.81805	دالة	15	.668**	17.90817	دالة
7	.306**	6.412269	دالة	16	.655**	17.29317	دالة
8	.331**	6.997896	دالة	17	.658**	17.4327	دالة
9	.520**	12.14515	دالة	18	.719**	10.50728	دالة

تبين من خلال ارتباطات الدرجة الكلية للفقرات بالدرجة الكلية لمقياس المهارة السياسية أن جميع معاملات الارتباط دالة موجبة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) ودرجة حرية (٢٤٤) ، وهذا يشير إلى صدق البناء كما هو موضح في جدول (٥) .

أ- مؤشرات صدق المقياس (Scale Validity Indexes):

وقد تم التحقق من مؤشرات صدق المقياس كالاتي :-

١- الصدق الظاهري (Face Validity):

هذا النوع من الصدق يعكس مدى الانسجام في فقرات المقياس الحالي ومفاهيمه استناداً الى التعريف الذي تم بناء المقياس على اساسه (Duckworth, 2009) ويتحقق هذا النوع من خلال عرض فقرات المقياس على المحكمين المختصين للحكم على مدى تمثيل الفقرات الظاهرة المراد قياسها (Eble, 1972,p:555) وقد تحقق ذلك من خلال عرض الفقرات على السادة المحكمين وكما هو موضح في صلاحية الفقرات.

٢- صدق البناء (Construct Validity):

هذا النوع من الصدق يشير الى مدى قياس فقرات المقياس الحالي لسمة او ظاهرة معينة (ابو حطب، ١٩٧٨، ص ١٠٠) وهو يشير الى التجانس الداخلي او الاتساق للمقياس (الزوبعي واخرون، ١٩٨١، ص ٤٣) وقد تحقق هذا النوع من الصدق البنائي من خلال علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كون ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية يعد مؤشراً بحد ذاته، وقد تم التأكد من معاملات الارتباط انها دالة احصائياً، وبذلك عد المقياس صادقاً بنائياً.

د- مؤشرات ثبات المقياس (The Reliability)

وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس الرفاهية النفسية من خلال أستعمال طريقة:-

١- معامل الفا (α) كرونباخ للاتساق الداخلي Alpha Coefficient For Internal

Consistency

أستعمل معامل الفا (α) كرونباخ لاستخراج ثبات مقياس الرفاهية النفسية وقد كانت العينة مقدارها (٢٤٦) فرداً، وقد كان مقداره (٠,٨٧٦)، وهو بذلك يعد معامل ثبات جيد ، وتعد موثوقية المقياس جيدة يمكن الركون اليه.

- وصف المقياس بالصيغة النهائية

تكون مقياس الرفاهية النفسية بالصيغة النهائية من (١٨) فقرة، وقد تم استعمال اسلوب ليكرت الذي يتكون من خمسة بدائل (ينطبق علي دائماً، ينطبق علي غالباً، ينطبق علي احياناً، ينطبق علي نادراً، لا ينطبق علي ابدأ)، وقد كانت اقصى درجة ممكن ان يحصل عليها الفرد هي (٩٠) وادنى درجة هي (١٨) وقد بلغت قيمة المتوسط الفرضي (٥٤) درجة وكانت المؤشرات الأحصائية للمقياس تشير الى أمكانية تعميم نتائج على عينة البحث إذ كانت تقترب من التوزيع الأعتدالي .

الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول : التعرف على الرفاهية النفسية لدى الأطفال الأيتام .

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس الرفاهية النفسية على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٤٦) ، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (٣١.٣٧) درجة وبانحراف معياري مقداره (٨.٢٢) درجة ، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي (١) للمقياس والبالغ (٥٤) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح المتوسط الفرضي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) بدرجة حرية (٢٤٥) ومستوى دلالة (٠.٠٥) والجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦) الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الرفاهية النفسية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٢٤٦	٣١.٣٦	٨.٢١	٥٤	٤٣.٢٣	١.٩٦	٢٤٥	دال

تشير نتيجة الجدول (٦) الى ان عينة البحث لا يتمتعون بالرفاهية النفسية.

تفسر النتيجة الحالية وفقاً للنظرية المتبناة غالباً ما يعاني الأطفال في دور الأيتام من صعوبة قبول الذات، وبدون التوجيه المستمر والحب من المفقود من الوالدين، وقد يستوعبون الوصمات المجتمعية المرتبطة بكونهم يتيمين، مما يؤدي إلى تدني احترام الذات وتقدير الذات، كما تشكل العلاقات الإيجابية مع الآخرين تحدياً أيضاً، إذ أن الطبيعة العابرة للعلاقات في دور الأيتام يمكن أن تمنع تكوين روابط مستقرة وداعمة (Ryff,1989, p. 1069) .

وترى الباحثة أن الأطفال في دور الأيتام، فإن عثورهم على إحساس بالهدف والنمو الشخصي يمكن أن يطغى عليه الغموض الذي يكتنف مستقبلهم، وبدون دعم الأسرة، قد يفتقرون إلى التوجيه والموارد اللازمة لأدراك مستقبل مرضي أو تحقيق مصالحهم، وهذا يمكن أن يعيق دوافعهم ودافعهم للتنمية الشخصية.

الهدف الثاني : التعرف على دلالة الفرق الأحصائي في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير الإقامة (حكومي - أهلي) لدى الأطفال الأيتام .

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في المهارة السياسية تبعاً لمتغير الجنس والجدول (٧) يوضح ذلك :

^١ تم استخراج المتوسط الفرضي لمقياس (الرفاهية النفسية) وذلك من خلال جمع أوزان بدائل المقياس الخمسة وقسمتها على عددها ثم ضرب الناتج في عدد فقرات المقياس والبالغة (18) فقرة.

جدول (٧) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في الرفاهية النفسية تبعا لمتغير الإقامة (حكومي-أهلي)

الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
حكومي	202	31.26	7.85	0.43	1.96	غير دال
أهلي	44	31.84	9.79			

ويتبين من الجدول (٧) انه ليس هناك فرق في الرفاهية النفسية تبعا لمتغير الإقامة (حكومي - أهلي) لدى الأطفال الأيتام، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٤٤) .

تفسر النتيجة الحالية على وفق النظرية المتبناة من خلال ما طرحه ريف لقبول الذات وتقدير الفرد لقيمه وقبوله لنفسه، بما في ذلك العيوب في سياق دور الأيتام، فقد يعاني الأيتام في دور الدولة الحكومي والأهلي على حد سواء من هذا الجانب بسبب تجارب الهجر المشتركة ونقص التوجيه الأبوي، مما قد يؤثر على إحساسهم بقيمة الذات وبالمثل، فإن تطوير العلاقات الإيجابية مع الآخرين قد يشكل تحدياً مماثلاً لكلا الأيتام في الأقامتين، إذ تفتقر البيئة المؤسسية غالباً إلى العلاقات المتسقة والمغذية التي تعد بالغة الأهمية للنمو النفسي، فضلاً عن ذلك فإن الاستقلالية، والقدرة على أن يكون الطفل مستقلاً ويتخذ خياراته الخاصة، والسيطرة البيئية، والقدرة على إدارة البيئة المحيطة به لتلبية احتياجاته، هي أيضاً أبعاد تكون فيها الفروق متقاربة في حدها الأدنى لدى الأطفال في دور الأيتام، وترى الباحثة من الممكن أن تشكل أبعاد نظرية ريف للهدف في الحياة والنمو الشخصي تحدياً متساوياً لكل من الأطفال الأيتام سواء في دور الأيتام الحكومي أو الحكومي، ويمكن أن يؤدي عدم اليقين بشأن مستقبلهم، إلى جانب عدم وجود نماذج متسقة، إلى صعوبات في تصور مستقبل مُرضي أو متابعة النمو الشخصي، وقد يكافح الأطفال الأيتام للعثور على مكانهم في العالم وتحديد أهداف شخصية، نظراً للمحن المشتركة التي يواجهونها.

التوصيات :

- ١- على دور الدولة الاهلي والحكومي خلق بيئة آمنة ورعاية للأطفال الأيتام، فالبيئة المستقرة التي يمكن التنبؤ بها تعطي شعوراً بالأمان، وتسهل نموهم النفسي، من خلال التعليم والتدريب على المهارات كجزء أساسي من الرفاهية النفسية للأطفال الأيتام، فهي لا توفر لهم الإحساس بالهدف والاتجاه فحسب، بل تزودهم أيضاً بالأدوات اللازمة لمواجهة التحديات المستقبلية.
- ٢- يجب أن تسعى دور دور الأيتام جاهدة لتقليد الجو العائلي، إذ يمكن للأطفال تكوين علاقات ذات معنى مع مقدمي الرعاية لهم وزملائهم الأطفال، يتضمن ذلك إنشاء مساحات للأنشطة المشتركة والوجبات الجماعية والمعيشة المشتركة.

٣- على دور الدولة تقديم الدعم النفسي والاجتماعي والمشورة كونها أمر بالغ الأهمية للأطفال الأيتام من خلال نهج مختلف بالنسبة للذكور عن الإناث بسبب الأعراف والتوقعات المجتمعية، وينبغي توفير التعليم والتدريب على المهارات في ور الدولة الحكومي والأهلي، مع التركيز على تمكينهما من أجل مستقبل يعتمد على الذات.

المقترحات :

١- القيام بدراسات طويلة المد لتتبع نمو الأيتام من الذكور والإناث، ودراسة كيفية تأثير الجنس على رفاهية النفسية مع مرور الوقت.

٢- القيام بدراسة لبرامج العلاجية الشاملة المصممة لتلبية الاحتياجات النفسية الفريدة للأيتام من الذكور والإناث.

٣- القيام بدراسة تتناول طبيعة العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والأداء التكيفي للأطفال الأيتام.

المصادر

Smith, J., et al. (2018). Psychological well-being among orphaned children: A systematic review of long-term studies. *Child Development*, 89(1), 201-219.

Whetten, K., Ostermann, J., Whetten, R. A., Pence, B. W., O'Donnell, K., Messer, L. C., & Thielman, N. M. (2014). A comparison of the wellbeing of orphans and abandoned children ages 6-12 in institutional and community-based care settings in 5 less wealthy nations. *PLoS One*, 9(8), e104872.

Jones, R., & Lloyd, J. (2019). Social support and the psychological well-being of orphaned children: A systematic review. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104093.

Atwine, B., Cantor-Graae, E., & Bajunirwe, F. (2005). Psychological distress among AIDS orphans in rural Uganda. *Social Science & Medicine*, 61(3), 555-564.

Brown, S., & Manning, N. (2021). Education and the psychological well-being of orphaned children: A systematic review. *International Journal of Educational Development*, 86, 102448.

Tay, P. K. C., & Lim, K. K. (2020). Psychological resilience as an emergent characteristic for well-being: a pragmatic view. *Gerontology*, 66(5), 476-483.

Salifu Yendork, J., & Somhlaba, N. Z. (2016). The role of demographic and positive psychological factors on quality of life in Ghanaian orphans placed in orphanages: An exploratory study. *Child Indicators Research*, 9, 429-443.

Erango, M. A., & Ayka, Z. A. (2015). Psychosocial support and parents' social life determine the self-esteem of orphan children. *Risk management and healthcare policy*, 169-173.

Escueta, M., Whetten, K., Ostermann, J., O'Donnell, K., & Positive Outcomes for Orphans (POFO) Research Team. (2014). Adverse childhood experiences, psychosocial well-being and cognitive development among orphans and abandoned children in five low income countries. *BMC international health and human rights*, 14, 1-13.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.

Simsek, Z., Erol, N., Öztop, D., & Münir, K. (2007). Prevalence and predictors of emotional and behavioral problems reported by teachers among institutionally reared children and adolescents in Turkish orphanages compared with community controls. *Children and youth services review*, 29(7), 883-899.

Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.

World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice*. Summary Report. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4), 1103–1119.
- Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

المقياس بصورته النهائية

الفقرات	تتطبق علي دائماً	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي أحياناً	تتطبق علي نادراً	لا تتطبق علي ابداً
١	أشعر بمشاعر السعادة والرضا				
٢	أشعر بالتطور والتحسين الشخصي المستمر				
٣	أتمتع بأحاساس واضح بالاتجاه نحو تحقيق الأهداف				
٤	أشعر بنقاط قوة تميزني عن الآخرين.				
٥	لدى القدرة على اتخاذ قراراتي الخاصة بي				
٦	لدى القدرة على إدارة البيئة والتعامل معها				
٧	أستطيع من بناء علاقات صحية والحفاظ عليها				
٨	أشعر بأنني شخص ذو قيمة مثل الآخرين.				
٩	أنا قادر على القيام بالأشياء مثل معظم الأشخاص الآخرين.				
١٠	على العموم أنا راضي عن نفسي.				
١١	في بعض الأحيان أعتقد أنني فاشل (عكسي).				
١٢	لدي أشخاص يمكنني الاعتماد عليهم في أوقات الشدة.				
١٣	هناك أشخاص في حياتي يهتمون بي حقاً.				
١٤	أشعر بالوحدة والعزلة (عكسي).				
١٥	أشعر بالانتماء عندما أكون مع أصدقائي.				
١٦	لدي أهداف وأحلام أتطلع إليها.				
١٧	أعتقد أن حياتي سوف تسير على ما يرام.				
١٨	أشعر بالقلق من أنني لن أحظى بمستقبل جيد (عكسي).				