الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة

عهود كاظم فارس

ohud_kadhum@iku.edu.iq

أ.د. حيدر كريم الجزائري

haiderjasem80@iku.edu.iq

كلية الإمام الكاظم(ع) للعلوم الاسلامية الجامعة

الملخص

استهدف البحث الحالي التعرف على الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة وكذلك دلالة الفروق الإحصائية في الرفاهية النفسي لدى معلمات التربية الخاصة تبعاً لمتغير سنوات خدمة (اكثر من خمس سنوات ـ اقل من خمس سنوات) ، وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة باعتماد مقياس الرفاهية النفسية والمعد من قبل جيمينيز واخرون (Jimenez et al,2021) والمبني وفق نظرية الرفاهية النفسية، والذي تكون من (١٥) فقرة، وتم التحقق من صدق الترجمة و أستخراج خصائصه السايكومترية من صدق وثبات، وطبقت الأداة على عينة مؤلفة من (٣٠٠) معلمة وكانت النتائج كما يأتي:

1ـ أن عينة البحث ليس لديها رفاهية نفسية.

2ـ لا توجد فروق في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير سنوات خدمة (اكثر من خمس سنوات ـ اقل من خمس سنوات) ،وخرج البحث بعدد من الاستنتاجات التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: العلاقات الايجابية، المشاعر الايجابية، المعنى، الانجاز.

Psychological Well-being among Special Education Teachers

Ohoud Kadhim Faris

Prof. Dr. Haidar Kareem Jasim

Imam Al-Kadhim University College of Islamic Sciences

Abstract

The current research aimed to identify psychological well-being among special education teachers, as well as the significance of statistical differences in psychological well-being among special education teachers according to the variable of years of service (more than five years - less than five years). To achieve the research

objectives, the researcher adopted the Psychological Well-being Scale, developed by Jimenez et al. (2021), which is based on the theory of psychological well-being. The scale consisted of (15) items. The translation validity was verified, and its psychometric properties, including validity and reliability, were extracted. The instrument was applied to a sample of (300) teachers. The results were as follows:

1. The research sample did not experience psychological well-being.

2.There were no differences in psychological well-being according to the variable of years of service (more than five years - less than five years). The research concluded with a number of conclusions, recommendations, and proposals.

Key words: positive relationships, positive feelings, meaning, achievement.

التعريف بالبحث

مشكلة البحث

شهد المجتمع تغيرات كثيرة في التربية بكل جوانبها في السنوات الاخيرة، مما وضع معلمي التربية الخاصة امام تحديات ومتطلبات جديدة نتيجة هذه التغيرات، اذ اصبحت ادوارهم ومسؤولياتهم وانشطتهم التعليمية معقدة بنحو متزايد، فقد تتعدد وتتداخل ادوارهم بين الدور المعرفي والتشخيصي والتقويمي والعلاجي، فضلاً عن ساعات العمل الطويلة واعباء العمل الثقيلة، ومستويات التوتر العالية، والتعامل مع اولياء الامور، وان كل هذه الادوار والاعباء تؤدي الى ضغوط وتحديات توثر سلباً على شعورهم بالرفاهية (بوزنزن،٢٠١٥ :٥).

كما أن هذه الضغوط قد تعرضهم الى مواقف واحداث مزعجة تستهلك طاقتهم، وتكون مانعاً للوصول الى مستوى الاداء الامثل في سلوكياتهم، بسبب ما تتركه من تأثيرات وانعكاسات سلبية على جوانب شخصيتهم المختلفة، مما يعرضهم للإجهاد والاضطراب والوهن النفسي والاحباط والتوتر، وهذا يؤثر بشكل اساسي على مستوى اداءهم في مواجهة مواقف الحياة المختلفة، اذ يرى (سيلجمان,٢٠٠٢) ان الفرد عندما يتعرض لمواقف غير سارة تزداد محصلته من المشاعر السلبية، وهذا يحجم الفرد عن القيام باي نشاط او سلوك أبداعي او استكشافي يساعده على الارتقاء والتقدم الى الامام, كما تتوقف رغبته في ممارسة النشاطات المحببة والاندماج فيها(Seligman,2002:36).

ان تعرض الافراد الى الاحداث او المواقف السلبية يؤدي الى انخفاض مستوى الرفاهية النفسية، مما يسبب لديهم ضعف الاستمتاع بالحياة وعدم اداء المهام الحياتية بصورة جيدة، وهذا يجعلهم لا يدركون

دورهم في الحياة، ويضعف لديهم المعنى في الاشياء التي من حولهم، ومن ثم يقل لديهم الاحساس بالمشاعر الايجابية، أي بمعنى انخفاض مستوى الرفاهية وعدم تكيفهم في جوانب الحياة المتعددة, وهذا يؤثر على صحتهم النفسية مما يجعلهم لا يستطيعون مواجهة تحديات الحياة وإدارة شؤونهم واتخاذ القرارات المهمة(Seligman,2011:31).

اهمية البحث

يعد معلمو التربية الخاصة الركيزة الاساسية في العملية التعليمية واهم عناصرها، لما يقومون به من دور كبير وفعال في التعامل مع التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة، من خلال مساعدتهم على اكتساب الخبرات والمعارف والمهارات اللازمة لنموهم معرفياً، ونفسياً، واجتماعياً، مما يؤهلهم لأداء دورهم في مواقف الحياة المختلفة، فالمهام التي يقومون بها تكاد لا تضاهيها اي مهمة في اي مهنة اخرى، لأنهم يتعاملون مع فئات تحتاج الى رعاية واهتمام خاص اذ يقومون بتدريب وتعليم تلاميذ مختلفين تماماً عن بعضهم البعض، والمهمة هنا تكون اصعب واعقد(عبد الجوادومحمد،٢٠١٨: ٢٧٧).

لذا ينبغي ان يتمتع معلمو التربية الخاصة بخصائص نفسية وانفعالية تمكنهم من التعامل مع المواقف التعليمية المختلفة بدرجة عالية من الفاعلية، مما يساعدهم على خلق بيئة تعليمية داعمة تشعرهم بالانتماء والتقدير، وتعزز العلاقات الايجابية، وتقلص الاعباء الإدارية والتنظيمية، وتحقق لهم الرضا المهني والراحة النفسية في العمل، وصولاً الى تحقيق الاهداف المنشودة(Garbenis,2021:87)

فالرفاهية النفسية تساهم في التقليل من المشكلات النفسية والصحية لدى الافراد، بالإضافة لتأثيراتها الايجابية على افكارهم وسلوكياتهم وتصوراتهم وصحتهم العامة، بما في ذلك النتائج والاثار التي تعود على الاداء النفسي والسلوكي والاجتماعي، فالرفاهية النفسية تعزز بشكل كبير التفكير الايجابي لدى الافراد، مما يقلل من ميلهم للأفكار والسلوكيات السلبية, وبالتالي فان الافراد الذين يتمتعون برفاهية نفسية مرتفعة يكونوا اكثر قدرة على تبني مواقف عقلية ايجابية ومتفائلة، مما يسهم ذلك في تحقيق النجاح المدرك للأفراد في حياتهم العملية (Hone,2013:76)

وتعد الرفاهية النفسية من المفاهيم الحديثة في علم النفس الايجابي وهي من المؤشرات الاساسية التي تساعد الفرد للوصول للأداء الامثل في الحياة، وهي الهدف الذي يسعى الافراد للوصول اليه، اذ يسهم تحقيقها في شعور الفرد بالفرح والبهجة والانجاز ومتابعة الاهداف، وتمثل الرفاهية وصفاً للصحة النفسية الايجابية ومن خلالها يشعر الفرد بان لحياته معنى وقيمة، ويستطيع ان يوازن بين التحديات التي تواجهه والتعامل معها بكفاءة عالية(Seligman,2011:55).

لذلك فهنالك اتفاق يكاد يكون عام، هو ان الافراد الذين يشعرون بمشاعر ايجابية وأداء نفسي واجتماعي مثالي في معظم الأوقات تكون لديهم قدرة اكبر على التعامل مع التحديات و الصعوبات بشكل ايجابي دون الشعور بالقلق والاحباط والتوتر، ويتمتعون بفهم عميق لذاتهم، وهذا يساعدهم على اتخاذ قرارات صحيحة في المواقف الضاغطة والسلبية، فالشعور بالرفاه النفسي يمكنهم من اقامة علاقات

اجتماعية ايجابية ويستطيعون التحكم بمشاعرهم وافكارهم في المواقف الحياتية المختلفة &Peterson). Seligman, 2003:34)

اهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف إلى:

١. الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة.

٢. دلالة الفروق الاحصائية في الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة تبعاً لمتغير سنوات الخدمة (اكثر من ٥ سنوات _اقل من ٥ سنوات)

حدود البحث :

يتحدد البحث بمعلمات التربية الخاصة المتواجدات في المديريات العامة لتربية بغداد في الرصافة (الاولى، الثانية, الثالثة),(الكرخ الاولى), للعام الدراسي (٢٠٢٤- ٢٠٢٥).

تحديد المصطلحات:

الرفاهية النفسية (Psychological Well –Being) :

عرفها كل من:

١ـ سيلجمان(Seligman,2011): انها اداء نفسي اجتماعي ديناميكي ومثالي ينتج عن اقتران خمسة عناصر قابلة للقياس هي: المشاعر الإيجابية, المشاركة, العلاقات الإيجابية, المعنى , الانجاز (Seligman,2011:16)

٢ـ رايف(Ryff,2008):هي الدلائل السلوكية والانفعالية التي يمتلكها الفرد والتي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل تام والتي تتحدد في ستة ابعاد هي الاستقلالية ، التمكن البيئي، النمو الشخصي ، العلاقات الإيجابية، الهدف من الحياة، تقبل الذات(Ryff,2008:13).

ـ التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف سيلجمان (Seligman,2011) بوصفه تعريفاً نظرياً للرفاهية النفسية.

ـ التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة من خلال اجابتها على فقرات المقياس المعتمد في البحث الحالي.

معلم التربية الخاصة:

هو الشخص الحاصل على شهادة البكالوريوس في التربية الخاصة، والذي يكون مؤهلاً علمياً وتربوياً وثقافياً للتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة، ويقدم لهم خدمات تعليمية وتدريبية مختلفة (وزارة العدل,٢٠٢٤: ٢).

الاطار النظري

نظرية الرفاهية النفسية

طور مارتن سيلجمان نظرية الرفاهية النفسية في عام (٢٠١١) والتي تعد جزء من علم النفس الايجابي الذي اطلق عليها نموذج (PERMA)، اذ اقترح سيلجمان في نظريته ان الافراد غالباً ما يكون لديهم متطلبات نفسية اساسية يسعون الى تحقيقها وهي الشعور بالعاطفة الايجابية والحب والتفاؤل والانخراط في الانشطة التي تعطي للحياة معنى وهدف، واقامة علاقات ايجابية مع الاخرين والبحث عن المعنى والانجاز في ما يقومون به ويسعون الى تحقيقه، والاستمتاع بالإنجازات والنجاحات على المستوى الشخصي والمهني, اي عندما يتم النظر الى هذه المتطلبات مجتمعة فأن هذا يؤدي الى زيادة في الرفاهية النفسية لدى الافراد(Selignan,2011:25).

واوضح سيلجمان ان نظريته تعتمد على الادلة العلمية والبحوث التجريبية التي تدعم مفهوم الرفاهية النفسية ومكوناتها الاساسية، اذ ان كل مـكون من هذه المكونات يعد مهماً، اذ يمكن السعي لتحقيق هذه المكونات من اجل تحقيق الاداء النفسي والاجتماعي المثالي، فعندما تتكامل هذه المكونات، فأنها تفتح امامنا مساراً اساسياً نحو تحقيق الرفاهية، ويصبح الفرد اكثر قدرة على التعامل مع تحديات الحياة، ويصبح من الـ ممكن خلق حياة اكثر معنى وقيمة مع تأثير ايجابي قوي على الرفاهية النفسية، وفي الوقت نفسه تحد هذه الرفاهية من الضغوط والمواقف السلبية التي يتعرض لها الفرد(Boniwll & Tunariu,2019:89).

وتتكون نظرية الرفاهية النفسية من خمس مكونات وهذه المكونات هي التي تحقق الاداء الامثل للفرد في حياته وهي الغاية التي يسعى اليها كل فرد، كما تعد الهدف الاسمى الذي يسعى اليه علم النفس الايجابي، بمعنى ان تحقيق الفرد للمكونات الخمسة للرفاهية، يجعله فرداً اكثر ايجابياً وتفاؤل ويحيا حياة مزدهرة، في حين لا يكفي تحقيق مكون واحد فقط من هذه المكونات لتحقيق حالة الرفاهية النفسيةالمرغوبة بها، اذ ينبغي على الفرد ان يمتلك مستويات مرتفعة من جميع هذه المكونات(الربيعي،,٢٠٢٣:٢١٣).

مكونات الرفاهية النفسية:

حدد سيلجمان مكونات الرفاهية النفسية واطلق عليها نموذج (PERMA) وهو اختصار للاحرف الاولى لكل مكون من مكونات النظرية وهي كالاتي:

اولاً- المشاعر الإيجابية Positive emotions (p) : هي المكون الأول في نموذج (PERMA)التي اشار اليها سيلجمان في كتابه الرفاهية النفسية(Psychological well-being)اذ تشير المشاعر الإيجابية إلى شعور الفرد بالفرح والحب والامتنان والبهجة والمودة، وتعني تجربة الفرد للمشاعر التي تبعث الراحة والرضا والايجابية لديه، فالمشاعر الإيجابية ليست ضرورية فقط للرفاه النفسي للفرد (Seligman,2011:23).

المشاركة Engagement (E) : هي المكون الثاني في نموذج (PERMA) ويشار اليها باسم حالة التدفق(Flow)، ويعرف سيلجمان(Seligman,2011) المشاركة على انها حالة من الانغماس الكامل

في نشاط ما، الذي يجعل الوقت يتوقف بالفرد نتيجة للمهام التي يندمج بها، ويستغرق فيها تماماً، وتؤدي بالفرد الى فقدان الوعي الذاتي، اذ ان المشاركة تحدث عندما يستخدام الفرد نقاط قوته ويحدد اهدافاً واقعية قابلة للتحقق، وعندما يوازن بين مستوى المهارات ومستوى التحديات، مما يؤدي الى شعوره بالانغماس الكامل في الانشطة التي يقوم بها(Seligman,2011:45)

ثالثاً- **العلاقات الايجابيةPositive Relationship (R):** هي المكون الثالث في نموذج(PERMA) وتشمل جميع التفاعلات التي يقوم بها الفرد مع الاخرين ، والتي من خلالها يشعر الفرد بالحب والدعم والتقدير، ويشير سيلجمان إلى أنه يوجد هنالك العديد من نقاط الحياة المرتفعة التي تحدث في وجود أشخاص آخرين ،وأن هناك تأثيرات لوجودهم أو غيابهم على رفاهية الفرد، اذ تؤدي العلاقات الإيجابية الى شعور الافراد بالاندماج الاجتماعي، والاهتمام والدعم من قبل الاخرين والرضا عن الروابط الاجتماعية التي تجمعهم بهم (Seligman,2011:53)

رابعاً- المعنى Meaning (M) :هو المكون الرابع في نموذج (PERMA) اذ عرفه سيلجمان على أنه الانتماء الى شيء ما، وخدمة هذا الشي الذي يعتقد أنه أكبر من الذات والشعور بان حياة الفرد ذات قيمة وان هناك هدف لما يفعله الفرد، اذ يسهم المعنى في تحديد القيم الأساسية للفرد والمشاركة في المشاريع الشخصية التي تتوافق مع هذه القيم وان هذا يساعد على الشعور بالمعنى في الحياة وعلى تنشيط وتعزيز القوة العقلية المحاربة للمشاعر السلبية(Seligman,2011:62)

خامساً- الإنجازAchievement(A): وهوالمكون الخامس في نموذج (PERMA)حيث عرفه سيلجمان(Seligman,2011) على انه القوة التي تدفع الفرد لإنجاز شيء ما واتقان المسعى والحصول على الدافع الذاتي من اجل اكمال ما حدده الفرد لنفسه، وهو يعني سعي الفرد لتحقيق الأهداف والقدرة على مواجهة التحديات مما يعزز الشعور بالكفاءة والاتقان والإيمان بالأهداف المستقبلية، اذ ان الافراد غالباً ما ينظرون إلى ما حققوه بفخر واعتزاز وثقة، وان الانجاز لا يتوقف عند النتائج النهائية بل يشمل الجهد و المثابرة والشغف والتطور الشخصي لتحقيق الأهداف المنشودة (Seligman,2011:76).

منهجية البحث واجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضاً لمنهجية البحث والإجراءات التي اتبعت فيه لتحقيق أهدافه والمتمثلة بتحديد مجتمع البحث وآلية انتقاء عينته، والاداة المستعملة فيه، وكيفية استخراج الخصائص السايكومترية لها من صدق وثبات، والتطبيق النهائي لها، فضلاً عن الوسائل الاحصائية التي استعملت في تحليل بيانات البحث، وعلى النحو الآتي :

منهجية البحث : أتبع المنهج الوصفي في البحث الحالي لتحقيق اهداف البحث وهذا المنهج من أكثر المناهج شيوعاً وإنتشاراً لاسيما في البحوث التربوية ،ويعرف بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر يقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين العناصر (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١ : ٥١)

أولاً: مجتمع البحث : تعد عملية تحديد مجتمع البحث من العناصر المهمة في البحوث التربوية والنفسية كافة إذ لابد قبل البدء بالبحث من تشخيص وتحديد مجتمع البحث ومن الجدير بالذكر أن المجتمع يضم جميع الافراد الذين يشكلون موضوع البحث بجميع خصائصهم ذات العلاقة بمشكلة الدراسة الذين يسعى الباحث لتعميم نتائج الدراسة عليهم (عباس وآخرون ، ٢٠٠٧ : ٢١٧) ويتألف مجتمع البحث الحالي من معلمات التربية الخاصة في مديرية التربية الرصافة(الاولى، الثانية، الثالثة),(الكرخ الاولى) في محافظة بغداد للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٤) والبالغ عددهن (٣١٠) معلمة.

ثانياً: عينة البحث: تألفت عينة التحليل الاحصائي للبحث الحالي من معلمات التربية الخاصة في مديريات التربية العامة لمحافظة بغداد (الرصافة: الاولى، الثانية، الثالثة)، (الكرخ الاولى)، والبالغ عددهن (٣٠٠) معلمة، للعام الدراسي (٢٠٢٤ ـ ٢٠٢٥) , والجدول (١) يبين ذلك.

جدول (١) عينة البحث

ت	المديرية العامة للتربية	عدد المعلمات
١	رصافة الاولى	٨٩
٢	الرصافة الثانية	٤٩
٣	الرصافة الثالثة	٦١
٤	الكرخ الاولى	١٠١
	المجموع	٣٠٠

أداة البحث(Search tools):

مقياس الرفاهية النفسية Psychological Well-being Scale

تحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة باعتماد مقياس الرفاهية النفسية لجيمينيز واخرون (Jimenez et al,2021) (ملحق/٢), والمبني وفق نظرية الرفاهية النفسية والذي يتكون من (١٥) فقرة، موزعة على خمس مكونات، وبواقع (٣) فقرات لكل مكون، وموضوعة له خمس بدائل هي (دائماً ، غالباً ،احياناً، نادراً، ابداً), ضمن تدرج خماسي هو(١،٢،٣،٤،٥), ويهدف هذا المقياس الى قياس الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة.

ـ صلاحية ترجمة المقياس(Validity of scale translation):

يشير هاميلتون واخرون (٢٠٠٦) الى أن افضل طريقة في الترجمة هي طريقة الترجمة العكسية، حيث يقوم المترجم الاول بترجمة أداة القياس من لغة المصدر الى اللغة المستهدفة، ثم بعد ذلك يتم عرض الصيغة المترجمة على مترجم أخر يعيد ترجمته الى لغة المصدر، ثم يقوم شخص ثالث ليس بالضرورة أن يكون مترجماً، بالحكم على مدى تطابق الصيغة الاصلية مع الصيغة المترجمة من قبل المترجم الثاني, للتأكد من مدى الدقة والاتفاق بين الصيغتين بلغة المصدر(Hamiltton,2006:32),

وفي البحث الحالي تم عرض الاداة على خبيرين اختصاص في اللغة الإنكليزية وخبير ثالث اختصاص في علم النفس التربوي.

ـ صلاحية الفقرات

ان افضل طريقة للتحقق من صلاحية فقرات المقياس تتمثل في عرضها على مجموعة من الخبراء والمحكمين ليقوموا بتقييم مدى صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها(Eble,1972:555).وللتحقق من سلامة الفقرات وملاءمتها, عرضت الباحثة المقياس بصيغته الأولية على(١٢) من المحكمين والمتخصصين في التربية الخاصة وعلم النفس لتحديد مدى صلاحية الفقرات, ولقد اعتمدت الباحثة نسبة الاتفاق (٨٠%) فاكثر كمعيار لتحديد صلاحية قبول الفقرة ومن ثم الابقاء عليها في المقياس , وبعد جمع اراء المتخصصين والمحكمين ظهر ان الفقرات جميعها تمت الموافقة عليها وبناء على ذلك تم الابقاء على جميع الفقرات البالغة (١٥) فقرة،

ـ التحليل الإحصائي للفقرات:

١ـ القوة التمييزية للفقرات(Items Discrimination Power)

يعد حساب القوة التمييزية دليل على قدرة فقرات المقياس على بيان الفروق بين المستجيبين ذوي المستويات المختلفة في الخاصية المقاسة، اذ يتم حساب القوة التميزية لكل فقرة من فقرات المقياس، من اجل التمييز بين الفقرات التي لها القدرة على التمييز بين المستجيبين الذين يظهرون درجات مرتفعة في السمة المراد قياسها وبين من يظهرون بدرجات منخفضة منها (النجار، ٢٠١٠: ٢٥٠). ومن اجل استخراج القوة التمييزية للفقرات طبقت الباحثة مقياس الرفاهية النفسية على (٣٠٠) معلمة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من معلمات التربية الخاصة, واعتمدت هذه العينة لأغراض تحليل الفقرات.

ان هذه الإجراءات قد تمت على وفق ما يأتي :

اسلوب المجموعتين المتطرفتين: يتم من خلال هذه الاسلوب اختيار مجموعتين متطرفتين من افراد العينة، وفقاً للدرجات الكلية التي حصلوا عليها في المقياس، بعد ذلك تقوم الباحثة بتحليل كل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي(t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة العليا والمجموعة الدنيا(عطية,٢٠٠١: ٢٥٣).

ومن اجل إجراء التحليل بهذا الأسلوب اتبعت الباحثة الخطوات الاتية:.

١ـ تطبيق المقياس على عينة بلغ عددها(٣٠٠) معلمة من معلمات التربية الخاصة

٢ـ قامت الباحثة بتصحيح كل استمارة ومنح كل فقرة درجة.

٣ـ تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة بناء على مجموع درجات الفقرات .

٤ـ رتبت الاستمارات الـ (٣٠٠) من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٥ـ حددت نسبة(٢٧%) من الاستمارة الحاصلة على أعلى الدرجات، والتي بلـغ عددها (٨١) استمارة و(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات والتي بلغ عددها (٨١) استمارة أيضاً وبهذا تم فرز مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز (الكبيسي,٢٠٠٧: ١٧١).

ثم بعد ذلك تم تطبيق الاختبار التائي (t-test) على العينتين المستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات المجموعتين

العليا والدنيا في كل فقرة، واظهرت نتائج التحليل الاحصائي للفقرات، ان الفقرات كانت جميعها مميزة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦), والجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢)القوة التميزية لفقرات مقياس الرفاهية النفسية

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٤,٠٧	٠,٨١	٣,٠٩	٠,٦٠	٨,٦٣	دالة
٢	٣,٦٥	٠,٦٩	٢,٩٧	٠,٥٤	٦,٩٢	دالة
٣	٣,٣٠	٠,٦٤	٢,٩٠	٠,٧١	٣,٨٠	دالة
٤	٣,٢٢	٠,٦٣	٢,٦٧	٠,٧٣	٥,٠٢	دالة
٥	٣,١٧	٠,٥٦	٢,٥٩	٠,٧٥	٥,٥٣	دالة
٦	٣,٠٧	٠,٦٠	٢,٤١	٠,٧٥	٦,٠٧	دالة
٧	٢,٢٩	٠,٨٤	١,٧١	٠,٧٢	٤,٦٨	دالة
٨	٣,١٧	٠,٧٠	٢,٦٠	٠,٦٨	٥,٢١	دالة
٩	٣,٤٣	٠,٦٠	٢,٦٦	٠,٦٨	٧,٤٧	دالة
١٠	٣,٤٨	٠,٥٩	٢,٨١	٠,٧٦	٦,٢٢	دالة
١١	٣,٤٠	٠,٦٠	٢,٦٨	٠,٧٣	٥,١١	دالة
١٢	٣,٣٨	٠,٦٦	٢,٦٠	٠,٧٦	٦,٨٩	دالة
١٣	٣,٣٨	٠,٦٢	٢,٥٣	٠,٧٤	٧,٩٠	دالة
١٤	٣,٤١	٠,٦٢	٢,٥١	٠,٧٢	٨,٤٣	دالة
١٥	٣.٣٧	٠,٥٧	٢,٦٠	٠,٦٤	٧,٩٣	دالة

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس : تعد هذه الطريقة من اكثر الطرق استعمالا في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية، لما تتصف به من دقة في تحديد مدى تجانس فقرات المقياس في قياس الظاهرة السلوكية (Allen& Arour,1979:124)

وعليه فقد استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون من اجل استخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس, وذلك باستعمال القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط، واظهرت النتائج إن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وعند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية(٢٩٩)، وبذلك اصبح المقياس بصورته النهائية مكون من (١٥) فقرة .

٣ـ علاقة درجة الفقرة بدرجة المكون التي تنتمي اليه :لقد اعتمدت الباحثة هذا الأسلوب للتحقق من إن فقرات كل مكون من مكونات المقياس يعكس محتواه بدقة، وللوصول الى ذلك استخدمت الباحثة (٣٠٠) استمارة وهي نفس الاستمارات التي تم تحليل فقراتها، اذ تم حساب الدرجة الكلية للمستجيبين، بناء على مكونات المقياس الخمسة ثم استعملت معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط بين درجات المستجيبين على كل فقرة والدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه، ومن خلال استعمال القيمة التائية لدلالة الارتباط, اظهرت النتائج إن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائيا عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية(٢٩٩).

الخصائص السايكومترية لمقياس الرفاهية النفسية:

١ـ الصدق(Validity):

يعد الصدق من الخصائص المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية والمقياس الصادق هو ذلك المقياس القادر على قياس السمة او الظاهرة التي وضع من اجلها(الجلبي ،٢٠١٤: ٩٣).**وقد كان لهذا المقياس مؤشرين للصدق هما:**

أ ـ الصدق الظاهري(Face Validity):

وقد تم تحقق من هذا النوع من الصدق لمقياس الرفاهية النفسية، وذلك من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في القياس والتقويم والتربية الخاصة وعلم النفس كما تم الاشارة اليه سابقاً.

ب ـ صدق البناء(Construct Validity):

يعد صدق البناء من ابرز مؤشرات الصدق الذي يهتم به معد المقياس اهتماماً خاصاً، اذ انه يشكل الاطار النظري له، وهو الاكثر صلة بالنظرية من بين كل انواع الصدق الاخرى (عودة والخليلي، ٢٠٠٠: ٣٨٤).

وقد تم التحقق من صدق البناء من خلال المؤشرات الاتية:

١ـ القوة التمييزية لفقرات المقياس.

٢ـ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

٣ـ علاقة درجة الفقرة بدرجة المكون التي تنتمي اليه.

٢ـ الثبات (Reliability):

يعد الثبات من المؤشرات الاساسية لدقة المقياس واتساق درجاته في قياس ما يجب قياسه ، فهو يشير الى الاستقرار بمعنى ان المقياس يعطي نفس النتائج، او نتائج متقاربة اذا طبق اكثر من مرة على نفس الافراد، وفي نفس الظروف (خندقجي وخندقجي ،٢٠١٢ :١٧١).

وقد تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين هما :

١ـ طريقة الاختبار ـ إعادة الاختبار (Test – Re test)

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بتطبيق مقياس الرفاهية النفسية على عينة بلغت (٥٠)معلمة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ثم تم اعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد مرور(اسبوعين) بعد ذلك حسبت العلاقة بين التطبيقين الأول والثاني, وباستعمال معامل ارتباط بيرسون اذ بلغ معامل الثبات (٠,٨٠).

٢ـ طريقة تحليل التباين باستعمال ـ معادلة الفاكرونباخ (Alfa cronbch)

ولأجل استخراج الثبات لمقياس الرفاهية النفسية بهذه الطريقة استخدمت الباحثة عينة التحليل الاحصائي نفسها وبعد المعالجة الاحصائية، بلغ معامل ثبات الفاكرونباخ (٠,٨١).

الوسائل الاحصائية:

استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) وكما يأتي:

١ـ معامل ارتباط بيرسونPerson's Correlation Coefficient لإيجاد ما يأتي :

٢ـ معادلة الفاـ كرونباخ Alpha Cronbach's لاستخراج الثبات للمقياس .

٣ـ الاختبار التائي لدلالة معامل ارتباط بيرسون.

٤ـ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.

عرض النتائج وتفسيرها

أولاً: عرض النتائج:

يتضمن الفصل الحالي عرضا لما تم التوصل اليه من نتائج وفق اهداف البحث التي تم تحديدها بالفصل الأول وتفسيرها وفق الاطار النظري والدراسات السابقة وثم التوصل الى استنتاجات وتوصيات ومقترحات وفق ما توصلت له الباحثة من نتائج وفيما يلي عرض النتائج.

الهدف الاول : (التعرف على الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة).

أظهرت نتائج التحليل الاحصائي للعينة ككل أن المتوسط الحسابي قد بلغ (٤٤,٨٩) وبانحراف معياري قدره (٤,١٧)، وبمتوسط فرضي (٤٥) ، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٠,٤٤) ، وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، وبدرجة الحرية (٢٩٩) ، أي أن عينة البحث الحالي ليس لديها رفاهية نفسية والجدول (٣)

جدول (٣)

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
٣٠٠	٤٤,٨٩	٤,١٧	٤٥	٠,٤٤	١,٩٦	غير دال

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي للعينة لمقياس الرفاهية النفسية

الهدف الثاني: (دلالة الفروق الاحصائية في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير سنوات الخدمة (اكثر من خمس سنوات ـ اقل من خمس سنوات اناث)))

أظهرت نتائج التحليل الاحصائي لعينة المعلمات اللاتي خدمتهن(اكثر من ٥ سنوات) أن المتوسط الحسابي بلغ (٤٤,٤٠) وبتباين قدره (١٤,٨٢)، في حين بلغ المتوسط الحسابي لعينة المعلمات اللاتي خدمتهن (اقل من ٥ سنوات) (٤٣,٧٩) وبتباين قدره (١٨,٠٦)، وبإستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٣١) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) بمعنى توجد انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمات حسب متغير سنوات الخدمة والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول(٤)القيم المستخرجة لدلالة الفروق لمقياس الرفاهية النفسية

سنوات الخدمة	العينة	المتوسط الحسابي	التباين	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
اكثر من خمس سنوات	١٥٥	٤٤,٤٠	١٤,٨٢	١,٣١	١,٩٦	غير دال
اقل من خمس سنوات	١٤٥	٤٣,٧٩	١٨,٠٦			

تفسير النتائج ومناقشتها:

١. ان عينة البحث ليس لديها رفاهية نفسية، ويمكن تفسير ذلك استنادا الى ما اشار اليه (سيلجمان,٢٠٠٢) في أن هذه الضغوط التي يتعرض لها في المواقف والاحداث المزعجة تستهلك طاقتهم، وتكون مانعاً للوصول الى مستوى الاداء الامثل في سلوكياتهم، بسبب ما تتركه من تأثيرات وانعكاسات سلبية على جوانب شخصيتهم المختلفة، مما يعرضهم للإجهاد والاضطراب والوهن النفسي والاحباط والتوتر، وهذا يؤثر بشكل اساسي على مستوى اداءهم في مواجهة مواقف الحياة المختلفة، و يرى (سيلجمان,٢٠٠٢) ايضاً ان الفرد عندما يتعرض لمواقف غير سارة تزداد محصلته من المشاعر السلبية، وهذا يحجم الفرد عن القيام باي نشاط او سلوك أبداعي او استكشافي يساعده على الارتقاء والتقدم الى الامام, كما تتوقف رغبته في ممارسة النشاطات المحببة والاندماج فيها بسبب نقص الرفاهية النفسية لديه (Seligman,2002:36).

٢. لا توجد هنالك فروق ذات دلالة احصائية في الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير سنوات الخدمة(اكثر من خمس سنوات ـ اقل من خمس سنوات)، ويمكن تفسير هذه النتيجة كون ان عينة البحث يقعون ضمن بيئة واحدة وهم يتعرضون لنفس المواقف والاحداث التي تمنعهم من التمتع بالرفاهية النفسية.

التوصيات: في ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة، توصي الباحثة بما يلي:

١ـ خلق بيئة داعمة لمعلمي التربية الخاصة داخل المؤسسات التعليمية تشعرهم بالانتماء والتقدير وتعزز العلاقات الايجابية ،وتقلل من الضغوط المهنية والاعباء الادارية.

٢- عقد ندوات توعوية يتم الاشراف عليها من قبل الجهات المختصة في وزارة التربية والمؤسسات الداعمة لها بهدف توعية المعلمين بأهمية الرفاهية النفسية وتأثيرها على الصحة النفسية لديهم.

المقترحات: بناء على نتائج البحث تقترح الباحثة الاتي:

١- اجراء دراسة تهدف الى معرفة العلاقة الارتباطية بين الرفاهية النفسية وجودة الحياة لدى معلمات التربية الخاصة.

٢- اجراء دراسة تجريبية مستندة الى نموذج(PERMA) في خفض الضغوط المهنية لدى معلمات التربية الخاصة.

المصادر العربية:

- بوزنزن، نصيرة (٢٠١٥): **مصادر ضغوط العمل لدى معلمي مؤسسات التربية الخاصة، دراسة ميدانية بمؤسسات التربية الخاصة بمدينة المسيلة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر
- الجلبي، سوسن شاكر مجيد (٢٠١٤): **أسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية** ،ط١, ديبونو للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- خندقجي، محمد عبد الجبار، وخندقجي ,نواف عبد الجبار(٢٠١٢): **مناهج البحث العلمي, منظور تربوي**، ط١، عالم الكتب الحديث، اربد, الاردن
- الربيعي، هيثم علي شهاب(٢٠٢٣): **اثر برنامج ارشادي بأسلوب توكيد الذات في تنمية الازدهار النفسي لدى المدرسين**، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى.
- الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١): الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل
- عباس، محمد خليل وآخرون (٢٠٠٧): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة
- عبد الجواد، احمد سيد عبد الفتاح، محمد، محمد شعبان احمد(٢٠١٨) : **تحليل المسارات للعلاقة بين الابتكارية الانفعالية وكفاءة المواجهة والرفاهية النفسية لدى معلمي التربية الخاصة**، كلية التربية، قسم الصحة النفسية، جامعة فيوم، مصر
- عطية، عبد الحميد(٢٠٠١): **التحليل الاحصائي وتطبيقاته في دراسات الخدمة الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث**، الاسكندرية, مصر.
- عودة ، أحمد سليمان والخليلي، يوسف الخليل(٢٠٠٠) : **الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية**، دار الأمل للنشر والتوزيع ، أربد ، الأردن
- الكبيسي، عبد الواحد حميد (٢٠٠٧): **القياس والتقويم تجديدات ومناقشات**، دار جرير للنشر والتوزيع, عمان, الاردن.

• النجار، نبيل جمعة صالح (٢٠١٠): **القياس والتقويم, منظور تطبيقي مع تطبيقات برمجية SPSS**، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان ،الاردن.

• وزارة العدل (٢٠٢٤): **قانون حقوق ذوي الاعاقة والاحتياجات الخاصة,** جريدة الوقائع العراقية , رقم ١١, العدد٤٧٧٨.

المصادر الاجنبية:

• Allen.B& Arour E (1979):**Construct validity of metacognition, (Journal of psychology),**4(8).

• Boniwell, I. & Tunariu, A. D. (2019):**Positive psychology Theory, research and applications, London**, Open University Press.

• Ebel,R.L. (1972): Essentials of Educational Measurement, New York, U.S.A.

• Garbenis, S. (2021):**Trait emotional intelligence of teachers working inspecial education schools** ,Master's thesis, Vilnius University,University of Latvia Press.

• Hamilton, J., Smith, R., & Brown, T. (2006): **The science of learning: A comprehensive guide**. Oxford University Press.

• Hone, garden A., (2013):**Psychometric properties of the Flourishing ,**Scale in a new Zealand sample, Social Indicators Research.

• Peterson, C., & Seligman, M. E. (2003):**Positive organizational studies, Thirteen lessons from Positive Psychology**, In K. S. Cameron

• Ryff, C. D. (2008): **Know thyself and become what you are, A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of happiness studies**, 9(1).

• Seligman, M. E. (2011):**Flourish, visionary new understanding of happiness and well-being**, New York, NY, Free press

• Seligman, M. E. P. (2002):Authentic happiness, Using the new Positive Psychology to realize your potential for Lasting Fulfillment, Free Press.