الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال

م. د. صبا عبد المنعم المحفوظ
المديرية العامة للمناهج

الملخص:

هدف البحث الحالي الى تعرف وجود الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال من خلال الفرضيات الاتية:

الفرضية الاولى: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05 بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط النظري لمقياس الرفاهية النفسية لمعلمات رياض الاطفال.

الفرضية الثانية:لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05 بين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً للتحصيل العلمي.

الفرضية الثالثة: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً لسنوات الخبرة.

بلغ حجم العينة (196) معلمة من الرياض التابعة الى مديرية تربية الرصافة الاولى اختيروا بالطريقة العشوائية قامت الباحثة بتبني مقياس السعادة النفسية اعداد:Rosemary A Abbot 2006,وكانت النتائج التي توصلت اليها الباحثة كم يلي:

الفرضية الاولى: اشارت نتائج هذه الفرضية الى انخفاض مستوى الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال بعد استخدام الاختبار النائي لعينة واحدة..

الفرضية الثانية:اشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة احصائياً وفقاً للتحصيل العلمي.

الفرضية الثالثة:كما اشارت النتائج الى وجود فروق دالة احصائياً بالنسبة لمجال الحياة الهادفة لصالح 7سنوات فاقل ,كما اشارت النتائج الى وجود فروق دالة احصائياً بالنسبة لمجال تقبل الذات لصالح 15 سنة فأكثر، وضعت الباحثة عدد من المقترحات منها العمل على خلق مناخ ايجابي وعلاقات اجتماعية مبنية على المودة والاحترام في البيئة التعليمية.

ونقترح دراسة مدى الشعور بالرفاهية النفسية لدى المعلمات في تنمية الابداع لديهن.

الفصل الاول :التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

ان معلمة الروضة هي من العناصر المهمة في العملية التعليمية وعليها يتوقف الى حد كبير نجاحها اذ انها تتعامل مع مرحلة عمرية مهمة وحساسة وهم اطفال الرياض 4-6 سنوات ’والتي تتطلب الكثير من النشاط والحيوية مع صحة جسدية ونفسية ولياقة بدنية لتتمكن من التفاعل الايجابي مع الاطفال ليتشاركوا الانشطة والالعاب بحماسة .ولانها تتعامل مع مرحلة الطفولة المبكرة والتي تعد مرحلة تكوينية حاسمة في حياة الفرد والتي يحتاج فيها الى الانشطة والخبرات والمهارات ليحقق النمو السوي المتكامل في جميع الجوانب(جاد,14:2005), وكون الوضع المرتبك الذي نعيش فيه والشعور بعدم الاستقرار في جميع النواحي جعل الوصول الى الرفاهية النفسية والشعور بالسعادة امراً صعب المنال , ومن خلال زيارة الباحثة لعدد من الرياض في مدينة بغداد بحكم عملها وجدت ان هناك معلمات خاملات غير متفاعلات مع الاطفال بسبب ظروف معينه او بسبب عدم شعورهم بالسعادة وقيام المعلمات بعكس مافي داخلهم من مشاكل او احباطات على الطفل مما يؤثر سلباً عليهم وعلى نفسيتهم . تبرز مشكلة البحث الحالي في
هل يوجد لدى معلمة الروضة الرفاهية النفسية لتتمكن من التعامل مع الطفل بصورة صحيحة في هذه المرحلة المهمة ؟

أهمية البحث:

يعتبر مفهوم السعادة النفسية Being-Well Psychological المفهوم الرئيس في علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني، وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفا أسمى للحياة وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفا لإرتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل. (السيد أبو هاشم ، 2010: 1) وهذا المعنى يعتبر قريب إلى حد ما من مفهوم جودة الحياة والذي يعني شعور الفرد بالسعادة ، والرضا من أجل تحقيق المعنى في الحياة وتحقيق أهدافه وقيمه الخاصة والتي هي نتاج مدى قدرته على التطور والنمو بالشكل الذي يجعله قادرا على تحقيق أهدافه من أجل قدرته على التطور والنمو بالشكل الذي يجعله قادرا أن يحيا ويتصرف بحرية وسعادة ويصبح وجوده متميزا عن الآخرين وذا طابع واضح يعكس إتجاهاته ، ويتداخل هذا المفهوم للسعادة النفسية مع بعض المفاهيم الأخرى وهي (الشعور بالراحة – الرضا عن

الحياة – المتعة في الحياة – التوافق النفسي – الإنجاز– الأمن النفسي – القناعة).(نادية جودت ، 2010 :15،)وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطويلة التي يشعر فيها بالسعادة فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة المشاعر الإيجابية الشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل: القلق ،الاكتئاب، الضغوط النفسية، التشاؤم، في بحوثهم ودراساتهم. وتعد الضغوط النفسية ، والتشاؤم الأكثر تناولا في دراسات (Ryff1985–2007 عن السعادة النفسية من أكثر الدراسات التي رسخت لهذا المفهوم وطرق البحث فيه وكيفية قياسه وأهم المؤشرات للتعرف عليه ، حيث وضعت (Ryff 1989) نموذج العوامل الستة للسعادة النفسية وهي) : الاستقلال الذاتي ، والتمكن البيئي ، والتطور الشخصي ، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين ، والحياة الهادفة ، وتقبل الذات). (السيد أبو هاشم ،2010).

ان الأمن النفسي والصحة النفسية ترتكزان على دعامتين أساسيتين هما الاطمئنان النفسي والمحبة وهي مسيرة الحياة الطبيعية وان إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي ضرورية للنمو النفسي السوي والتمتع بالصحة النفسية في جميع مراحل الحياة وقد بينت الدراسات أن الأشخاص الآمنين متفائلون وسعداء ومتوافقون مع مجتمعهم ومبدعون في أعمالهم وناجحون في دراساتهم وحياتهم. (محمد يوسف خليل ، 2002 : 10)

تبرز اهمية البحث الحالي من الناحية النظرية في القاء الضوء على مفهوم الرفاهية النفسية والذي يعد من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس الايجابي والذي لم يلق حظه من الدراسة والتحليل ومدى وجود الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال لدورها المهم في التعامل مع الطفل في هذه المرحلة العمرية الحرجة والتي تتطلب صبر وسعة صدر وراحة بال لتستطيع ان تحتوي الطفل بكل متطلباته واحتياجاته بمختلف جوابنها.

يتضح مما سبق وجود تباين في تعريف الرفاهية النفسية بشكل عام الا ان معظم الباحثين اتفقوا على انها مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على توفر حاله من الرضا العام لدى الفرد وسعيه المستمر لتحقيق اهداف الشخصية في اطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الاخرين(Critopher,1999:148)

اما من الناحية التطبيقية تكمن اهمية البحث الحالي بالنقاط الاتية:

1.اهمية مرحلة رياض الاطفال والتي تعد من اهم المراحل في حياة الانسان اذ تتشكل فيها اللبنات الاولى في بناء شخصية الطفل المستقبلية وتهيئته للدخول الى الحياة المدرسية.

2. الاستفادة من نتائجه في معرفة ما اذا كان لدى المعلمات رفاهية نفسية ليتم العمل على تنظيم البرامج التدريبية او الارشادية لتحقيق اعلى قدر ممكن من الرفاهية النفسية لديهن.

3.يتناول هذا البحث شريحة مهمة وهي معلمات الرياض لما لهن من دور مهم وفاعل في تنشئة الطفل وغرس العادات والاتجاهات والقيم المقبولة اجتماعياً.

ونظراً لعدم وجود دراسة في البيئة العراقية حسب علم الباحثة طبقت على عينة معلمات رياض الاطفال تناولت هذا المتغير وتم استخدامها للكشف عن وجوده لدى معلمات رياض الاطفال لما له من اهمية وتأثير على شخصية المعلمة والذي ينعكس بدوره على الطفل في هذه المرحلة المهمة .

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى :

تعرف وجود الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الاطفال ,من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الاتية :

الفرضية الاولى: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط النظري لمقياس الرفاهية النفسية لمعلمات رياض الاطفال.

الفرضية الثانية: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً للتحصيل العلمي.

الفرضية الثالثة: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً لسنوات الخبرة.

مصطلحات البحث:

الرفاهية النفسية Psychological well being:

وتعني بنية متعددة الابعاد التي تعكس تقييمات الافراد لانفسهم ونوعية حياتهم(Ryff et al,1999:24).

وحددتها رايف بستة عوامل للاداء الايجابي وهي:

-تقبل الذات Self-acceptance: وهو تقييمات الفرد الايجابية لذاته ولحياته الماضية .

-العلاقات الايجابية مع الاخرين Positive relations with others:وتعني امتلاك الفرد علاقات عالية الجودة مع الاخرين.

-الاستقلالية Atonomy:وتعني احساس الفرد بتقرير مصيره.

-الاجادة البيئيةEnvironmental mastery:وتعني قدرة الفردعلى ادرة حياته وعالمه المحيط به بفعالية.

-الهدف في الحياةPurpose in life:وهو اعتقاد الفرد بأن حياته هادفة وذات ؟

(Ryff & Keyes, 1995:720)

التعريف النظري للرفاهية النفسية:

اعتمدت الباحثة تعريف رايف(RYFF,1999) لملائمته للبحث الحالي .

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها افراد عينة البحث على المقياس الرفاهية النفسية .

هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من اجاباته على مقياس الرفاهية النفسية .

معلمة الروضة:

هي عصب العملية التربوية والتعليمية في الروضة فعليها يقع العبء الاكبر في تحقيق رسالة الروضة ونجاح المعلمة في مهمتها في هذه المرحلة المهمة والصعبة والحرجة من حياة الطفل يعد نجاحاً للروضة في تحقيق اهدافها (بدر ,285:2009).

التعريف النظري لمعلمة الروضة:

تعرف الباحثة المعلمة: هي بديلة للأم من حيث التعامل مع أطفال تركوا أمهاتهم و منازلهم لأول مرة ووجدوا أنفسهم في بيئة جديدة و محيط غير مألوف لذا فإن مهمتها مساعدتهم على التكيف و الانسجام وتقع عليها مهمة تنشئة الأطفال تنشئة اجتماعية مرتبطة بقيم و تقاليد المجتمع الذي يعيشون فيه و تستخدم الأساليب المناسبة لإكساب السلوك المقبول اجتماعياً.

الفصل الثاني: الإطار النظري

مفهوم الرفاهية النفسية:

تعتبر السعادة مفهوماً اصيلاً لتحقيق الرفاهية النفسية او الذاتية وتعرف بإنها : (ارتفاع الرضا عن الحياة والذي يؤثر ايجابياً في الحياة وانخفاضه يؤثر سلباً في الحياة ويمثل الرضا المكون المعرفي للسعادة عند الافراد) ,يشير دانون واخرون الى ان الرفاهية الذاتية تشير الى التناقض بين الوضع الحالي وما يعتقد ليكون معياراً مثالياً ويعتبر الجانب الوجداني من العوامل المؤثرة في الرفاهية النفسية بما يتضمنه من مشاعر في رفاهية الافراد وعواطف وامزجة وانفعالات ويجب ان يكون هناك توازن بين الحاجات

الايجابية والسلبية لان لها تأثير في رفاهية الافراد اللذين يبلغون مستويات اعلى من الرفاهية الذاتية تميل الى اثبات مستويات اعلى من الابداع وزيادة استمرار المهمة وتعددها والتنظيم والتفاؤل واقل عرضة للمرض ولديهم قدر كبير من الثقة والمودة واقل عداء واقل تمركزاً حول الذات(الطنطاوي وصابر, 3:2011)

الرفاهية النفسية كما عرفتها الدراسات المبكرة من ناحية المشاعر الطيبة مثل السعادة والرضا عن الحياة، أما الدراسات الاحدث فأشارت الى ان الرفاهية ليست متميزة من خلال المشاعر الايجابية وحدها التي قد تكون زائلة او مؤقتة نسبياً (الرفاهية كحالة) لكنها تشمل جوانب بعيدة المدى او ثابته للأداء او التوظيف النفسي الايجابي.
(Abbortt et al,2008:680)

المفاهيم المرتبطة بالرفاهية النفسية :

1.السعادة يعرفها(ارجل، 1993) بأنها انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة بصفة عامة او بوصفها انعكاس لمعدلات تكرار الانفعالات السارة وشدة هذه الانفعالات (مايكل ارجيل، 25:1993)

2.الرضا عن الحياة : هو تقييم الافراد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الامثل الذي يعتقد انه مناسب لحياته وذلك كما يقاس بالمقاس المستخدم(الدسوقي,6:1998)

3.الابتهاج: هو انفعال يصل عادة بالخبرات الحاضرة وهو انفعال سار جداً ويتسم بعلامات كثيرة من علامات الاشباع والهناء

4.اللذة:قصيرة المدى وزائلة وهي كثيراً ماترتبط بالناحية المادية الجسمية كالأكل والشرب واما السرور فإنه اطول المدى اذ انه يصل ببعض العواطف كمقابلة صديق (احمد، 122:1994).

يعتبر مفهوم الرفاهية النفسية مفهوم اعم واشمل من السعادة ومن الرضا وذلك لانه من ناحية المدلول يتضمن كل من الرضا والسعادة ,اذ ان الرضا تقييم معرفي لمدى قدم الفرد نحو الهدف مرتبطاً بالإحداث الماضية والسعادة هي ان يعلو الوجدان الايجابي الوجدان السلبي وذلك مرتبط بالإحداث الحالية (الوقت الحاضر).
(William A. et al,1988:9)

خصائص الرفاهية النفسية:

هناك خصائص للرفاهية النفسية هي :

1.شمولية هذا المصطلح حيث انه يغطي مدى واسع من المشاعر الانسانية بداية من المعاناة حتى النشوة اذ لايركز فقط على الاكتئاب وفقدان الامل ...الخ بل يتناول ايضا الاسباب لوجود فروق فردية بين الافراد في مستويات السعادة.

2.تركز الرفاهية النفسية على الخبرة الداخلية ولايفترض ان الاطار الخارجي هو المرجع لتقدير الهناء على الرغم من ان معايير الصحة العقلية تبحث من الخارج (النضج، الوراثة، الاستقلالية) ولكن تقاس الرفاهية النفسية من خلال الادراك الذاتي للشخص حيث ان هذا المجال يضع الثقل لادراك الافراد لحياتهم. 3.هذا المجال يركز على الحالة الطويلة المدى اذ يهتم بالمشاعر الثابتة المستقرة لا بالانفعالات العابرة. (Diener et al,1997:304-324)

تمكن Gonzalez من تحديد (29)مؤشر للرفاهية النفسية لدى الافراد تم تصنيفهم في (8) عوامل رئيسية واظهرت نتائج تحليل المكونات الاساسية ان اسهام بعض العاوامل في الدرجة الكلية للسعادة النفسية هو (64,82%) والمتمثل في الرضا عن الحياة –الاستمتاع بالوقت –الرضا عن الحياة–الاستمتاع بالوقت–الرضا عن التعليم–الرضا عن العائلة والاصدقاء.(Gonxalez&et al,2007:282)

قدمت (RYFF & Singer, 2008) وصفاً تفصيلياً لخصائص الافراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية في الجدول التالي:

الابعاد	الاشخاص مرتفعي الرفاهية النفسية	المنخفضي الرفاهية النفسية
الاستقلالية Autonomy	استقلالية الفرد –القدرة على اتخاذ القرار الذاتي والقدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية –التفكير والتفاعل بطرق محددة والضبط الداخلي للسلوك وتقييم الذات بمعايير شخصية.	التركيز على توقعات وتقييمات الاخرين له –الخضوع لاحكام الاخرين في اتخاذ القرارات المهمة–التأثر بالضغوط الاجتماعية في قراراته وافكاره.
التمكن البيئي Enviromental mesentery	الاحساس بالتمكن والكفاءة في ادارة الانشطة الخارجية –العمل بفاعلية على استخدام الاحتياطات المناسبة –القدرة على اختيار وايجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية.	الصعوبة في ادارة شؤون الحياة اليومية–الشعور بعدم القدرة على تغير او تحسين البيئة المحيطة – عدم الوعي بالفرص المناسبة – قلة السيطرة على البيئة المحيطة.
التطور الشخصي Personal growth	الشعور بالنمو المستمر للشخصية –الانفتاح على الخبرات الجديدة –الشعور بالتفاؤل – التغيير في التفكير كانعكاس للمعرفة الذاتية والفاعلية –الشعور بالتحسن المستمر للذات والسلوكيات بمرور الوقت.	الاحساس بنقص النمو الشخصي – عدم القدرة على التحسن بمرور الوقت –قلة الاستمتاع بالحياة– الشعور بالضجر بعدم القدرة على اكتساب سلوكيات واتجاهات جديدة.
العلاقات الايجابية مع الاخرين Positive relations with other	الدفء والرضا والثقة في العلاقات الشخصية مع الاخرين –الاهتمام بسعادة الاخرين القدرة على تفهم والتأثير والصداقة والاخذ والعطاء في العلاقات الانسانية.	عدم الثقة وقلة العلاقات الشخصية مع الاخرين–الصعوبة في تكوين علاقات دافئة منفتحة مع الاخرين –الانعزال والشعور بالاحباط –عدم السعي لتكوين صداقات جديدة مع الاخرين.
الاهداف في الحياة	الاحساس بالتوجه والاهداف في الحياة –	نقص الشعور بمعنى الحياة–اهدافه

Purpose in life	الشعور بمعنى الحياة في الوقت الحاضر والماضي–الثقة والموضوعية في تحديد اهدافه في الحياة.	قليلة –قلة التوجيه الذاتي –عدم القدرة على تحديد اهدافه –ليس لديه وجهة نظر او معتقدات تضفي على حياته معنى.
تقبل الذات Self acceptance	الاتجاهات الموجبة نحو الذات وتقبل للظاهر المتعددة للذات بما تشمله من ايجابيات وسلبيات ,الشعور الايجابي عن الحياة.	الشعور بعدم الرضا عن الذات – الشعور بخيبة الامل نحو الحياة الماضية–الانزعاج المستمر من الاشخاص والاحساس يأنهم مختلفين عنه.

(السيد ابو هاشم,14:2010).

النظريات المفسرة للرفاهية النفسية:

1–نظرية المقارنة الاجتماعية .

2–النظرية المزاجية .

3–النظرية الترابطية.

1.نظرية المقارنة الاجتماعية :

أسس هذه النظرية فستنجر (Festinger,1954) مبيناً ان الناس في حاجة الى فهم مستوى قدراتهم وتصحيح ارائهم ,حيث تفترض النظرية وجود حاجة لمعرفة معلومات صحيحة عن الذات لكي نرتقي بفهم الذات وتلك المعلومات الموضوعية عندما تكون غر متاحة يسعى الناس لمعرفة معلومات عن الذات بالبحث عن الافراد الذين يشبهونهم والفرد عندما يكون غير متأكد او خائف يميل لان يعرف مدى ملائمة حالته الانفعالية بملاحظة ردود افعال الاخرين عندما يتعرضوا لنفس الحالة ,يرتبط الافراد في بعض الاحيان بالمقارنة الاجتماعية ليس للحصول على معلومات دقيقة عن الذات ولكن لكي يدعموا تقديرهم لذواتهم وشعورهم بالهناء والرفاهية ,اتضح ان انه عند مقارنة الفرد لنفسه بمستويات ادنى منه تسمى هذه بالمقارنة الاجتماعية الهابطة التي لها اثار ايجابية وسلبية على السلوك ,اذ ان المقارنه الهابطة ليست سلبية في جميع الاحوال فقد وجد ان مرضى السرطان عندما قارنوا انفسهم بمن هم اسوأ منهم ادى ذلك الى تحسن حالتهم.
(Geen.R.G,1995:89-90)

2.النظرية المزاجية:

هناك فروق فردية ثابتة بين الافراد في الشخصية وفي الهناء النفسي بإعتباره احد متغيرات الشخصية وتعتبر المكونات الوراثية هي منشأ تلك الفروق.
(Diener et al ,1999)

يقود هذا الى ان الرفاهية ولشعور السعادة يحدد من خلال استعداداتنا الوراثية وهناك ابحاث اخرى تذهب الى ان احداث الحياة لها دور غاية في الاهمية في تحديد مستوى الرفاهية فجاءت هذه النظرية لتشرح لنا لماذا يوجد اشخاص سعداء جداً وراضين عن حياتهم واخرين تعساء وغير راضين. (Diener,et al ,2003)

3.النظرية الترابطية:

اشاع بك(1967) ان المكتئب يفكر في العلم بطرق هزيمة الذات وان الافراد السعداء اكثر تعرضاً للأحداث غير السارة ولكن لديهم نزعة تمكنهم من تفسير واستدعاء الاحداث غير السارة كأحداث جيدة، وان تفسير السعادة والتعاسة من وجهة النظرية الترابطية تفسير يتمتع بالنمطية (مثير –استجابة)غير واضعين في الاعتبار الخصائص الشخصية التي من شأنها ان تجعل بعض الافراد يرضون بحالهم مهما كانت ظروفهم وعلى العكس من ذلك بعض الافراد غير راضين عن احوالهم وينظرون الى الحياة من خلال نظارة ولا يرون الا الجزء الفارغ من الكأس(Diener,E&suh,E,1997 :304-324)

الفصل الثالث: اجراءات البحث

مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من معلمات رياض الاطفال الحكومية في مدينة بغداد بجانبيها الكرخ والرصافة وللعام الدراسي (2016–2017) والبالغ عددهم (1828)، جدول (1) يوضح ذلك.

جدول(1): عدد الرياض والمعلمات

مديرية التربية	عدد الرياض	عدد المعلمات
الرصافة(1)	28	405
الرصافة(2)	50	466
الرصافة (3)	18	156
الكرخ (1)	32	347
الكرخ (2)	30	315
الكرخ (3)	20	129
المجموع	178	1828

حصلت الباحثة على البيانات اعلاه من مديرية التخطيط /شعبة الاحصاء في وزارة التربية .

عينة البحث:

العينة هي النموذج الذي يشكل جزءاً من وحدات المجتمع المعني بالبحث,اذ تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الاصلي (قنديلجي والسامرائي ,255:2009).

-عينة التجربة:

تكونت عينة التجربة من (196)معلمة من معلمات رياض الاطفال الحكومية التابعة لمديرية تربية الرصافة الاولى,تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبنسبة مئوية0.48 من المجتمع الاصلي جدول(2)يوضح ذلك.

جدول (2): عينة التجربة

المجتمع	العينة	النسبة المئوية
405	196	0,48

وقد تم اخذ عينة البحث من عدد من الرياض التابعة لمديرية تربية الرصافة الاولى جدول (3)يوضح ذلك

جدول (3): توزيع عينة البحث

اسم الروضة	الموقع	عدد المعلمات
الوحدة	حي القاهرة	15
البشائر	الاعظمية/شارع الكورنيش	15
نازك الملائكة	الاعظمية /شارع الضباط	10
الاعظمية	شارع الضباط	10
الجمهورية	الاعظمية /شارع المشاتل	10
روضة الخلود	الصليخ/ حي الشماسية	10
روضة الصفا	حي البنوك	10
روضة السندباد	الشعب/حي عدن	10
روضة السندس	الشعب /حي اور	10
روضة البيت العربي	الاعظمية/ حي المغرب	10
روضة النسرين	حي تونس	10
روضة البيت العربي	الاعظمية /شارع المشاتل	15
روضة الاريج	الصليخ /حي الشماسية	10
روضة الشعب	الشعب/حي عدن مقابل جامع الجهاد	10
روضة الافراح	شارع فلسطين	7
روضة البيضاء	الشعب حي التربية	7
المجموع		196

أداة البحث:

-مقياس الرفاهية النفسية :

تبنت الباحثة مقياس السعادة النفسية اعداد:Rosemary A Abbot 2006

وتم تعريب المقياس في دراسة (الجمال,2010) تم استخدام هذا المقياس في البحث الحالي والذي يتكون من (42) فقرة موزعة على ستة ابعاد بواقع (7) عبارات لكل بعد من الابعاد الستة وهي (الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الايجابية مع الاخرين، الحياة الهادفة، تقبل الذات)، جدول (4) يوضح توزيع الفقرات على ابعاد المقياس.

جدول (4)

المجال	رقم العبارة
الاستقلال البيئي	1,2,3,4,5,6,7
التمكن البيئي	8,9,10,11,12,13,14
التطور الشخصي	15,16,17,18,19,20,21
العلاقات الايجابية مع الاخرين	22,23,24,25,26,27,28
الحياة الهادفة	29,30,31,32,33,34,35
تقبل الذات	37,38,3,39,40,41.42

اخذت الباحثة عينة استطلاعية قوامها (50)معلمة من معلمات رياض لتطبيق المقياس عليها كعينة استطلاعية وقد جاءت نتائج التطبيق بوضوح الفقرات وسهولتها بالنسبة لافراد عينة البحث .

صدق الاداة:

لاستخراج الصدق الظاهري للاداة قامت الباحثة بعرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمختصين في العلوم النفسية والتربوية للتحقق من الصدق الظاهري لفقرات المقياس ملحق (1)، وبذلك اصبحت الفقرات جاهزة بصيغتها النهائية للتطبيق .

ثبات الاداة:

يعد الثبات جانب مهم لنوعية المقياس بالرغم من عدم وجود مقياس ثابت تماماً، للتحقق من ثبات الاداة قامت الباحثة بإستخدام طريقة الفا كرونباخ لاستخراج ثبات الاداة وقد بلغت قيمة الثبات الكلية للمقياس (0,88) وهو معامل ثبات عالي للمقياس، وجائت النتائج لكل مجال من مجالات المقياس الستة وكما موضح في جدول(5).

جدول (5): معامل ثبات الاداة بحسب المجالات

المجال	معامل الثبات
(A)الاستقلال الذاتي	0.79
(E)التمكن البيئي	0.87
(G)التطور الشخصي	0.75
العلاقات الإيجابية مع الآخرين(R)	0.76
(P)الحياة الهادفة	0.81
(S)تقبل الذات	0.83
المقياس ككل	0.80

التطبيق النهائي للأداة:

تكون المقياس بصيغته النهائية من (42) موزعة على ستة ابعاد وبواقع سبعة عبارات لكل بعد من الابعاد الستة وهي(الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الايجابية مع الاخرين، الحياة الهادفة، تقبل الذات) ملحق(2)، يعد هذا المقياس استمارة تقرير ذاتي يجيب عنها الافراد في ضوء مقياس سداسي التدريج (ارفض بشدة، ارفض بدرجة متوسطة، ارفض بدرجة قليلة، أوافق بدرجة قليلة، أوافق بدرجة متوسطة، أوافق بشدة) وتعطى الدرجات(6,5,4,3,2,1) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة عالية من الرفاهية النفسية.

الوسائل الاحصائية:

من اجل معالجة البيانات احصائياً استخدمت الباحثة برنامج (spss) وتم الاعتماد على المعالجات الاحصائية الاتية:

-معامل الثبات الفا كرونباخ.

-الوسط الحسابي والانحراف المعياري .

-تحليل التباين لتعرف الفروق بين افراد العينة في المؤهل العلمي والخبرة.

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها:

الفرضية الاولى: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط النظري لمقياس الرفاهية النفسية لمعلمات رياض الاطفال.

للتحقق من دلالة الفرق احصائياً تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة بهدف التعرف على دلالة الفرق بين متوسط درجات افراد العينة البالغ عددها 196 والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (21)، اذ بلغت القيمة المحسوبة (104)وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة(8.3) وتشير هذه النتيجة الى انخفاض الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، كما موضح في جدول(6).

جدول (6): نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على دلالة الفرق في متوسط الدرجات بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للمقياس.

المجال	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية	الدلالة الإحصائية
(A)الاستقلال الذاتي	21	23.29	3.777	104	6.202	دالة لصالح المتوسط الحسابي
(E)التمكن البيئي	21	23.18	3.325	104	6.722	دالة لصالح المتوسط الحسابي
(G)التطور الشخصي	21	23.05	3.572	104	5.874	دالة لصالح المتوسط الحسابي
العلاقات الإيجابية مع الآخرين (R)	21	23.18	3.231	104	6.917	دالة لصالح المتوسط الحسابي
(P)الحياة الهادفة	21	21.19	2.689	104	0.726	غير دالة
(S)تقبل الذات	21	19.5	1.976	104	-7.752	دالة لصالح المتوسط الفرضي
المقياس ككل	126	133.4	9.124	104	8.3	دالة لصالح المتوسط الحسابي

الفرضية الثانية: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0,05بين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً للتحصيل العلمي.

للتحقق من هذه الفرضية ثم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث تبعا للمؤهل العلمي (دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا) ,تشير المتوسطات الحسابية في الجدول السابق الى وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لتقديرات افراد العينة ،ولمعرفة إذا ما كانت الفروق بين المتوسطات في ضوء متغير المؤهل العلمي ذات دلالة إحصائية، جدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7): متوسطات درجات عينة البحث بحسب المؤهل العلمي

المجال	الشهادة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
(A)الاستقلال الذاتي	دبلوم	62	23.45	4.27
	بكالوريوس	93	22.90	3.45
	دراسات عليا	41	23.91	3.79
	المجموع	196	23.29	3.78
(E)التمكن البيئي	دبلوم	62	22.09	3.68
	بكلوريوس	93	23.72	3.14
	دراسات عليا	41	23.59	2.89
	المجموع	196	23.18	3.32
(G)التطور الشخصي	دبلوم	62	22.97	3.68
	بكلوريوس	93	22.72	3.41
	دراسات عليا	41	23.91	3.79
	المجموع	196	23.05	3.57
العلاقات الإيجابية مع الآخرين(R)	دبلوم	62	22.21	3.64
	بكلوريوس	93	23.64	3.00
	دراسات عليا	41	23.59	2.89
	المجموع	196	23.18	3.23
(P)الحياة الهادفة	دبلوم	62	22.09	2.89
	بكلوريوس	93	20.84	2.72
	دراسات عليا	41	20.64	1.99
	المجموع	196	21.19	2.69
(S)تقبل الذات	دبلوم	62	18.36	1.75
	بكلوريوس	93	19.58	1.92
	دراسات عليا	41	21.05	1.25
	المجموع	196	19.50	1.98
المقياس ككل	دبلوم	62	131.18	10.25
	بكلوريوس	93	133.40	8.82
	دراسات عليا	41	136.68	7.20
	المجموع	196	133.39	9.12

تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي عند مستوى الدلالة (0.05)، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول(8).

جدول(8): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن دلالة الفروق في إجابات معلمات للمرحلة الأساسية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي (دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا.

المجال	تحليل التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
(A)الاستقلال الذاتي	بين المجموعات	16.929	2	8.464	0.589	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1466.500	193	14.377			
	المجموع	1483.429	195				
(E)التمكن البيئي	بين المجموعات	57.436	2	28.718	2.682	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1092.125	193	10.707			
	المجموع	1149.562	195				
(G)التطور الشخصي	بين المجموعات	21.894	2	10.947	0.856	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1304.868	193	12.793			
	المجموع	1326.762	195				
العلاقات الإيجابية مع الآخرين(R)	بين المجموعات	45.209	2	22.604	2.216	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1040.353	193	10.200			
	المجموع	1085.562	195				
(P)الحياة الهادفة	بين المجموعات	39.652	2	19.826	2.838	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	712.538	193	6.986			
	المجموع	752.190	195				
(S)تقبل الذات	بين المجموعات	95.477	2	47.738	15.668	2.995	دالة لصالح الدراسات العليا
	داخل المجموعات	310.771	193	3.047			
	المجموع	406.248	195				
المقياس ككل	بين المجموعات	399.309	2	199.654	2.466	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	8257.682	193	80.958			
	المجموع	8656.990	195				

اشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في تقديرات إجابات عينة البحث تعزى لمتغير المؤهل العلمي ، اذ بلغت قيمة" ف المحسوبة (15,668) وهي قيمة دالة إحصائياً كونها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.995) عند مستوى(0.05) بالنسبة لمجال تقبل الذات لصالح مؤهل الدراسات العليا.

وأشارت كذلك النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات إجابات المعلمات تعزى لمتغير المؤهل العلمي، حيث بلغت قيم " ف "المحسوبة (2.682) بالنسبة لمجال التمكين البيئي،(0.856) بالنسبة لمجال التطور الشخصي ،(0.589) بالنسبة لمجال الاستقلال الذاتي، (2.216) بالنسبة لمجال العلاقات الإيجابية بين الاخرين، (2.838) بالنسبة لمجال الحياة الهادفة (2.466) بالنسبة للمقياس ككل وهي قيم غير دالة إحصائياً كونها اصغر من القيمة الجدولية البالغة (2.995) عند مستوى(0.05) .

الفرضية الثالثة: لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 ين متوسط درجات افراد عينة البحث وفقاً لسنوات الخبرة كما في جدول (9).

بهدف اختبار دلالة الفروق في تقديرات عينة البحث تبعاً لمتغير الخبرة (اقل من 7 سنوات، من 8 سنوات الى 14، من 15 سنة فاكثر) ،تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما هو موضح في الجدول (9).

جدول(9): نتائج الفروق بين افراد العينة تبعاً لسنوات الخبرة

المجال	الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
(A)الاستقلال الذاتي	7سنوات فاقل	54	23.38	3.70
	من 8 الى 14 سنة	108	23.36	3.86
	15 سنة فأكثر	34	22.89	3.80
	المجموع	196	23.29	3.78
(E)التمكن البيئي	7سنوات فاقل	54	22.21	3.41
	من 8 الى 14 سنة	108	23.33	3.36
	15 سنة فأكثر	34	24.28	2.78
	المجموع	196	23.18	3.32
(G)التطور الشخصي	7سنوات فاقل	54	23.17	3.54
	من 8 الى 14 سنة	108	23.03	3.58
	15 سنة فأكثر	34	22.89	3.80
	المجموع	196	23.05	3.57
العلاقات الإيجابية مع الآخرين(R)	7سنوات فاقل	54	22.21	3.41
	من 8 الى 14 سنة	108	23.33	3.19
	15 سنة فأكثر	34	24.28	2.78
	المجموع	196	23.18	3.23
(P)الحياة الهادفة	7سنوات فاقل	54	22.24	2.97
	من 8 الى 14 سنة	108	20.81	2.46
	15 سنة فأكثر	34	20.72	2.61
	المجموع	196	21.19	2.69

(S)تقبل الذات	7سنوات فاقل	54	18.59	1.76
	من 8 الى 14 سنة	108	19.62	2.08
	15 سنة فأكثر	34	20.61	1.24
	المجموع	196	19.50	1.98
المقياس ككل	7سنوات فاقل	54	131.79	9.82
	من 8 الى 14 سنة	108	133.48	8.88
	15 سنة فأكثر	34	135.67	8.72
	المجموع	196	133.39	9.12

تشيرالنتيجة إلى وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لتقديرات عينة البحث ، ولمعرفة إذا ما كانت الفروق بين المتوسطات لتقديرات المعلمات في ضوء الخبرة (اقل من 7 سنوات، من 8 سنوات الى 14، من 15 سنة فاكثر) ذات دلالة إحصائية، تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي عند مستوى الدلالة (0.05)، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول رقم (10).

جدول (10): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن دلالة الفروق في إجابات افراد العينة تبعا لسنوات الخبرة

المجال	تحليل التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
(A)الاستقلال الذاتي	بين المجموعات	3.427	2	1.713	0.118	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1480.002	193	14.510			
	المجموع	1483.429	195				
(E)التمكن البيئي	بين المجموعات	50.416	2	25.208	2.339	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1099.146	193	10.776			
	المجموع	1149.562	195				
(G)التطور الشخصي	بين المجموعات	.915	2	.458	0.035	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1325.847	193	12.998			
	المجموع	1326.762	195				
العلاقات الإيجابية مع الآخرين(R)	بين المجموعات	50.416	2	25.208	2.484	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	1035.146	193	10.148			
	المجموع	1085.562	195				
(P)الحياة الهادفة	بين المجموعات	44.355	2	22.178	3.196	2.995	دالة لصالح 7سنوات فاقل
	داخل المجموعات	707.835	193	6.940			
	المجموع	752.190	195				
(S)تقبل الذات	بين المجموعات	47.280	2	23.640	6.717	2.995	دالة لصالح 15 سنة فاكثر
	داخل المجموعات	358.967	193	3.519			
	المجموع	406.248	195				
المقياس ككل	بين المجموعات	167.749	2	83.875	1.008	2.995	غير دالة
	داخل المجموعات	8489.241	193	83.228			
	المجموع	8656.990	195				

اشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات إجابات عينة البحث تعزى لمتغير الخبرة، حيث بلغت قيمة" ف "المحسوبة (3.196) وهي قيمة دالة إحصائياً كونها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.995) عند مستوى(0.05) بالنسبة لمجال الحياة الهادفة لصالح 7سنوات فاقل ، و بلغت قيمة" ف "المحسوبة (6.717) وهي قيمة دالة إحصائياً كونها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.995) عند مستوى(0.05) بالنسبة لمجال تقبل الذات لصالح 15 سنة فأكثر.

وأشارت كذلك النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات إجابات المعلمات تعزى لمتغير الخبرة، حيث بلغت قيم " ف "المحسوبة (2.339) بالنسبة لمجال التمكين البيئي،(0.118) بالنسبة لمجال الاستقلال الذاتي، (2.484) بالنسبة لمجال العلاقات الإيجابية بين الاخرين، (0.035) بالنسبة لمجال (1.008) بالنسبة للمقاس ككل وهي قيم غير دالة إحصائياً كونها اصغر من القيمة الجدولية البالغة (2.995) عند مستوى(0.05) .

التوصيات :

توصي الباحثة بالاتي:

1. بناء برامج تربوية وارشادية للمعلمات .
2. العمل على خلق مناخ ايجابي وعلاقات اجتماعية مبنية على المودة والاحترام في البيئة التعليمية .
3. استخدام اسلوب التعزيز مع المعلمات لخلق دافع ذاتي ايجابي وسعادة نفسية لديهن ليؤدوا دورهم جيداً.
4. العمل على الاستفادة من المقياس من خلال تطبيقه على عينة معلمات الرياض لمعرفة المعلمات اللواتي لايتمتعن بالسعادة النفسية لعمل برامج خاصة بهم.

المقترحات:

1. اجراء دراسة لايجاد العلاقة الارتباطية بين السعادة النفسية ومتغيرات اخرى (الاداء الوظيفي، النجاح في العمل...الخ) لنفس العينة وعينات اخرى.
2. اجراء دراسة لتعرف المتغيرات التي تؤدي للسعادة النفسية لدى عينات اخرى.
3. دراسة مدى تأثير الشعور بالرفاهية النفسية لدى المعلمات في تنمية الابداع لديهن.

المصادر:

1.احمد ،شفيق احمد (1994):الشعور بالسعادة لدى الاطفال في ضوء المحددات العمرية والجنس والمستوى الاجتماعي الاقتصادي،دراسة سيكومترية مقارنة ،مجلة كليةالاداب جامعة المنوفية،ع20،ص117-154.

2.بدر ،سهام محمد(2012):علم النفس الايجابي-اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الانسانية ،الجزائر ،دار الخلدونية.

3.جاد ،منى محمد(2004):التربية البيئية في الطفولة المبكرة وتطبيقاتها ،ط1،دار المسيرة،عمان،الاردن.

4.الدسوقي ،مجدي محمد(1998):مقياس الرضا عن الحياة دليل التعليمات،ط3،مكتبة الانجلو المصرية ،القاهرة.

5.السيد ،ابو هاشم ،محمد(2010):النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ،مجلة كلية التربية .جامعة بنها.

6.محمد يوسف خليل (2002): أولادنا والصحة النفسية ، فهاد للنشر والتوزيع ، عمان.

المصادر الاجنبية:

7. Christopher , J (1999) . Situating Psychological Well – Being : Exploring The Cultural Roots Of Its Theory And Research , Journal of Counseling & Development , 77 .

8.Diener ,N.l.(1999):wHAT th experts sayischolarly research on post-divorce parenting and child well-bieng (chapter) .washington state act stady ,1-11.

9.Furr,R(2005):Differentiating happiness and self-Asteem ,individual Differences ressarch,3(2).

10.Geen.G.R,G(1995):human motivation –Asocial psychological approach.california:brooks cole publishing company.

11.Ryff-c.,magee,w.,klihg,k.&wing,f.(1999):forging macromicro linkages in study

Of psgchological well-being.in c.ryff&r.marshall(eds)the self and society in Aging processes ,(p:247-278)new York:springer publishing company.

12.Ryff c.& keyes c. (1995):the structure of psychological well-being revisited ,journal of personality and social psychology ,69(4),p:719-727.

13.William,D,G(1988):Genderimariage .and psychosocial well being,jornal of socio-economics.

Abstract:

The present research aims at identifying the psychological well-being of kindergarten teachers through the following hypotheses:

The first hypothesis: There are no statistically significant differences at the level of significance 0.05 between the average score of the research sample and the theoretical average of the measure of psychological well-being of kindergarten teachers.

The second hypothesis: There are no differences of statistical significance at the level of significance 0.05 between the average score of the members of the research sample according to the educational achievement.

The third hypothesis: There are no differences of statistical significance at the level of significance 0,05 between the average score of the members of the research sample according to years of experience.

The sample size (196) of the teacher from Riyadh affiliated to the Directorate of Education of the first Rusafa were chosen by the random method. The researcher adopted the measure of happiness happiness meter prepared by: Rosemary A Abbot 2006, and the results reached by the researcher as follows:

The first hypothesis: The results of this hypothesis indicate the low level of psychological well-being of kindergartens after the use of the remote test of one sample..

The second hypothesis: The results indicate that there are no statistically significant differences according to educational achievement.

The third hypothesis: The results indicated that there were statistically significant differences in the field of life aimed at benefit of 7 years and less. The results also indicated that there were statistically significant differences in the field of self acceptance for 15 years and more.

.1Work to create a positive atmosphere and social relations based on respect and respect in the educational environment.

The proposals:

.1Study the sense of psychological well-being of teachers in the development of creativity.