

[٧]

فاعلية برنامج ترفيهي لتنمية الشعور بالسعادة وعلاقته
بالتوافق النفسي والاجتماعي لاطفال ما قبل المدرسة
مرضي السرطان

د. مني جابر محمد رضوان

مدرس بقسم العلوم النفسية
كلية رياض الاطفال - جامعة بورسعيد

فاعلية برنامج ترفيهي لتنمية الشعور بالسعادة وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لاطفال ما قبل المدرسة مرضي السرطان

د. مني جابر محمد رضوان*

المستخلص:

استهدفت الدراسة الحالية التحقق من فاعلية برنامج ترفيهي لتنمية الشعور بالسعادة كما استهدفت الدراسة قياس العلاقة بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي لاطفال ما قبل المدرسة مرضي السرطان، وقد اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة، حيث طبق البرنامج والادوات علي عينة قوامها (١٠) أطفال من مرضي السرطان المترددين علي مستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٥٧، واستخدمت الباحثة بطاقة الشعور ملاحظة السعادة لقياس مؤشرات السعادة لدي الاطفال عينة الدراسة (إعداد الباحثة)، كما طبقت بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي للطفل (إعداد الباحثة)، وتم تطبيق برنامج للانشطة الترفيهية، وقد اثبتت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الترفيهي المستخدم في تنمية الشعور بالسعادة للاطفال مرضي السرطان كما تحققت النتائج من وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي للاطفال مرضي السرطان في مرحلة ما قبل المدرسة.

الكلمات المفتاحية: برنامج ترفيهي، السعادة، التوافق النفسي والاجتماعي،

الاطفال مرضي السرطان

* مدرس بقسم العلوم النفسية- كلية رياض الاطفال- جامعة بورسعيد.

Abstract:

The current study aimed to verify the effectiveness of an entertainment program to develop a feeling of happiness. The study also aimed to measure the relationship between feeling happy and the psychological and social compatibility of preschool children with cancer, and the study followed the quasi-experimental one-group approach. The program and tools were applied to a sample of (10) Children of cancer patients attending the Children's Cancer Hospital 57357, and the researcher used a happiness note card to measure the happiness indicators of children in the study sample (the researcher's preparation), and a psycho-social compatibility note for the child (the researcher's preparation) was applied, and a program of recreational activities was applied, and the results of the study proved The effectiveness of the entertainment program used in developing the feeling of happiness for children with cancer. The results also verified that there is a positive correlation between the feeling of happiness and the psychological and social compatibility of children with cancer in pre-school.

keywords: Entertainment program, happiness, psychological and social compatibility, children with cancer

مقدمة:

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة من اهم المراحل التي يمر بها الجنس البشري، حيث تمتد اثارها علي الحياة المستقبلية للانسان، لما لها من اثار بالغة في تكوين وتشكيل شخصيته، حيث تعد السنوات الاولي من حياة الطفل حيز الاساس التي تبني عليه حياته المستقبلية.ولما كان الاطفال في هذه المرحلة يحتاجون للاهتمام والرعاية، فان الاطفال المرضى بالسرطان اكثر احتياجاً للرعاية والاهتمام.

وعلي الرغم من التقدم الطبي الهائل الذي وصل اليه الانسان في مجال الطب بصفة عامة، ومجال معالجة مرض السرطان بصفة خاصة، الا انه هناك الكثير من مظاهر القلق التي تصيب الافراد المصابين به فور علمهم بخبر اصابتهم بهذا المرض خاصة الشعور بالخوف والاكتئاب واليأس والقلق من الموت. مما يشكل عبئا جسيما علي الفرد والاسرة في التعايش مع هذا المرض. حيث يعتبر اصابة الاشخاص المتقدمين في المراحل العمرية المتقدمة بمرض السرطان لهو من المألوف وامر وارد الحدوث، بينما اصابه الاطفال في هذه المرحلة العمرية المبكرة فهو امر كان من الصعب تصديقه في الماضي حيث كان المرض يصيب الكبار في بادئ الامر لذلك نجد كثير من الاباء يستبعدون اصابة اطفالهم في هذه المرحلة المبكرة بمرض السرطان. كما يصاب الكثير من الوالدين بصدمة كبيرة نتيجة اصابة ابنائهم بهذا المرض اللعين، حيث يتوقف بهم الزمن حين يتم اعلامهم باصابة ابنائهم بهذا المرض الخبيث الذي لا يرحم ضعفم واجسادهم النحيلة. علي الرغم ان الفرص الموجودة حاليا للشفاء اعطت الامل لكثير من الاباء في شفاء ابنائهم. فقد عملت دراسة علاء الدين وعبد الرحمن (٢٠١١) علي خفض التوتر والتشاؤم لدي امهات الاطفال الاردنيين المصابين بسرطان اللوكيميا الليمفاوية الحادة باستخدام برنامج ارشادي جمعي. كما حرصت دراسة زيدان (٢٠٠٠) علي التعرف علي فعالية البرنامج الارشادي في التخفيف من حدة القلق لدي أسر الاطفال المصابين بالسرطان، كما هدفت دراسة مهدي (٢٠١٦) التحقق من فعالية برنامج ارشادي جمعي لخفض الضغوط النفسية لامهات الاطفال المصابين بالسرطان وتوصلت دراسة وجدان (٢٠١٢) لأعراض الضغوط النفسية لدي امهات اطفال السرطان وعلاقتها ببعض المتغيرات.

كما ظهرت العديد من الدراسات والابحاث التي اهتمت بالمصابين بمرض السرطان في مراحل عمرية مختلفة سواء من الناحية الطبية او من الناحية النفسية ونحن في هذه الدراسة نتعرض للنواحي النفسية التي تؤثر علي هذه الفئة. فقد تناولت دراسة صالح وعياد وطاهر (٢٠١٥) التأثيرات المعرفية والاجتماعية والجسمية والنفسية لدى الأطفال لمصابين بسرطان الدم وعلاقتها بمتغيرات الجنس العمر طول فترة العلاج وموقع السكن.

ونظرا لما تعانيه هذه الفئة من الالام والقلق والاكتئاب واحيانا كثيرة عدم تقبلهم للحياة، وجب علينا الاهتمام بهم وبالحالة النفسية التي يتعرضون لها وتقديم كافة الانشطة التي تشعرهم بالسعادة والرضا عن حياتهم وتقبل ذاتهم، وقد هدفت دراسة عصام الدين (٢٠١٣) علي ربط نوعية الحياة بالشعور بالامتنان والسعادة والتسامح. فقد اوضحت دراسة عبد الخالق وحمودة وزين الدين (٢٠١٧) العلاقة بين السعادة والحياة الطبيه والتدين.

فتحسين مفهوم السعادة بالنسبة لطفل الروضة بصفة عامة، والاطفال المصابين بمرض السرطان بصفة خاصة يساعدهم في تنمية شخصيتهم ويشجعهم علي ان يكونوا اكثر ثقة بأنفسهم واكثر رضا بالحياة التي يعيشونها لتحسين فرصهم لنيل ما تصل اليه ايديهم من خبرات السعادة والصحة والاحساس بالانجاز وخفض سلوكيات الاضطراب لديهم بنسبة تصل الي ٤٠% (الطار، ٢٠١٢، ١١).

كما ان التعبير عن الشعور بالسعادة يعد من الامور المقترنة بالصحة النفسية والجسدية للفرد. وهناك علاقة كبيرة بين الامراض النفسية والجسدية التي تصيب الفرد وقد يكون إحداها نتيجة لحدوث الاخر (فتحي، ٢٠٠٩، ٣٣٥).

وعندما يستطيع الطفل الحصول علي السعادة من خلال الخبرات والمواقف التي يمر بها يستطيع ان يصل الي مرحلة من التوافق النفسي والاجتماعي.

حيث يعد التوافق النفسي والاجتماعي من الموضوعات الهامة التي تناولها علم النفس في السنوات الاخيرة، كما يعتبر التوافق النفسي والاجتماعي من العلامات التي تدل علي تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة، وان توافق الشخص مع النفس والبيئة يساعده علي الشعور بالرضا عن حياته.

ولما كانت الصحة الجسدية والنفسية غاية كل فرد حتي يستمتع بحياته بصحة جيدة خالية من الامراض، حيث ان الجسد والنفس وحدة متكاملة غير منفصلة، تؤثر وتتأثر ببعضها البعض، فالكشف الفرد اصابته باي مرض جسدي يقابلة بردود فعل نفسية مثل الشعور بالضغط النفسي والعصبي والعديد من المشكلات النفسية والشعور بالارهاق يصاحبها اعراض جسدية هذا الارتباط والتأثير المتبادل بين الجسد والنفس ادي الي ظهور اضطرابات وصعوبات في عملية التوافق النفسي والاجتماعي للشخص (عايش، ٢٠١٠، ٢).

وتأتي البرامج الترفيهية بمختلف انشطتها المبهجة والسارة في مقدمة البرامج التي تساعد علي تحسين الحالة النفسية للأفراد لما تحتويه من أنشطة تساعد علي رسم البهجة علي شفاه الأطفال مثل الانشطة الموسيقية والفنية والقصصية والحركية ومسرح العرائس وغيرها، فقد اكدت دراسة (لبلب، ٢٠١٦) علي اهمية الانشطة الفنية والموسيقية علي اكساب مفهوم السعادة. كما هدفت دراسة عاطف (٢٠١٢) وضع برنامج تروحي للالعاب الترويحية التي تتناسب مع الاطفال المصابين بسرطان الغدد الليمفاوية للتعرف علي تأثيره علي بعض المتغيرات النفسية مثل الشعور بالامن النفسي والقلق والاكتئاب

مشكلة الدراسة وتساولاتها:

من خلال نتائج البحوث والدراسات السابقة وبالإطلاع علي الاطر النظرية التي تناولت الاطفال مصابي السرطان ومن خلال الزيارات الميدانية للباحثة لمستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٥٧ والتي لاحظت فيها مدي المعاناة التي يشعر بها هؤلاء الاطفالومدي الخوف من تعاطي الحقن والادوية وتناول العقاقير الكيميائية ومدي الشعور بالاكتئاب والخوف وفي حدود علم الباحثة فقد لاحظت الباحثة قلة الدراسات التي تناولت هذه الفئة في المرحلة المبكرة والتي اهتمت بالنواحي النفسية للاطفال مرضي السرطان، حيث يعد الاهتمام بتنمية مظاهر السعادة عند الأطفال بصفة عامة، والاطفال مرضي السرطان بصفة خاصة موضوعا "حيويا" للغاية خاصة في ظل الظروف التي يتعرض لها داخل المستشفى.حيث يعاني هؤلاء الاطفال الكثير من اللآلم بالإضافة الي تدني مستوي الرضا عن الحياة نتيجة

الشعور بالعجز والمرض ومعاناتهم من قلق الموت بالإضافة الي المعاناة من الادوية والجلسات الكيماوية التي تمزق جسدكم دون رحمة وتنتابهم بعض مشاعر القلق والخوف حين يجدوا انفسهم في مواجهة لاحداث غير مالوفة بالنسبة لهم.

لذا كان من الضروري ومن الامور الملحة اكسابهم بعض مظاهر السعادة التي تساعدكم علي مواصلة الحياة الصعبة مع المرض الامر الذي يخلق بداخلهم بعض الامل في الشفاء ويرفع من روحهم المعنوية، حيث تعد الحالة النفسية لمريض السرطان من اهم العوامل التي تساعد علي شفاءهم وتحديهم لهذا المرض اللعين من اجل التعايش السليم والتصدي للمخاطر النفسية التي يتعرضون لها، فادخال السعادة علي قلوب هؤلاء الاطفال ورسم الابتسامة علي وجوههم من الامور الانسانية من الدرجة الاولى.

ومن أهم مقومات شفائهم ونجاح علاجهم حيث يساعد ذلك علي تحفيز الجهاز المناعي بالنسبة للاطفال حتي يستطيعوا مواجهة هذ المرض حيث يعد الاحساس بالهزيمة والياس من شفاة من الامور التي تؤثر سلبا علي الجهاز العصبي المركزي لهم مما قد يعرضهم لحالات من القلق والاكتئاب خاصة مع وجود الاعراض الجانبية للادوية التي يتناولوها والتي تؤثر سلبا علي مستوي توافقهم النفسي والاجتماعي.

لذا فان مشكلة الدراسة تبلورت في التساؤل الرئيس التالي:

• ما فاعلية البرنامج الترفيهي في تنمية الشعور السعادة وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لاطفال ما قبل المدرسة مرضي السرطان؟

وانتيق عن هذا التساؤل الاسئلة الفرعية التالية:

- ما المؤشرات الدالة علي الشعور بالسعادة؟
- ما الانشطة الترفيهية المقترحة لتنمية الشعور بالسعادة لدي الاطفال مرضي السرطان؟
- هل توجد علاقة بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي لدي الاطفال مرضي السرطان؟

اهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية الي:

- التحقق من فاعلية البرنامج المقترح في تنمية الشعور بالسعادة لدي الاطفال مرضي السرطان.
- الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة وتحسين مستوي التوافق النفسي والاجتماعي لدي الاطفال مرضي السرطان.
- الاسهام في التخفيف من معاناه هذه الفئة من الاطفال وخفض مستوي الضغط النفسي وهو يتعلق بالهدف الانساني للدراسة

اهمية الدراسة:

- تكم اهمية الدراسة الحالية في:
- تتبع اهمية هذه الدراسة من اهمية العينة التي تتناولها حيث تعد العينة الاولى بالرعاية النفسية وهي الاكثر احتياجا للترفيه والاسعاد.
- يعد هذا البحث من الابحاث القليلة التي تناولت الاطفال مرضي السرطان من الناحية النفسية في هذه المرحلة العمرية.
- تأتي هذه الدراسة في محاولة منها لمواكبة نتائج الأبحاث والمستجدات التي اوصت بالاهتمام بالاطفال المرضي
- كما تبرز أهمية هذه الدراسة أيضا" في أنها تلبى دعوة الاتجاهات التربوية الحديثة بالاهتمام بالنواحي النفسية الايجابية للطفل.
- قد تقدم الدراسة الحالية اطارا" نظريا" حول مفهوم السعادة والاطفال مرضي السرطان ومستوي التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.
- قد تكون هذه الدراسة نواة لدراسات جديدة تهتم بهذه العينة من الاطفال من الناحية النفسية والانفعالية.

مصطلحات الدراسة:

برنامج ترفيهي:

وتعرفها الباحث بانها: البرامج التي تحتوي علي الانشطة المحببه للطفل مثل
الانشطة الفنية والحركية والموسيقية والقصصية ومسرح العرائس والمسابقات وغيرها
من الانشطة التي تشعر الطفل البهجة والسرور وتدفعه الي الامل والتفاؤل.

السعادة:

عرفتها جودة (٢٠٠٧) حالة انفعالية وعقلية تتسم بالايجابية يخبرها الانسان
ذاتيا وتتضمن الشعور بالرضا والمتعه والتفاؤل والامل والاحساس بالقدرة علي التأثير
في الاحداث بشكل ايجابي (جودة، ٢٠٠٧، ٧٠١)

وتعرفها الباحثة اجرائيا بانها الدرجة التي يحصل عليها الطفل علي مقياس
السعادة والتي تشير الي مدي الفرح والسرور والتفاؤل والامل التي يصل اليه الطفل.

التوافق النفسي والاجتماعي:

التوافق النفسي الاجتماعي هو مدي قدرة الفرد المريض علي تقبل ذاته ومرضه
من جهه ومدي قدرته علي تقبل الاخرين واقامة علاقات ايجابية سليمة من جهه
اخرى (نور الهدي، ٢٠١٣، ٩).

وتعرفه الباحثة اجرائيا بانه الدرجة التي يحصل عليها الطفل علي بطاقة
ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي.

أطفال ما قبل المدرسة مرضي السرطان:

هم مجموعة من الاطفال يتراوح العمر الزمني لهم من (٣ - ٦)سنوات
ملتحقين بالبروضات ويعانوا من مرض السرطان

مرض سرطان:

السرطان مصطلح عام يشمل مجموعة من الأمراض التي يمكنها أن تصيب
كل أجزاء الجسم، والخلايا السرطانية لها القدرة على الانقسام السريع والشاذ، بل
ويمكنها النمو خارج حدودها المعروفة واقتحام أجزاء الجسد المتلاصقة والانتشار إلى
أعضاء أخرى (وزارة الصحة).

حدود الدراسة:

- الحدود البشرية: وتتمثل في عينة مكونة من (١٠) اطفال من المترددين علي مستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٥٧.
- الحدود المكانية: مستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٥٧.
- الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة في الفترة من ٢٠١٧/٧/١٦ الي ٢٠١٧/٩/٣٠.

الاطار النظري والدراسات السابقة

الاطفال مرضي السرطان

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي يمر بها الجنس البشري سواء بالنسبة للفرد نفسه أو بالنسبة للمجتمع، ولكن قد يعترض نمو وتطور حياة الأطفال بعض الأمراض المختلفة التي تسبب بعض العقبات في حياة الطفل. (زيدان، ٢٠٠٠)

ولعل من أشد هذه الأمراض خطوره وأكثرها انتشارا مرض السرطان، والتي ادت الي اهتمام العديد من الاطباء الباحثين والمتخصصين في علم الاورام كما ادت الي اتجاه ميدان علم النفس للاهتمام بدراسته والوقوف علي اهم الاثار النفسية السلبية التي يتركها في نفوس المرضى فالفرد المصاب بالسرطان يعيش معاناة بسبب الضغوط النفسية التي تتعلق بجميع شئون حياته سواء كانت الجسمية او النفسية او الاجتماعية فالضغط النفسي احد العوامل النفسية التي ترتبط بالصحة والمرض كما ان اثار هذا المرض تدوم لفترات طويلة تستلزم معها تحقيق التكيف والتوازن والراحة النفسية (وفاء، ٢٠١٤، ١).

تعريف مرض السرطان:

السرطان عبارة عن نمو غير طبيعي لخلايا الجسم فالخلية هي وحدة بناء الجسم والنمو السرطاني عبارة عن قيام الخلايا بالتكاثر بطريقة مضطربة متزايدة وغير منتظمة بشكل يفوق حاجة الجسم وتؤدي الي الاضرار به (عيسي، ٢٠١٢، ٢١).

فالسرطان عبارة عن مجموعة من الامراض التي تزيد عن المائة مرض، يجمع بينها عدد من العوامل المشتركة، حيث يحدث السرطان نتيجة خلل في المادة الوراثية الجينية (DNA) والتي تعتبر الجزء المسئول عن السيطرة علي نمو الخلايا وتكاثرها. حيث تتكاثر خلايا الجسم بشكل منظم وبيطئ لكن في حالة الاصابة بمرض السرطان يؤدي ذلك الي تسارع زائد في نموها وانتشارها (وفاء، ٢٠١٤، ٢١٥).

ويعد العالم الاغريقي (gallen) هو اول من قام بوصف الاورام وقد اطلق عليها (karkinoma) والذي يقصد به حيوان السرطان وقد سمي بمرض السرطان نظرا لان جسمه ضخم وله اطراف متشعبه مثل حيوان السرطان، وهو ما يحدث عند تشكيل الورم السرطاني، حيث تتكاثر في الجسم بسرعة وبشكل غير منظم وخارج ضوابط الجسم وحاجته (بلوط، ٢٠١١، ٦).

فالسرطان مرض يصيب العديد من الفئات، الاطفال والشباب والمسنون والأغنياء والفقراء والرجال والنساء- حيث يعد عبئاً يتقل كاهل المرضى والأسر والمجتمعات، كما قديؤدي الي الوفاة فهو يعد من الأسباب الرئيسية للوفاة في العالم. غير أننا نستطيع تجنب الكثير من تلك الوفيات والتي تتراوح نسبتها بين ٣٠ و ٥٠% من حالات السرطان من خلال اتباع أنماط الحياة الصحية من قبل الافراد واتخاذ تدابير في مجال الصحة العامة من قبل المجتمعات (منظمة الصحة العالمية).

وهناك اثنا عشر نوعاً من أنواع السرطان قد يُصيب الأطفال، حيث يعد سرطان الدم (اللوكيميا) وسرطان الدماغ من أشهر أنواع السرطان التي تصيب الطفولة، وتزيد مخاطر الإصابة بالسرطان لدى الأطفال الرضع في حين تقل كلما كبروا. ولا يزال سبب الإصابة بسرطان الطفولة غير معروف حتى الآن (وزارة الصحة).

أنواع الأورام:

تنقسم الأورام الي نوعين:

الأورام الحميدة: وهي أورام غير سرطانية وتكون مغلفة بغشاء وغير قابلة للانتشار، وقد تسبب بعض الضرر للعضو المصاب خاصة اذا كانت كبيرة الحجم

ويتمثل تأثيرها في الضغط علي العضو او علي الاعضاء القريبه مما يمنعها من العمل بشكل طبيعي ويمكن ازلتها بالجراحة او العقاقير او الانشطة لتصغير حجمها.

والاورام الخبيثة: وهي الخلايا السرطانية وهي خلايا تهاجم وتدمر الخلايا والانسجة المحيطة بها، قادرة علي الانتشار حيث تنتشر بثلاث طرق (انتشار مباشر للانسجة- وبالاعضاء المحيطة بالعضو المصاب وعن طريق الجهاز الليمفاوي (آمال، ٢٠١١، ٢٣).

الاثار النفسية لمرض السرطان:

هناك مجموعة من الاثار السلبية التي يتعرض لها الطفل المصاب بمرض السرطان والتي تؤثر علي فرص الشفاء وتعرض للخطر منها:

- الخوف من المرض.
- الخوف من المعاناة (الالم).
- الخوف من البتر او القطع.
- الخوف من تغير صورة الجسم (نور الهدي، ٢٠١٣، ٣٢-٣٣).

نسب شفاء الاطفال من انواع السرطان:

يعد التقدم في وسائل العلاج والتشخيص لمرض سرطان الاطفال قد حقق نجاحا كبيرافي الآونة الاخيرة، حيث اشارت الاحصاءات بمركز الحسين الاردني للسرطان لعام ٢٠٠٤ الي حدوث تشخيص مائة وخمس وسبعين حالة سرطان جديدة تراوحت ما بين حالات سرطان الدم والغدد الليمفاوية والدماغ والجهاز العصبي (علاء الدين، ٢٠١٢، ٤٨). كما وصلت نسب الشفاء من سرطان الدم عند الاطفال ٦٠% نتيجة التقدم في العلاج الكيماوي وزرع النخاع والعلاج الاشعاعي المساعد كما وصلت نسبة الشفاء في الانواع الاخرى من سرطانات الاطفال الي ٨٠% (بخيت، ٢٠٠٤، ٢٠٥).بالاضافة الي ذلك يحتاج هؤلاء الاطفال الي تأهيل لاستعادة صحتهم البدنية والنفسية لذلك لابد من توافر برامج تاهيلية قبل واثناء وبعد فترة العلاج.

كما هدفت دراسة نزال وعبد الله (٢٠١٥) علي التعرف علي واقع تاهيل مرضي السرطان في احدي المراكز الصحية النموذجية (مركز الحسين للسرطان) كاحدي فئات الاعاقة الجسدية والصحية.

السعادة:

انقسمت الدراسات النفسية في الوقت الحالي الي اتجاهين احدها يسمي بعلم النفس السلبي والاخري يسمي بعلم النفس الايجابي، وقد سادت في الفترة السابقة الدراسات النفسية التي تناولت موضوعاتها علم النفس السلبي مثل الاعراض المرضية وانحرافات السلوك والاعاقة والمشكلات النفسية، اما في السنوات الاخيرة فقد بدا الاهتمام بالموضوعات التي تتدرج تحت علم النفس الايجابي مثل الصداقة والسعادة والانتماء والذكاء الوجداني والابتكار والهوية (عبد الفتاح، ٢٠٠٦، ٩).

وقد حظي موضوع السعادة باهتمام قطاع عريض من علماء النفس، والراي العام واصبح مصطلح شائعا في الابحاث الحديثة لعلم النفس الايجابي (محي الدين، ٢٠٠٩، ١٠).

حيث ينتمي مفهوم السعادة الي علم النفس الايجابي الذي ظهر في فترة الثمانينيات من القرن الماضي علي يد العالم "سيلجمان" حيث يتكون من العديد من الجوانب الايجابية في الشخصية مثل التفاؤل والامل والرضا والسرور، حيث ظهر هذا المصطلح لأول مرة بقائمة "مستخلصات نفسية" (١٩٧٣)، ثم ظهرت بعد ذلك في عدة دراسات نفسية عن السعادة خلال فترة الثمانينيات من القرن السابق (مختار، ٢٠٠٧، ١٦٤).

وعلي الرغم من قدم هذا المفهوم الا انه لم يدرس الا حديثا حيث كانت السعادة من الموضوعات الاساسية في الفلسفة الاخلاقية، حيث كان الفلاسفة منذ القدم بعضهم يربطها بالفضيلة والبعض الاخر يربطها باللذة والبعض الثالث بالتأمل علي الرغم انهم جميعا اتفقوا علي انها من الغايات الضرورية بل الغاية القصوي التي يبحث الانسان عنها ويريد ان يبلغها، حتي وان اختلفوا في طرق الوصول اليها، ومن ثم كانت اسهامات هؤلاء الفلاسفة تتعلق بتفسير العلة وراء السعادة، حيث اعتبر الفلاسفة ان الانسان يبحث عن السعادة اكثر من اي شئ آخر، واننا حين نسعي

لتحقيق اهداف اخري كالمال والقوة والصحة فان هذه الاشياء تستمد قيمتها من اننا نتوقع انها ستجعلنا سعداء (فتحي، ٢٠١١، ٣٧).

مفهوم السعادة:

اهتم المتخصصون في العلوم الانسانية بتعريف السعادة وقسموها الي ثلاث اقسام، حيث اهتم القسم الاول بتعريفها علي اساس انها ليست حالة ذاتية ولكنها تحسن نوعي مرغوب فيه لا يتبعه بالضرورة الاحساس بالسعادة، بينما اهتم القسم الثاني بالاجابة علي التساؤل، ما الذي يجعل الناس يقيمون حياتهم تقييما ايجابيا حيث يركز هذا القسم علي المعايير التي يضعها الناس لتحديد الحياة الجديدة علي اعتبار ان السعادة هي تقييم عام لنوع الحياة وفقا للمحكات التي يختارها كل شخص، اما تعريفات القسم الثالث فإنها تركز علي الجانب المعرفي للسعادة من خلال الشعور باعتدال الحالة المزاجية حيث يعتبر الاحساس بالسعادة احساسا شخصيا او ذاتيا للغاية، وهذا القسم من التعريفات قريب من مدلول كلمة السعادة التي نستخدمها في الحياة اليومية والتي تشير الي الانفعالات الايجابية او السارة كالشعور بالتفاؤل والسرور والاستمتاع (القاسم، ٢٠١١، ٤٠). فقد عرفتها جودة (٢٠٠٧) بانها حالة انفعالية وعقلية تتصف بالاجابية وتتضمن الشعور بالرضا والامل والتفاؤل والقدرة علي التأثير علي الاحداث بطريقة ايجابية (جودة، ٢٠٠٧، ٧٠٧).

بينما عرفها (Fordyce, 1998) بانها شعور عام بالرضا عن الحياة ينمو لدي الفرد خلال مراحل زمنية مختلفة، حيث انه يري ان السعادة ليست في الاشياء كالمال والمكانة والحياة العائلية حيث لا تمثل هذه الاشياء السعادة بل انها قد تشعر بها، وتسهم في معدل زيادة الاحساس بالسعادة، لذا لا بد الا نخلط بين الشعور بالسعادة وبين الاشياء التي تسبب هذا الشعور.

وقد عرفتها فتحي (٢٠١١) بانها حالة من تقبل الطفل لذاته وممارسته للهوايات من خلال قيامة بالانشطة والالعاب التي يحبها ويفضلها دون توجيه من الاخرين واقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع اقرانه وتواصله الايجابي معهم، واحساسه بتقبل اسرته له (فتحي، ٢٠١١، ٣٩).

كما عرفتها سالم (٢٠٠١) بانها شعور داخلي ايجابي يعبر عنه الفرد اما بطريقة لفظية او غير لفظية مصحوبة بتغيرات فسيولوجية واجتماعية ومزاجية ومعرفية لدي الفرد، ويرتبط ذلك بقدرة الفرد علي الاستمتاع بوقت الفراغ ووقت العمل وبما استطاع تحقيقه من نجاح (سالم، ٢٠٠١، ٦-٧).

بينما عرفتها الجمال (٢٠١٣) بانها مجموعة من المثيرات السلوكية التي تدل علي ارتفاع مستوي رضا الشخص عن حياته بشكل عام، وقد حددها راف في ست عوامل "الاستقلالية، والتمكن البيئي، والتطور الشخصي، والعلاقات الايجابية مع الاخرين، والحياة الهادفة، وتقبل الذات " (الجمال، ٢٠١٣، ١٠-١٢).

وقد عرفتها مبروك (٢٠٠٩) بانها الشعور الداخلي الذي يحسه الانسان فهو شعور وجداني يشعر فيه الفرد بالارتياح والسرور اي انه مزيج من المشاعر الايجابية والتي تعبر عن مدي الصحة النفسية والجسمية والقدرة علي النجاح والانجاز والتي تؤدي الي الشعور بالرضا النفسي (مبروك، ٢٠٠٩، ١٤).

وقد عرفها العنزي (٢٠٠١) بانها حالة من التوازن الداخلي يتضمنها عدد من المشاعر الايجابية مثل الشعور بالابتهاج والرضا والسرور، والتي ترتبط بالجوانب الاساسية للحياة مثل العلاقات الاجتماعية والاسرية والعمل (العنزي، ٢٠٠١، ٣٥٤). كما عرفتها مؤمن (٢٠٠٤) بانها الخبرة الانفعالية الايجابية او السارة والتي تتضمن مشاعر البهجة والسرور والفرح والتفاؤل وحب الحياة والناس (مؤمن، ٢٠٠٤، ٣٠).

كما عرفها كل من ارنوط وفؤاد (٢٠١٢) بانها الشعور بالرضا والاشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات والبهجة واللذة والهنا والفرح وحب الحياة والاستمتاع بها وهي حالة عقلية تتسم بالاجابية ناتجة عن التوازن بين العمليات العقلية واشباع الحاجات الاولية متوج بطاعة الله لتحقيق الطموح والانجاز ووجدان يصاحب تحقيق الذات في جوانب الحياة الاساسية (الاسرة، العمل، العلاقات الاجتماعية، والرضا عن الحياة بوجه عام (ارنوط، فؤاد، ٢٠١٢، ١٨٠).

كما عرفتها فتحي (٢٠٠٩) بانها شعور الفرد بالرضا عن حياته في جميع الجوانب مثل العمل والزواج والصحة وتحقيق الذات ممزوج بمشاعر البهجة والاستمتاع واللذة والطمأنينة والإشباع (فتحي، ٢٠٠٩، ٣٣٥).

وعلى الرغم من ان غالبية الافراد يتفقون علي ان السعادة من الاهداف الاساسية التي يسعى الانسان للوصول اليها، إلا انهم يختلفون حول موضوع السعادة، والعوامل المسببة لها (سراج، ٢٠٠٨، ٦٠٢).

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح وجود تباين في تعريفات السعادة بشكل عام الا انهم اتفقوا علي انها مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تعبر عن حالة الرضا لدي الفرد وسعية الدائم لتحقيق أهدافه الشخصية في اطار من العلاقات الاجتماعية مع الاخرين (أبو هاشم والقدور، ٢٠١٢، ٦).

جوانب السعادة:

يعد مفهوم السعادة من المفاهيم الاساسية المتعددة والمتشعبة الجوانب، لذلك من الصعب دراستها دون الحديث عن مكوناتها وابعادها، لكي نستطيع فهمها فهما عميقا لطبيعتها، وقد اهتم العديد من علماء النفس بتحليل السعادة ومظاهرها ونظروا اليها من زاويتهم، منها زاوية نفسية ووجدانية حيث تتضمن مشاعر البهجة والسرور والمتعة والفرح والتي تواجه الفرد في مواقفه الحياتية، وزاوية عقلية معرفية وهي ما يتضمنه من رضا الشخص عما وصل اليه من نجاح وما حققه من توفيق، وبذلك يتضح عدم وجود خلاف بين النظريتين حيث يعبر الفرد عن سعادته بوجوده ويدركها بعقله ومن الصعب الفصل بين سلوك السعادة وجدانيا وعقليا (عبد العال ورمضان، ٢٠١٣، ٩٩).

كما ذكرت سليمان (٢٠١٠) ان هناك ثلاث جوانب للسعادة هي:

- جانب عقلي فكري ويشمل الرضا والقناعة بما قسمه الله.
- جانب انفعالي ويشمل مشاعر الانبساط والفرح والبهجة والتفاؤل والتي تصدر عن الشخص نتيجة احساسه بالسعادة.
- جانب الارتياح النفسي وهو يشمل الجوانب السلبية للمشاعر ويأتي الاكتئاب علي قمة هذه المشاعر وما يسببه للانسان من تعاسة (سليمان، ٢٠١٠، ١١٤).

كما توصلت عبد الوهاب (٢٠٠٦) ان للسعادة ثلاث مكونات هي (غياب الشعور السلبي-الرضا عن الحياة- والشعور الايجابي ويرجع المكونين الاول والثاني الي المظاهر الانفعالية بينما يرجع المكون الثالث الي المظاهر المعرفية (عبد

الوهاب، ٢٠٠٦، ٢٦٢). وذكر مرسي (٢٠٠٠) ثلاث جوانب اساسية للسعادة لا يمكن فصلها فهي متداخلة ومتكاملة وهي:

- جانب معرفي: وهو ما يدركه الشخص السعيد من الرضا.
- جانب وجداني: وهو ما يظهره الشخص من فرح وسرور
- جانب نزعي او نفسي حركي: وهو ما يظهره الشخص بالكلام والحركات (مرسي، ٢٠٠٠، ٣٤).

النظريات المفسرة للسعادة:

هناك العديد من النظريات التي حاولت ان تفسر السعادة ووضعت لها الاسس والاطر النظرية والفكرية وقد صنف حسن الفنجري هذه النظريات الي ثلاث فئات:

السعادة وعلاقتها بالبيئة:

وقد عرف هذا التوجه بالموشرات الاجتماعية التي ترتبط بالخصائص السكانية مثل الحالة المزاجية والعمر والجنس ومدى تأثيرها علي الاحساس بالسعادة لدي الفرد.

السعادة الذاتية:

وهي السعادة كما يشعر بها الفرد وهي ترتبط بالسمات الشخصية كالانسياب والتفاؤل.

السعادة نتاج تفاعل مركب بين الشخص وبيئته (متعدد العوامل).

وهي مزيج من العوامل الخارجية كالعمر والجنس والدخل والعوامل الذاتية للفرد (الداخلية) (كرم، ٢٠١٠، ١٠٦).

وفيما يلي عرض لبعض النظريات التي تناولت موضوع السعادة

النظرية الارتباطية:

حيث تري هذه النظرية ان الناس يستجيبون لنفس الاحداث بطرق مختلفة، ويختلف الافراد الذين يرون انفسهم سعداء في مقابل غير السعداء في الاساليب

المعرفية والدافعية والتي تعمل علي زيادة السعادة والحالة المزاجية الموجبة (المحروقي، ٢٠١٠، ١٤).

نظرية التدفق (النشاط):

تعد نظرية التدفق من اكثر النظريات التي ربطت بين الانشطة والسعادة، كما تري ان الانشطة تصبح اكثر امتاعا عندما يتماشي التحدي الموجود بالنشاط مع قدرات ومهارات الطفل، فعندما يكون النشاط سهلا واقل من مستوي مهارة الطفل ينبعث الملل في نفس الطفل اما اذا كان التحدي شديد الصعوبة واكبر من مستوي قدرات الطفل، ينتج عنه الشعور بالقلق وخيبة الامل، اما حينما يندمج الطفل في نشاط يتطلب تركيز شديد وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لاداء المهمة مساوي تماما لقدرات ومهارات الطفل ينتج عنه خبره متدفقة ممتعة (مؤمن، ٢٠٠٤، ٤٣).

السعادة ونظرية الحاجات:

وتتوافق هذه النظرية مع نظرية الألم واللذذ التي تري ان لكل فرد اهداف واحتياجات وان عدم توافرها لدي الفرد يعد نقصا ما في حياته. وان الالم واللذذ (التعاسة والسعادة) مرتبطان ببعضهما البعض وان السعادة قد يسبقها التعاسة وقد يشعر الاشخاص بمتعة كبيرة وفي نفس الوقت يشعرون بوجود انيات سلبية، وان كل فرد لديه من الامل والاهداف التي يسعها لتحقيقها، وعدم تحقيق هذه الاهداف يؤدي بالشخص الي الشعور بالتعاسة، وان النجاح الذي يحصل عليه الفرد يؤدي الي الشعور بالسعادة خاصة اذا كان الهدف الذي يسعي اليه من ضمن اهتماماته اما اذا كان الهدف الذي يسعي اليه اقل اهمية فان الاخفاق في تحقيق هذا الهدف لا يؤدي الي التعاسة وهو ما يسمى بالاندماج النفسي مع الاهداف (المحروقي، ٢٠١٠، ٢٥).

مصادر الشعور بالسعادة لدي طفل الروضة:

تجمع الاديبيات النفسية علي ان للسعادة مصدرين رئيسيين هما: المصدر الداخلي للفرد ويتمثل في سمات وخصائص وقدرات ومعتقدات الفرد ومستوي الصحة العامة. ومصدر خارجي للفرد ويتمثل في الظروف التي يمر بها الفرد في حياته من

حيث الاستقرار الاسري والدخل والعلاقات مع الاخرين والمكانة الاجتماعية اما الاتجاهات الحديثة فقد اضافت بعدا ثالثا يتمثل في سعي الفرد الدائم والمتعمد للحصول علي السعادة فهي لا تعد منحة من الاخرين، بقدر ارتباطها بوعي الفرد باهدافه ومدى السعي لتحقيقها (المحروقي، ٢٠١٢، ٢٥).

حيث ان سعادة الطفل يجب ان تتال الاهمية الاعظم في كل ناحية من نواحي التنشئة والتعليم لذلك يجب ان يكون المربي نفسه متمتعاً بحالة من الرضا والبهجة والانشراح والاستقرار النفسي خلال فترة تعامله مع الاطفال. حيث يتمثل هذا الشعور في تصرفاته واسلوبه وسلوكه مثل مشاركته في جميع الانشطة المسلية والعناية بصحته الجسمية والنفسية والمداومه علي تحقيق السعادة لانها من اهم دعائم النجاح في الحياة (عبد العزيز، ٢٠٠٥، ٣: ٤).

كما توضح دراسة (Markd,Holder,Andrea,Klassen,2010,419-) (439) ان هناك علاقة ارتباطية بين الحالة الانفعالية للطفل واحساسه بالسعادة وان سمات الاشخاص التي تحرص علي السعادة تتميز بالاجتماعية والعاطفية والانبساطية والنشاط.

وقد اهتم علماء النفس بالعلامات الدالة علي السعادة في الدنيا والعوامل التي تساعد علي تمتيتها وبعلامات الشقاء وعوامل الوقاية منه واساليب علاجه، كما اهتم علماء النفس بتحليل السعادة والنظر اليها من زاوية وجدانية ومعرفيه ونفس حركية، فالسعادة نسبية تختلف من شخص لآخر وتختلف بالنسبة للشخص من موقف لآخر، فسعادة الانسان في الدنيا تتبع من تفكيره ومشاعره وسلوكياته، حيث ينبع من داخل الانسان وفق استعدادات الفرد للسعادة او الشقاء (محي الدين، ٢٠٠٩، ١٢).

وقد توصلت (شاكر، ٢٠٠٨) الي عدة مصادر للسعادة منها (بناء تقدير الذات- تجنب الشعور بالذنب- التفاوض- الجد والمثابرة- الاتصال والتواصل- الرعاية- الملاحظة- القيام بانشطة ممتعه- عند تغير مكان لآخر) (شاكر، ٢٠٠٨، ٩٥).

وسوف تتناول الباحثة لبعض المصادر التي ينبعت منها الشعور بالسعادة.

الرضا عن الحياة:

حيث يشير مفهوم الرضا عن الحياة الي قدرة الطفل علي الشعور بالسعادة وتحرره من القلق والتوتر والحزن واهتمامه بالحياة واقباله عليها بحماس ورغبة في معاشتها والتعامل مع المحيطين بايجابية وهي من الاشياء التي يحتاج اليها الطفل الذي يعاني من الامراض المزمنة والخطيرة مثل الاطفال المصابين بالسرطان فقدرة الطفل علي مواجهه المشكلات التي يتعرض لها من خلال شعوره المتزايد بالثقة في نفسه وفي قدراته وميله الي الدعابه وسعيه المستمر لانجاز اهدافه وعدم الاحساس بالفشل عندما يخفق في مواجهه بعض المواقف، وتتمثل السعادة في شعور الطفل بالرضا والاشباع والطمانيه وتحقيق الذات، وهي الشعور باللذة والبهجة والاستمتاع.فقد هدفت دراسة كتلو (٢٠١٥) التعرف علي السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب.

الشعور بالامن:

يعد الشعور بالامن من الحاجات الاساسية التي يحتاج اليها الانسان وخاصة الامن الانفعالي حيث ينشأ عنه شعور الفرد بأنه قادر علي اقامة علاقات مترنه ومرضية مع الناس المقربين له (كامل، ٢٠١٠، ٢١).

اشباع الحاجات النفسية والفسولوجية:

حيث يرتبط مفهوم السعادة باشباع الطفل للحاجات النفسية والفسولوجية لديه كإحساسة بالصحة والراحة والنشاط والحيوية والثقة بالنفس وحمايتها من الضغط والتوتر والقلق فنلاحظ ان الطفل الذي يتمتع بصحة جيدة يستطيع ان يواجه المشكلات اليومية التي تواجهه ويقاوم القلق والتوتر الذي يصيب الطفل وخاصة الطفل الذي يعاني من المشكلات الصحية، حيث تعد الصحة الجسمية عامل هام في توفير الصحة النفسية للطفلوالعكس، لذلك حرصت الباحثة علي الاهتمام بالصحة النفسية للطفل حتي يستطيع مواجهه الآلام الجسمية ويشعر بالرضا والتفاؤل والفرح والسرور من خلال تقديم بعض الانشطة الترفيهية والترفيهية (فتحي، ٢٠١١، ٤٩).فقد هدفت دراسة عبد الحفيظ (٢٠٠٥) مقارنة الحاجات النفسية لدي عينة من الاطفال المصابين بمرض السرطان ووالديهم.

العلاقات الاجتماعية مع الاخرين:

ان العلاقات الاجتماعية الايجابية التي يقيمها الطفل مع الاخرين تشكل مصدر للسعادة وان الاطفال الذين يمكثون فترات اطول مع اقرانهم يشعرون بالسعادة وقد اكدت دراسة كل من (Mark,holder,Ben,Coleman,2009,329- 349). ، (Unsitalo,lotta,Malmivara,2012,601- 619) علي ان العلاقات الاجتماعية الايجابية التي يقيمها الطفل لها علاقة باحساسة بالسعادة وان العلاقات الاجتماعية الآمنة وراء السعادة عند الاطفال فكما كانت العلاقات سلبية كلما قل شعور الفرد بالسعادة. فقد حرصت دراسة مصطفى (٢٠١٣) علي خفض المخاوف المرضية المرتبطة بمرض السرطان والتي تؤثر سلبا علي علاقاته مع الاخرين. كما اوضحت دراسة المفتي (٢٠٠٥) العلاقة بين تمركز الطفل حول نفسه وتوافقه النفسي حيث يحول هذا التمركز بين الطفل واتصاله بالآخرين حيث يفضل هؤلاء الطفل العزلة والاكتفاء بالذات.

المستوي الاجتماعي والاقتصادي للأسرة:

اثبتت العديد من الدراسات ان الظروف الاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها الطفل تؤثر علي الحالة النفسية له وقد تقوده الي الاحساس بالاكتئاب حيث وجدت بعض الدراسات ان اطفال الاسر الفقيرة اكثر اكتئابا من اطفال الاسر الغنية (غانم، ٢٠٠٥، ٢٠-٢١).

حيث كشفت دراسة (ban,coleman,makd.holder,2008,203- 207) عن وجود علاقة بين المستوي الاجتماعي والاقتصادي لاسرة الطفل وبين شعوره بالسعادة وان حالته المزاجية والرضا عن نفسه وعن حالته المزاجية من الاشياء التي تزيد من الاحساس بالسعادة.

انشطة وقت الفراغ:

يمثل النشاط الذي يقوم به الطفل اثناء وقت الفراغ، احد العناصر الهامة التي تساعد الطفل علي الشعور بالرضا العام عن حياته، حيث يعد الاستمتاع بوقت الفراغ من اهم الاحتياجات التي يسعى اليها الفرد خاصة بعد القيام بالعديد من المهام

الشاقة حيث يعد أنشطة وقت الفراغ أكثر أهمية وأكثر تحقيقاً للشعور بالرضا (المحروقي، ٢٠١٢، ٤٠).

فقد هدفت دراسة (الهويش، ٢٠١٦) إلى التعرف على تأثير البرنامج العلاجي الذي يقوم على الدراما النفسية لتقليل القلق والاكتئاب لدى الأطفال المصابين بالسرطان.

- السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات..

هناك عدد من العوامل ترتبط بالسعادة وهي:

السن:

أظهرت الدراسات الحديثة ان الاطفال الصغار يعانون من القلق والاكتئاب علي الرغم من ان الاكتئاب كمرض يعد ظاهرة حديثة ولكنها اصبحت منتشرة بنسبة مخيفة، فلم يكن احد يتخيل ان الاكتئاب كمرض ممكن ان يحدث للاطفال التي تقل اعمارهم عن ست سنوات (٦ سنوات)، الا اننا نجد ان الابحاث الحديثة اكدت ان الاكتئاب يصيب الاطفال بنسبة (٢.٥%) في عمر ما قبل المدرسة (القطار، ٢٠١٢، ١٠). فلم تعد الطفولة كما كان يظن الناس هي اسعد المراحل التي يمر بها الفرد فالسعادة تزداد مع تقدم العمر.

الجنس:

تختلف مصادر السعادة للذكور عن الاناث حيث تكون الاستعداد للسعادة في مرحلة الطفولة نتيجة التفاعل بين البيئة والوراثة وظروف التنشئة الاجتماعية فلا توجد فروق كبيرة بين الذكور والاناث في الاستعداد للسعادة ولكن وجد ان الاناث اقل سعادة من الذكور في العمل والزواج والانشطة الترويحية والاناث اكثر سعادة في العلاقات الاجتماعية (علام، ٢٠٠٨، ٤٤٥).

المستوي الاجتماعي والاقتصادي:

يزداد الشعور بالسعادة والرضا لدي الاطفال الذين ينتمون الي الطبقات الاجتماعية الاعلي اما الاطفال الذين ينتمون الي الطبقات الاجتماعية الدنيا يقل

لديهم الشعور بالسعادة بالاضافة الي سوء التوافق الاجتماعي نظرا لانخفاض المستوي الاجتماعي والظروف المعيشية وانتشار الامراض المزمنة والمعدية وضيق المسكن وسوء التغذية (فتحي، ٢٠١١، ٥٠).

السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات:

السعادة وعلاقتها بالعلاقات الاجتماعية مع الاخرين:

تعد العلاقات الاجتماعية من اهم الاشياء التي يحتاج اليها الاطفال الصغار في مرحلة ما قبل المدرسة فعلاقات السند الاجتماعي المختلفة والتي تشمل علاقات الاهل والاصدقاء والاقربان والجيران حيث تعمل جميعها حيث تعمل العلاقات الاجتماعية الايجابية علي زيادة تقدير الذات، وحماية الافراد من الانفعالات السلبية، فامتلاك علاقات دافئة مع الاخرين تساعد الفرد علي الشعور بالسعادة (الطار، ٢٠١٢، ٢٤).

حيث ترتبط الصحة النفسية بالعلاقات الاجتماعية الايجابية للفرد فقدره الطفل علي اقامة علاقات اجتماعية سوية علي اساس من الحب والصدقة والمودة تساعده علي مواجهه الضغوط الحياتية وتجعله يشعر بالطمأنينه والتفائل وبالتالي يشعر بجودة حياته واقباله علي الحياة وشعوره بالسعادة.

وقد اكدت دراسة الطار (٢٠١١) علي دور الانشطة الموسيقية في تحسين علاقات الحب والسند الاجتماعي لدي اطفال الروضة.

السعادة وعلاقتها بالشخصية التفاؤلية:

يعد التفاؤل من المفاهيم الحديثة التي تناولها علم النفس الايجابي والتي تناولها الباحثين في مجال علم النفس نظرا لارتباطه بالصحة النفسية للفرد وقد اكدت العديد من الدراسات علي ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة النفسية والنظرة الايجابية للحياة والنجاح في مواجهة المشكلات والضغوط وهو ما يحتاج اليه الطفل الذي يعاني من الالام حين يرتبط التشاؤم بالياس والفشل والمرض والنظرة السلبية للحياة (فتحي، ٢٠١١، ٤٤). حيث هدفت دراسة حلمي (٢٠١٧) التعرف علي فاعلية برنامج لتنمية المثابرة لدي عينة من الاطفال المصابين بسرطان الدم.

السعادة وعلاقتها بالصحة النفسية والجسمية:

حيث يربط انصار الصحة النفسية بين الحالة المزاجية وطمانينة النفس وتحقيق الذات وبين الشعور بالسعادة، وما يتبعه من احساس بالفرحة والبهجة فالشخص السعيد في نمط كاتل هو المبتهج القادر علي تحقيق الامكانات ويتميز بالاستقلال اما الشخص الانبساطي في نمط يونج هو الشخص المقبل علي الدنيا بحيوية ونشاط اما ايزنيك فيشير الي الشخص السعيد بانه اجتماعي ومرن (القاسم، ٢٠١١، ٥٠).

حيث ان الضغوط الحياتية التي تمر علي الفرد من شأنها ان تعكر صفو حياة الفرد وتسبب له الاضطرابات النفسية والجسمية وبالتالي تقلل من احساس الفرد بالسعادة فالاحداث السلبية التي تمر علي الفرد كالخبرات السلبية او فقد احد الوالدين او الاصابة باحد الامراض تؤثر علي مستوي الاحساس بالسعادة سواء في مرحلة الطفولة او المراهقة (كرم، ٢٠١٠، ١١١).

فشعور الطفل بالسعادة يتبعه تحقيق لتكامل الشخصية من حيث التمتع بالصحة ومظاهر النمو المتكامل والثبات الانفعالي وتحقيق السعادة بالراحة النفسية وحب الاخرين واحترامهم واقامة علاقات الصداقات والثقة في الاخرين (مبروك، ٢٠٠٩، ١٢).

وقد هدفت دراسة يوسف (٢٠٠٤) الي التعرف علي الاعراض النفسية ومستوي الطموح لدي الاطفال المصابين بسرطان الدم وبين الاطفال الاسوياء ومعرفة الفروق بين الذكور والاناث علي الابعاد لدي الاطفال المصابين بمرض السرطان من الجنسين. كماحرصت دراسة اليحفوفي (٢٠٠٦) علي التعرف علي العلاقة بين السعادة والاكتئاب وبعض المتغيرات الاخرى.

السعادة وعلاقتها بتقدير الذات:

حيث يساعد تقدير الذات الذي يشعر به الطفل من خلال تقبله لجسمه بعد تغيره اثناء العلاج او اثناء عملية البتر لاحد الاعضاء علي الشعور بالسعادة فنظرة الطفل الي نفسه وقدراته نظره احترام وتقدير وعدم التاثر باي نقد يوجه اليه من اي

شخص وتقبله لذاته يساعده علي عملية الشفاء والتقليل من الاثار النفسية للمرض فقد هدفت دراسة الياس (٢٠١٤) التحقق من اثر العلاج باللعب في تحسين تقدير الذات وتخفيف اعراض الاكتئاب لدي عينة من الاطفال المشخصين بمرض السرطان.

التوافق النفسي والاجتماعي:

يعد التوافق النفسي من المفاهيم الاساسية المتعلقة بشخصية الفرد وصحته النفسية وتكيفه مع البيئة المحيطة به، حيث يختلف كل شخص عن الاخر في قدراته الجسمية والعقلية وامكانياته الشخصية لمواجهة الضغوط والمواقف الحياتية الصعبة ومدي صلابتهم وقوة احتمالهم لمواجهة مواقف الاحباط المختلفة بهدوء واتزان دون تسرع (عبد المحسن وعبد الزهرة، ٢٠١١، ١٧٨).

حيث ان مفهوم التوافق من اكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس حيث يهتم علم النفس بسلوك الانسان ومدي توافقه مع البيئة المحيطة، حيث لا يركز علم النفس علي النفس في حد ذاتها بل يركز علي التوافق والعمليات التي بواسطتها تتم عملية التوافق او لا تتم.

حيث ينتج التوافق من العلاقة المتبادلة بين الفرد والوسط المحيط به وان نتاج هذا التفاعل لا يتوقف عن حد التوافق ولكن تتعداه ليضفي علي الفرد معني وتقدير لذاته من خلال انماط العلاقة بينه وبين الاخرين.

تعريف التوافق النفسي والاجتماعي:

اكّد العديد من الباحثين ان التوافق النفسي الاجتماعي ينقسم الي شقين:

التوافق النفسي: ويشمل السعادة مع النفس والثقة والشعور بقيمتها لاشباع الحاجات والشعور بالحرية في التخطيط للاهداف والاجتهاد لتحقيقها ومواجهة المشكلات النفسية وحلها. (فؤاد، ٢٠١٦، ٧٠).

كما عرفه ناصر (٢٠٠٤) بانه قدرة الفرد علي استعادة توازنه الداخلي بسبب اشباعه للدوافع الداخلية وشعوره بالرضا ليتحقق تقبله لذاته وثقته بنفسه واعتماده عليه (ناصر، ٢٠٠٤، ٢٤٤).

التوافق الاجتماعي: ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بقوانين واعراف المجتمع ومسايرة قواعد الضبط الاجتماعي والتغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية مع الآخرين (فؤاد، ٢٠١٦، ٧٠).

كما عرفها سفيان (٢٠٠٤) بأنه استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية الايجابية التي تتسم بالعطاء المتبادل والتقدير والاحترام والتي تشبع حاجته الاجتماعية وتقبله للعادات والتقاليد المجتمعية والمشاركة في الانشطة الاجتماعية واتباعه للقوانين والانظمة المجتمعية (سفيان، ٢٠٠٤، ١٥٥).

اما تعريف التوافق النفسي والاجتماعي فهو العملية الديناميكية المستمرة التي يسعى الطفل من خلالها الي عقد صلات اجتماعية مرضية مع الاشخاص المحيطين به ومع ما يتناسب مع نظام المجتمع (نجم، ٢٠١٦، ٥). كما عرفتها نعيصة (٢٠١٥) بأنها عملية دينامية مستمرة يقوم بها الفرد لتغيير سلوكه ليصبح اكثر توافقا بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة من جهة اخري (نعيصة، ٢٠١٥، ٣٣٢).

اما يوسف (٢٠١٥) عرفته بأنها قدرة الفرد علي التفاعل مع البيئة بايجابية ومرونة تتفق مع الواقع لمواجهه متطلبات الحياة بالتفائل والرضا املا في حسن البلاء وحسن الجزاء من الله تعالى، مما يساعد علي الشعور بالثقة بالنفس والطمأنينة وعدم الخوف من المستقبل وقبول الواقع خيره وشره، متقبلا لقضاء الله وقدره (يوسف، ٢٠١٥، ٤٧). فالتوافق عملية ديناميكية مستمرة تستهدف تغيير سلوك الطفل ليكون علاقة اكثر توافقا بينه وبين البيئة حيث تتحدد هذه العلاقة منذ السنوات الاولى من حياة الطفلي حيث تعد عاملا هاما في تشكيل شخصيته وتكوين اتجاهاته وميوله وتغير نظرته للحياة، وتساعد علي اشباع حاجاته البيولوجية والنفسية (الرفوع، ٢٠١٧، ٢١٢).

معايير التوافق النفسي:

- لقد حدد لازاروس عدة معايير للتوافق النفسي منها:
- الكفاية في العمل: وهي تعبر عن قدرة الفرد علي العمل والانتاج.
 - مدي استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية: وتعني قدرة الفرد علي اقامة علاقات اجتماعية ايجابية.

- الشعور بالسعادة: وهي الشخصية التي تشعر بالبهجة خالية من البهجة خالية من الصراع تعيش حياة سعيدة.
- القدرة علي ضبط الذات وتحمل المسؤولية: وهو الشخص السوي الذي يستطيع التحكم في رغباته وضبط ذاته واشباع حاجاته.
- ثبات اتجاه الفرد: وهي تعتمد علي التكامل في الشخصية.
- الراحة النفسية: ويقصد بها الشخص الذي يستطيع مواجهه العقبات والمشكلات والصدمات بطريقة متناسبة مع المجتمع وترضاه نفسه.
- الاعراض الجسمية: وهو ما يشعر به من اعراض جسمية مرضية.
- اتخاذ اهداف واقعية: ويقصد بها ان الشخص لديه اهداف وطموحات يسعى للوصول اليها (ستي، ٢٠١٣، ١٢).

ابعاد التوافق: عند الحديث عن التوافق لا بد ان نتطرق الي الجوانب المختلفة له:

- **التوافق الشخصي:** وتتضمن السعادة والرضا عن النفس والقدرة علي اشباع الحاجات والدوافع الداخلية.
- **التوافق الاجتماعي:** ويتضمن السعادة في التعامل مع الاخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع.
- **التوافق المهني:** ويتضمن الاختيار المناسب للمهنة والشعور بالرضا والنجاح والانجاز.
- **التوافق الاسري:** هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل اطار الاسرة (جماح، ٢٠١٧، ٢٦).
- **التوافق الجسيمي:** وهو تمتع الفرد بالصحة الجيدة الخالية من الامراض سواء الجسمية او العقلي او الانفعالية، وتقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه.
- **التوافق الزوجي:** وهو قدرة الفرد علي اقامة حياة زوجية سعيدة متحملا كافة المسؤوليات من خلال التفاعل الايجابي والثقة المتبادلة بين الزوجين.
- **التوافق الانفعالي:** وهو قدرة الفرد علي ضبط انفعالاته في المواقف المختلفة وتحمله لمواقف النقد والاحباط مع قدرته علي السيطرة علي القلق والشعور بالامن والاطمئنان بعيدا عن عوامل التوتر (التلوي، ٢٠١٥، ١٨ - ٢٠).

التوافق الحسن:

- من السمات الشخصية التي تشير الي التوافق السوي والصحة النفسية:
- ان يكون لدي الطفل مفهوم ذات ايجابي عن نفسه حيث يتقبل ذاته ويحترمها.
- ان يستطيع الطفل ادراك ذاته وبيئته بواقعية.
- ان يمتلك الطفل شخصيه متحررة من القلق والضغط النفسي.
- ان يتمتع الطفل بالاستقلالية وضبط الذات.
- ان يستطيع الطفل تحقيق ذاته من خلال تنمية امكاناته الي اقصي درجة (الكحلوت، ٢٠١١، ٤٥).
- خصائص التوافق.
- التوافق عملية كلية.
- التوافق عملية تطويرية.
- التوافق عملية وظيفية.
- التوافق عملية دينامية.
- التوافق عملية اقتصادية (السراج، ٢٠١١، ٣٨ - ٣٩).

الاتجاهات التي تناولت مفهوم التوافق:

نظر العديد من الباحثين من كافة المجالات والتخصصات الي مفهوم التوافق من عدة زوايا.

فقد اتسمت نظرتهم الي مفهوم التوافق من خلال ثلاث اتجاهات رئيسية كما

يلي:

اولا: الاتجاه البيولوجي:

حيث ينظر هذا الاتجاه الي الانسان من خلال المفاهيم الفسيولوجية والطبية بنفس المعيار الذي ينظر به الطبيب الي الشخص المريض او الصحيح.

كما ينظر اليه علي انه الاتزان الداخلي للجسم لدي الفرد من خلال الطرق والاساليب التي تعمل علي تقليل حدة هذا القلق.

ثانيا: الاتجاه السيكولوجي:

حيث ينظر هذا الاتجاه الي التوافق علي قدرة الفرد علي النظر الي النفس بشكل واقعي وموضوعي وتقبله لنقاط الضعف والقوة علي حد سواء.

ثالثا: الاتجاه الاجتماعي:

حيث يشير هذا الاتجاه الي مدي قدرة الفرد علي الانقياد للجماعة واطاعة اوامرها لمواجهة متطلبات الحياة. (يوسف، ٢٠١٥، ٤٧ - ٤٩).

العوامل المؤثرة علي التوافق النفسي للطفل:

العوامل المتعلقة بالطفل نفسه:

وتتمثل في النواحي المزاجية وصحة الطفل الجسمية، ومراحل نموه حيث يتأثر التوافق النفسي للطفل بحالته المزاجية التي تساعده علي مواجهه الضغوط والمشكلات كما ان الحالة الصحية السيئة قد تؤدي الي الاضطرابات النفسية والسلوكية، بينما تساعد الحالة الصحية الجيدة علي ارتفاع مستوي التوافق النفسي. فقد توصلت دراسة الحجار (٢٠٠٣) للاثار السلبية لمرض لاالطفل بالسرطان علي التوافق النفسي خاصة في البعد الجسمي والنفسي والاجتماعي والانسجامي والاسري علي التوالي.

كما اكدت دراسة ابو هين (٢٠٠١) ودراسة عبد المحسن وعبد الزهرة (٢٠١١) علي العلاقة بين تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي كما اشارت دراسة نور الهدي (٢٠١٣) علي عدم وجود فروق بين مستوي التوافق النفسي والاجتماعي لدي مرضي السرطان في المتغيرات التالية (الفئة العمرية- مستوي التعليمي- نوعية العلاج).

عوامل متعلقة بالبيئة الاسرية:

حيث تؤثر البيئة الاسرية علي التوافق النفسي للطفل منها الصراع بين الابوين واساليب التنشئة الاجتماعية الاجتماعية التي يتعامل بها الوالدين مع الطفل.

عوامل متعلقة بالبيئة الاجتماعية والطبيعية:

حيث يتأثر التوافق النفسي للطفل بالبيئة المحيطة به والتي تشمل الاقران والاصدقاء والجيران والمجتمع المحيط (السرحي، ٢٠١٥، ٤٠ - ٤٤).

كما يضيف سكران (٢٠٠٩) ان التوافق النفسي والاجتماعي لا يتوقف علي التغيرات التي تحدث في البيئة المحيطة، وانما لابد من المسايرة الايجابية والتناغم الفعال والمتبادل بين الفرد وبيئته.

النظريات المفسرة للتوافق:

النظرية البيولوجية الطبيه:

حيث يري اصحاب هذه النظرية ان الفشل في التوافق ينتج عن اصابة الشخص بالامراض خاصة المخ، ومثل هذه الامراض يمكن توارثها او اكتسابها من خلال الضغوط الحياتية التي يتعرض لها الفرد.

النظريات النفسية:

حيث يري فرويد ان عملية التوافق الشخصي غالبا ما يكون لا شعوريا بينما يعتقد يونج ان مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف او تعطيل

حيث ركزت نظرية التحليل النفسي في تصورها للتوافق علي قدرة الفرد علي خفض التوار والالام واشباع الحاجات

النظرية السلوكية:

حيث يري اصحاب المدرسة السلوكية ان التوافق ما هو الا عملية مسايرة اجتماعية لتجنب الصراع بين القوي الداخلية للفرد وضغوطه الاجتماعية

النظرية الانسانية:

حيث يركز اصحاب هذه النظرية علي ان التوافق عبارة عن مجموعة من المعايير تكمن في قدرة الفرد علي الاحساس بالثقة والحرية وان المحدد الاساسي والمهم للسلوك هو عملية الادراك (جماح، ٢٠١٧، ٢٨ - ٢٩).

فروض البحث:

- توجد علاقة ارتباطية بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي بين أطفال عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي بطاقة ملاحظة الشعور بالسعادة ككل وابعاده الفرعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي مقياس السعادة ككل وابعادها في القياس البعدي والتتبعي تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.

الاجراءات المنهجية للدراسة:

اولا: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي ذات التصميم ذو المجموعة الواحدة والقائم على القياسين القبلي والبعدي وذلك لمناسبته للدراسة الحالية لتنمية مظاهر السعادة للاطفال المصابين بالسرطان حيث تمثلت متغيرات الدراسة في المتغيرات المستقلة وهي البرنامج الترفيهي (الترويحي)، والمتغير التابع وهو تنمية مظاهر السعادة وتحسين التوافق النفسي والاجتماعي للطفل كما استخدمت المنهج الوصفي لوصف العلاقة بين تنمية الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي للطفل.

ثانيا عينة الدراسة:

استخدمت الباحثة العينة العمدية وهي عينة من الاطفال التي تعاني من مرض السرطان في مرحلة ما قبل المدرسة وقد بلغ حجم العينة (١٠) اطفال تتراوح اعمارهم من ٥ سنوات وشهر الي ٦ سنوات ٨ شهور من الاطفال المترددين علي مستشفى الاطفال ٥٧٣٥٧ ويتلقون العلاج الكيماوي.

شروط اختيار العينة

- أن تتراوح اعمار الاطفال بين ٥.١ - ٦.٨ سنة.

- ألا يعاني الاطفال من اي اعاقه جسدية او ذهنية.
- أن يتراوح مستوي الذكاء من (٩٠ - ١١٠).
- أن يكونوا من المصابين بمرض السرطان.
- أن يكونوا من المتردين علي مستشفى ٥٧٣٥٧.
- أن يتلقوا العلاج الكيميائي.

اجراءات اختيار العينة:

- تم البحث عن عينة الدراسة من الاطفال المتردين علي مستشفى ٥٧٣٥٧ والذين يتلقوا العلاج الكيميائي.
- تم الوصول الي عينة الدراسة من الاطفال في مرحلة ما قبل المدرسة من المتردين علي مستشفى ٥٧٣٥٧.
- تم حساب التجانس بين افراد العينة من حيث مستوي الذكاء والعمر الزمني.

تجانس العينة:

قامت الباحثة بالتأكد من تجانس عينة الدراسة بايجاد دلالة الفروق بين متوسطات رتب الاطفال عينة الدراسة من حيث الزكاء والعمر الزمني حيث قامت الباحثة بتطبيق اختبار رسم الرجل (جود انف هاريس) لحساب مستوي الذكاء كما قامت بحساب متوسط العمر الزمني لعينة الدراسة باستخدام (كا ٢) كما يتضح من الجدول التالي (١).

جدول (١)

يوضح دلالة الفروق بين متوسطات رتب مجموعة الاطفال مرضي السرطان من

حيث الذكاء والعمر الزمني (ن=١٠)

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	٢٤	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الذكاء	٩٦.٨٠	١.٠٣	١.٢٠٠	٣	غير دالة
العمر الزمني	٥.٥١	٠.١٦	٠.٨٠٠	٥	غير دالة

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات الاطفال من حيث الذكاء والعمر الزمني مما يشير الي تجانس افراد

العينة. كما قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين متوسط رتب درجات أطفال المجموعة في القياس القبلي من حيث مظاهر السعادة والتوافق النفسي والاجتماعي كما يتضح من الجدول التالي (٢).

جدول (٢)

يوضح دلالة الفروق بين متوسطات رتب مجموعة الاطفال مرضي السرطان من حيث السعادة والتوافق النفسي والاجتماعي (ن = ١٠)

المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	٢٤	درجة الحرية	مستوي الدلالة
السعادة	١٣٧.٤	١.٧١	٠.٨٠٠	٥	غير دالة
التوافق النفسي والاجتماعي	١٨٢	٤.٦٤	١.٢٠٠	٧	غير دالة

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات الاطفال من حيث السعادة والتوافق النفسي والاجتماعي مما يشير الي تجانس افراد العينة.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

- اختبار الذكاء رسم الرجل لجود انف هاريس (تقنين/ فاطمة حنفي، ١٩٨٣) ملحق (١).
- بطاقة ملاحظة السعادة (إعداد/ الباحثة). ملحق (٢)
- برنامج أنشطة ترفيهية لتنمية السعاد (إعداد/ الباحثة). ملحق (٤)
- بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي (إعداد/ الباحثة). ملحق (٣)

اولاً: بطاقة ملاحظة مؤشرات السلوك الدال علي مظاهر السعادة

(اعداد الباحثة) (ملحق رقم (٢):

هدف بطاقة الملاحظة:

هدفت بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة قياس مستوي السلوك الدال علي مظاهر السعادة لدي الاطفال المصابين بمرض السرطان قبل تطبيق البرنامج الترفيهي وبعد التطبيق ومدى التأثير الذي أحدثه البرنامج في سلوكياتهم.

أهمية بطاقة الملاحظة:

تعتبر أداة فعالة للكشف عن المؤشرات الدالة علي السعادة.

وصف بطاقة الملاحظة:

قامت الباحثة بتصميم بطاقة ملاحظة للمؤشرات الدالة علي السعادة لاطفال مرضي السرطان تتكون من (٤٠) عبارة، تشمل اربع ابعاد كل بعد يحتوي علي (١٠) عبارة.

طريقة الاستجابة علي البطاقة وحساب الدرجات:

قامت الباحثة بتحديد طريقة الاستجابة علي البطاقة باختيار واحد من ثلاث اختيارات (دائماً، احياناً، ابداً) وتأخذ الدرجات (٣ - ٢ - ١) علي الترتيب في العبارة الموجبه وفي العبارة السالبة تنعكس الدرجات.

جدول (٣)

يوضح الدرجات الخاصة بكل بعد من ابعاد البطاقة

الدرجات	ابعاد بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة
٣٠ - ١٠	بعد العلاقات الايجابية مع الاخرين
٦٠ - ٣١	بعد سمات الشخصية التفاضلية
٩٠ - ٦١	بعد الصحة الجسمية والنفسية
١٢٠ - ٩١	بعد تقدير الذات
١٢٠	الدرجة الكلية

خطوات بناء البطاقة:

قامت الباحثة بالاطلاع علي الادبيات والدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة من خلال التراث السيكولوجي لموضوع الدراسة كذلك الادوات التي اعدت من قبل الباحثين حول موضوع الدراسة ومنها على سبيل المثال لا الحصر: بطاقة ملاحظ لمؤشرات السعادة لطفل الروضة (ايمان لبلب، ٢٠١٦)، مقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد لدى الأطفال، Multidimensional life satisfaction scale for children (Huebner,1994)، مقياس السعادة لطفل الروضة (نييلي العطار، ٢٠١٢)، مقياس السعادة لطلاب الجامعة (رشا محمد علي مبروك،

٢٠٠٩)، مقياس السعادة الحقيقية (مارتن سليجمان، كريستوفر بترسون)، قائمة اكسفورد للسعادة تعريب (عبد الخالق، ٢٠٠١).

كما قامت الباحثة بعمل مقابلات مفتوحة مع امهات الاطفال المصابين بمرض السرطان للتعرف على أهم الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطفل والتي تحد من شعوره بالسعادة. وفي ضوء ما سبق حددت الباحثة بعض الابعاد التي تتدرج تحتها العديد من مظاهر السعادة على النحو التالي:

البعد الأول: العلاقات الايجابية مع الاخرين:

ويقصد بها قدرة الطفل علي التفاعل مع الاخرين بطريقة ايجابية يسودها الحب، التقدير، الدفء، الامان مع الاخرين، الرضا، والثقة وتقبل نقد الاخرين بصدق ورحب ومبادرته في التعرف علي الاخرين ومصافحة زملائه.

البعد الثاني: سمات الشخصية التفاضلية:

ويقصد بها قدرة الطفل على التفاؤل والابتنام والمثابرة وبناء المناعة وتحمل الضغوط النفسية والمرون وممارسة الانشطة الاجتماعية

البعد الثالث: الصحة الجسمية والنفسية:

ويقصد بها قدرة الطفل على الحفاظ علي صحته من خلال تناول الاطعمه الصحية والحفاظ علي ممارسة التمرينات الرياضية البسيطة والمحافظة علي نظافته الشخصية والبعد عن المواقف المحبطة والضغوط النفسية والتوتر.

البعد الرابع: تقدير الذات:

ويقصد بها نظرة الطفل الي نفسه وقدراته سواء نظره احترام او عدم القيمة وتناثر بالنقد سواء السلبي او الايجابي من الاقران والمعلمين والاهل او اي من المحيطين به

صياغة الصورة المبدئية للبطاقة

تطبيق بطاقة الملاحظة علي عينة الدراسة الاستطلاعية التي تكونت من:

(٢٠) طفل يتوافر فيهم نفس شروط العينة الاساسية. تحديد مدى صلاحية البطاقة موضوع الدراسة (وضوح التعليمات- وضوح العبارات) التحقق من الكفاءة السيكومترية للبطاقة

قياس الكفاءة السيكومترية لبطاقة الملاحظة (التحقق من ثبات وصدق البطاقة):

حساب الصدق والثبات:

معاملات الصدق:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض البطاقة على مجموعة من المتخصصين فى مجال علم النفس والتربية الخاصة والصحة النفسية (٧) محكمين واخذ آرائهم حول مدى مناسبتها للاطفال مرضي السرطان من حيث: مدى صلاحية الفقرات ووضوح عبارات البطاقة وسلامتها من الناحية اللغوية خلو الفقرات من الألفاظ غير المألوفة والتي تحمل أكثر من معنى.

- مناسبة الفقرات لطفل الروضة المريض بمرض السرطان.
- ارتباط العبارات بالأبعاد محور الدراسة.

وقد أسفر رأى السادة المحكمين على الآتى:

- الموافقة على أبعاد المقياس.
- من خلال اراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض عبارات المقياس لزيادة وضوحها.
- تم حذف (١٠) عبارات لم تحصل علي نسبة الاتفاق ٨٠% فأكثر بين المحكمين.
- تم حذف المفردات التي لم تحصل على نسبة ٨٠% فأكثر.
- تم عمل جميع التعديلات لتصل البطاقة الي صورتها النهائية.
- من خلال اراء المحكمين نجد ان النسبة المئوية لإتفاق المحكمين انحصرت بين (١٠٠% - ٨٨%) وهى نسبة عالية تدل على صدق البطاقة.

معاملات الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة اعادة الاختبار علي عينة قوامها (٢٠) طفل بفاصل زمني قدره شهر.

وكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول (٤)

معاملات الثبات لبطاقة ملاحظة السعادة

بطريقة اعادة الاختبار

معاملات الثبات	ابعاد بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة
٠.٨٩	بعد العلاقات الايجابية مع الاخرين
٠.٨٨	بعد سمات الشخصية التفانلية
.٨٧	بعد الصحة الجسمية والنفسية
٠.٨٩	بعد تقدير الذات
٠.٩٠	الدرجة الكلية للسعادة

دالة عند مستوي (٠.٠١).

يتضح من الجدول السابق ان قيم معاملات ثبات البطاقة مرتفعة مما يدل علي ثبات البطاقة.

ثبات المفردات:

تم حساب معاملات ثبات مفردات البطاقة باستخدام برنامج الإحصاء SPSS (20) وذلك بطريقة معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha لمفردات البطاقة لدى العينة المكونة من (ن = ٢٠) طفلاً وطفلة، وفي كل مرة يتم حذف درجة إحدى المفردات من الدرجة الكلية للبطاقة.

وأسفرت تلك الخطوات عن وجود عدد من المفردات غير الثابتة في البطاقة، ولذا تم حذف هذه المفردات.

جدول (٥)

معاملات ثبات مفردات بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة
لدى العينة الاستطلاعية
(ن = ٢٠)

معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة
٠.٨٥٢		٠.٨٥١		٠.٨٥٢		٠.٨٤٩	
٠.٨٥٠		٠.٨٤٧		٠.٨٥١		٠.٨٥٠	
٠.٨٤٧		٠.٨٥٢		٠.٨٤٨		٠.٨٤٧	
٠.٨٥٢		٠.٨٥٠		٠.٨٥١		٠.٨٥٠	
٠.٨٥٠		٠.٨٥٢		٠.٨٥٣		٠.٨٤٨	
٠.٨٥١		٠.٨٥٠		٠.٨٤٧		٠.٨٥٠	
٠.٨٤٨		٠.٨٤٧		٠.٨٥٠		٠.٨٤٨	
٠.٨٥٠		٠.٨٥٠		٠.٨٥٠		٠.٨٤٩	
٠.٨٥٢		٠.٨٥١		٠.٨٤٨		٠.٨٥٢	
٠.٨٤٧		٠.٧٤٧		٠.٨٤٦		٠.٨٤٧	

معامل ألفا للمقياس بدون حذف أي مفردة = ٠.٨٥٥

يتضح من الجدول السابق رقم (٦) أن:

معاملات ألفا لكل مفردة أقل من معامل ألفا العام للمقياس عند حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، أي أن جميع المفردات ثابتة، حيث إن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للمقياس، حيث تراوحت قيم ثبات مفردات المقياس من (٠.٨٤٦) إلى (٠.٨٥٢).

الثبات الكلي للمقياس:

تم حساب ثبات الأبعاد والمقياس ككل بطريقة معامل ألفا كرونباخ لدى العينة الكلية (ن = ٢٠) طفاً وطفلة، وتتضح نتائج هذا التحليل من الجدول التالي:

جدول (٦)

معامل ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد وبطاقة الملاحظة ككل

معامل الثبات (الفا)	أبعاد المقياس
٠.٨٠٩	بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين
٠.٨١٣	بعد سمات الشخصية التفانلية
٠.٨١٦	بعد الصحة الجسمية والنفسية
٠.٨١٥	بعد تقدير الذات
٠.٨٥٦	الدرجة الكلية للسعادة

يتضح من الجدول (٦) ان قيم معاملات الثبات مرتفعة، مما يدل علي ثبات بطاقة الملاحظة. كما تم حساب معامل الثبات الكلي بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلتَي سبيرمان/ براون، وجتمان بعد حذف المفردات غير الثابتة، وتنتضح نتائج هذا التحليل من الجدول التالي رقم (٧).

جدول (٧)

ثبات بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة بطريقة التجزئة النصفية

عدد أفراد العينة = ٢٠	عدد المفردات = ٤٠
معامل الارتباط بين الجزأين = ٠.٩٦٦	معادلة الثبات بطريقة سبيرمان/ براون (في حالة تساوي الطول) = ٠.٩٨٢
معامل ثبات التجزئة النصفية بطريقة جتمان = ٠.٩٨٢	معامل الثبات بطريقة سبيرمان/ براون (في حالة عدم تساوي الطول) = ٠.٩٨٢
مفردة في الجزء الثاني	مفردة في الجزء الأول
معامل ألفا في الجزء الثاني = ٠.٩٣٨	معامل ألفا في الجزء الأول = ٠.٩٤٤

ويتضح من جدول (٧) ان قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل علي ثبات بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة.

بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي للطفل: (اعداد الباحثة)

(ملحق ٣):

هدف بطاقة الملاحظة:

هدف بطاقة ملاحظة الكشف عن المؤشرات الدالة علي التوافق النفسي والاجتماعي لدي الاطفال المصابين بمرض السرطان قبل تطبيق البرنامج الترفيهي ويعد التطبيق.

أهمية بطاقة الملاحظة:

تعتبر أداة فعالة لقياس التوافق النفسي والاجتماعي للأطفال مرضي السرطان.

وصف بطاقة الملاحظة:

قامت الباحثة بتصميم بطاقة ملاحظة مكونة من (٤٤) عبارة تتوزع على اربع ابعاد كل بعد يتكون من (١١) عبارات وقد روعي في تصميمها مناسبتها لاهداف الدراسة.

خطوات بناء البطاقة:

قامت الباحثة باعداد صورة اولية لبطاقة ملاحظة السلوك الدال علي التوافق النفسي والاجتماعي للأطفال مرضي السرطان من خلال الاطلاع علي المقاييس المتعلقة بموضوع الدراسة في الادبيات والدراسات السابقة، ومنها على سبيل المثال لا الحصر: دراسة نور الهدي (٢٠١٣) ودراسة سعادي (٢٠٠٩)، دراسة جماح (٢٠١٧)، ودراسة فؤاد (٢٠١٦)، دراسة كريمه.نعيمه (٢٠١٥)، دراسة الحجار (٢٠٠٣). وفي ضوء ما سبق حددت الباحثة بعض ابعاد سلوك التوافق النفسي والاجتماعي على النحو التالي:

البعد الأول: التوافق الجسدي:

ويقصد بها تمتع الطفل بصحة جيدة خالية من الامراض الجسمية والعقلية والانفعالية من خلال تقبله للمظهر الخارجي والرضا عن حياته.

البعد الثاني: التوافق النفسي:

ويقصد به تمتع الطفل بالصحة النفسية والتي تتمثل في تقبله لذاته والاحساس بقيمته وخلوه من الامراض النفسية والاضطرابات العصبية.

البعد الثالث: التوافق الاسري:

ومعناه مدي تمتع الطفل بعلاقات سوية ومشبعه مع الاسرة ومدي قدرة الاسرة علي توفير الامكانيات الضرورية للطفل.

البعد الرابع: التوافق الاجتماعي:

ويضمن السعادة مع الآخرين والتزام الطفل باخلاقيات المجتمع والتزامه بالمعايير الاجتماعية وقواعد المجتمع.

تطبيق بطاقة الملاحظة علي عينة الدراسة الاستطلاعية التي تكونت من (٢٠) طفل يتوافر فيهم نفس شروط العينة الاساسية.

وفيما يلي عرض الخطوات التي قامت بها الباحثة في إعداد بطاقة الملاحظة.

طريقة الاستجابة وحساب الدرجات علي البطاقة:

قامت الباحثة بتحديد طريقة الاستجابة علي البطاقة باختيار واحد من ثلاث

- اختيارات (دائمًا، احيانًا، ابدًا) وتأخذ الدرجات (٣ - ٢ - ١) علي الترتيب.
- قياس الكفاءة السيكومترية لبطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي.
- التحقق من ثبات وصدق البطاقة.
- حساب معاملات الصدق.

صدق المحكمين:

حرصت الباحثة على أن تشمل البطاقة في صورتها الأولية علي (٤٧) عبارة مرتبطة بالسلوكيات التي تدل على التوافق النفسي للطفل لدى الأطفال مرضي السرطان في المواقف المختلفة التي تمر بهم تمثل بنود البطاقة وتجب عليها الام من خلال ملاحظتها للطفل في مواقف الحياة المختلفة حيث قامت الباحثة بعرضها على مجموعة من المحكمين وعددهم (٧) من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية والعلوم السلوكية للتأكد من صلاحيتها واخذ آرائهم حول مدى مناسبتها وصلاحيتها لقياس التوافق النفسي والاجتماعي للطفل مريض السرطان ومدى وضوح الصياغة اللغوية وخلو المفردات من الألفاظ غير المألوفة والتي تحمل أكثر من معنومناسبة العبارات لطفل ما قبل المدرسة المصاب بمرض السرطان وقد أسفر رأى السادة المحكمين على الآتي:

الموافقة على أبعاد المقياس:

تم حذف العبارات التي لم تحصل علي نسبة ٨٠% فاكثر وتم إعادة صياغة بعض العبارات لزيادة وضوحها.

وقد أشارت نتائج التحكيم إلى أن نسبة الإتفاق بين الأساتذة المحكمين قد تراوحت بين (١٠٠% - ٨٥.٧%).

وقد وصلت الي (٤٤) عبارته بعد التحكيم، وتنقسم البطاقة إلى أربع أبعاد هي (التوافق الجسدي- التوافق النفسي- التوافق الاسري- التوافق الاجتماعي).

ثم قامت الباحثة بتطبيق بطاقة الملاحظة على عينة استطلاعية من الاطفال قوامها (٢٠) طفل من الاطفال المرضى بمرض السرطان من غيرعينة الدراسة وذلك بهدف حساب ثبات وصدق للبطاقة.

صدق المحك الخارجي:

قامت الباحثة بايجاد معاملات الصدق التوافق النفسي والاجتماعي علي عينة من الاطفال مرضي السرطان قوامها (٢٠) طفل. واستخدمت الباحثة معاملات الصدق بطريقة المحك الخارجي بايجاد معاملات الارتباط بين بطاقة الملاحظة بالدراسة الحالية وقائمة ملاحظة سلوك الطفل (كامل، ٢٠٠٥) وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٨)

معاملات الصدق باستخدام المحك الخارجي

معاملات الثبات	ابعاد بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي
٠.٨٩	البعد الأول: التوافق الجسدي
٠.٨٨	البعد الثاني: التوافق النفسي
٠.٨٥	البعد الثالث: التوافق الاسري
٠.٨٣	البعد الرابع: التوافق الاجتماعي
٠.٨٩	التوافق النفسي والاجتماعي كله

دالة عند مستوي (٠.٠١).

يتضح من الجدول السابق ان قيم معاملات ثبات البطاقة مرتفعة مما يدل علي ثبات البطاقة.

معاملات الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة اعادة الاختبار علي عينة قوامها (٢٠) طفل بفواصل زمني قدره شهر وكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول (٩)**معاملات الثبات لبطاقة ملاحظة السعادة بطريقة اعادة الاختبار**

معاملات الثبات	ابعاد بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي
٠.٨٧	البعد الأول: التوافق الجسدي
٠.٨٦	البعد الثاني: التوافق النفسي
٠.٨٥	البعد الثالث: التوافق الاسري
٠.٨٤	البعد الرابع: التوافق الاجتماعي
٠.٨٨	المجموع الكلي

دالة عند مستوي (٠.٠١).

يتضح من الجدول السابق ان قيم معاملات ثبات البطاقة مرتفعة مما يدل علي ثبات البطاقة.

برنامج الانشطة الترفيهية:

قامت الباحثة باعداد برنامج للانشطة الترفيهية تحتوي علي مجموعة من الانشطة وعددها ٢٥ نشاط تشمل الانشطة (الفنية- الحركية- الموسيقية- مسرح عرائس- قصص- مسابقات).

أولاً: أسس بناء البرنامج:

- ان تلائم الانشطة خصائص وحاجات الطفل عينة الدراسة.
- ان يقوم البرنامج علي النشاط الذاتي للطفل.
- ان تستخدم الباحثة أسلوب التعزيز الإيجابي مع الأطفال.
- أن يتميز النشاط بالسهولة والتدرج من السهولة للصعوبة.
- ان يحتوي البرنامج علي أنشطة ممتعة للطفل تتميز بالاثارة والتشويق.
- مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال.
- التنوع في الفنيات المستخدمة مع الأطفال.

- اتباع قواعد الامن والسلامة فى الأنشطة المقدمة للأطفال.

مصادر إعداد البرنامج:

قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع والدراسات العربية والاجنبية والتراث والادبيات النظرية المتعلقة بمتغيرات الدراسة

ثانيا: التخطيط العام للبرنامج:

- قامت الباحثة بتحديد.
- الأهداف العامة للدراسة.
- الاهداف الإجرائية.
- المدة الزمنية التى يستغرقها البرنامج ومدة كل نشاط.
- عينة الدراسة.
- الخطوات الإجرائية.
- الوسائل والخامات.
- وسائل التقويم.

١) الأهداف العامة للبرنامج:

- التعرف على تاثير الأنشطة الترفيهية فى تنمية الشعور بالسعادة لدى الطفل من خلال (تنمية علاقاته بالآخرين - اكتساب سمات الشخصية التفاوضية - الصحة النفسية والجسمية - تقديره لذاته).
- لتحقيق هذه الاهداف تم وضع الاهداف الاجرائية بكل جلسة ومنها على سبيل المثال.

الاهداف الاجرائية (ملحق ٤):

- أن يشارك الطفل زملائه فى اداء النشاط.
- أن يستمتع الطفل باداء النشاط.
- أن يتعاون الطفل مع زملائه فى اداء حركات الرقص على الاغنية.
- أن يتقبل الطفل الغناء مع الآخرين.

- أن يشارك الطفل زملائه في التشكيل بالعجينة.
- أن يحترم الطفل زملائه أثناء النشاط.
- أن يتبادل الطفل مع زملائه ادوات النشاط.
- أن يهتم الطفل بأداء النشاط.
- أن يساعد الطفل زملائه في أداء النشاط.
- أن يقلد الطفل الباحثة في أداء النشاط.
- أن يستمتع الطفل بمسرح العرائس مع زملائه.
- أن يمثل الطفل قصة الثعلب المكار.
- أن يبادر الطفل المشاركة في أداء النشاط.

ثالثاً: وصف البرنامج.

نموذج لوصف أنشطة البرنامج:

جدول (١٠)

وصف البرنامج

الاسبوع	النشاط	الهدف العام	الهدف من النشاط	اسم النشاط	مدة النشاط	الفنيات المستخدمة
الأسبوع الأول	اللقاء الأول	التعارف	١- التعارف بين الباحثة والام والطفل. ٢- اقامة علاقة طيبة يسودها الحب بين الباحثة والام والطفل. ٣- تعريف الام بالبرنامج واهميته واثره علي الطفل والخطوات اللازمة لتنفيذه وأهمية مشاركتهن فيه	لقاء تعارف	٤٥ - ٦٠ دقيقة	المناقشة والحوار
	اللقاء الثاني		٢- اقامة علاقة بين الباحثة والأطفال قبل تنفيذ البرنامج يسودها الحب والثقة. ٣- مساعدة الاطفال علي تقبل المشاركة مع الباحثة	لقاء تمهيدي	٤٥ - ٦٠ دقيقة	المناقشة والتعزيز

تابع: وصف البرنامج

الاسبوع	النشاط	الهدف من النشاط	اسم النشاط	مدة النشاط	القنيات المستخدمة
الأسبوع الثاني	اليوم الاول النشاط الأول	أن يشارك الطفل زملائه في اداء النشاط ٢- أن يستمتع الطفل باداء النشاط	نشاط موسيقي (اغنية كاك كاك)	٤٥ دقيقة	النمذجة والتعزيز
	اليوم الثاني لنشاط الثاني	١. أن يتعاون الطفل مع زملائه في اداء حركات الرقص علي الاغنية. ٢- أن يتقبل الطفل الغناء مع الآخرين	نشاط موسيقي (في البحر سمكه)	٤٥ دقيقة	المناقشة والتعزيز
	اليوم الثالث لنشاط الثالث	أن يشارك الطفل زملائه في التشكيل بالعجينة. ان يحترم الطفل زملائه اثناء النشاط. ان يتبادل الطفل مع زملائه ادوات النشاط	نشاط؟ (فني) تشكيل بالعجينة	٤٥ دقيقة	المناقشة والتعزيز
	اليوم الرابع النشاط الرابع	١. أن يهتم الطفل باداء النشاط ٢- أن يساعد الطفل زملائه في اداء النشاط	نشاط حركي (نقل الفواكه والخضروات)	٤٥ دقيقة	المناقشة والتعزيز
	اليوم الخامس	١. - أن يقلد الطفل الباحثة في اداء النشاط ٢- أن يستمتع الطفل بمسرح العرائس مع زملائه	نشاط مسرح عرائس	٤٥ دقيقة	المناقشة والتعزيز
	اليوم السادس	أن يمثل الطفل قصة الثعلب المكار. ٢- أن يبادر الطفل المشاركة في اداء النشاط.	نشاط قصصي (قصة الثعلب المكار)	٤٥ دقيقة	المناقشة ولعب الأدوار

الطريقة المستخدمة:

استخدمت الباحثة في تنفيذ الأنشطة مع الاطفال طريقة التعلم الجماعي حتي تساعد علي ترسيخ قيمة التعاون والمشاركة الإيجابية وإحترام الآخرين لدي الاطفال وتدريبهم على التفاعل الإجتماعى السليم مع المحيطين.

مكان تنفيذ البرنامج:

تم تنفيذ البرنامج بمستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٧٥.

المدة الزمنية للبرنامج:

تم تنفيذ البرنامج لمدة شهرين ونصف بواقع ثلاث أنشطة فى الأسبوع مدة كل نشاط (من ٣٠ - ٤٥) دقيقة فى الفترة من ٢٠١٧/٧/١٦ الي ٢٠١٧/١٠/١. بحيث يكون الاسبوع الاول للتعارف بين الباحثة والاطفال وتطبيق ادوات القياس قبليا والاسبوع الاخير لتويع الاطفال والانتهاء من تطبيق ادوات القياس بعديا.

محاور الأنشطة:

- هدف النشاط
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة.
- الأدوات والخامات المستخدمة فى الأنشطة
- سير النشاط
- اساليب التقويم
- الأدوات المعينة والخامات المستخدمة:
- الوان- ورق فوم- فص ولزق- ورق ملون- ترتير- اطباق فوم خرز - خيط- مواد لاصقة وغيرها- بولينج- اطواق- صيد سمك.

الفنيات المستخدمة

- المناقشة والحوار واللعب الجماعي- النمذجة- التعزيز- الواجب المنزلي.

أساليب التقويم:

- **التقويم المبدئي:** تم تطبيق ادوات القياس قبل بداية تطبيق البرنامج في ١٦/٧/٢٠١٧.
- **التقويم المرحلي (البنائي):** تم التقويم البنائي اثناء تنفيذ الانشطة للتعرف علي مستوي الاطفال وعلاج نواحي القصور لديهم.
- **التقويم النهائي:** تم تطبيق ادوات الدراسة بعد تطبيق البرنامج للتعرف علي مستوي الاطفال بعد تطبيق البرنامج في ٣٠/٩/٢٠١٧.

الصورة المبدئية للبرنامج:

تم اعداد الصورة المبدئية للبرنامج والتي تحتوي علي (٢٥) نشاط.

الدراسة الإستطلاعية للبرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق الصورة المبدئية للبرنامج علي مجموعة من الاطفال المترددين علي مستشفى سرطان الاطفال ٥٧٣٥٧ من غير عينة الدراسة للتأكد من سهولة الانشطة ووضوحها ومناسبتها لافراد العينة وتحديد المدة الزمنية المناسبة لكل نشاط قبل تطبيق البرنامج.

اهداف الدراسة الاستطلاعية:

- مدي مناسبة الانشطة للطفل.
- تحديد المدة الزمنية لكل نشاط.
- تحديد المعززات المناسبة لكل طفل.
- التعرف علي العقبات التي تواجه الباحثة اثناء ممارسة النشاط.

إجراءات الدراسة:

- عمل حصر بالاطفال المترددة علي مستشفى ٥٧٣٥٧ واختيار الاطفال التي التي تتحصر في المرحلة العمرية من ٥ الي ٧ سنوات.
- تحديد الاطفال التي تنطبق عليها الشروط الوارده بالدراسة.
- اعداد ادوات الدراسة والتأكد من الكفاءة السيكمترية لها للتأكد من صلاحيتها.

- تم تطبيق ادوات القياس قبل تنفيذ البرنامج علي اطفال عينة الدراسة وذلك في (٢٠١٧/٧/١٦) وتم رصد الدرجات الخام.
- قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح في الفترة من (٢٠١٧/٧/١٨) إلى (٢٠١٧/٩/٢٨)، لمدة شهرين ونصف تقريباً، بواقع ٣ أيام في الأسبوع، بواقع نشاط يومياً، مدة النشاط من (٣٠ - ٤٥) دقيقة حسب مستوي الطفل.
- قامت الباحثة بتطبيق ادوات القياس بعد تطبيق البرنامج علي الاطفال عينة البحث في (٢٠١٧/٩/٣٠).
- تم قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة وذلك بعد القياس البعدي بحوالي شهر في (٢٠١٧/١٠/٣١).
- اجراء المعالجات الاحصائية.
- تفسير النتائج ومناقشتها.
- تقديم الترضيات والبحوث المقترحة.

خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار كا ٢.
- اختبار الفا كرونباخ.
- اختبار ويلكوكسون Wilcoxon اللابارامتري للأزواج المرتبطة غير المستقلة ذات الإشارة للرتب.
- عرض نتائج الدراسة وتفسيرها.

نتائج الفرض الاول:

" توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي للأطفال عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج.".

ولاختبار صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجات الاطفال علي بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة وبطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي للأطفال، كما قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط درجات الاطفال

علي بطاقة ملاحظة الشعور بالسعادة والابعاد الفرعية لبطاقة التوافق النفسي والاجتماعي وجاءت نتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين رتب درجات افراد العينة علي بطاقة ملاحظة السعادة وبطاقة

ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي

الدرجة علي بطاقة ملاحظة السعادة	
**٠.٧٨٩	التوافق الجسدي
**٠.٨٢٨	التوافق النفسي
**٠.٨١٢	التوافق الاسري
**٠.٨٠٥	التوافق الاجتماعي
**٠.٨٣٠	الدرجة الكلية

دال عند مستوي ٠.٠١

تفسير نتائج الفرض الأول:

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوي ٠.٠١ بين كل من رتب درجات افراد العينة علي بطاقة ملاحظة السعادة ورتب درجاتهم علي بطاقة ملاحظة التوافق النفسي والاجتماعي وبهذا تتحقق الفرضية الاولي للدراسة حيث كان التوافق النفسي اكثر الابعاد ارتباطا مع السعادة لدي عينة الدراسة وكان اقلهم ارتباطا كان التوافق الجسدي، حيث تعد هذه النتيجة منطقية حيث يؤثر الشعور بالسعادة علي الحالة النفسية قبل الجسدية

كما هدفت دراسة وهبة (٢٠١٥) التعرف علي دور الانشطة الفنية في تخفيف حدة بعض السلوكيات اللاتوافقية لدي الاطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم. كما هدفت دراسة دويدار (٢٠١٧) التعرف علي فاعلية برنامج قائم علي الانشطة الفنية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي للاطفال كما استخدمت دراسة القيق (٢٠١٣) الانشطة الفنية لخفض السلوك العدوانية لدي الاطفال المعاقين لمساعدتهم علي التوافق كما اكدت دراسة ربيع (٢٠١٢) علي اهمية الانشطة الفنية في التخفيف من قلق الانفصال عن الاسرة ووضحت دراسة حشمان (٢٠٠٨) دور اللعب التربوي وانعكاسه علي التوافق النفسي الاكتماعي لطفل الروضة كما اظهرت دراسة عيسي (٢٠١٥) العلاقة بين التوافق النفسي ومفهوم الذات كما هدفت دراسة امين (٢٠١٥) التعرف علي فعالية البرنامج التروحي في تحسين التوافق الدراسي للاطفال مرضي السرطان.

نتائج الفرض الثاني:

وينص الفرض الثاني علي " توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي بطاقة ملاحظة السعادة وابعادها الفرعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون لايجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات الاطفال المصابين بمرض السرطان علي مقياس السعادة وابعاده قبل وبعد تطبيق البرنامج. كما يتضح من الجدول التالي

جدول (١٢)

متوسط ومجموع الرتب السالبة والموجبة وقيمة Z بين القياسين القبلي والبعدي

علي مقياس السعادة وابعاده بطريقة ويلكوكسون

المتغيرات	القياس (البعدي - القبلي)	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة
العلاقات الاجتماعية مع الاخرين	الرتب السالبة				-٢.٨٦٩	٠.٠٠٤	لصالح التطبيق البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠			
	الرتب المحايدة						
	المجموع	١٠					
الشخصية التفاؤلية	الرتب السالبة				-٢.٨٧١	٠.٠٠٤	لصالح التطبيق البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠			
	الرتب المحايدة						
	المجموع	١٠					
الصحة النفسية والجسمية	الرتب السالبة				-٢.٩٧٠	٠.٠٠٣	لصالح التطبيق البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠			
	الرتب المحايدة						
	المجموع	١٠					
تقدير الذات	الرتب السالبة				-٢.٨١٦	٠.٠٠٥	لصالح التطبيق البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠			
	الرتب المحايدة						
	المجموع	١٠					
السعادة ككل	الرتب السالبة				-٢.٨٠٥	٠.٠٠٥	لصالح التطبيق البعدي
	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠			
	الرتب المحايدة						
	المجموع	١٠					

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٠٠٤) بين متوسط رتب درجات الأطفال مرضي السرطان أفراد عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج في (بُعد العلاقات الايجابية مع الآخرين) كما بلغت قيم Z بين التطبيقين القبلي والبعدي (- ٢.٨٦٩).

وبعد تطبيق البرنامج في (بُعد العلاقات الايجابية مع الآخرين) كما بلغت قيم Z بين التطبيقين القبلي والبعدي (- ٢.٨٦٩).

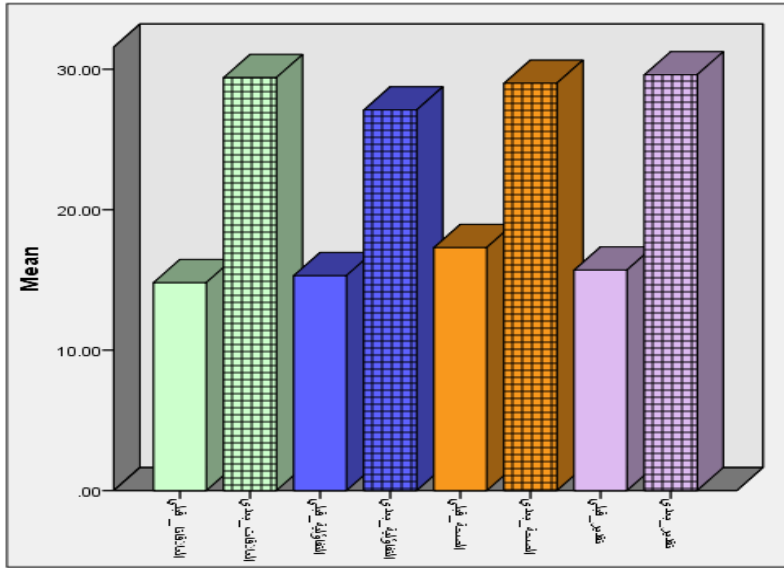
وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٠٠٤) بين متوسط رتب درجات الأطفال مرضي السرطان أفراد عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج في (بُعد سمات الشخصية التفاؤلية) كما بلغت قيم Z بين التطبيقين القبلي والبعدي (- ٢.٨٧١).

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٠٠٣) بين متوسط رتب درجات الأطفال مرضي السرطان أفراد عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج في (بُعد الصحة النفسية والاجتماعية) كما بلغت قيم Z بين التطبيقين القبلي والبعدي (- ٢.٩٧٠).

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٠٠٥) بين متوسط رتب درجات الأطفال مرضي السرطان أفراد عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج في (بُعد تقدير الذات) كما بلغت قيم Z بين التطبيقين القبلي والبعدي (- ٢.٩٧٠).

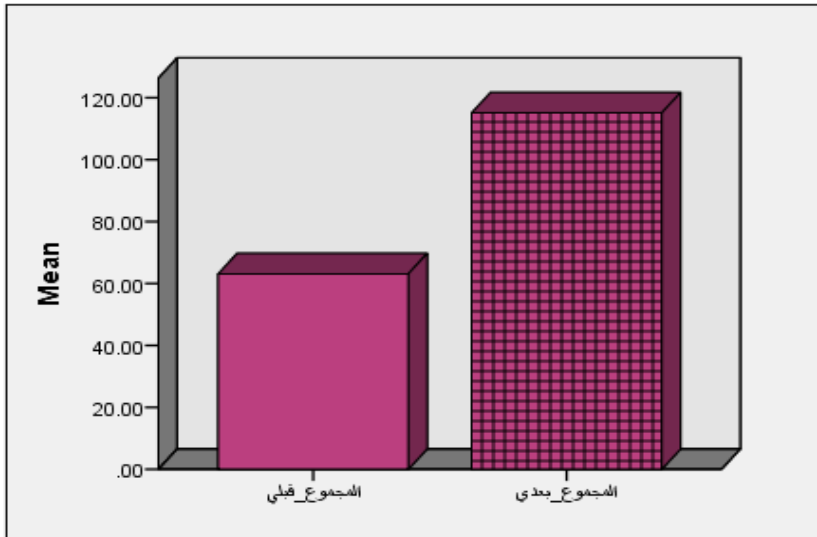
يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠٠٠٥) بين متوسط رتب درجات الأطفال أفراد عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج علي بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة ككل لصالح التطبيق البعدي، مما يدل علي تحقق الفرض الثاني للدراسة.

ويوضح شكل (١) التمثيل البياني للفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس.



شكل (١)

التمثيل البياني للفروق بين القياسين القبلي والبعدي
لبطاقة ملاحظة السعادة



شكل (٢)

التمثيل البياني للفروق بين القياسين القبلي والبعدي
لبطاقة ملاحظة السعادة ككل

كما قامت الباحثة بإيجاد نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي على بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة كما يتضح في جدول (١٣).

جدول (١٣)

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي
على بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة

المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن
العلاقات الايجابية مع الاخرين	١٤.٨	٢٩.٨	٥٠.٣٣
سمات الشخصية التفاضلية	١٥.٣	٢٧.١	٤٣.٥٤
الصحة النفسية والجسمية	١٧.٣	٢٩	٤٠.٣٤
تقدير الذات	١٥.٧	٢٩.٦	٤٦.٩٥
الدرجة الكلية	٦٣.١	١١٥.١	٤٥.١٧

تفسير الفرض الثاني:

من النتائج السابقة بالجدول (١٢) يتضح ان الانشطة الترفيهية لها دور كبير في تنمية مظاهر السعادة لدي الطفل عامه والاطفال المصابين بالامراض بصفة خاصة، حيث تؤدي الانشطة الترفيهية الي تحقيق التوازن الانفعالي للطفل بالاضافة الي تنشيط علاقاته الاجتماعية كما تساعد علي تخفيف الضغوط اليومية حيث تعمل علي الربط بين سلامه العقل والصحة البدنية وليس فقط بغرض المتعة والتسلية حيث يضيف الترفيه البهجة علي حياة الطفل ليستطيع مواصلة مهامه اليومية بكفاءة.

كما تعد الالعاب الترفيهية من وسائل تفريغ الشحنات السالبة والضغوط النفسية التي يتعرض لها الاطفال المصابين بمرض السرطان اثناء فترة تلقي العلاج حيث يتعرض الطفل للهموم والالام التي تؤثر علي صحته النفسية والجسدية والتي تتسبب في تدني مستوي التوافق النفسي للطفل والتاثير علي العلاقات المختلفة مع

الآخرين، حيث يساعد الترفيه علي اكساب الطفل الطاقة الايجابية التي تبعده عن كل ما يكرر صفو حياته بالاضافة الي زيادة مهاراته وقدراته وتمتية مواهبه.

كما تساعد الانشطة الترفيهية علي تعزيز القدرات العقلية للطفل بالاضافة الي تحسين النواقل العصبية وتنشيط هرمون السعادة للجسم مما يقلل الشعور بالقلق والاكتئاب وتحسين وظائف المخ وتعزيز قدرة الطفل علي التحمل كما تساعد علي بناء الجوانب الايجابية في النفس البشرية من خلال التواصل مع الآخرين لقضاء اوقات ممتعه تساعد علي رفع الروح المعنوية ليقبل الطفل علي الحياة بحب وتفؤل. فاستخدام الباحثة للعديد من الانشطة الترفيهية الممتعه والمحبية للطفل كالانشطة الموسيقية والفنية والحركية ومسرح العرائس والمسابقات والانشطة القصصية بالاضافة الي استخدامها للعديد من الفنيات مثل اللعب الجماعي والنمذجة والتعزيز ساعد الاطفال علي تحقيق اهداف الدراسة الحالية.

حيث تعد الانشطة الحركية من العناصر المعززة لصحة الطفل كما انها توفر فرصة ثمينة للطفل للتعبير عن نفسه واكتشاف قدراته حيث اكدت دراسة سراج (٢٠٠٤) ان برامج الترويح الرياضي لها دور هام في الاقلال والحد من التوتر العصبي والاكتئاب النفسي.

كما اكدت دراسة م عبد الوهاب (٢٠١٤) علي تاثير برنامج ترويجي علي مستوي الضغوط النفسية التي تواجه الطالبات خاصة الضغوط المتعلقة بالجوانب الثقافية والاجتماعية والصحية والاقتصادية والبيئية.

كما ان ممارسة الطفل للنشاط الرياضي ينعكس عل دمجة في البيئة الاجتماعية المحيطة من خلال اتباعه للقواعد والنظم المتعلقة بالنشاط والتي تساعد الطفل علي ضبط علاقاته مع الجماعة التي ينتمي اليها وفقا لمعايير التطبيق الاجتماعي ليصبح جزء فعال في هذا المجتمع.

حيث ترتبط كفاءة الجهاز المناعي للفرد بالحالة النفسية في المقام الاول حيث تلعب الحالة النفسية في معظم الاحوال دورا هاما ومؤثرا في رفع او خفض كفاءة الجهاز المناعي ليستطيع الطفل التغلب علي المرض مما يفوق عمل اي عقار كيميائي في حد ذاته، حيث اتفقت العديد من الدراسات علي ان مرض السرطان من

الاسباب الرئيسية التي تسبب الموت للاطفال حيث يؤثر هذا المرض سلبا علي الحالة النفسية للطفل حيث يترتب عليها العديد من المشكلات النفسية والسلوكية للطفل والتي يجب علينا تفهمها والتعامل معها حيث يجد الطفل في هذه الفترة عدم القدرة علي تقبل ذاته وارتفاع مستوي القلق والاضطراب النفسي لديه وعدم قدرته علي التكيف مع المجتمع المحيط، بالاضافة الي شعورة بالحزن والاسي تجاه ذاته وعجزه عن التواصل مع الاخرين وبناء علاقات اجتماعية معهم.

كما اوضحت دراسة تمار (٢٠١١) تاثير النشاط الرياضي الترويحي علي تقدير الذات للاطفال المعاقين بصريا لمساعدتهم علي الاندماج في المجتمع والتكيف مع الاخرين المحيطين به ودرع الثقة في النفس كما اكدت دراسة علام (٢٠١١) علي فاعلية برنامج الانشطة الترويحية لتخفيف الشعور بالحزن لدي اطفال المدرسة. كما اكدت دراسة عاطف (٢٠١٦) علي تاثير برنامج للالعاب الترويحية علي بعض المتغيرات النفسية والاستجابات المناعية لدي الاطفال المصابين بالسرطان.

حيث يؤثر السرطان علي الجانب النفسي تأثيرا كبيرا حيث يواجه الطفل العديد من الضغوط كخوفه من المرض والموت وانخفاض ثقته بنفسه نتيجة تغير شكل جسمه كما انه يواجه العديد من الاضطرابات داخل الاسرة وخارجها كما انه يواجه الاحباطات كما انه تتناوبه التقلبات العاطفية والشعور بالحزن والاسي حيث يكون الطفل في هذه الفترة في امس الحاجة الي البرامج الترويحية التي تساعد علي خفض الخوف والقلق كما تساعد البرامج الترويحية علي الاسترخاء والتسليه والسرور كما تساعد الرياضة علي زيادة الطاقة وانخفاض التعب لدي اطفال السرطان كما انها تزيد من وظائف القلب والاوعية الدموية والجهاز التنفسي كما تساعد ممارسة الانشطة الرياضية علي انخفاض الشعور بالغثيان والقيء في اثناء ممارسة العلاج الكيميائي وتحسين الشهية لديهم وانخفاض مستوي التوتر والقلق لديهم مما يساعد علي خلق نمط حياة صحي.

كما تساعد الأنشطة الفنية علي تنمية العلاقات الايجابية بين الاخرين من خلال مشاركة الطفل مع اقرانه حيث تحتل الأنشطة الفنية موقعا هاما في البرامج الخاصة بالاطفال خاصة الاطفال المرضى حيث يستمتع الاطفال بالانشطة الفنية، كذلك يستطيع الاطفال من خلال الأنشطة الموسيقية تنمية المهارات الاجتماعية من خلال المشاركة مع اقرانهم في استخدام الخامات وتلوين بعض الصور والرسومات.

كما ان هناك علاقة وثيقة بين ممارسة الاطفال للانشطة الفنية واقامته لعلاقات اجتماعية مع الاخرين يسودها الود والحب بينهم مما يساعدهم علي الشعور بالثقة وتقدير الذات والرضا عن الحياة.

فالشعور بالسعادة مرتبط بقدرة الطفل علي اقامة صداقات جديدة مع الاخرين حيث تساعد الاجواء التي تحيط بالطفل اثناء ممارسة النشاط علي التفاعل الاجتماعي بين الاطفال وبث روح التعاون ومشاركة الافكار ويتم الاندماج الاجتماعي والتعاون المشترك بينهم.

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث علي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي بطاقة ملاحظة السعادة ككل وابعادها في القياس البعدي والتتبعي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تمت مقارنة متوسط رتب درجات عينة الدراسة بعد تطبيق البرنامج، بمتوسط رتب درجات نفس المجموعة بعد شهر من التطبيق البعدي علي بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة المستخدم في الدراسة الحالية.

وتم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon اللابارامتري للكشف عن دلالة الفروق بين التطبيقين البعدي والتتبعي لعينة الدراسة.

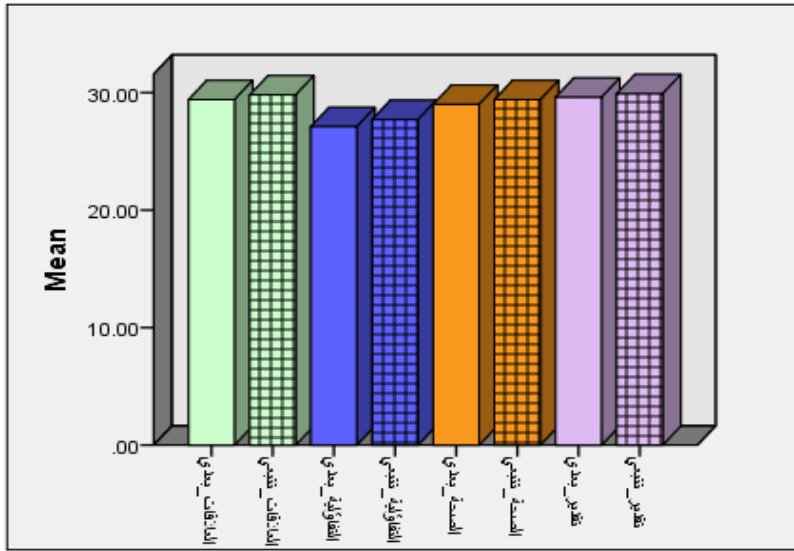
ويوضح الجدول (١٤) ما توصلت إليه النتائج:

جدول (١٤)

متوسط ومجموع الرتب السالبة والموجبة وقيمة Z بين القياسين البعدي والتتبعي
علي بطاقة ملاحظة السعادة وابعادها بطريقة ويلكوكسون

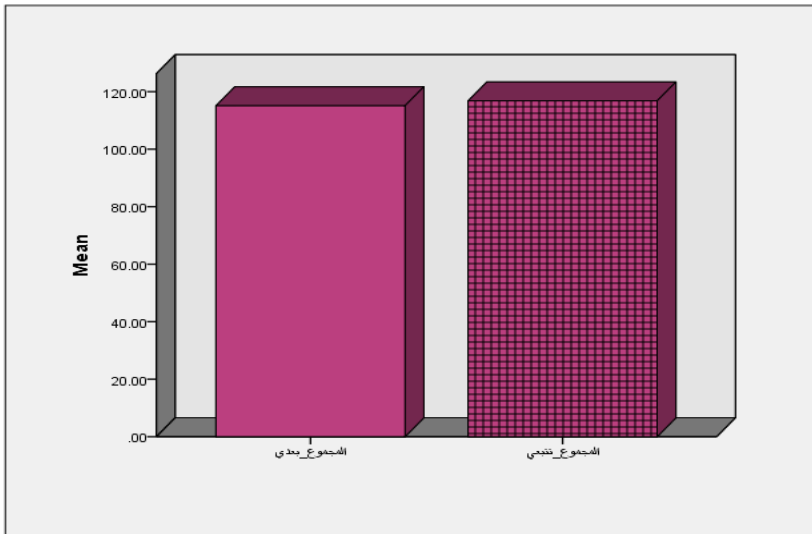
المتغيرات	القياس (البعدي - القبلي)	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدالة
العلاقات الاجتماعية مع الآخرين	الرتب السالبة	٤	٤.٠٠	١٦.٠٠	١.١٩٠ -	٠.٢٣٤ غير دالة
	الرتب الموجبة	٢	٢.٥٠	٥.٠٠		
	الرتب المحايدة	٤	٤			
	المجموع	١٠				
الشخصية التفاؤلية	الرتب السالبة	٤	٤.٥٠	١٨.٠٠	١.٦٢٢ -	٠.١٠٥ غير دالة
	الرتب الموجبة	٢	١.٥٠	٣.٠٠		
	الرتب المحايدة	٤				
	المجموع	١٠				
الصحة النفسية والجسمية	الرتب السالبة	٣	٢.٦٧	٨.٠٠	١.١٣٤ -	٠.٢٥٧ غير دالة
	الرتب الموجبة	١	٢.٠٠	٢.٠٠		
	الرتب المحايدة	٦				
	المجموع	١٠				
تقدير الذات	الرتب السالبة	٣	٤.٣٣	١٣.٠٠	٠.٥٣١ -	٠.٥٩٥ غير دالة
	الرتب الموجبة	٣	٢.٦٧	٨.٠٠		
	الرتب المحايدة	٤				
	المجموع	١٠				
السعادة ككل	الرتب السالبة	٧	٤.٩٣	٣٤.٥٠	-١.٤٢٩	٠.١٥٣ غير دالة
	الرتب الموجبة	٢	٥.٢٥	١٠.٥٠		
	الرتب المحايدة	١				
	المجموع	١٠				

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة احصائيا بين رتب درجات
الاطفال عينة الدراسة علي بطاقة ملاحظة مؤشرات السعادة في التطبيق البعدي
والتتبعي مما يدل علي تحقق الفرض الثالث للدراسة الحالية.



شكل (٣)

يوضح الفرق بين التطبيقين البعدي والتتبعي للابعاد الفرعية علي بطاقة ملاحظة مظاهر السعادة



شكل (٤)

يوضح الفرق بين التطبيقين البعدي والتتبعي بطاقة ملاحظة الشعور بالسعادة ككل

تفسير الفرض الثالث:

- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات رتب الأطفال عينة الدراسة في التطبيق البعدي والتتبعي ويمكن تفسير هذه النتائج وفقاً لما يلي:
- يرجع هذا إلى إستمرار أثر البرنامج على عينة الدراسة في الدرجة الكلية لبطاقة ملاحظة مظاهر السعادة في التطبيق البعدي والتتبعي.
- قد يرجع ذلك لتقارب الأطفال في العمر العقلي مما أدى الي تقارب إستجاباتهم على الرغم من إعادة التطبيق التتبعي بعد شهر من التطبيق البعدي مما يدل على بقاء اثر البرنامج.

خلاصة النتائج:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة والتوافق النفسي والاجتماعي بين أطفال عينة الدراسة قبل وبعد تطبيق البرنامج.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي بطاقة ملاحظة الشعور بالسعادة ككل وابعاده الفرعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات الاطفال عينة الدراسة الحالية علي بطاقة ملاحظة الشعور بالسعادة ككل وابعادها في القياس البعدي والتتبعي.

توصيات ومقترحات الدراسة:

- في ضوء نتائج الدراسة تقدم الباحثة العديد من التوصيات منها:
- الاهتمام بهذه الفئة من الاطفال بصفة خاصة والاطفال المصابين بالامراض المزمنة بصفة عامة.
- تقديم برامج ارشادية للاباء والمعلمين لكيفية التعامل مع الاطفال عينة الدراسة.
- اعداد بعض البرامج التعويضية لتنمية بعض المهارات للاطفال المصابين بالسرطان.

- مساعدة الاطفال المصابين بالامراض المزمنة علي تقبل انفسهم.
- الاهتمام بالنواحي النفسية لمريض السرطان وتقديم كافة الخدمات النفسية لتخفيف اعراض التوتر والضغط النفسي الناتج عن تناول الادرية والتعرض للعلاج الكيميائي والاشعاعي.

البحوث المقترحة

- برنامج لتنمية السعادة للاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- برنامج لتنمية التوافق النفسي والاجتماعي للاطفال المضطربين سلوكيا.

المراجع

- ابراهيم ناصر (٢٠٠٤). التنشئة الاجتماعية. دار عمار. عمان.
- احمد عبد الخالق، سليمة حمودة، فارس زين الدين (٢٠١٧). السعادة وارتباطها بالحياة الطيبة والتدين لدي عينة من طلبة الجامعة في الجزائر، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، ع (٣١). ديسمبر.
- احمد عبد الخالق، صلاح مراد (٢٠٠١). السعادة والشخصية: الارتباطات والمنبئات. مجلة دراسات نفسية، مج (١١)، ع (٣). يوليو. ص ص ٣٣٧ - ٣٤٩.
- آلاء عبد الكريم (٢٠١٧). نمو ما بعد الصدمة ومعنى الحياة وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدي مرضي السرطان في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الاسلامية بغزة.
- آمال جودة (٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدي طلبة جامعة الاقصى. مجلة جامعة النجاح للابحاث "العلوم الانسانية"، مج (٢١)، ع (٣).
- أماني الكحلوت (٢٠١١). دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدي ابناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الاسلامية- غزة.
- أماني عبد الوهاب (٢٠٠٦). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدي عينة من المراهقين من الجنسين. مجلة البحوث النفسية والتربوية. كلية التربية النوعية. جامعة بنها، ع (٢)، ص ص ٢٥٤ - ٣٠٨.

- ايمان عبد الحفيظ (٢٠٠٥). دراسة مقارنة للحاجات النفسية لدي عينة من الاطفال المصابين بمرض السرطان ووالديهم. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة والدراسات النفسية. جامعة عين شمس.
- ايمان لبلب (٢٠١٦). دور بعض الانشطة الفنية المتكاملة في تنمية مفهوم السعادة لدي أطفال ما قبل المدرسة المحرومين من الرعاية الاسرية. رسالة ماجستير. كلية رياض الاطفال. جامعة بورسعيد.
- بساسي نور الهدي (٢٠١٣). التوافق النفسي الاجتماعي لمرضي السرطان. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرياح ورقلة
- بشري ارنوط، فينك فؤاد (٢٠١٢). التسامح والسعادة: دراسة عبر حضارية علي طلبة الجامعة في كل من مصر والعراق. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج (٧٦)، ع (٢٢)، يولية.
- بشير الحجار (٢٠٠٣). التوافق النفسي والاجتماعي لدي مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الاسلامية- غزة.
- بلقاضي فؤاد (٢٠١٦). مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدي الام العازية. (رسالة ماجستير). كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران ٢.
- تحية عبد العال، مصطفى رمضان (٢٠١٣). الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الايجابية. دراسة في علم النفس الايجابي. مجلة كلية التربية ببنها، ع (٩٣)، ج (٢)، يناير.

- جميلة التلوي (٢٠١٥). دراسة مقارنة للتوافق النفسي لدي ابناء النساء المعنفات وغير المعنفات في شمال غزة في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة الازهر - غزة.
- جهاد علاء الدين (٢٠١٢). درجة الاهمية والرضا عن الحاجات لدي مقدمي الرعاية للاطفال المصابين بالسرطان في الاسر الاردنية. المجلة الاردنية في العلوم التربوية، مج (٨)، ع (١)، ص ص ٤٧ - ٨٠.
- جهاد علاء الدين، عبد الرحمن عز الدين (٢٠١١). فاعلية برنامج ارشادي جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدي أمهات الاطفال الاردنيين المصابين بالسرطان. المجلة الاردنية في العلوم التربوية، مج (٧)، ع (٤)، ص ص ٣٧١ - ٣٩٧.
- حسام صالح، صالح عياد، كمال ظاهر (٢٠١٥). التأثيرات المعرفية والاجتماعية والجسمية والنفسية لدى اطفال سرطان الدم وعلاقتها بمتغيرات الجنس والعمر وطول فترة العلاج ومكان الإقامة. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، ع (٤٢)، ص ص ٢٤٦ - ٢٧٤.
- حسينة ستي (٢٠١٣). التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدي تلاميذ سنة الاولى ثانوي. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- حمدي زيدان (٢٠٠٠). مدي فعالية برنامج ارشادي في التخفيف من حدة القلق لدي أسر الاطفال المصابين بالسرطان. رسالة ماجستير. معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس.

- داليا مؤمن (٢٠٠٤). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار العقلانية واحداث الحياة السارة والضاغطة. المؤتمر السنوي الحادي عشر للارشاد النفسي بجامعة عين شمس. من ٢٥ - ٢٧ ديسمبر. مج (١). ص ص ٤٢٧ - ٤٦١.
- ذكية السرحي (٢٠١٥). مستوى التوافق الشخصي للطلبة (الحلقة الثانية في التعليم الاساسي) فاقد الامهات في محافظة شمال الباطنة في ضوء المتغيرات. (رسالة ماجستير). كلية العلوم والآداب. جامعة نزوي. سلطنة عمان.
- راشد يوسف (٢٠١٥). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمفهوم الذات وسمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية. رسالة دكتوراة. كلية التربية. الحصاحيصا. جامعة الجزيرة. السودان.
- رانيا أمين (٢٠١٥). فعالية برنامج تروحي لتحسين التوافق الدراسي لدي اطفال مرضي السرطان. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة بني سويف.
- رانيا يوسف (٢٠٠٤). الاعراض النفسية ومستوي الطموح لدي الاطفال المصابين بالسرطان. رسالة ماجستير كلية الاداب.
- رشا عصام الدين (٢٠١٣). نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الامتنان، السعاد، التسامح. رسالة دكتوراة. كلية الاداب. جامعة طنطا.
- رشا مبروك (٢٠٠٩). العلاقة بين ادارة الحياة والسعادة لدي طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية ببورسعيد. ع (٥). يناير.
- رعداء نعيمة (٢٠١٥). مستوى قوة الانا وعلاقته بمستوي التوافق النفسي

الاجتماعي لدي عينة من زوجات الشهداء في محافظة دمشق. جامعة دمشق. مج (٣١). ع (١). ص ص ٣٢٣ - ٣٧٢.

- رفيدة مهدي (٢٠١٦). فاعلية برنامج ارشادي جمعي لخفض الضغوط النفسية لدي امهات الاطفال المصابين بالسرطان. مجلة العلوم التربوية. كلية التربية. جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا. ع (١٧). ٤.

- رفيدة مهدي، علي فرح (٢٠١٦). الضغوط النفسية لدي امهات الاطفال المصابين بالسرطان. مجلة العلوم التربوية. كلية التربية. جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا. ع (١٧). (٣).

- سحر الياس (٢٠١٤). اثر العلاج باللعب في تحسين تقدير الذات وتخفيف اعراض الاكتئاب لدي عينة من الاطفال المشخصين بمرض السرطان. رسالة ماجستير. كلية الاداب. جامعة عمان الاهلية. الاردن.

- سحر علام (٢٠٠٨). معدلات السعادة الحقيقية لدي عينة من طلاب المرحلة الابتدائية والاعدادية والثانوية. مجلة دراسات نفسية، مج (١٨)، ع (٣)، ص ص ٤٣١ - ٤٦٥.

- سمر بلوط (٢٠١١). التعمق في تجربة أمهات اطفال مرضي السرطان في فلسطين ومدى التوافق النفسي لديهن. رسالة ماجستير. كلية الدراسات العليا. جامعة بيرزيت. فلسطين.

- سميرة الجمال (٢٠١٣). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدي طلاب جامعة تبوك. مجلة دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، مج (٢٨)، ع (٧٨). يناير.

- سناء سليمان (٢٠١٠). السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية. عالم الكتب للنشر. القاهرة.
- سهير سالم (٢٠٠١). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية "دراسات ارتباطية مقارنة". رسالة ماجستير. معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.
- سوسن شاكر (٢٠٠٨). مشكلات الاطفال النفسية والاساليب الارشادية لمعالجتها. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان.
- السيد أبو هاشم، سماح القدور (٢٠١٢). صدق وثبات مقياس السعادة النفسية علي عينات مصرية وسعودية وسورية من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية. جامعة الزقازيق. ع (٧٥) - ابريل.
- السيد كامل (٢٠١٠). الصحة النفسية للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. دار العلم والايمان. دسوق.
- صبحي سراج (٢٠٠٤). فعالية برنامج تروحي رياضي علي بعض متغيرات الجهاز العصبي والاحساس بالوحدة النفسية لدي المسنين. المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، ع (٥). كلية التربية الرياضية. جامعة طنطا.
- عائشة المحروقي (٢٠١٠). مصادر السعادة لدي عينة من طالبات المرحلة المتوسطة الثانوية والجامعية في ضوء بعض الخصائص الديموغرافية والاجتماعية والاكاديمية بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة ام القرى. المملكة العربية السعودية.
- عبد الله سكران (٢٠٠٩). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركيا في قطاع

غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة
الاسلامية - غزة.

- عبد الله محي الدين (٢٠٠٩). مصادر السعادة المدركة وعلاقتها بالتوافق
النفسي لدي كبار السن الممارسين للنشاط
الرياضي. رسالة ماجستير. كلية التربية الرياضية
للبنين بالقاهرة. جامعة حلوان.

- عبد النور حشمان (٢٠٠٨) اللعب التربوي ومدى انعكاسه علي التوافق
النفسي الاجتماعي لطفل ما قبل المدرسة (٣ - ٥)
سنوات بالجزائر العاصمة. رسالة دكتوراة. معهد
التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله "زرادة"
جامعة الجزائر.

- علي عبد المحسن، حسين عبد الزهرة (٢٠١١). التوافق النفسي والاجتماعي
وعلاقته بتقدير الذات لدي طلبة كلية التربية
الرياضية. جامعة كربلاء. مجلة القادسية لعلوم
التربية الرياضية، مج (١١)، ع(٣). كانون الاول.

- فاسي آمال، (٢٠١١). الاكتئاب الاساسي لدي مريض السرطان كمنشأ عقلي
مميز. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية
والاجتماعية. جامعة منتوري قسنطينة. الجزائر.

- فاطمة الهويش (٢٠١٦). فاعلية برنامج علاجي قائم علي السيكودراما في
تخفيف مستوي القلق والاكتئاب لدي اطفال مرضي
السرطان. مجلة العلوم التربوية والنفسية، . مج
(١٧)، ع (١)، جامعة البحرين.

- فاطمة ربيع (٢٠١٢). فاعلية برنامج باستخدام أنشطة فنية لخفض بعض
مظاهر قلق الانفصال عن الاسرة لدي عينة من
اطفال المستوي الاول. رسالة ماجستير. كلية
رياض الاطفال. جامعة بورسعيد.

- فريح العنزي (٢٠٠١). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية "دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والاناث". مجلة دراسات نفسية. مج (١١)، ع (٣)، يوليو، ص ٣٥١ - ٣٧٧.
- فضل أبو هين (٢٠١١). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدي الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضة الاقصى. مجلة جامعة الاقصى. مج (٥)، ع (٢)، ج (١) ٣٠ يونيو. ص ص ١١٧ - ١٥٤.
- كامل كتلو (٢٠١٥). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدي عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. مجلة دراسات العلوم التربوية. مج (٤٢). ع (٢).
- كمال مرسي (٢٠٠٠). السعادة وتنمية الصحة النفسية مسئولية الفرد في الاسلام وعلم النفس. دار النشر للجامعات. القاهرة.
- كمال نزال، ايمن عبد الله (٢٠١٥). واقع تاهيل اطفال مرضي السرطان في الاردن كإحدى فئات ذوي الاعاقة الجسمية والصحية (مركز الحسين للسرطان نموذجا). مجلة العلوم الانسانية. ع (٣).
- لطيفة جماح (٢٠١٧). تقنين مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير علي البينة الجزائرية. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة محمد بوضياف- المسيلة.
- ليلي نجم (٢٠١٦). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بظاهرة العنف لدي أطفال ما قبل المدرسة. مركز البحوث التربوية

- والنفسية. جامعة بغداد. ع (٩) ٤٩
- مايسه علام، (٢٠١١). فاعلية برنامج أنشطة ترويحية لتخفيف الشعور بالحزن لدي اطفال المدرسة. رسالة دكتوراة. كلية الاداب والعلوم الانسانية. جامعة عين شمس.
- محمد الرفوع (٢٠١٧). التوافق النفسي لدي طلبة جامعة الطفيلة التقنية وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية، مج (٢٥)، ع (٤)، ج (٢) اكتوبر
- محمد تمار (٢٠١٣). تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي علي تقدير الذات لدي الاطفال المعاقين بصريا (٩ - ١٢) سنة. رسالة ماجستير. جامعة الجزائر.
- محمد عاطف (٢٠١٢). دراسة تحليلية للخدمات الترويحية المقدمة للاطفال المصابين بالسرطان في مساشفي سرطان الاطفال. رسالة ماجستير. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة بنها.
- محمد عاطف (٢٠١٦). تأثير برنامج ألعاب ترويحية علي بعض المتغيرات النفسية والاستجابات المناعية لدي الاطفال المصابين بالسرطان. رسالة دكتوراة. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة بنها.
- محمد غانم (٢٠٠٥). الاكتئاب لدي الاطفال وكيف نتعامل معه. المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع. الاسكندرية.
- مرام عبد الوهاب (٢٠١٤). تأثير برنامج ترويحي علي مستوي الضغوط النفسية لطالبات الثانوية العامة بمحافظة المنوفية. رسالة ماجستير. كلية التربية الرياضية بالسادات. جامعة السادات.

- مرفت عايش (٢٠١٠). التوافق النفسي وعلاقته بقوة الانا وبعض المتغيرات لدي مرضي السكري في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الاسلامية- بغزة.
- مريم عيسى (٢٠١٢). مرض السرطان في قطاع غزة دراسة في الجغرافية الطبية. رسالة ماجستير. كلية الآداب. الجامعة الاسلامية. بغزة.
- مزلق وفاء (٢٠١٤). استراتيجيات مواجهه الضغط النفسي لدي مرضي السرطان. رسالة ماجستير. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة الهضاب. الجزائر.
- مصطفى كامل (٢٠٠٥). قائمة ملاحظة سلوك الطفل "راسل ن كاسيل). مكتبة الانجلو المصرية.
- مقراني كريمة، روشو نعيمة (٢٠١٥). علاقة اساليب المعاملة الوالدية بالتوافق النفسي لدي تلاميذ المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير. كلية العلوم الاجتماعية والانسانية. جامعة اكلي محند او لحاج- البويرة- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- منال بخيت (٢٠٠٤). برنامج مقترح لتنمية الثقافة الموسيقية لفئة من ذوي الامراض العضوية أطفال مرضي السرطان. المؤتمر الاقليمي الاول- الطفل العربي في ظل المتغيرات المعاصرة. القاهرة. ص ص ١٩٤ - ٢٤٠.
- منال دويدار (٢٠١٧). فاعلية برنامج قائم علي الانشطة الفنية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي للاطفال الايتام من (٤ - ٦) سنوات. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة المنوفية.
- مني مختار (٢٠٠٧). بناء مقياس السعادة في شغل وقت الفراغ لدي كبار

السن من الجنسين. مجلة اسبوط لعلوم وفنون

التربية الرياضية. ع (٢٥). ج (٢). نوفمبر

- مها عبد العزيز (٢٠٠٥) مشاكل الطفل الطبية والصحية والتربوية. مؤسسة شباب الجامعة. الاسكندرية.

- موزي القاسم (٢٠١١). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والامل لدي

عينة من طالبات جامعة ام القري. رسالة

ماجستير. كلية التربية. جامعة ام القري.

- نادية سراج (٢٠٠٨). الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتدين والدعم الاجتماعي

والتوافق الزوجي والمستوي الاقتصادي والحالة

الصحية. مجلة دراسات نفسية، مج (١٨)، ع

(٤)، اكتوبر. ص ص ٦٠١ - ٦٤٨.

- نبيل سفيان (٢٠٠٤). المختصر في الشخصية والارشاد النفسي. القاهرة.

ايتراك للنشر والتوزيع.

- نجاة فتحي (٢٠٠٩). عرض كتاب سيكولوجية السعادة. مجلة كلية الطفولة.

كلية رياض الاطفال. جامعة القاهرة، ع (٢).

سبتمبر.

- نجاة فتحي (٢٠١١). جودة حياة الوالدين وعلاقتها بسعادة ابنانهم الصم.

رسالة ماجستير). كلية رياض الاطفال. جامعة

القاهرة.

- نجلاء مصطفى (٢٠١٣). فعالية برنامج ارشادي سلوكي لخفض اعراض

اضطراب المخاوف المرضية النوعية المرتبطة

بمرض السرطان. رسالة ماجستير. كلية التربية.

جامعة الزقازيق.

- نجوي اليحفوفي (٢٠٠٦). السعادة والاكنتاب وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدي طلاب الجامعة اللبنانيين. مجلة دراسات عربية في علم النفس، مج (٥)، ع (٤)، اكتوبر. ص ص ٩٤٥ - ٩٧٢.
- نزار المفتي (٢٠٠٥). التمركز حول الذات لدي الاطفال وعلاقته بالتوافق النفسي. (رسالة ماجستير). كلية الاداب. الجامعة المستنصرية.
- نشوي كرم (٢٠١٠). فاعلية برنامج ارشادي عقلاي انفعالي في تنمية اساليب مواجهه الضغوط الناتجة عن الاحداث الحياتية لدي طلبة الجامعة. رسالة دكتوراة. معهد الدراسات التربوية. جامعة القاهرة.
- نمر القيق (٢٠١٣). فاعلية برنامج قائم علي الانشطة الفنية في خفض السلوك العدواني لدي الاطفال المعاقين حركيا. مجلة الجامعة الاسلامية التربوية والنفسية، مج (٢١)، ع (١)، ص ص ٤٦٩ - ٥٠٢. يناير.
- نبلي العطار (٢٠١١). فاعلية برنامج قائم علي الانشطة الموسيقية في تحسين مفهوم السعادة لدي اطفال الروضة (٥-٦ سنوات. مجلة الطفولة والتربية، مج (١٠)، ع (٦).
- نبلي العطار (٢٠١٢). الموسيقى للصغار. كلية رياض الاطفال. جامعة الاسكندرية. مؤسسة حورس الدولية.
- هالة السراج (٢٠١١). استجابة الحزن والتوافق النفسي لدي الاطفال بعد الحرب الاخيرة علي غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الاسلامية - غزة.

- وجدان جورج (٢٠١٢). اعراض الضغوط النفسية لدي امهات اطفال السرطان وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير. جامعة الخرطوم.
- وهبة، سامح (٢٠١٥). دور الانشطة الفنية في تخفيف حدة بعض السلوكيات اللاتوافقية لدي الاطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم. رسالة دكتوراة. جامعة الازهر. القاهرة
- ياسمين حلمي (٢٠١٧). فاعلية برنامج لتنمية المثابرة لدي عينة من الاطفال المصابين بسرطان الدم. (رسالة ماجستير). معهد الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس.
- يحيى عيسى (٢٠١٥). التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدي مرضي السكري المنتفعين من عيادات وكالة الغوث الدولية في منطقة الجليل التعليمية. رسالة ماجستير. جامعة القدس. كلية العلوم التربوية.
- Amado,p.Happiness satisfaction and socio- Economic condition: same international evidence "the journal of socio-economics (35). pp 348- 365.
- Fordyce,M. (1998).The psychology of happiness , New York: Guilford.
- Steven,R. (2001).The following quotes are from reiss article with the above tittle in psychology today.jan/feb.pp6- 50.
- Veenhoven,R."What we know about happiness "paper presented at the dialogue on "Gross national happiness: would shoten zeist. the Nether hands , pp 14- 15.
- Yang,y. (2008).Long and happy living.soial science research ,37,1235- 1
- الموقع الالكتروني منظمة الصحة العالمية: <https://www.who.int/fe/atun/res/factfiles/cancer/ar> - بتاريخ ٨/٢

- البوابة الالكترونية لوزارة الصحة: <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/HealthDay/2017/Pages/HealthDay-2017-02-04.aspx> - الزيارة بتاريخ ٤ فبراير ٢٠١٧.
- البوابة الالكترونية لوزارة الصحة: <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/Diseases/Cancer/Pages/Childhood-Cancer.aspx> - الزيارة بتاريخ ٤ فبراير ٢٠١٧.
- <https://dera.ioe.ac.uk/20502/1/The%20Children%27s%20Happiness%20Scale.pdf>.