

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية لدى المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية

أ.م.د / محمود رامز يوسف د / أشرف محمد عبد الحليم أ. شريفة فيصل يوسف عمار
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي باحثة ماجستير-بقسم الصحة النفسية والإرشاد
كلية التربية - جامعة عين شمس كلية التربية - جامعة عين شمس النفسي - كلية التربية - جامعة عين شمس

مقدمة:

تُعد الأسرة نواة المجتمع والبيئة الاجتماعية الإنسانية الأولى في حياة الفرد والتي من خلالها تتشكل هويته ، ويُعد الحرمان من الرعاية الأسرية من أكثر المشكلات أهمية بالمجتمع.

ويعانى المراهق بصفه عامه في مرحلة المراهقة بالعديد من التغيرات التي لاقت إهتماما من العلماء، فقد أكد"ستانلي هول (١٩٠٤) أنها مرحلة مليئة بالعواصف وأن سبب هذه العواصف يرجع لعدم الاتزان العاطفي والانفعالي والسلوكي للمراهق والتأرجح من النقيض للنقيض بسبب شكه في أنه غير محبوب من أصدقائه ومحاولاته للانخراط في الأنشطة الاجتماعية المختلفة معهم(فردوس عبد ربه ، ٢٠١٦ ، ٦٤)

وبصفه خاصه يُعانى المراهق المقيم بالمؤسسات الإيوائية المحروم من البيئة الأسرية من فقدان الحب والعطف والحنان والاحتواء والشعور بالأمان، مما يؤدي إلى الشعور بالرفض والدونية مما يجعله أكثر عدوانية ، كما أن من المشاعر الإنسانية المريرة الشعور بالعزلة والوحدة ،وهو شعور قاسي إذا كان مفروضاً على الإنسان وليس نابغاً من رضى وقبول، فهو شعور ذاتي قد يشعر به الفرد وهو وسط الزحام ،حيث تشغله أفكاره عن الانخراط مع المحيطين (مها محمد زعاتره ، ٢٠١٨ ، ٢)

مما ينتج عن إنخفاض الرفاهة النفسية لدى المراهقين خاصه المقيمين بالمؤسسات الإيوائية ذلك ظهور بعض المشكلات النفسية ،والاجتماعية ، والسلوكية والتعليمية والصحية وعلى كاهه الأصعدة مما يمتد تأثيرها على المحيطين والتي لها بالغ الأثر على المجتمع ، فهؤلاء الشباب الصغار يسهل استقطابهم لأى انحراف أو سلوكيات مضادة

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

للمجتمع فهم بمثابة قنابل موقوتة إذا تم استغلالهم وتوجيههم التوجيه السيء ؛ حيث تشير رايغوهيلرو أن انخفاض الرفاهة النفسية أو الذاتية على حد سواء، يرتبط ارتباطاً وثيقاً بظهور الاضطرابات الوجدانية والسلوكية والمعرفي (Ryff ,et al ., 2016,319)

ومن ثم فإن المراهق في تلك المرحلة العمرية الصعبة التي تتشكل فيها هويته بكل تغيراتها وهذا الحرمان الذي يعاني منه نتيجة يُتمه ،وأساليب العنف التي قد تمارس ضده من جراء إقامته بهذه المؤسسات الإيوائية ، والقلق الذي يعتريه من حتمية مغادرته لتلك المؤسسة التي تربي وعاش فيها بعد فترة ليست ببعيدة ، ومواجهه المجتمع بنفسه وحيداً دون سند أو عون أو مساعدة يحتاج المرافقة المقيم بالمؤسسة الإيوائية إلى ، توجيهه للمرور بتلك المرحلة بسلام ومساعدته لبناء شخصيته ، وتقبل ذاته وتكيفه مع المجتمع المحيط ،وقدرته على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين ومساعدته على إدراك وتقبل فكرة اقتراب مغادرته لمؤسسته، وتمتعه بالهدف والمعنى في الحياة والتفكير في المستقبل والبحث عن عمل والزواج وإنجاب الأبناء ليحيا حياة مستقرة هادئة سعيدة .

ويرى (محمد أبو الحلاوة، ٢٠١٤، ٣٥) أن سعادة الفرد تكمن في رؤيا مشرقة، وأن الفرد السعيد يتسم بالقدرة على إدارة الأزمات بمشاعر إيجابية، والقدرة على تحمل الصعاب، ومواجهة مواقف الحياة وضغوطاتها.

مما لا شك فيه ،أن الشخصية السوية الحسنة بما تتمتع به من سمات إيجابية ممثلة في الرفاهة النفسية والأمل والتفاؤل والطمأنينة وراحة البال والرضا عن الذات، والعلاقات الاجتماعية الدافئة، وطيب العيش وجودة الحياة، توفر للفرد فرصاً كبيرة للنمو والارتقاء والازدهار (محمود عكاشة، ٢٠١٠، ٢١)

مما سبق تبين الحاجة إلى توافر أداة لقياس الرفاهة النفسية وخاصة لدى المراهقين في المؤسسات الإيوائية الأمر فهناك ضرورة ملحة لمحاولة الوصول لمستوى كاف من الرفاهة النفسية لديه فهي تمثل قمة مطالب الحياة الإنسانية والهدف الأسمى الذي يسعى إليه الإنسان منذ القدم فبعض العلماء اعتبروها مرادفاً للصحة النفسية.

أولاً : مشكلة الدراسة:

تشير رايف أن الرفاهة النفسية تتعامل مع الامكانات البشرية ، وانخفاض الرفاهة النفسية أو الذاتية على حد سواء، يرتبط ارتباطاً وثيقاً بظهور الاضطرابات الوجدانية والسلوكية المعرفية (Ryff, et al, 2016,319)

تتبع مشكلة الدراسة الحالية من نقص الرفاهة النفسية لدى المراهقين المقيمين في المؤسسات الايوائية نتيجة الحرمان من الرعاية الأسرية التي هي معضلة، وقضية محورية، لاقت اهتماماً كبيراً من الدول فلم تقتصر على دولة بعينها ، بل تمتد على المستوى العالمي باختلاف توجهاته ، وأيدولوجياته، وثقافته ، ولذلك اتخذت العديد من التدابير ، والتي سعت الحكومات ، والجمعيات الاهلية من خلالها، حماية تلك الفئة ، وتقديم كافة الخدمات ، والامكانات لسد وإشباع احتياجاتهم إيماناً منها بأهمية توفير الرعاية والعناية، وكجانب وقائي للحد من تداعيات ذلك الحرمان المتمثل بالمشكلات النفسية والسلوكية والاجتماعية ، والتي لها بالغ الاثر والوقوع على الأفراد والمجتمع ككل.

لذلك ، تعد إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية للايتام ضرورة لتحقيق الشخصية المتوافقة نفسياً واجتماعياً ، وصحياً (عبدالرحمن على حسن ، ٢٠١٣ ، ٢)

ومن ثم تحسين الرفاهة النفسية يُعد بمثابة جانب بنائى ، وقائى، داعم لذلك المراهق المقيم بالمؤسسة الايوائية إلى جانب تقادى الوقوع فى الكثير من الاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية التى هو أكثر عرضه لها عن غيره من أقرانه فى نفس المرحلة العمرية، فهي تدعمه لغد أفضل، ومستقبل يملئه الأمل، ورضاً بواقعه يمتلك عقله ، وسعادة يُعايشها

إلا أن هناك ندرة فى الدراسات التى تناولت المراهقين المقيمين بالمؤسسات الايوائية بصفه خاصه على الرغم من أنهم فى أوج الاحتياج لمثل هذه الدراسات كعلم النفس الإيجابي ، والرفاهة النفسية التى تمثل لهم بناء رجب قويم يرسى لهم قواعداً لتحقيق شخصية سوية توافقيه ، قادرة على الاندماج بالمجتمع ،الذى سيواجهه عن قريب ،والمليء بالتناقضات والتحديات على كاهه الأصدقاء.

وبناء على ذلك كانت هناك ضرورة ملحة لتصميم مقياس للرفاهة النفسية يتماشى مع هؤلاء الفئة المقيمين بالمؤسسات الايوائية.

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

فضلا على أن معظم الدراسات التي تناولت الرفاهة النفسية أغفلت مرحلة المراهقة و أولت الاهتمام للشباب ، مما ترتب عليه ضرورة تصميم مقياس يتناسب مع المرحلة العمرية " المراهقة "

فكانت الحاجة لإعداد مقياس للرفاهة النفسية للمراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية، هو عدم توافر مقاييس، تتوافق وتناسب لعينة الدراسة، سواء على صعيد المرحلة العمرية (المراهقة) ، أو حالته النفسية (اليتيم) ، أو البيئة (نشأته بالمؤسسات الإيوائية)

وبناء على ماسبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي :

هل يمكن إعداد مقياس الرفاهة النفسية لدى المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية يتمتع بخصائص سيكومترية من صدق وثبات؟

ثانيا أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلي ما يلي :

١. إعداد مقياس للرفاهة النفسية لدى عينة من المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية يتمتع بخصائص السيكومترية من الصدق والثبات بدرجة مقبولة.
٢. تمكن الباحثين والاحصائيين من إمكانية تطبيقه في الدراسات النفسية والتربوية لتقديم الخدمات والبرامج الإرشادية التي تتناول فئة المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية.

ثالثاً أهمية الدراسة:

تتم أهمية الدراسة على المستويين النظري ، والتطبيقي

١. الأهمية النظرية:

لقاء الضوء علي أحد المفاهيم الحديثة لعلم النفس الإيجابي وهو مفهوم الرفاهة النفسية لما له من اثرًا إيجابيًا ووقائيًا في ظل الظروف الحياتية المحيطة المثيرة للقلق والضغط النفسية لدى المراهقين بصفة عامة والمراهقين المقيمين في المؤسسات الإيوائية بصفة خاصة،

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

٢. الأهمية التطبيقية:

أ- بناء وإعداد مقياس للرفاهة النفسية ، وتحديد أهم الأبعاد المرتبطة بها لدى المراهقين المقيمين في المؤسسات الإيوائية لتحديد الخدمات الإرشادية المناسبة لهم.

ب- إمداد العاملين والأخصائيين بالمؤسسات الإيوائية بمقياس الرفاهة النفسية وأبعادها لدى المراهقين لوضع البرامج الإرشادية لرفع من مستوى الرفاهة النفسية لدى هذه العينة من المجتمع الأمر الذي يجعل المراهق المقيم بالمؤسسة قادراً على التصدي لما يواجهه من مشكلات ومواجهه الحياة والأزمات ، ورؤيته لنفسه وواقعه والأحداث التي يمر بها بشكل أكثر إيجابية خاصاً وأنه لم يتبقى لديه الكثير لترك المؤسسة التي تنويه ومواجهه المجتمع واعتماده على نفسه.

رابعاً الإطار النظري للمقياس

يتمثل في استعراض المصطلحات الدراسة وهي :

- ◆ الرفاهة النفسية
- ◆ المراهقة
- ◆ المؤسسات الإيوائية
- ◆ بعض الدراسات التي تناولت الرفاهة النفسية لدى المراهقين

خامساً مصطلحات الدراسة :

١. الرفاهة النفسية Psychological Well being

تعرف رايف ، وهوتا Ryff & Huta الرفاهة النفسية بأنها شعور الفرد الإيجابي بطيب العيش وحسن الحال، واستقلاليته في الحياة واعتماده على نفسه، وقدرته على اتخاذ قراراته بنفسه وتنظيم شؤون حياته المختلفة، والاستفادة بفاعلية وإيجابية من جميع الظروف البيئية المحيطة به، وأن يكون له هدف واضح وواقعي يوجهه جل أفعاله وسلوكياته وتصرفاته في سبيل الوصول إلى هذا الهدف، وقدرته على بناء علاقات اجتماعية متوازنة ودافئة وإيجابية مع الآخرين، كما ترتبط العافية النفسية بكل من الإيمان بالله والتوكل عليه والإحساس بالعافية الحقيقية والطمأنينة النفسية والراحة والارتياح

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

النفسي والثقة والتعاطف والصداقة والتعاون وحب الغير والأخذ والعطاء والسكينة
(Ryff & Singer , 2008 , 141)

وهي البحث عن المعنى والوصول إليه، وتحقيق الذات، والنمو الشخصي
(Donaldson , et al , 2014,188)

يذكر (محمد أبو حلاوة ، وعاطف الشربيني ، ٢٠١٦ ، ٤٦) أن هذا المفهوم يتداخل مع بعض المفاهيم الإيجابية الأخرى كالشعور بالراحة، والرضا عن الحياة، والمتعة في الحياة ، والتوافق النفسي، والإنجاز، والأمن النفسي، والقناعة والطمأنينة وطيب العيش.

ويصفها (Arnout ,et al. ,2019,105) أنها حالة نفسية إيجابية لتحقيق التوازن الشخصي وعبر عنها بتجربة المعنى والهدف في الحياة ، والتمتع بالاستقلالية . وتعرفها الباحثة في الدراسة الحالية بأنها حالة نفسية تعبر عن تناغم الفرد مع ذات ، ومجتمعه وكل ما حوله، بالرضا عن الذات، وقدرته علي الاستقلال ، واستغلال كافة الفرص المتاحة ، لخلق بيئة وفقاً لظروفه ، وسعيه الدائم لتحقيق النمو والتطور والتقدم ، وحاجاته وصولاً لأهداف ذات معني وقصد في حياته، وتميزه بالتفاعل والتكيف ونسج علاقات إيجابية مع الاخرين.

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

وتتضمن الرفاهة النفسية الأبعاد الآتية

جدول (١) لأبعاد الرفاهة النفسية

الوصف	البُعد
هذا القبول للنفس مبني بتقييم ذاتي صادقاً معترفاً ومحباً للجوانب المتعددة من ذاته ، بما في ذلك الخير والشر (Ryff& Singer 2008 ,20)	تقبل الذات Self-Acceptance
القدرة على مقاومة الضغط الاجتماعي والعمل من خلال تنظيم السلوك عن طريق تقييم ذاتي وفقاً لمعايير الشخصية (Ingrid E. Wells,2010,82)	الاستقلالية Autonomy
أن يمتلك الفرد قدرًا من الكفاءة والفاعلية -يكون لديه القدرة على التحكم في الأحداث الحياتية المحيطة به -الاستفادة من الفرص البيئية المتاحة (Jahan& Khan , 2014,69)	التمكن من البيئة Environmental Mastery
هو أن يشعر الفرد بنمو ذاته باستمرار وإدراكه إمكانياته والانفتاح على الخبرات الجديدة وتحسن سلوكه وذاته قد ينعكس على فعالية الذات (Ryff,c.et.al,2004,285)	النضج الشخصي Personal Growth
قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية وأفكاره نحو تحقيق هذا الهدف، مع التحلي بروح المثابرة والصبر والإصرار والإيمان ومقاومة كل العقبات التي قد تحول دون الوصول إلى الهدف المنشود (Ryff& Singer 2008 ,22)	الهدف من الحياة Purpose in life
أن يكون الفرد قادرًا على التفاوض والمشاركة الاجتماعية -يستطيع تكوين علاقات قائمة على الدفء والثقة المتبادلة مع الآخرين -يشعر بالتعاطف والمحبة تجاه الآخرين -يتفهم العلاقات الانسانية المبنية على الأخذ والعطاء (Jahan& Khan, 2014, 70)	إقامة علاقات إيجابية Positive Relations with Others

٢. المراهقة Adolescent

يعرف حامد زهران (١٩٩٥ ، ٢٢٣) بأنها مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد، وتمتد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً، قبل أو بعد ذلك بعام أو عامين.

وهي مرحلة من النمو بين مرحلتى الطفولة والرشد ، وهي مرحلة نمائية يتحول فيها الطفل من عالم الطفولة إلى عالم الكبار (عادل الاشول ،٢٠٠٨، ٥٠٧) هي مرحلة من النمو تلى مرحلة الطفولة المتأخرة ، وتقع بين الطفولة والرشد ، وتعد فترة انتقالية بين الطفولة والرشد ، وتبدأ بالبلوغ الجنسي (صالح حسن الداھري ،٢٠١٢، ٤).

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

ويقصد بها في الدراسة الحالية إجرائياً هي مرحلة نمو يمر بها الانسان ، وتمثل حجر الزاوية بتكوين ملامح شخصيته لما تتميز بها من تغيرات زلزالية ، وصراعات متناقضة ، تجعل المار بها متخبط بين تغيرات جسمية ، نفسية ، تتطلب جهداً وإعداداً مسبق من القائمين بالرعاية والمحيطين ليمر بها بسلام ، وتمثلت في المراهقين الذكور الذين تتراوح أعمارهم بين (١٤-١٧) عامًا، أيتام من الاب والام ، مقيمين بالمؤسسات الإيوائية

٣. المؤسسات الإيوائية Residential Institution

هي دار مجهزة للإقامة الداخلية لإيواء المراهقين المحرومين من الرعاية الأسرية بسبب الظروف الأسرية الصعبة، والتي تحول بينهم وبين استمرار معيشتهم، داخل نطاق أسرهم الطبيعية، كالمراهقين مجهولي النسب، الضالين، اليتامي، التفكك الأسري، مرض أو سجن أحد الوالدين (وزارة الشؤون الاجتماعية رقم ٣٦ لسنة ١٩٧٧)

وهي مبنى أو أكثر مجهزة للإقامة الداخلية يودع فيه الاطفال ذوى الظروف الصعبة والتي تحول بينهم وبين استمرار معيشتهم داخل أسرهم الطبيعية ، يوجد بها جهاز إدارى مكون فى بعض الاحيان من مدير، وعدد من الاخصائيين النفسيين والاجتماعيين ، ويطلق عليها مؤسسة إيوائية، إذا كانت حكومية أو تديرها وزارة الشؤون الاجتماعية ويطلق عليها دار أو جمعية أو ملجأ إذا كانت تتبع إدارة أهلية خيرية (محمد سليمان ، ٢٠٠٠ ، ٨)

وهي التي تستقبل الاطفال اللقطاء ، أو الذين يتخلى عنهم آباءهم وتقوم برعايتهم ، وهذه المؤسسات إيمان تكون حكومية أو مؤسسة خيرية تشرف عليها الجهات الحكومية المسؤولة (سوسن إبراهيم ، ٢٠١٣ ، ٤٣)

ويقصد بها في الدراسة الحالية إجرائياً هي دار لتقديم الرعاية كبديل للدعم الاسري لذو الاصل الكريم (أى مجهول النسب) واليتامى وجميع الاطفال الذين فقدوا الدعم الاسري على ان تقدم لهم أفضل الخدمات التربوية والصحية والنفسية حتى تثمر شخصيات سوية مؤهلة للتعامل مع المجتمع بشكل توافقي.

سادسا: الدراسات السابقة:

- دراسة حنان سلامة سلومة (٢٠١٤)

بعنوان : فعالية برنامج إرشادي تكاملي لتحسين الرفاهة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي تكاملي لتحسين الرفاهة النفسية لدى عينة من شباب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦) طالبة ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨-١٩) عامًا وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين الأولى تجريبية تعرضت للبرنامج الإرشادي والأخرى ضابطة، وتكونت أدوات الدراسة في مقياس الرفاهة النفسية حيث تألفى صورته الاولية من (٦٩) عبارة، يتضمن ستة أبعاد (تقبل الذات ، الاستقلالية ، النمو الشخصي ، التمكن من البيئة الهدف من الحياة ، إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين) وقد تمثلت طريقة تصحيح المقياس (موافق بشدة خمسة درجات، موافق أربعة درجات ، متردد ثلاث درجات، معترض درجتان، معترض جدا درجة)، ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي والبرنامج الإرشادي التكاملي لتحسين الرفاهة النفسية، وقد تم التحقق من صدق وثبات المقياس (صدق البنية عن طريق التحليل العاملي التوكيدي ، الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط) والثبات عن طريق (معامل الفا كرو نباخ)، وقد استعانت بالإرشاد المعرفي السلوكي ، وبعض فنيات الإرشاد بالمعنى أسفرت نتائج الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الرفاهة النفسية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي التكاملي لصالح المجموعة التجريبية . وأيضاً أسفرت عن فاعلية لبرنامج الإرشادي التكاملي لتحسين الرفاهة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي .

- دراسة أوشينو وآخرون (٢٠١٦) Uchino ,et al.

بعنوان : الحب والعطف والتأمل لتحسين العلاقات السلبية والرفاهة النفسية .(دراسة تجريبية)

هدفت الدراسة إلى اختبار أثر برنامج قائم على الحب والعطف والتأمل ، وتأثيره على العلاقات الاجتماعية السلبية وتحسين الرفاهة النفسية تكونت عينة الدراسة من (٩ أفراد)

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

تراوحت أعمارهم بين (١٨ إلى ٤٦) سنة بمتوسط عمر ٣٠ عاماً (٤ رجال ، ٥ نساء) واشتملت الأدوات على مقياس مقياس الاكتئاب، مقياس الرضا عن الحياة ، مقياس الرفاهة النفسية لكارول رايف، والذي يشتمل على ستة أبعاد (تقبل الذات ، الاستقلالية ، التمكن من البيئة، النمو الشخصي ، الهدف من الحياة ، العلاقات الإيجابية مع الآخرين)، مقياس الدعم الاجتماعي. اسفرت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج وانخفض بشكل كبير المستويات السلبية للعلاقات كالعداء المتصورة ، عدم الحساسية والتدخل والسخرية من الآخرين ، بالإضافة إلي تحسن في الدعم الاجتماعي المتصور ، والرفاهة النفسية .

- دراسة فتون خرنوب (٢٠١٦)

بعنوان الرفاهة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي و التفاؤل . دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الرفاهة النفسية وكل من والذكاء الانفعالي ، والتفاؤل وتحديد مساهمة كل من الذكاء الانفعالي ، والتفاؤل بالرفاهة النفسية من جهة، وتحديد الفروق بين الجنسين في الرفاهة النفسية، والذكاء الانفعالي والتفاؤل من جهة أخرى . تكونت عينة الدراسة من (١٤٧) طالباً من طلبة قسم الإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق منهم (٣٠) طالباً و(١١٧) طالبة، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الرفاهة النفسية لرايف ترجمة وإعداد الباحثة، أحتوى المقياس على (٤٢ عبارة) بمعدل (٧ عبارات للبعد) حيث تم تصحيح المقياس عبر سبعة بدائل (أوافق بشدة ، أوافق بدرجة متوسطة، أوافق بدرجة قليلة ، لا أوافق، أرفض بدرجة قليلة، أرفض بدرجة متوسطة، أرفض بشدة) ويتم تصحيحه بإعطاء العبارات الدرجات التالية (٧، ٦، ٥، ٤، ٣، ٢، ١)، قامت الباحثة بتعريب المقياس وتحكيمة من خلال أساتذة متخصصين بعلم النفس والصحة النفسية والإرشاد النفسي بجامعة القدس وتم التحقق من كفاءته السيكمترية في البيئة المحلية ، ومقياس الذكاء الانفعالي متعدد العوامل لماير وآخرون ترجمة وإعداد الباحثة ، والقائمة العربية للتفاؤل ، والتشاؤم لأحمد عبد الخالق أظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في الرفاهة النفسية وأبعادها وكل من الذكاء الانفعالي ، والتفاؤل ، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور والإناث في

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

الرفاهة النفسية وكما أظهرت أيضا أن كلا من الذكاء الانفعالي ، والتفاؤل أسهما إسهاماً دالاً في التباين بالرفاهة النفسية

- دراسة وحيد مصطفى ومحمد شعبان (٢٠١٧)

بعنوان دراسة استكشافية لتفاعل الشفقة بالذات والرفاهية النفسية في خفض الاكتئاب لدى امهات الاطفال ذوى الإعاقة العقليةهدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الشفقة بالذات وبين أمهات الاطفال ذوى الإعاقة ، والتعرف على طبيعة العلاقة بين الرفاهة النفسية وبين والاكتئاب لدى أمهات الاطفال ذوى الإعاقة ، التعرف على أثر التفاعل بين الشفقة بالذات والرفاهة النفسية لخفض الاكتئاب لدى أمهات الاطفال ذوى الإعاقة، أشتملت العينة على (٢٦١) من أمهات الاطفال ذوى الإعاقة من محافظة الفيوم، وقد أشتملت ادوات الدراسة على ، مقياس الشفقة بالذات ، مقياس الاكتئاب ، مقياس الرفاهة النفسية حيث تألف المقياس من ستة أبعاد (تقبل الذات ، الاستقلالية ، النمو الشخصي ، التمكن من البيئة ، الهدف من الحياة ، علاقات جيدة مع الآخرين)، كان المقياس في صورته الاولى (٤٠) عبارة وبعد صدق المحكمين (٣٧) عبارة ، طريقة التصحيح تم وضع خمسة بدائل للاستجابة على كل عباره (موافق بشدة خمسة درجات ، موافق اربعة درجات ، متردد ثلاث درجات ، غير موافق درجتين ، غير موافق بشدة درجة واحدة) ، تم التحقق من صدق وثبات المقياس عن طريق (صدق المحكمين، الصدق العاملي، الصدق التمييزي عن طريق تطبيق المقياس على (٢٦١) عينة الدراسة) وثبات المقياس عن طريق (معامل الفا كرونباخ ، التجزئة النصفية سيرمان براون) ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية داله سالبه بين الشفقة بالذات والاكتئاب ، وجود علاقة ارتباطية داله سالبه بين الرفاهة النفسية والاكتئاب ، وجود تأثير دال لتفاعل كل من الشفقة بالذات والرفاهة النفسية على الشعور بالاكتئاب .

- دراسة فاطيمة نعمتي F. Nemati, (2018)

بعنوان : مقارنة أثر التدريب بالواقع والارشاد الديني على الرفاهة النفسية بين الطلاب. هدفت الدراسة إلى مقارنة فعالية برنامج الإرشاد بالواقع والإرشاد الديني على تعزيز الرفاهة النفسية لدى الطلاب، تكونت عينة الدراسة من (٤٥) طالباً جامعياً قسمت إلى ثلاث مجموعات (مجموعتان تجريبيتان ومجموعة واحدة ضابطة كل مجموعة ١٥ مشاركاً

تلقت ٩ جلسات مدة الجلسة ٩٠ دقيقة. يتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٢٣) عامًا، بواقع (٢٢ ذكر، ٢٣ أنثى) أشتملت أدوات الدراسة علي مقياس الرفاهة النفسية ، وقد تم استخدام مقياس Ryff ، وتألف من ستة ابعاد (تقبل الذات ، الاستقلالية ، النضج الشخصي،التمكن من البيئة الهدف من الحياة، علاقات إيجابية مع الآخرين) وقد أظهرت النتائج أن الارشاد الديني والواقع له اثراً في تعزيز مستوى الرفاهة النفسية لدى الطلاب، وبالتالي يمكن الاستنتاج أنالإرشاد بالواقع والارشاد النفسي مؤثر في تعزيز الرفاهة النفسية.

- دراسة ماجد صدوقى وحسامبور Sadoghi, M., & Hesampour, F (2018) , بعنوان : التنبؤ بالرفاهة النفسية من خلال الامتتان ومعني الحياة لدى طلاب العلوم الطبية.

هدفت الدراسة إلى التنبؤ بالرفاهة النفسية للطلاب من خلال الامتتان والمعنى في الحياة. اشتملت عينة الدراسة علي ٢٥٠ طالبًا من جامعة كاشان ، إيران ، الذين يدرسون العلوم الطبية . تألفت أدوات الدراسة من مقياس الرفاهة النفسية اعداد رايف Ryff، ومقياس معني الحياة ، ومقياس الامتتان. أظهرت نتائج الدراسة هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرفاهة النفسية وكل من الامتتان ومعنى في الحياة ويمكن التنبؤ بالرفاهة النفسية منخل الامتتان ومعني الحياة ، أي يمكن تحسين الرفاهة النفسية للطلاب من خلال تحسين مستويات الامتتان ومعني الحياة .

- دراسة صبا عبد المنعم محفوظ (٢٠١٨)

بعنوان : الرفاهة النفسية لدي مُعلمات رياض الاطفال .

هدفت الدراسة إلى التحقق من وجود الرفاهية النفسية لدى مُعلمات رياض الاطفال بلغت عينة الدراسة من (١٩٦) مُعلمة من مُعلمات رياض الاطفال الحكومية التابعة لمُدرية والرصافة ببغداد وتألفت ادوات الدراسة من مقياس الرفاهية النفسية لكارول رايف والذي ويشمل ستة أبعاد (الاستقلالية ، التطور الشخصي، التمكن البيئي ، تقبل الذات ، العلاقات الإيجابية مع الآخرين ،الحياة الهادفة) اشارت النتائج إلي عدم وجود فروق دالة إحصائية وفقا للمستوي التعليمي بين المُعلمات ، وجود فروق دالة إحصائية

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية

لُبعد الحياة الهادفة لصالح (٧ سنوات خبرة فأقل) ، وجود فروق دالة إحصائية لُبعد تقبل الذات لصالح (١٥ سنة فأكثر)
سابعاً الإجراءية المنهجية لمقياس الرفاهة النفسية للمراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية

منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لوصف للمشكلة أو القضية بدقة، واستخدام أدوات البحث العلمي للحصول على المعلومات، واستخراج استنتاجات، وعرضها في صورة رقمية أو نوعية.

العينة

قد تألف عينة إعداد المقياس والتحقق من ثباته وصدقته (١٨٠) مراهق مقيم بالمؤسسات الإيوائية التابعة لمنطقة القاهرة الكبرى ، لثلاثة مؤسسات وهما (دار الحرية ، أم كلثوم) التابعان لمنطقة عين شمس بشرق القاهرة ، ومؤسسة (دار التربية التابعة لمنطقة الجيزة) وهى من إحدى المؤسسات الإيوائية الكبرى التى تضم أكثر من (١٣٥) مراهق ، ممن تتراوح أعمارهم بين (١٤ - ١٧) عامًا من الذكور، متوسط أعمارهم (١٥,٥) عامًا ، بأنحراف معياري (١,٥٢)

مببرات إعداد مقياس الرفاهة النفسية لدى عينة من المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية

بعد الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة التى تناولت الرفاهة النفسية أستخلصت الباحثة:

• أن هناك ندرة فى الدراسات التى تناولت المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية بصفه خاصه ،على الرغم من أنهم فى أوج الاحتياج لمثل هذه الدراسات كعلم النفس الإيجابي ، والرفاهة النفسية ،التي تمثل لهم بناء ربح قويم يرسى لهم قواعدًا لتحقيق شخصية سوية توافقيه ، قادرة على الاندماج بالمجتمع ،الذى سيواجهه عن قريب ،والمليء بالتناقضات والتحديات على كاهه الاصعدة

• أن هناك ضرورة تقتضي تصميم مقياسًا للرفاهة النفسية تتناسب مع تلك الفئة من المراهقين

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

• أن معظم الدراسات التي تناولت الرفاهة النفسية تناولت شباب الجامعي ، أو من أهم أكبر من تلك المرحلة ولم تتناول المراهقين المقيمين بالمؤسسات الايوائية.

هدف المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس الرفاهة المراهقين المقيمين بالمؤسسات الايوائية.

خطوات إعداد البرنامج المقياس

مر المقياس في إعدادة بعدة مراحل :

قامت الباحثة بالاطلاع على الأطر النظرية ، والدراسات السابقة المتنوعة التي تناولت مقياس الرفاهة النفسية وأبعادها، كما أستندت في صياغة العبارات الحالية إلى العديد من الدراسات الاجنبية والعربية للرفاهة النفسية .

❖ مقياس الرفاهة النفسية (٢٠٠٦) إعداد Abbott , Rosemary

❖ مقياس الرفاهة النفسية إعداد (٢٠٠٦) Spring & Hauser

❖ مقياس الرفاهة النفسية إعداد كارول رايف تعريب السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠)

❖ تقييم دقة مقياس الرفاهة النفسية (٢٠١٠) Abbott, R. A., et al

❖ كيف تفكر في بناء مقياس الرفاهة النفسية (٢٠١٢) Wang , et al ,

❖ حنان سلامه سلومه (٢٠١٤)

❖ مقياس الرفاهة النفسية إعداد كارول رايف تعريب فتون خرنوب (٢٠١٦)

❖ منى عبد المنعم حسن (٢٠١٨)

وصف المقياس

يتضمن المقياس في صورته الاولية عن (٨٨) عبارة ، متضمنًا ستة أبعاد

البُعد الاول : تقبل الذات Self-Acceptance

تعرف الباحثة البُعد الاول إجرائيًا:حيث يقصد به الوعي والرضا عن الذات وجودًا وقدرًا ،ماضيًا وحاضرًا ،ضعفًا وقوة(وجودًا وقدرًا محتومًا لكافة الظروف المحيطة به والتي نشأ فيها)،(ماضيًا وحاضرًا) أن يتقبل ماضية ويتخذها دافعًا لحاضره مضيئًا لنفسه بوعيه التام بمواطن قوته وضعفه وتقبلها والعمل علي تحسينها ويتضمن عبارات (٢ ، ٧، ١٩، ١٣، ٢٥، ٣١ ، ٣٧ ، ٤٠ ، ٥٥ ، ٥٩)

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

النُعد الثاني الاستقلالية Autonomy

شعور ذاتي داخلي بالاستقلال المادي والمعنوي لتحمل المسؤولية وتداعيات قراراته ، وقدرته علي تجاوز المشكلات والضغوط المعاشة بأفضل الطرق ، والقيام بالتقويم الدائم لسلوكه

ويتضمن عبارات (١، ٨، ١٤، ٢٠، ٢٦، ٣٢، ٣٨، ٤٣، ٥٠، ٥٦)

النُعد الثالث النمو الشخصي Personal Growth

قدرة الفرد للتطور، والرقى، عن طريق استيعاب واكتساب الجديد من المعارف والمهارات والخبرات سعياً للتقدم

ويتضمن عبارات (٥، ١١، ١٧، ٢٣، ٢٩، ٣٥، ٤١، ٤٥، ٥٣، ٤٨)

النُعد الرابع التمكن البيئي Environmental Mastery

هي قدرات تُعين الفرد علي التعامل الصحيح، واستغلالاً لكافة الفرص المتاحة بالمجتمع ، التي يعيش فيه بصورة تُمكنه من إدارة حياته وتحقيق اهدافه المستقبلية .

ويتضمن عبارات (٣، ٩، ١٥، ٢١، ٢٧، ٣٣، ٣٩، ٤٦، ٥١، ٥٧)

النُعد الخامس الهدف من الحياة Purpose Of Life

هو جلاء المقصد نحو التقدم سعياً إلي ما هو أفضل بانتهاج أسلوب فكري بالحياة ، لتحقيق أهدافه ، وذاته ، ونجاحاته ، وإبداعاته .

ويتضمن عبارات (٤، ١٠، ١٦، ٢٢، ٢٨، ٣٤، ٤٤، ٤٧، ٥٢، ٥٨)

النُعد السادس إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين Positive Relations with Others

تكيف الفرد، والتفاعل الإيجابي، والتكامل والانصهار مع الآخرين من خلال نسج علاقات سوية يتم فيها تبادل الدفاء، والمحبة ، والتواد ، والثقة ، والإيثار ، والمساندة ، والامن ، والاخذ والعطاء فيما بينهم .

ويتضمن عبارات (٦، ١٢، ١٨، ٢٤، ٣٠، ٣٦، ٤٢، ٤٩، ٥٤، ٦٠)

طريقة تصحيح المقياس

تقع الاجابة على هذا المقياس فى ثلاث مستويات (موافق ، محايد ، معترض) وتتراوح الدرجة لكل عبارة مابين(ثلاث درجات ، ودرجة واحدة) ، بحيث يتم إعطاء ثلاث درجات

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

ل (موافق) ودرجتان ل (محايد) ودرجة ل (معترض) ، بحيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة الرفاهة النفسية لدى المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية

جدول (٢) طريقة تصحيح المقياس

موافق	محايد	معترض
٣	٢	١

للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية، قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات المقياس ، ويتضح ذلك فيما يلي:

١. صدق المقياس

تم التحقق من صدق مقياس الرفاهة النفسية باستخدام أدلة الصدق الآتية:

أ. صدق المُحكِّمين

تم عرض المقياس في صورته الاولية (١٣) من أساتذة متخصصين في علم النفس التربوي، والصحة النفسية ، حيث تم تعريف المحكمين بأهداف الدراسة ومكونات المقياس موضحاً فيها التعريف الإجرائي لكل بُعد والعبارات الخاصة به ، وذلك للاستفادة من آراء الاساتذة في عبارات المقياس من حيث وضوح الصيغة اللغوية للعبارات ، ومدى ملائمة المقياس للهدف الذي وضع لقياسه ، ومدى ارتباط الأبعاد بالمقياس، ومدى ملائمة كل عبارة للبعد الخاص به ، ومدى ملائمة ودقة العبارات المرافقة بالمقياس لأفراد عينة الدراسة والمتمثلة في " المراهقين المقيمين بالمؤسسات الإيوائية ، وإضافة اي تعديلات أو ملاحظات أو اقتراحات وقد قامت الباحثة بإجراء حذف بعض العبارات و التعديلات بناءً على آراء بعض السادة المُحكِّمين ، وقد تم تعديل العبارة (أملك القدرة على تعديل أخطائي) إلى (أمل إلى تعديل سلوكي غير الصحيح) من (أشعر بالرضا عن حالي) إلى (احوالي)، تم تعديل عبارة من (أعلم الكثير من ذوي الخبرة) إلى (أعلم من ذوى الخبرة ، وتم تعديل العبارة من (أفرح عندما أنجز مهامي) إلى (أفرح عندما أنجز مهامي بشكل صحيح) (أصمم على تحقيق أهدافي فى الحياة) إلى (أصمم على تحقيق أهدافي الدراسية) و تم تعديل العبارة من (أفرح عندما أنجز مهامي) إلى (أفرح عندما أنجز مهامي بشكل صحيح) (أصمم على تحقيق أهدافي فى الحياة) إلى (أصمم على تحقيق أهدافي الدراسية)

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية

وقد تم وضع ٨٠% كمحك لقبول نسبة الاتفاق على كل عبارة من العبارات المقياس ملحق (٣) ، حيث نسبة الاتفاق أكثر من (٨٠%) علي عبارات المقياس اعتمادًا على المُحكّمين وتم حذف العبارات التي تقل عن (٨٠%) تم التحقق من ثبات وصدق المقياس كالتالي :

ب . التحليل العاملي الاستكشافي

هدفت هذه الخطوة إلي الكشف عن البنية العاملية Factorial Structure للمقياس وتحديد العوامل المتميزة فيها ، وقد طبق المقياس علي (١٨٠) مراهق وأستخدم التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس (٦٠ عبارة) بطريقة المكونات الأساسية (PC) Principal Components لهوتلينج والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس Varimax وأعتمد على محك كايزر Kaiser (لا تقل قيمة الجذر الكامن / القيمة المميزة Eigenvalue عن الواحد الصحيح)، واستبعدت المفردات ذات التشعبات الأقل من (٠,٣٠) وقد أسفر التحليل عن ظهور ٦ عوامل " بجذر كامن قيمته ٢,٥٣ فأكثر" تفسر (٤١,٨٩ %) من قيمة التباين الكلي للمقياس. ويمكن عرض نتائج التحليل العاملي في الجدول التالي :

جدول (٢) تشعبات عبارات مقياس الرفاهة النفسية

العامل العبارة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
٤٠	٠,٧٣					
٥٥	٠,٦٩					
٥٩	٠,٦٧					
٧	٠,٦٤					
١٩	٠,٦٢					
١٣	٠,٦٠					
٢٥	٠,٥٩					
٣٧	٠,٥٨					
٢	٠,٥١					
٣١	٠,٤١					
١٤		٠,٦٥				

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	العامل العبارة
				٠,٦١		٢٠
				٠,٥٩		٢٦
				٠,٥٤		١
				٠,٥٤		٣٢
				٠,٤٢		٣٨
				٠,٤٠		٥٠
				٠,٣٩		٥٦
				٠,٣٧		٨
				٠,٣٣		٤٣
			٠,٧١			٩
			٠,٦٩			٥٧
			٠,٦١			٣٣
			٠,٥٧			٢٧
			٠,٤٩			٥١
			٠,٤٨			٣٩
			٠,٣٩			٤٦
			٠,٣٦			١٥
			٠,٣٢			٢١
			٠,٣١			٣
		٠,٧٠				٣٤
		٠,٥٥				٢٢
		٠,٥٥				٤
		٠,٥٢				٥٢
		٠,٥١				٥٨
		٠,٥١				٤٧
		٠,٥٠				١٠
		٠,٤٩				١٦
		٠,٤٤				٢٨
		٠,٣٣				٤٤
	٠,٦٠					٥٣
	٠,٥٩					٢٣
	٠,٥٦					١١

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	العامل العبارة
	٠,٥٠					١٧
	٠,٤٩					٣٥
	٠,٤١					٥
	٠,٣٩					٤٥
	٠,٣٨					٢٩
	٠,٣٧					٤١
	٠,٣٤					٤٨
٠,٦٧						٣٠
٠,٦٦						١٨
٠,٥٩						٣٦
٠,٥٥						٤٩
٠,٥٤						٢٤
٠,٤٧						٦٠
٠,٤٥						٦
٠,٤٢						١٢
٠,٣٦						٤٢
٠,٣٢						٥٤
٢,٥٣	٢,٨٣	٢,٩١	٣,٣٥	٣,٦٤	١٣,٢١	القيمة المميزة
٥,٤٨	٥,٧٧	٦,٢٣	٦,٤٣	٨,٦٧	٩,٣١	% للتباين المفسر لكل عامل
٤١,٨٩						قيمة التباين المفسر للمقياس ككل

بعد التدوير باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي يتضح من جدول (٢) ظهور ستة عوامل حيث أن الجذر الكامن لها يزيد على الواحد الصحيح مما يجعل الباحثة تنقي عليها باعتبارها عوامل حقيقية وفق محك كايزر

الأول : و كان عدد العبارات التي تشبعت عليه ١٠ عبارات امتدت تشبعاتها من ٠,٤١ إلى ٠,٧٣ ، و فسر هذا العامل ٩,٣١ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (١٣,٢١) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "تقبل الذات"

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

الثاني: و كان عدد المفردات التي تشبعت عليه ١٠ مفردات امتدت تشعباتها من ٠,٣٣ ، إلي ٠,٦٥ ، و فسر هذا العامل ٨,٦٧ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (٣,٦٤) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "الاستقلالية"

الثالث: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه ١٠ مفردات امتدت تشعباتها من ٠,٣١ ، إلي ٠,٧١ ، و فسر هذا العامل ٦,٤٣ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (٣,٣٥) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "التمكن من البيئة" .

الرابع: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه ١٠ مفردات امتدت تشعباتها من ٠,٣٣ ، إلي ٠,٧٠ ، و فسر هذا العامل ٦,٢٣ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (٢,٩١) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "الهدف من الحياة" .

الخامس: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه ١٠ مفردات امتدت تشعباتها من ٠,٣٤ ، إلي ٠,٦٠ ، و فسر هذا العامل ٥,٧٧ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (٢,٨٣) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "النمو الشخصي" .

السادس: كان عدد المفردات التي تشبعت عليه ١٠ مفردات امتدت تشعباتها من ٠,٣٢ ، إلي ٠,٦٧ ، و فسر هذا العامل ٥,٤٨ % من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس ، و بلغت قيمته المميزة (٢,٥٣) ويمكن تسمية هذا العامل في ضوء أعلى التشعبات "إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين"

ج . الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس ، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه ، وذلك على عينة (الدراسة الاستطلاعية من المراهقين ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة

العبارة	تقبل الذات	العبارة	الاستقلالية	العبارة	التمكن من البيئة	العبارة	الهدف من الحياة	العبارة	النمو الشخصي	العبارة	إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين
٤٠	**٠,٧٤	١٤	**٠,٦٨	٩	**٠,٥٩	٣٤	**٠,٦٦	٥٣	**٠,٧٨	٣٠	**٠,٨١
٥٥	**٠,٥٦	٢٠	**٠,٦٧	٥٧	**٠,٥٠	٢٢	**٠,٥٨	٢٣	**٠,٧٤	١٨	**٠,٦٧
٥٩	**٠,٥٧	٢٦	**٠,٦٥	٣٣	**٠,٦٠	٤	**٠,٦٠	١١	**٠,٦٥	٣٦	**٠,٧٧
٧	**٠,٤٤	١	**٠,٧٥	٢٧	**٠,٦٨	٥٢	**٠,٤٨	١٧	**٠,٤٣	٤٩	**٠,٦٤
١٩	**٠,٦٩	٣٢	**٠,٨١	٥١	**٠,٣٢	٥٨	**٠,٥٥	٣٥	**٠,٥٥	٢٤	**٠,٥٦
١٣	**٠,٥٨	٣٨	**٠,٦٦	٣٩	**٠,٥٩	٤٧	**٠,٥٨	٥	**٠,٥٤	٦٠	**٠,٦١
٢٥	**٠,٤٥	٥٠	**٠,٧٣	٤٦	**٠,٤١	١٠	**٠,٤٩	٤٥	**٠,٤٤	٦	**٠,٥٨
٣٧	**٠,٤٩	٥٦	**٠,٧٤	١٥	**٠,٥٧	١٦	**٠,٢٩	٢٩	**٠,٧٨	١٢	**٠,٤٣
٢	**٠,٤٩	٨	**٠,٧١	٢١	**٠,٤٨	٢٨	**٠,٥٢	٤١	**٠,٦٦	٤٢	**٠,٦٦
٣١	**٠,٦٦	٤٣	**٠,٥٩	٣	**٠,٥٥	٤٤	**٠,٥٤	٤٨	**٠,٦٣	٥٤	**٠,٣٨

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي ٠,٠١ وهذا يوضح الاتساق الداخلي للمقياس. وتم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي :

جدول (٤) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الرفاهة النفسية والدرجة الكلية

الدرجة الكلية للمقياس	البعد
**٠,٧٢	تقبل الذات
**٠,٧١	الاستقلالية
**٠,٧٥	التمكن من البيئة
**٠,٧٦	الهدف من الحياة
**٠,٨١	النمو الشخصي
**٠,٨٥	إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين

ويتضح من جدول (٤) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين:

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

(٠,٧١ - ٠,٨٥) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس ، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه

٢. ثبات مقياس الرفاهة النفسية

حسبت قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية و المقياس ككل، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات :

جدول (٥) معاملات الثبات لأبعاد مقياس الرفاهة النفسية والدرجة الكلية

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
تقبل الذات	٠,٧٩	٠,٧٨
الاستقلالية	٠,٧١	٠,٧٠
التمكن من البيئة	٠,٨١	٠,٧٥
الهدف من الحياة	٠,٧٢	٠,٧١
النمو الشخصي	٠,٧٥	٠,٧٢
إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	٠,٧٨	٠,٧٤
المقياس ككل	٠,٨٨	٠,٨١

يتضح (٥) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس الرفاهة النفسية وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة.

النتيجة

وبعد إجراء عمليات الصدق والثبات على مقياس الرفاهة النفسية يصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٦٠) عبارة يمكن إستخدامه علميا في الدراسات والبحوث التي تتناول قياس الرفاهة النفسية لدى المراهقين المقيمين في المؤسسات الإيوائية .

المراجع:

- صالح حسن الداھرى (٢٠١٢) سيكولوجية المراهقة ومشكلاتها، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، الاردن
- السيد محمد أبوهاشم (٢٠١٠) النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة . مجلة كلية التربية ، جامعة بنها، (٨١)، ٢٦٩-٣٥٠.
- حامد عبد السلام زهران (١٩٩٥) علم النفس النمو "الطفولة والمراهقة"، (ط٥) ، القاهرة: عالم الكتب
- حنان سلامه سلومة على (٢٠١٤) فاعلية برنامج إرشادي تكاملي لتحسين الرفاهة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي . رسالة دكتوراه . كلية التربية . جامعة عين شمس
- سوسن إبراهيم مصطفى (٢٠١٣)الاتجاهات المتبادلة بين الاطفال المقيمين فى المؤسسات الايوائية والاطفال المقيمين مع أسرهم ،رسالة ماجستير ،معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس
- صبا عبد المنعم محفوظ (٢٠١٨).الرفاهية النفسية لدى مُعلمات رياض الاطفال .مجلة دراسات تربوية ، (٤٤) ، ١١ ، ١-٢٠ .
- محمد عبد العزيز سليمان (٢٠٠٠) تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية ، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس
- عادل عز الدين الاشول (٢٠٠٨) علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية
- عبدالرحمن بن على حسن العطاس (٢٠١٣) الشعور بالطمأنينة والوحدة النفسية لدى الايتام المقيمين فى دور الرعاية والمقيمين لدى ويهم (دراسة مقارنة) .رسالة ماجستير. كلية التربية .جامعة أم القرى . المملكة العربية السعودية

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

- فتون خرنوب (٢٠١٦) الرفاهة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتعاؤل، دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس - سورية، العدد (١٤) ٢٠١٧، ١ - ٢٤٢.
- فردوس عبد ربه مصطفى (٢٠١٦) الخصائص النفسية والاجتماعية لشخصية المراهق الفلسطيني وعلاقتها بصحته النفسية. رسالة دكتوراة . كلية التربية . جامعة عين شمس
- محمد أبو حلاوة (٢٠١٤) "علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، العدد الرابع والثلاثون، ١٠ - ٩٥، القاهرة، جمهورية مصر العربية
- محمد السعيد أبو حلاوة وعاطف مسعد الشربيني (٢٠١٦) علم النفس الإيجابي: نشأته وتطوره ونماذج وقضاياها. القاهرة: عالم الكتب.
- محمود عكاشة (٢٠١٠) العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقة اللغوية، بحث مقدم في المؤتمر العلمي السابع لكلية التربية، جامعة كفر الشيخ بعنوان "جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية" في الفترة من (١٣ - ١٤) نيسان، دمنهور، جمهورية مصر العربية
- مني عبدالمنعم حسن على (٢٠١٨) الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من الشباب . رسالة ماجستير . كلية التربية . جامعة عين شمس
- مها محمد عبد زعاترة (٢٠١٨) درجة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى المراهقين المقيمين بالمؤسسات الايوائية في فلسطين ، رسالة ماجستير ، عمادة الدراسات العليا ، جامعة القدس ، فلسطين
- وحيد مصطفي كامل مختار و محمد شعبان أحمد (٢٠١٧) دراسة استكشافية لتفاعل الشفقة بالذات والرفاهية النفسية في خفض الاكتئاب لدى امهات الاطفال ذوى الإعاقة العقلية ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنوفية ، (٤٢) ، ٤ ، ٢-٤١
- وزارة الشؤون الاجتماعية (١٩٧٧) القرار الوزاري رقم (٣٦) بشأن اللائحة التنفيذية للمؤسسات الإيوائية، ج.م.ع.

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

- Abbott , Rosemary ,(2006) . Psychometric Evaluation and Predictive Validity of Ryff's Psychological Wellbeing in a UK Birth Cohort Sample of Women , **Health and Quality Of Life Outcomes**, 4, 76 (2006). <https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-76>
- Abbott, R. A., Ploubidis, G. B., Huppert, F. A., Kuh, D., & Croudace, T. J. (2010). An evaluation of the precision of measurement of Ryff's Psychological Well-Being Scales in a population sample. **Social indicators research**, 97(3), 357-373
- Arnout, B., Alkhatib, A., Abdel Rahman, D., Pavlovic, S., Al-Dabbagh, Z., & Latyshev, O. (2019). Spiritual intelligence and self-affirmation as predictors of athletes' psychological well-being. **International Journal of Applied Psychology**, 9(4), 104–109 <https://doi.org/10.5923/j.ijap.20190904.02>
- Donaldson, S. I., Dollwet, M., Rao, M. A. (2014). Happiness, excellence, and optimal human functioning revisited: Examining the peer-reviewed literature linked to positive psychology. **Journal of Positive Psychology**(10), 185–195
- Ingride. Weels (2010). **Psychological Well-Being. Psychology of Emotions, Motivation and Actions** . Nova Science Publishers, Inc. New York
- Jahan, M., & Khan, S. (2014). Psychological well-being: Spirituality and successful aging. **Indian Journal of Health and Well-being**, 5,(7), 68-71
- Nemati,F (2018): Comparison of the effectiveness of training of reality and spirituality on psychological well-being among students .**Journal of Research & Health**(8),5, 473-482
- Ryff, C. D., Singer, B. H., & Dienberg Love, G. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. **Philosophical**

Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences, 359(1449), 1383-1394.

- Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-being, **Journal of Happiness Studies**, 9,(1),13-39
- Ryff CD, Heller AS, Schaefer SM, Van Reekum C, Davidson RJ (2016) Purposeful engagement, healthy aging, and the brain. **CurrBehavNeurosci Rep. doi:10.1007/s40473-016-0096-z**
- Sadoghi, M., &Hesampour, F. (2018): Predicting Psychological Well-Being Based on Gratitude and Meaning in Life among Medical Sciences Students. **Medical Ethics Journal**, 11,(42), 79-89
- Spring ,K & Hauser, R(2006) An Assessment of the Construct Validity of Ryff Scales of Psychological Well being: Method , Mode , and Measurement Effecats , **Science Research** ,35(4),1080-1102
- Uchino, B. N., Bowen, K., de Grey, R. G. K., Smith, T. W., Baucom, B. R., Light, K. C., & Ray, S. (2016). Loving-kindness meditation improves relationship negativity and psychological well-being: A pilot study. **Psychology**,(7),1, 6-11
- Wang, I. M., Sinclair, R. R., &Tetrick, L. E. (2012). **How to think about and measure psychological well-being**. Research methods in occupational health psychology. New York: Routledge

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية

الملاحق

ملحق (١)

قائمة بأسماء السادة محكمي مقياس الدراسة

م	اسم الدكتور المُحكّم	الدرجة العلمية	التخصص
١	جمال فرغل الهواري	استاذ دكتور	علم النفس تربوي ووكيل كلية التربية جامعة الازهر
٢	عزت عبد الله كواسه	استاذ دكتور	رئيس قسم الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
٣	احمد مهدي مصطفى	استاذ دكتور	علم النفس التعليمي كلية التربية جامعة الازهر
٤	عبدالرحمن محمد مصلحي	استاذ دكتور	علم النفس التربوي كلية التربية جامعة الازهر
٥	عبد العزيز إبراهيم سليم	استاذ دكتور	علم النفس تربوي كلية التربية جامعة دمنهور
٦	ربيع شعبان عبد العليم	استاذ دكتور	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
٧	سامح احمد سعادة	استاذ مساعد	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
٨	محروس عبد الخالق فرحات	مدرس	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
٩	مدحت عبد المحسن الفقي	استاذ مساعد	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
١٠	احمد علي محمد الكبير	استاذ مساعد	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
١١	هاني حسين الاخواني	استاذ مساعد	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
١٢	احمد عبد الفتاح حسين	مدرس	الصحة النفسية كلية التربية جامعة الازهر
١٣	ربيع شعبان حسن	مدرس	علم النفس التربوي كلية التربية جامعة الازهر

ملحق (٢)

مقياس الرفاهة النفسية

في صورته الأولية إعداد الباحثة

١. **Self-Acceptance** النُعد الاول تقبل الذات

يقصد بها الوعي والرضا عن الذات وجودًا وقدرًا، ماضيًا وحاضرًا، ضعفاً وقوة (وجودًا وقدرًا محتومًا لكافة الظروف المحيطة به والتي نشأ فيها)، (ماضيًا وحاضرًا) أن يتقبل ماضية ويتخذ دافعًا لحاضره ماضيًا لنفسه بوعيهِ التام بمواطن قوته وضعفه وتقبلها والعمل علي تحسينها .

م	عبارات نُعد تقبل الذات	موافق	مُحايد	معترض
١	نُعد تقبل الذات			
١	أتقبل انتقاد الآخرين لتصرفاتي			
٢	امتلك القدرة علي تعديل اخطائي			
٣	أشعر بالرضا عن حالي			
٤	أحلم بحياة اخرى غير التي أعيشها			
٥	أرحب بزيارة المتبرعين للمؤسسة			
٦	أرضى عن تصرفاتي			
٧	أنزعج اذا عرف أصدقائي بانني يتيم يُقيم بالمؤسسة			
٨	أشعر اني مُجبر علي اختياري			
٩	أيقن ان لدي مهارات تساعدني علي النجاح			
١٠	أعترف بخطئي حين حدوثه			
١١	اشعر بالرضا عن وجودي بالمؤسسة			
١٢	أرضى لارتدائي ملابس مستعملة ولا ابالي			
١٣	افتخر بقدراتي وتفوقي الدراسي امام زملائي بالمؤسسة			
١٤	أحزن لفقدان الدفاء والاحتواء الاسري			
١٥	الوم نفسي دائما على أخطائي			
١٦	أتناسى الماضي لتحقيق اهدافي			
١٧	يزعجني التفكير بمشاكلي لأنها اعلى قدراتي			
١٨	أشعر بقيمة حياتي عندما احقق نجاحا			
١٩	أحجل اذا عرف احدهم انني أقيم بمؤسسة			

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

النُعد الثاني الاستقلالية Autonomy

شعور ذاتي داخلي بالاستقلال المادي والمعنوي لتحمل المسؤولية وتداعيات قراراته ،
وقدرته علي تجاوز المشكلات والضغوط المُعاشاة بأفضل الطرق ، والقيام بالتقويم الدائم
لسلوكه

٢	عبارات نُعد الاستقلالية	موافق	محايد	معارض
٢٠	ابدء بسماع ذو الخبرة قبل اتخاذ قراري			
٢١	اسعى لتصويب قراراتي الخاطئة			
٢٢	استطيع ايجاد حلول صحيحة لمشكلاتي			
٢٣	انجح في تقديم الرأي السديد لزملائي			
٢٤	ابحث عن اسباب المشكلات لتفاديها			
٢٥	استمع للآخرين ثم احدد ما اريد			
٢٦	اختر اهدافي دون الاعتماد علي الأصدقاء			
٢٧	ارتب أفكارتي وأولوياتي قبل اتخاذ أي قرار			
٢٨	اتحمل عواقب اختياري واصحها			
٢٩	اعاند برأي الصحيح ولا استمع للآخرين			
٣٠	اتفق مع رأي الاخرين ولا ارهق نفسي بالتفكير			
٣١	يستطيع الآخرونالتأثير فيآرائي بسهولة			
٣٢	اتردد لتحديد اختياري بوضوح			
٣٣	اجد صعوبة في اتخاذ اقل القرارات الشخصية			
٣٤	استعين بصديق لاختيار الحل الامثل لمشاكلي			
٣٥	القي اللوم على الاخرين في قراري الخاطئ			

البُعد الثالث النمو الشخصي Personal Growth

قدرة الفرد للتطور، والرقى، عن طريق استيعاب واكتساب الجديد من المعارف والمهارات والخبرات ، سعياً للتقدم .

معارض	محايد	موافق	عبارات بُعد النمو الشخصي	
			أشعر ان قدرتي على التحصيل تفوق زملائي	٣٦
			أدقق في تفاصيل الاشياء كي أتعلم الجديد	٣٧
			صعوبات الحياة تزيدني تصميم للتعلم	٣٨
			أنجح في تعلم بعض المهارات بسرعة	٣٩
			اعارض دائما اراء الاخرين لأكون مميزا	٤٠
			أستمتع بالحياة ولا ارهق نفسي بالتعلم	٤١
			أصل لحل المشكلات بالتعلم	٤٢
			أرى ان التعلم والممارسة افضل وسيلة للرقى والمكانة	٤٣
			أتحدى زملائي لتقديم افضل الحلول للمشكلة	٤٤
			أعلم الكثير من ذويالخبرة	٤٥
			أسعي لاكتساب المعلومة من مصادر مختلفة	٤٦
			أسعد بإنجاز مهامي صحيحة بسرعة و بدقة	٤٧
			أفقر التصرف الصحيح للمواقف الجديدة	٤٨

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

النُعد الرابع التمكّن من البيئة Environmental Mastery

هي قدرات تُعين الفرد علي التعامل الصحيح، واستغلالاً لكافة الفرص المُتاحة بالمجتمع، التي يعيش فيه بصورة تُمكنه من إدارة حياته وتحقيق اهدافه المستقبلية

معارض	محايد	موافق	عبارات نُعد التمكّن من البيئة	٤
			أهتم بتعلم المهارات المتنوعة الجديدة	٤٩
			أستمع لتجارب الاخرين لتفادي الاخطاء	٥٠
			أتمكّن من نيل فرصتي بالتخطيط لا هدافي بالحياة	٥١
			أحرص علي التفوق الدراسي علي زملائي بالمؤسسة	٥٢
			أهتم بمقابلة الزائرين بالمؤسسة لاكتساب خبراتهم	٥٣
			أتعامل مع صعوبات الحياة بالتفكير والتأني	٥٤
			أصل لطموحي بالتخطيط والتعلم	٥٥
			أهتم بالنصائح وانفذ ما يتناسب مع الموقف	٥٦
			أحب اداء مهاممي اليومية بطرق جديدة	٥٧
			أقتنص الفرص المتاحة علي حساب الاخرين	٥٨
			المحيطين بالمؤسسة هم جزء من معاناتي	٥٩
			أستقمت وكنت صادقاً فأحرزت قهراً	٦٠
			أتبادل المعلومات مع من يحتاج المساعدة للاستفادة	٦١
			أعيش ظروف تمنعني من تحقيق طموحي	٦٢
			أرى انني لو لم اتربي بالمؤسسة لكان حالي أفضل	٦٣

الْبُعد الخامس الهدف من الحياة Purpose in Life

هو جلاء المقصد نحو التقدم سعياً إلي ما هو أفضل بانتهاج أسلوب فكري بالحياة ، لتحقيق أهدافه ، وذاته ، ونجاحاته ، وإبداعاته .

معارض	محايد	موافق	عبارات بُعد الهدف من الحياة	٥
			لدي رؤية وأمل في المستقبل	٦٤
			أشعر بالرضا عندما افكر فيما انجزته	٦٥
			أعاند الصعاب واتغلب عليها	٦٦
			أثق بقدراتي لتحقيق مستقبل أفضل	٦٧
			أفرح عندما انجز مهامى بشكل صحيح	٦٨
			أصمم على تحقيق أهدافى الدراسية	٦٩
			أستطيع تحقيق أهدافى بالتخطيط الجيد والتعلم	٧٠
			اسعد بترتيب اولوياتى وتنفيذها بنجاح	٧١
			أفكر تحديد هدفى فى الحياة	٧٢
			أرضى على نفسى عند تحقيقى لهدفى	٧٣
			أؤمن دائماً ان غداً أفضل بالعمل والرضا	٧٤
			أجهل المستقبل واجده مظلماً	٧٥

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

البعد السادس

إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين Positive Relations with Others

تكيف الفرد، والتفاعل الإيجابي، والتكامل والانصهار مع الآخرين من خلال نسج علاقات سوية يتم فيها تبادل الدفء، والمحبة، والتواد، والثقة، والإيثار، والمساندة، والامن، والاخذ والعطاء فيما بينهم.

٦	عبارات بُد إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين	موافق	محايد	معترض
٧٦	أحب التشارك مع زملائي بالمؤسسة والمدرسة في اللعب			
٧٧	أتعاون مع زملائي لأنهاء الواجبات اليومية			
٧٨	أتوقع ابتعاد الناس عني			
٧٩	أسعد عندما يثق زملائي بي			
٨٠	أندخل عند مشاهدة مشاجرة بين زملائي			
٨١	أرحب بالتعرف على اشخاص جدد			
٨٢	أحزن كثيرا اذا بكى امامي صديق			
٨٣	أتعاون مع زملائي لتقديم كل ما لدى من خبرة			
٨٤	أواجه المضايقات بالمواجهة والتسامح			
٨٥	أفضل المشاركة مع زملائي بالمؤسسة في كل شيء			
٨٦	أكره شفقة الآخرين علي			
٨٧	أسعد لتقديم المساعدة لزملائي بالمؤسسة			
٨٨	أفعل ما أريد ولا يعنيني نظرة الناس لي			

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

ملحق (٣)

النسب المئوية لاتفاق السادة المُحكّمين على عبارات مقياس

الرفاهة النفسية

نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	نسبة الاتفاق	رقم العبارة
%٣٠	٢٩	%٨٥	٢٢	%١٠	١٥	%٢٠	٨	١٠٠ %	١
%٩٦	٣٠	%٢٥	٢٣	%٢٥	١٦	%٩٠	٩	%٥٩	٢
%٢٩	٣١	%٩٣	٢٤	%١٥	١٧	%٩٠	١٠	%٩٥	٣
%٩٥	٣٢	%٨٤	٢٥	%١٥	١٨	%٨٥	١١	%٣٠	٤
%٢٣	٣٣	%٨٩	٢٦	%٢٢	١٩	%٢٠	١٢	%٢٠	٥
%٢٠	٣٤	%٩٣	٢٧	%٩٠	٢٠	%٧٥	١٣	١٠٠ %	٦
%١٩	٣٥	%١٠٠	٢٨	%٩٥	٢١	%٩٥	١٤	%٨٥	٧
%٢١	٦١	%٩٦	٥٥	%٩٥	٤٩	%٩٠	٤٣	%١٥	٣٧
%٩٩	٦٢	%١٥	٥٦	%٨٨	٥٠	%٧٩	٤٤	%٢٢	٣٨
%٩٧	٦٣	%٨٩	٥٧	%٧٥	٥١	%٨٣	٤٥	%٩٥	٣٩
		%٢٥	٥٨	%٩٠	٥٢	%٩٧	٤٦	%٨٧	٤٠
		%٢٠	٥٩	%١٠٠	٥٣	%٩٨	٤٧	%١٠	٤١
%١٤	٨٤	%٩٧	٧٩	%٨٦	٧٤	%٩٠	٦٩	%٩٦	٦٤
%٩٨	٨٥	%١٥	٨٠	%٩٨	٧٥	%٢٨	٧٠	%٨٥	٦٥
%١٥	٨٦	%٩٨	٨١	%٩٨	٧٦	%٩٢	٧١	١٠٠ %	٦٦
%٩٤	٨٧	%٨٨	٨٢	%٨٩	٧٧	%٩٦	٧٢	%٢٠	٦٧
%٩٦	٨٨	%٩٢	٨٣	%٩٥	٧٨	%٨٩	٧٣	%٨٠	٦٨

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهة النفسية

ملحق (٤)

مقياس الرفاهة النفسية فى صورته النهائية

إعداد/ شريفه فيصل يوسف عمار

الاسم (إذا رغبت) :

اسم المؤسسة : السن :

السنة الدراسية :

تاريخ الميلاد :/...../.....

رقم الموبايل:.....الايمل/.....

تعليمات المقياس

عزيزي المراهق:...

بين يديكم مجموعة من العبارات التى تتعلق بكيفية تصرفك عادة تجاه نفسك فى الأوقات ومواقف الحياة، يرجى الإجابة عليها بصورة عفوية وكما تشعر بالفعل فلا تفكر بالأجابة الأحسن...برجاء قراءة كل عبارة من هذه العبارات ووضع علامة (√) امام الاختيار الذى يعبر عنك

موافق	محايد	معارض
٣	٢	١

فلا يوجد إجابة صحيحة ، واخري خاطئة ، وإنما هي تعبر عن وجه نظرك ، وذلك بغرض البحث العلمي .رجاء الاجابة علي كافة العبارات ، وعدم ترك اي عبارة منهم .
مع وافر الشكر والتقدير على حسن تعاونكم
الباحثة

أ. شريفة فيصل يوسف عمار

م	العبارات	موافق	مُحايد	مُعترض
١	استمع للآخرين ثم احدد ما أريد			
٢	لدي مهارات تساعدني علي النجاح			
٣	استمع لتجارب الاخرين بالمؤسسة لتفادي الاخطاء			
٤	اشعر ان مستقبلي مُظلم			
٥	اصل لحل المشكلات بالتعلم			
٦	احزن كثيراً إذا بكى أمامي صديق			
٧	اعترف بخطئي حين حدوثه			
٨	اختار اهدافي دون الاعتماد علي الاصدقاء			
٩	اعيش ظروف تمنعني من تحقيق طموحي			
١٠	ارتب اولوياتي وانفذها بنجاح			
١١	اسعي لاكتساب المعلومة من مصادر مختلفة			
١٢	ارحب بالتعرف علي اشخاص جدد			
١٣	امل إلي تعديل سلوكي غير الصحيح			
١٤	اتحمل عواقب اختياري وأصحها			
١٥	اهتم بمقابلة الزائرين بالمؤسسة لاكتساب خبراتهم			
١٦	لدي رؤية وامل في المستقبل			
١٧	اتعلم من ذوي الخبرة اتخاذ قراراتي			
١٨	اتعاون مع زملائي لتقديم كل ما لدي من خبرة			
١٩	انا راضي عن تصرفاتي			
٢٠	اتفق مع رأي الاخرين دون ارهاق نفسي في التفكير			
٢١	اري ان وجودي في المؤسسة السبب في تدهور حالي			
٢٢	اعاند الصعاب واتغلب عليها			
٢٣	افتقر إلي التصرف الصحيح في المواقف الحياتية الجديدة			
٢٤	افعل ما اريد ولا يعنيني نظرة الناس لي			
٢٥	احزن لفقدان ابي وامي			
٢٦	ارتب افكاري واولوياتي قبل اتخاذ أي قرار			
٢٧	احرص علي التفوق الدراسي علي زملائي بالمؤسسة			
٢٨	اصمم علي تحقيق اهدافي في الحياة			
٢٩	اري ان التعلم والممارسة افضل وسيلة للترقي والمكانة			

الخصائص السيكومترية لقياس الرفاهة النفسية

م	العبارات	موافق	مُحايد	مُعترض
٣٠	اتوقع ابتعاد الناس عني			
٣١	اشعر بالرضا عن احوالي			
٣٢	اتردد في تحديد اختياري بشكل واضح			
٣٣	اتمكن من نيل فرصتي بالتخطيط لأهدافي بالحياة			
٣٤	ارضي عن نفسي عند تحقيق هدفي			
٣٥	اتحدى زملائي لتقديم افضل الحلول للمشكلة			
٣٦	يسعدني تقديم العون والمساعدة لزملائي بالمؤسسة			
٣٧	اتقبل انتقاد الاخرين لتصرفاتي			
٣٨	ابحث عن اسباب المشكلات لتفاديها			
٣٩	اصل لطموحي بالتخطيط والتنظيم			
٤٠	يزعجني معرفة الاخرين اني يتيم يُقيم بالمؤسسة			
٤١	انجح في تعلم بعض المهارات بسرعة			
٤٢	اتعاون مع زملائي لأنهاء الواجبات اليومية			
٤٣	الجأ لذو الخبرة لاستشاراتهم قبل اتخاذ قراري			
٤٤	افتقر إلي تحديد هدفي في الحياة			
٤٥	اسعد بإنجاز مهماتي بطرق صحيحة بسرعة ودقة			
٤٦	اهتم بتعلم المهارات المتنوعة الجديدة			
٤٧	اشعر بالرضا عندما افكر فيما انجزته			
٤٨	اشعر ان قدرتي علي التحصيل تفوق زملائي			
٤٩	افضل المشاركة مع زملائي بالمؤسسة في كل شيء			
٥٠	اسعي لتصويب قرراتي الخاطئة			
٥١	احب اداء مهماتي اليومية بطرق جديدة			
٥٢	أؤمن ان غدا بالعمل والرضا افضل			
٥٣	اعارض اراء الاخرين لأكون مميز			
٥٤	احب التشارك مع زملائي بالمؤسسة في اللعب			
٥٥	سعيد بتفوقي الدراسي امام زملائي بالمؤسسة			
٥٦	استطيع إيجاد حلول صحيحة لمشكلاتي			
٥٧	اتعامل مع صعوبات الحياة بالتفكير والتأني			
٥٨	افرح عندما انجز مهماتي			
٥٩	اشعر بالرضا عن وجودي بالمؤسسة			
٦٠	اسعد عندما يثق زملائي بي			