

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاه النفسيه للاطفال

4 - 6 سنوات

اعداد الباحثة:

داليا احمد على

المقدمة:

الرفاهية النفسية هي قدرة الطفل على أن يعيش البهجة والسرور ويسعى إلى تحقيقها من خلال المواقف التي يعيشها والرضا بما يفعله ويقدم له من أنشطة.

الرفاهية: هي الأداء النفسي لأفراد والقدرة على تكوين علاقات إيجابية طيبة والحفاظ عليها وتطويرها، والقدرة على قبول الذات والاستقلال والنمو الشخصي.

الرفاهية تقوم على تحقيق المتعة وتجنب الألم ووجود هدف ومعنى للحياة.

تظل الطفولة فترة حاسمة لتشكيل البنية العقلية للأفراد، وتظل آثارها في كل جوانب الحياة وقام الباحثون بدراسة واستكشاف العديد من العوامل في تشكيل هذا الهيكل وأحد منهم هو الراحة النفسية وقد تسن من الناحية الكمية أن درجات عالية من الرفاهية النفسية تزيد الجوانب الإيجابية للصحة العقلية لدي الأطفال، مثل الثقة بالنفس واحترام الذات والتعاطف الاجتماعي (-Dwivdi & Bringley Develop 2004 ment Harper) خلال العقود الماضية مخاوف بشأن رفاهية الأطفال ونوعية حياة الأطفال زادت أيضاً على الرغم من أن الباحثين وصانعي السياسات قد تم العمل على سلامة الأطفال والصحة العقلية للأطفال لسنوات عديدة، يبدو أن رفاهية أكثر تعقيداً وتحديداً وقياس (Jones & Ialiberte Piescher 2015) أهمية هذه القضية بقدر ما لدي صندوق الأمم المتحدة للطفولة (اليونسيف) بطاقة تقرير رفاهية الأطفال بشكل عام في 29 من الدولة المتقدمة وتصنيف الدول وفقاً لذلك الرفاه العام في بطاقة التقرير وتحتوي على خمسة أبعاد: الرفاه المادي، الصحة والسلامة، التعليم، السلوكيات والمخاطر والإسكان والبيئة (يونسيف 2013) بعد ذلك تم إجراء العديد من الأبحاث من أجل تحديد الرفاهية، واستكشافها للمؤثرات وتقدير تأثير مختلف حالات الرفاه النفسية في حياة الأفراد المتقدمة كما تقوم المجتمعات وصانعي السياسات فيها بتخصيص ميزانية واهتمام بشأن تعزيز الرفاهية النفسية في الأطفال.

أثر تعليم الموسيقى على صحة الاطفال النفسيه:

لصحة النفسية العديد من التعريفات فقد تم تعريفها علي انها القدره علي العطاء والحب دون انتظار لمقابل، وتفسر علي انها التوازن بين الغرائز، والرغبات الخاصه، والذات والضمير كما تم تعريفها علي انها القدره علي التآرجح بين الشك واليقين (عكاشه، 2008، 132، 124) ومن تعريفات الصحة النفسية ما وضعتة منظمه الصحة العالميه اذ عرفتها بأنها ليست مجرد غياب الاضطرابات النفسية، بل هي حاله من العافيه يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصه والتكيف مع حالات التوتر الماديه والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه، وتعني أيضا أن يكون الفرد في حاله تسمح له أن يدرك من خلالها علي المساهمه في مجتمعه.

ليس من السهل تحديد فيها إذا كان الشخص يتمتع بالصحة النفسية أم لا، لأن الموضوع في مجمله نسبي فاعتبار الشخص طبيعي أو غير طبيعي ضمن مفهوم الصحة النفسية أمر يخضع لمعايير متعددة، إلا أن هناك بعض الصفات المألوفه والتي بواسطتها يمكن الأستدلال إلي حد كبير علي مدي تحقيق صحه الفرد النفسي وهذه المعايير يمكن إجمالها فيما يلي (Baltus, 1997:209)

- تقبل الشخص لذاته، وأن يكون لدي الشخص اتجاه إيجابي لواقعه الحقيقي.
- يمكن للشخص التعايش مع ظروفه الحاليه.
- قادر علي تلبية رغباته الكلية بشكل مقبول.
- يمكنه حل مشاكله وأتخاذ قراراته بشكل فعال.
- يمكنه فهم قلق الآخرين ومخاوفهم.
- قادر علي أبراز مشاعره بشكل مقبول وبطريقه بناءه.
- لديه مسئوليه تجاه الآخرين
- راضي بشكل أساسي، لكنه متحمس لتحقيق ذاته.

* للموسيقى تأثير نفسي على الطفل تجعل منه شخصا هادئ و مستمع جيد، ففي كتاب العمل مع الاطفال يقول جودي (herr,g) أن للموسيقى القدره على تنمية إحساس

الطفل واتصاله مع الآخرين، كما أنه يتيح له الفرصه ليتعلم مهارات لغوية وحسابيه وتزوده بشعور داخلي سار أثناء لعبه وأكله ونومه وتكسبه القدره على التعبير عن ذاته والتفاعل مع مشاعر الآخرين، فالأطفال عندما يستمعون للموسيقى و عندما يغنون إنما يتعلمون كلمات جديده وأصوات جديدة، كما تساعد الإيقاعات الموسيقية على النمو الجسمي السليم للطفل (herr,ibid:385 /386) وإلى جانب ذلك يضيف أستاذ التربية الموسيقية ومدير معهد الابحاث الموسيقية في جامعة شمال كارولاينا في غرينزبورو، البروفيسر دونالد هادجز (d.hodges) قائل لا شئ يقوم بتحفيز عدد كبير من مناطق الضماغ كالموسيقى، كما ان الموسيقى تضيف بعد هام للجانب الجمالي والعاطفي لكل الاطفال بغض النظر عن قدراتهم الجسدية والعقلية (boyer & rozmajzl,2012:9) لقد استخدم كلن من ميتشل وزانكر (mitchel & zanker) الموسيقى كأسلوب في العلاج النفسي وجدا لها قيمة كبيره في الامور التاليه (عيسوي، ١٩٤٨، ص ٢٥٨)

1. تقوية العلاقات الشخصية الداخلية.

2. إطلاق الانفعالات.

3. المساعدة على خلق التكامل في الشخصية.

وقد وجدت العديد من الدراسات بأن الموسيقى تعمل كمساعد في تفرغ الشحنات الانفعاليه إزالة التوتر حيث يستمع المريض إلى قطع موسيقيه او يقوم بعزف الموسيقى تساعده في ذلك.

المفهوم الإجرائي

الرفاهة النفسية (الوجود الأفضل) well – being:

يعد مفهوم الرفاهة النفسية (well – being) من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس، وهو يمثل محور اهتمام علم النفس الإيجابي خلال العقود الماضية ويذكر دينر (Deiner 2000) وهو من أكبر الباحثين في موضوع الرفاهة أن معرفة علماء النفس بمصطلح الرفاه ما زالت أولية، وابتداء من عام ١٩٣٨ إلى ٢٠٠٢ كان هناك (١٣٨) دراسة عالمية تناولت الرفاهة، وفي اللغة العربية هناك اختلاف في ترجمته، فبعضهم يعده

مرادفاً للسعادة وتمت ترجمته إلى الوجود الأفضل أو طيب العيش، وبعضهم يراه مرادفاً لجودة الحياة وإضافة لمصطلح الوجود الأفضل، يستعمل الباحثون عدة مفاهيم أخرى منها الهناء الشخصي وحسن الحال، والتنعم الذاتي، والحياة الطيبة والرفاه النفسي وغيره (معمرية 2012، 121)

ويشير هيرد (2003, hird) في مراجعته للأدبيات في الرفاهية، وإلى أنه بالرغم من التعريفات النظرية للسعادة والرفاهه والحياة الطيبة وجود الحياة قد تلقت الكثير من الانتباه من علماء النفس في العديد من المجالات، فإنه لا يوجد اتفاق عام على تعريف عالمي للرفاهية (16, 2008, O'Brien) وقد عرفت الدراسات المبكرة الرفاهية من ناحية المشاعر الطيبة مثل السعادة والرضا عن الحياة، أما الدراسات الأحدث فأشارت إلى أن الرفاه ليست متميزة من خلال المشاعر الإيجابية وحدها التي قد تكون زائلة أو مؤقتة نسبياً (الرفاهية كحالة) لكنها تشمل جوانب بعيدة المدى أو ثانية للأداء أو التوظيف النفسي الإيجابي. (Abbott et al , 2008, 680)

ويشير (112, 2011, lundqvist) الي ان الأداء النفسي الإيجابي يزيد من مستويات الرفاهية والرضا عن الحياه.

وقد عرف الرفاهية النفسية العالم ريف أيضاً (246, 1999, Ryffet) أنها أبنية متعددة الأبعاد الى تعكس تقييمات الأفراد لأنفسهم، ونوعية حياتهم وحدد رايف في سنة عوامل للأداء الإيجابي وهي:

تقبل الذات self acceptance

العلاقات الإيجابية مع الآخرين positive relationships with others

3 - الاستقلاليه Autonomy

4 - الاجاده البيئه Environmental mastery

5 - الهدف من الحياه Purpose in life

6 - النمو الشخصي Personal growth

ولكننا في هذا البحث سوف نتطرق إلى ثلاث عوامل فقط، هي:

1 . تقبل الذات 2 . العلاقات الإيجابية مع الآخرين 3 . الاستقلالية

لكن تأتي أهميه الدراسه الحاليه كمحاوله علميه تضاف إلي المحاولات السابقه في ميدان بحوث علم النفس الإيجابي والرفاهه النفسيه للأطفال علي وجه الخصوص حيث توجد ندرة في قياس الرفاهه النفسيه علي مستوي الأطفال في مرحلة رياض الأطفال والحلقه الاولي من التعليم الاساسي ومن الدراسات السابقه التي تناولت ذلك. * دراسه شين آند يانج أجريت مع أطفال المدارس الابتدائية في كوريا، ووجدوا أن الطريقة الأكثر فاعلية لبناء فريق للأطفال والرفاهة الاجتماعية هو استخدام اللعب في تدريبات الإبداع الجماعي، وهي تشير إلى أن هذه الأنشطة في التدريبات الإبداعية تسمح للأطفال بالاستمتاع، وتسمح لهم بالضحك والشعور بالتحسن والاستمتاع في نفس الوقت، كما أنها تظهر نتائج تحفيزية للإبداع الجماعي، وتلعب دور في تعزيز المشاعر الإيجابية التي تشير إلى ان التدريب على الإبداع القائم على اللعب قد يعزز رفاهة الأطفال وتحسين الحالة المزاجية.

• دراسة (Galton & page 2015):

وهي تقيس أثر بعض مبادرات الرفاهة في المدارس التي كانت تعمل في الشراكة الإبداعية ووضعت بعض الكفاءات الشخصية للأطفال والتي تكون مرتبطة بالرفاهة والشراكة الإبداعية هي اللغة الإنجليزية مبادرة لتعزيز الإبداع على طول المناهج الدراسية وهو ما يشير إلى أن هذه الشراكة الإبداعية (CP) يمكن أن تحول حياة الأطفال وتأثر على ثقتهم بأنفسهم واحترامهم لذاتهم وأنه سوف يلعب هذا التعزيز دور مباشر في الرفاهة للأطفال (Galton & page 2015) من خلال نظرية المتعة (edudaimonic) (انظر بيترسون وسليجمان 2004)

ومن منظور رفاهة آخر حلل (دطن وبيج 2015) طريقة ممارسة التربية في المدارس (CP) ووجدوا أن المدارس الابتدائية تفضل الأطفال المستكشفين بطريقة تربوية منظمة ووضع أهداف التعليم وفقاً لخبرة الأطفال ووفقاً (لجالتون وبيج 2015) فإن نظرية التحفيز تدعم * هذا النوع من التدريس حيث أن هذه التحولات بعيداً عن التدريس

الاحترافي ينبغي أن تعزز شعوراً أكبر بالرفاهية (ديس وريان 2008، غالتون وبيج 2015) وأظهرت النتائج التي توصلت إليها دراسة (غالتون) أنها أشعرت الأطفال بالاستقلالية وبأنهم قادرون وجيدون في فعل الأشياء، وكذلك الشعور بالانتماء إلى المدارس وهذه النتائج جعلتهم يفكرون في علاقة مباشرة مع (ريان ودريس 2000) نظرية تعزيز المصير (المعاملة الخاصة والتفضيلية) والتي تقترح أن يتم تحقيق الرفاهية من خلال تحقيق ثلاث من الاحتياجات الأساسية (الكفاءة، الاستقلالية، الوفاء) وبالتالي فإن الآثار المترتبة على شركات خلاقة في المدارس عززت الرفاهية من خلال السعادة وعبر الاحتياجات الأساسية من (الكفاءة، الاستقلالية، الوفاء) (ريان ودريس 2000).

● دراسة نفيسة زغلول بعنوان «دور الموسيقى في تربية الطفل»

وهدفت تلك الدراسة إلى إظهار أثر الموسيقى على بعض جوانب شخصية الطفل، وقد توصلت الدراسة في نتائجها إلى أن الموسيقى دوراً هاماً في إبراز شخصية الطفل وفي أحساس الطفل بقيمته وحرية وشعوره بالانتماء وارتباطه بمن حوله وتحرره من الميول المضادة للمجتمع.

● دراسة عبد الفتاح* بعنوان «دراسة أثر الموسيقى على التوافق النفسي لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية». وهدفت تلك الدراسة إلى تصميم برنامج موسيقى يمكن من خلاله التعرف على أثر الموسيقى على التوافق النفسي لدى أطفال المرحلة الابتدائية وقد توصلت الدراسة في نتائجها فيما يلي:

- الاستماع إلى الموسيقى فقط لمدة قصيرة يحقق توافقاً أفضل من الاستماع للموسيقى لمدة طويلة.
- الاستماع للموسيقى مع المشاركة لمدة طويلة يحقق توافقاً أفضل من الاستماع للموسيقى مع المشاركة لمدة قصيرة.
- الاستماع للموسيقى مع المشاركة لمدة طويلة أو قصيرة يحقق توافقاً أفضل من الموسيقى فقط لمدة طويلة أو قصيرة.

1. إعداد مقياس للرفاهية النفسية خاص بأطفال المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.

2. حساب المؤشرات السيكومترية للمقياس على عينة من أطفال المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.

الإطار النظري:

مفهوم «الرفاهة النفسية»

تشير كارول ريف (Ryff C, وبيرتون سينجر (1998: 1069:1989) Singer, B (1) وماتوي جالجر (2003: 1030) Gallagher, M) إلى أن الدراسة العلمية للرفاهة النفسية بدأت خلال السنوات القليلة الماضية بالرغم من أنه في أوائل عام 1948 حددت منظمة الصحة العالمية أن الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من المرض النفسي بل هي أكثر من ذلك لذا بدأ العلماء دراسة العوامل والأبعاد المرتبطة والمنعشة للصحة النفسية والرفاهة، أي أنه في القديم تساوي مفهوم الصحة النفسية مع غياب المرض النفسي. أي أن الفرد يكون متمتعاً بالصحة النفسية حال خلوه من أعراض القلق والاكتئاب أو شيء آخر من الأعراض السيكولوجية، غير أن

ذلك يعبر عن مفهوم الرفاهة النفسية الذي يستلزم تعريفه تناول العوامل الإيجابية وبذلك يكون المفهوم مرادفاً للصحة النفسية، وعلاوة على ذلك فإن تفسير ما هو إيجابي يتطلب تناول القيم والمثل والخير في الخبرات الإنسانية، وخلاصة القول أن الصحة النفسية الأصيلة لا تعني فقط مجرد غياب أو الخلو من أعراض المرض النفسي إنما تتخطاه إلى التفاعل النشط الإيجابي للإنسان.

وتشير نيكلا كايكيران (1147 - 1141:2011) kapikiran, N إلى اهتمام علماء النفس حديثاً بالجوانب الإيجابية بدلاً من الجوانب السلبية من مشكلات واضطرابات واختلالات، وأحد هذه النظريات في علم النفس الإيجابي تسمى بالرفاهة النفسية، والرفاهية النفسية تعتبر أحد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة ويعتبرها البعض مرادفاً للسعادة، وإن كان البعض الآخر يرى أن السعادة والرفاهة الذاتية مترادفين، بينما تعتبر الرفاهة النفسية مفهوم متباين عنهما، والرفاهة النفسية هي شعور عام بالسعادة طبقاً لنموذج ريف يتكون من ستة أبعاد فرعية

وهما «الاستقلالية وتقبل الذات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين والهدف في الحياة والنضج الشخصي».

ويرى بيرتون سينجر وكارول ريف (3: 1998) Ryff C & Singer B

أن الرفاهية النفسية تتطلب صحة العقل والجسد معاً، وبالتالي فإن القياس الأمثل والشامل للصحة الإيجابية يتطلب اشتغال المكونات النفسية والبدنية والكيفية التي يؤثر كل منهما في الآخر، والحقيقة التي لا جدال فيها هي أن الأسس الفسيولوجية للحالة الإيجابية التي يكون عليها العقل هي التي تشكل الملامح الأساسية لتفسير الميكانزمات التي تتضمن الصحة | الإنسانية الإيجابية.

وتشير مونيكا نوفو وآخرين (84 - 69, 2010) Nova, M et, al. أن الرفاهة النفسية تعني الشعور بانفعالات جيدة وصحة نفسية جيدة كأساس لجودة الحياة، ومن هذه الوجة فإن الرفاهة النفسية تتضمن طريقة الأشخاص في تقييم حياتهم في الماضي والحاضر، وهذه التقييمات تشمل ردود الأفعال الانفعالية للأشخاص تجاه الأحداث الحياتية والأمزجة والأحكام المتعلقة بالطريقة التي يعيش بها الأشخاص حياتهم الخاصة، ومن ثم فالرفاهة النفسية عامة تشتمل على ثلاثة أبعاد هي البعد العضوي، والبعد النفسي وأخيراً البعد الاجتماعي.

1. مداخل دراسة الرفاهة:

وهناك عدة مداخل لدراسة الرفاهة النفسية وتتمثل فيما يلي:

أ. المتعة أو اللذة Hedonic well – being

تشير كارول ريف وآخرين (1394 - 2004: 1383) et al Ryff, C أن بحث الإنسان عن الشعور باللذة قديم ومتأصل ومتجذر في النفس الإنسانية فبحثه عن السرور والسعادة والرضا انبثق حتى في الكتابات اليونانية القديمة أمثال ابيقروس Epicurus بالإضافة إلى الفلاسفات اللاحقة لهوبز وبينتام Hobbes and Bentham وفي العصر الحالي يهتم علم نفس اللذة بالدراسة العلمية لما يحققه لنا الشعور بالسرور ويجنبنا الشعور بعدم السرور ومن الدراسات الحديثة التي تندج تحت

هذا الإطار هي الرفاهية الذاتية لايد دينر Diener، ويشير هذا المدخل إلى الرفاهية الذاتية وتعني السعادة وهذا الاتجاه نشأ على يد العالم أيد دينر Diener، ويفترض أن الرفاهية تتركز في التقييمات المعرفية التي تؤثر على حياة الفرد، وعرف دينر وأتباعه الرفاهية الذاتية بأنها المرور بخبرات متكررة من المشاعر السارة والمزاج السار وخبرات غير متكررة أو أقل تكرارا من المشاعر السلبية ومستويات عالية من الرضا عن الحياة، ومن ثم فالرفاهية الذاتية تتضمن ثلاثة عوامل: الرضا عن الحياة Life satisfaction، التأثير الإيجابي Positive affect، التأثير السلبي Negative affect.

ب . رفاهية السعادة Well – being Eudaimonic

ويركز هذا المدخل على الأداء الوظيفي الذي يعكس بلوغ أهداف حياتية ذات معنى واضح، وأول من كتب عن فلسفة السعادة أرسطو واعتبرها إدراك الفرد لإمكاناته الحقيقية، ولهذه الفكرة أصول في كتابات الفيلسوف الوجودي سارتر 1965 حيث أكد على مسؤولية الفرد ليكتشف معنى لوجوده وحياته بما في ذلك معنى للحقائق القاسية، ففي علم النفس مفاهيم عديدة ذات صلة وثيقة بالرفاهية النفسية مثل مفهوم تحقيق الذات لماسلو والأداء أو الوظيفة الكاملة لروجرز والتي تشير إلى تحقيق أقصى استفادة للكائن الحي حتى يحقق إمكاناته الخاصة أيضا هناك نموذج النمو النفسي الاجتماعي لاريكسون ومفهوم النضج لألبورت وجميعها تعرض رؤى متفائلة حيث اندماج الفرد في حياة جديدة تشتمل على معرفة أفضل بذاته والنضج والفعالية.

3 - الرفاهية النفسية لكارول ريف

تتكون الرفاهية النفسية طبقا لنموذج كارول ريف والذي يندرج تحت «مدخل السعادة» من ستة عوامل أو أبعاد مرتبطة ببعضها البعض وهي كالاتي:

أ . الاستقلالية Autonomy

تعرف كارول ريف Ryff, c (1989) وكارول ريف وبيرتون سينجر

(1998: 6) Ryff, c and singer, S (6: 1998) وكارول ريف وأخرين (1383: 2004 - 1394)

et al Ryff, c أن الاستقلالية تعني الشعور باستقلال وتفرد الذات، وأن يكون الفرد قادرا

على مواجهة الضغوط الاجتماعية والتفكير والتصرف بطرق خاصة به، وقدرته على تنظيم سلوكه من داخله وتقييم ذاته تبعا لمعايير شخصية، والاستقلالية هذا المعنى تشير إلى تفرد الذات Self determination وتقرير المصير.

ب - تقبل الذات Self acceptance

يشير علاء كفاقي (27: 1990) إلى أن تقبل الفرد لذاته يعني أن يتقبلها بإيجابياتها وسلبياتها وألا يرفضها أو يكرهها لأن رفض الذات أو كراهيتها يترتب عليه عجز الفرد عن تقبل الآخرين تقبلا حقيقيا، وتقبل الفرد لذاته لا يعني بالطبع الرضا السلبي عن الذات بل أن هذا التقبل لا يمنع من نقد الفرد لذاته ومحاسبتها وأن يقيم سلوكه باستمرار إلى أن يصل بالفرد لحالة من تطوير الذات، وهي تعني ألا يقنع الفرد بتقبل ذاته كما هي بل عليه أن يحاول تحسينها وتطويرها والتحسين والتطوير يحدث بتأكيد جوانب القوة ومحاولة التغلب على النقص ومناطق الضعف والتخلص من العيوب والتقليل من أثرها على الأقل فتقبل الذات بداية لتحسينها لأن من يرفض ذاته لن يحاول تطويرها.

ج - الهدف في الحياة Purpose in life

تشير كارول ريف 1081 - 1989: 1069: Ryff, C وكارول ريف و بيرتون سينجر Singer, B, and Ryff, C ومونيكا اردليت 108 - 2003: 91: Ardel, M) أن الهدف في الحياة من أهم المؤشرات الدالة على الصحة النفسية والرفاهة النفسية، ويتضمن هذا المتغير معتقدات الشخص حول هدفه في الحياة ومعنى حياته، كما أن مفهوم النضج Maturity يؤكد على الفهم العميق للهدف في الحياة وكذلك الشعور بالتوجه والقصد.

د - العلاقات الاجتماعية والإيجابية بالآخرين Positive relationships with others

تشير كارول ريف 1081 - 1989: 1069: Ryff, c وكارول ريف و بيرتون سينجر Singer, S (1: 1998 - 28) Ryff, c and singer) أن العلاقات الإيجابية بالآخرين من أهم مؤشرات ومعالم الصحة النفسية والرفاهة النفسية حيث تشير العديد من النظريات إلى أهمية العلاقات البين شخصية الدافئة والموثوق فيها، فالأشخاص المؤكدين لذواقهم يوصفوا بأنهم يمتلكون مشاعر قوية من التعاطف والحب لكل الكائنات البشرية، كما أنهم يمتلكون صداقات حميمة وهي أحد محركات النضج.

هـ - التمكن من البيئة Environmental mastery

تعتبر كارول ريف (1081 - 1989: 1069) (Ryff, c) القدرة على اختيار وخلق البيئة الملائمة لظروف الفرد وقيمة النفسية من أهم المؤشرات المحددة للصحة النفسية، ومن المعروف أن الشخص الناجح يستلزم المشاركة في مجالات وأنشطة ذات معنى ودلالة تتخطى الذات، وتتطلب عملية النمو مدى الحياة والقدرة على إدارة والتحكم في بيئة معقدة تشمل عددا كبيرا من الأنشطة الخارجية.

و - النضج الشخصي personal growth

تشير كارول ريف (1989: 1073) (Ryff, c) أن النضج الشخصي من أهم المؤشرات الدالة على الرفاهة النفسية والصحة النفسية والوظيفة الإيجابية، ويعني الشعور المستمر بالنمو ونضج الذات وامتدادها والانفتاح على الخبرات الجديدة وإدراك الفرد لإمكاناته والتحسين المستمر في الذات والسلوك بمرور الوقت بما يعكس فعالية.

مقياس الرفاهية النفسية:

قامت الباحثة بإعداد مقياس الرفاهة النفسية في ضوء إطلاع الباحثة على مجموعة من المصادر في بناء المقياس الحالي، وهذه المصادر هي:

- الاطلاع على الإطار النظري للرفاهة النفسية لكارول ريف.
- الاطلاع على العديد من المقاييس التي تقيس الرفاهة النفسية أو بعض أبعادها وهي:
- مقياس الرفاهة النفسية لكارول ريف تقنين (طه ربيع طه عدوي 2008).
- مقياس السعادة Happiness scale إعداد أيتل دينر وآخرين 1980 Diener etal.
- مقياس الرفاه النفسي للأطفال ما قبل المدرسة (نازانين عابد Nazanin abed، وشهلا باكرامان Shahla Bakraman ومحمد حيدري، وكارنيه تهاسيان (Karnieh tamasion 20 /6

أبعاد مقياس الرفاهة النفسية

وفي ضوء ذلك قامت الباحثة بوضع مقياس للرفاهة النفسية باعتبارها مفهوم يعكس مكونات الوظيفة الإيجابية كما حددتها ريف من تقبل الذات والاستقلالية والمعنى

أو الهدف في الحياة والنضج الشخصي والتمكن من البيئة وأخيرا العلاقات الإيجابية بالآخرين.

ثم استخلصت الباحثة مفردات المقياس وبلغت (18) مفردة وهي كالآتي:

البعد الأول: العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وهو استبيان يسأل فيه الطفل عن شعوره وعلاقاته الإيجابية مع الآخرين، وهو البند (1/2/3/4/5/6/7/8)

البعد الثاني: الرضا عن الذات وهو استبيان يطلب من الطفل توضيح مدى رضاه عن نفسه وحياته مع أسرته وأصدقائه ومعلميه وهو البند (9/10/11/12/13)

البعد الثالث: الاستقلالية، وهو استبيان يوضح مدى استقلالية الطفل في حياته مثل (العزف، الغناء، صنع آلة بنفسه، ابتكار أصوات جديدة، وهو البند (14/15/16/17/18)

التوصيات والمقترحات:

- إعداد وتقنين مقياس الرفاهة النفسية يصلح للمرحلة الأولى من التعليم الأساسي.
- دراسة المكونات العملية للرفاهة النفسية للأطفال.
- دراسة لرصد الرفاهة النفسية لدى الأطفال في هذه المرحلة.
- العلاقة بين الرفاهة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية.
- تحديد مدى ملائمة المناهج الدراسية في تحقيق الرفاهة النفسية للطفل المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.
- مدى فاعلية الأنشطة الموسيقية في تحقيق الرفاهة النفسية للأطفال المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.

مقياس الرفاهة النفسية

من إعداد الباحثة

التاريخ / /

إسم الطالب /

أولاً: العلاقات الإيجابية مع الآخرين

العناصر	أحيانا	لا	نعم
أحب العمر الجماعي مع أصدقائي			
أحب حصة الموسيقى			
أشعر بالوحدة في بيتي			
أشعر بالوحدة في مدرستي			
أحب تعلم الأشياء عن طريق الأنشطة الموسيقية			
أحب الغناء مع زملائي			
أحب اللعب بالأدوات الموسيقية مع زملائي			
أحب العزف مع زملائي			

ثانياً: الرضا عن الذات

العناصر	أحيانا	لا	نعم
أنا أحب نفسي			
أنا محبوب من الأسرة			
أنا محبوب من الأصدقاء			
أنا محبوب من معلمي			
أنا سعيد عندما أكون مع أصدقائي في النشاط			

ثانياً: الاستقلالية

العناصر	أحيانا	لا	نعم
أنا أكون سعيد أثناء الغناء			

أنا أكون سعيد أثناء الغناء			
أنا أكون سعيد عندما أصنع آله بنفسني مع المس			
أنا أكون سعيد في حصة الموسيقى			
أنا أحب ابتكار أصوات جديدة من الأشياء المحيطة بي			

صدق المقياس:

تم التحقق من صدق المقياس بطريقتين

أ) صدق المحكمين

ثم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة النفسية ورياض الأطفال والإبقاء على العبارات التي قربت 55٪ منهم صلاحيتها كما تم اجراء بعض التعديلات في الصياغة لبعض العبارات

ب) الاتساق الداخلي Internal consistency

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حسب معامل الارتباط بين درجات الأطفال على عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه وكذلك الدرجة الكلية للمقياس وفيما يلي عرضاً لنتائج الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (1)

يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لبعده "العلاقات الايجابية مع الاخرين" و

عباراته

ن = 100 طفل

العبارات	معامل الارتباط	الدلالة
احب العمل الجماعي مع اصدقائي	.622	01 و
احب حصة الموسيقى	.716	01 و
اشعر بالوحده في بيتي	.613	01 و
اشعر بالوحده في مدرستي	.349	01 و

01و	.699	احب تعلم الأشياء عن طريق الانشطة الموسيقيه
01و	.745	احب الغناء مع زملائي
01و	.841	احب العب بالأدوات الموسيقيه مع زملائي
01و	.633	احب العزف مع زملائي

جدول (٢)

يوضح معاملات الارتباط علي بعد الرضا عن الذات للدرجة الكلية علي العبارات المكونة ن
= 100 طفل

العبرة	معامل الارتباط	الدلالة
	.745	01
	.701	01
	.699	01
	.655	01
	.471	01

جدول (٣)

يوضح معاملات الارتباط الدرجة الكلية علي بعد الاستقلالية
او عبارته

ن = 100 طفل

العبرة	معامل الارتباط	الدلالة
	.518	01
	.628	01
	.699	01
	.685	01
	.450	01

ج) صدق عاملي

تم التحقق من الصدق العامل لبنود المقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هو تلنج علي عينة قوامها 150 طفل وطفلة تتراوح أعمارهم من (4 - 6) بمدارس 6 أكتوبر التعليمية واسفرت نتائج التحليل عن تشعبات البنود الثلاثة علي عوامل الجذر الكامن لها اكبر من الواحد الصحيح علي محك عايرز وهي دالة وقد تم تدوير المحاور بطريقة فارمكس varimax وفيما يلي عرض لهذه التشعبات الخاصة بهذه العوامل.

جدول (٤)

يوضح التشعبات الخاصة بالبعد الأول (العلاقات الإيجابية مع الاخرين)

رقم العبارة	البنود	التشعبات
	احب العمل الجماعي مع أصدقائي	66
	احب حصة الموسيقى	64
	اشعر بالوحدة في بيتي	63
	اشعر بالوحدة في مدرستي	62
	احب تعلم الأشياء عن طريق الأنشطة الموسيقية	61
	احب الغناء مع زملائي	60
	احب اللعب بالأدوات الموسيقية مع زملائي	58
	احب العزف مع زملائي	80
	الجزر الكامن	3.33

جدول (5)

التشعبات الخاصة بالبعد الثاني (الرضا عن الذات)

رقم العبارة	العبارة	التشعبات
	انا أحب نفسي	56
	انا محبوب من الاسرة	55
	انا محبوب من الأصدقاء	50
	انا محبوب من معلماتي	51

45	انا سعيد عندما أكون مع أصدقائي في الفصل	
2.46	الجزر الكامن	

جدول (6)

التشبعات الخاصة بالبند الثالث (الاستقلاليه)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
14	انا محبوب من الأسره	.44
15	انا محبوب من الاصدقاء	.43
16	انا محبوب من معلماتي	.42
17	انا سعيد عندما اكون مع اصدقائي في الفصل	.40
	الجزر الكامن	2.25

ويتضح من الجداول ان جميع التشبعات داله احصائياً حيث بلغت قيمة كل

منها اكبر من 0.3

و لايجاد الثبات استخدم معامل الفا كرونباخ

الابعاد	معاملات الثبات
العلاقات الايجابيه مع الاخرين	.81
الرضا عن الذات	.62
الاستقلاليه	.72

كما استخدم اعاده تطبيق المقياس بعد شهر من تطبيقه و كان معامل الارتباط بين

التطبيقات 74.0 و هو دال احصائياً عند مستوى 1.0

و يتضح مما سبق ان المقياس صادق و ثابت مما يطمئن على تطبيق المقياس و

صلاحيته و ان يقيس ما وضع له .

المراجع

- طه ربيع طه (2008) دراسة للهوية الثقافية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى الشباب الجامعي - رسالة ماجستير - كلية التربية - جامعة عين شمس.
- عباس محمود عوض (1998) القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: دار العلوم المعرفة الجامعية.
- عكاشة أحمد 2008 الرضا النفسي، الباب الملكي للصحة والسعادة، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة، جمهورية مصر العربية (152).
- عيسوي عبد الرحمن (1984) العلاج النفسي، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- علاء الدين كفاي، الصحة النفسية ط 3، دار الطباعة والنشر والإعلان 1990.
- Ryff, C (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well - being Journal of Personality and Social Psychology, 57, 6, 1069 - 1081.
- Kapikiran, N (2011). Focus on positive and negative information as the mediator of the relationship between empathy tendency guilty and psychological well - being in university students Educational Sciences: Theory and Practice, 11, 3, 1141 - 1147.
- Ryff, c and Singer, B (1998). The contours of positive human health Psychological Inquiry, 9, 1, 1 - 28.
- Novo, M, Vargas, R, Alex, S, Karing, R, Maryori, V and Castellanos, O. (2010) Psychological well - being and quality of life in Patients treated from thyroid cancer after surgery. Terapia Psicologica. 28, 1, 69 - 84.
- Ryff, and Singer, B and love, G (2004). Positive health: Connecting well - being with biology. Biological Sciences, 359. 1383 - 1394.
- Dwivedi, K, N., and Harper, P, B. (Eds). (2004) Promoting the emotional well - being of children and adolescents and preventing their mental ill health: a handbook. London

- as jones, t, laliberte. knpiescher children and youth services (54 - 57, 70 ,2015) status and trends in the direct work force in self - directed supports.
- Baluts, k. R (1996) personal psychology for life and work 4th edition glenc mcgraw - hill, usa, 442.
- Herr, judy ed .D(2008) working with young childhood education tholmar learning USA, 270.
- Boyer & Rozmajzl (2012) music fundamentals, methods and materials for elementary classroom teacher, fifth edition, pearson education, inc publisher, USA 272.
- Shin.n and jang y.j. (2015) group creativity training for children: les sons learned from two awarj winning teams. The journal of creative behavior 0,0,1 - 19.
- Galton, M. page c (2015) The Impact of various creative initiatives on well - being: a study of children in English primary schools Cambridge Journal of Education, 45 (3) 349 - 369
- peterson. C, Seligman, MEP (2004) character strenghts and virtues your oxford University Press.
- Deci & Ryan (2008) self - Determination Theory A macro Theory of Human Motivation, Development, and Health Canadian psychology. 49,33182,185.
- Ryan RM & Deci, EL (2000) self - determination Theory and facilitation of intrinsic motivation, social Development, and well - being. American psy chologist, 55,1168 - 78.
- Ed Deiner (2000) subjective well - being The science of Happiness and a proposal for National index American psychologist.

