

أثر برنامج إرشادي لتنمية الجودة النفسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي من النازحين القاطنين في مخيمات محافظة أربيل

أمينة نجيم محمد^١ - سلمي حسين كامل^٢

عزالدين احمد عزيز^٣

^١ قسم الإرشاد التربوي والنفسي، كلية التربية، جامعة صلاح الدين، أربيل، أقليم كردستان، العراق.

^٢ قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، ديالى، العراق.

^٣ قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة صلاح الدين، أربيل، أقليم كردستان، العراق.

ملخص:

تشير الدراسات الاولية إلى دور الجودة النفسية في تقليل التأثيرات النفسية السلبية لدى الأطفال النازحين، وعلية فقد هدف البحث الحالي إلى إعداد برنامج إرشادي لتنمية الجودة النفسية لدى الأطفال النازحين في المخيمات التابعة لمدينة أربيل، والتعرف على دلالة تأثير البرنامج في تنمية الجودة النفسية تبعاً لمتغير الجنس. يتحدد البحث الحالي بتلاميذ الصف السادس الابتدائي في المدارس التابعة لمخيم (بحركة) والتابعة لمحافظة أربيل وفق متغير (الجنس) للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٠). حيث تم الاعتماد في البحث الحالي على الإجراءات الآتية:

١. تم تطوير وبناء برنامج لتنمية الجودة النفسية بحيث تكون مناسبة للأطفال النازحين، وذلك بالاعتماد على الأدبيات والدراسات السابقة.

٢. تم عرض فقرات (الجودة النفسية) على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس لاستخراج الصدق الظاهري لمقياس الجودة النفسية.

٣. تألفت العينة الأولية من (٥٩) طفلاً، وتم اختيار (٨) أطفال من الجنسين بالتساوي وبطريقة عشوائية لتكون (٤) منهم في المجموعة التجريبية و(٤) في المجموعة الضابطة.

٤. استخراج ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار إذ بلغ في مقياس الجودة النفسية (٠,٨٠).

تم اتباع المنهج التجريبي (القبلي والبعدي) لقياس أثر البرنامج الإرشادي، وبعد تكافؤ المجموعتين تم تطبيق الاختبار القبلي على كلا العينتين التجريبية والضابطة، وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي تم إجراء اختبار بعدي لعينة الدراسة على مقياس الجودة النفسية وتحليل بياناتها إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS) وأظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية لصالح الاختبار البعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية، كما وأظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية أنفسهم حسب متغيري الجنس وبين أفراد المجموعة الضابطة أنفسهم حسب متغيري الجنس في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية.

الكلمات المفتاحية: الجودة النفسية، البرنامج الإرشادي،
النازحين.

وفي ضوء نتائج البحث تم توصل إلى عدد من الاستنتاجات وقدمت
عدداً من التوصيات والمقترحات.

Article Info:

DOI: [10.26750/Vol\(9\).No\(3\).Paper23](https://doi.org/10.26750/Vol(9).No(3).Paper23)

Received: 19- October -2021

Accepted: 05-December-2021

Published: 29-June-2022

Corresponding Author E-mail:

aminanajim551@jmail.com

salmakamil73@gmail.com

izaddin.aziz@su.edu.krd



This work is licensed under CC-BY-NC-ND 4.0



Copyright©2022 Journal of University of Raparin.

مشكلة البحث :

اشارت الادبيات إلى أهمية مرحلة الطفولة كونها الأساس لبناء الانسان من جميع النواحي الجسدية، الفسيولوجية، الحركية، النفسية والاجتماعية، الامر الذي يجعل هذه الفئة العمرية بحاجة إلى رعاية جيدة جداً من ناحية الأسرة والمجتمع والمنظمات والمؤسسات التربوية في الدولة، لذا فإنه من المهم أن تقوم جميع الجهات بالعمل على مساعدة الأطفال لكي لا تؤثر العوامل السلبية على حياتهم بشكل سلبي عليهم في الوقت الحاضر وفي المستقبل، ولكي يستطيعوا في المستقبل مواجهة جميع التغيرات التي قد تحدث في حياتهم، وتشير (Kapliran,N-2011) إلى اهتمام علماء النفس حديثاً بالجوانب الإيجابية بدلاً من الجوانب السلبية من مشكلات واضطرابات واختلالات، وأحد هذه التنظيرات في علم النفس الإيجابي تسمى الجودة النفسية، والجودة النفسية تعتبر أحد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة ويعتبرها البعض مرادفاً للسعادة، وإن كان البعض الآخر يرى أن السعادة والرفاهية الذاتية مترادفين، بينما تعتبر الرفاهية النفسية مفهوم متباين عنهما، والرفاهية النفسية هي شعور عام بالسعادة طبقاً لنموذج رايف (Ryff) يتكون من ستة أبعاد فرعية هما، الاستقلالية وتقبل الذات والعلاقات الإيجابية ومع الآخرين والهدف في الحياة والنضج الشخصي (شند والآخرين، ٢٠١٣، ص ص ٦٩٤-٦٧٣).

وللجودة النفسية آثار إيجابية قوية على سلوك الفرد، منها التفكير الإيجابي حيث يفكر الناس بطرق مختلفة، وأكثر إيجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم عند الحزن والكآبة كذلك يكون السعداء أكثر ثقة بالنفس وأكثر تقديراً لأنفسهم وأكثر في الكفاءة الاجتماعية ولديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق أفضل، وأحياناً أخرى نجد أن الجودة النفسية ذات طبيعة معقدة أي ليس من السهل التمتع بها عند كثير من الأفراد ربما للتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية الكثيرة المعاصرة والمتلاحقة وذات التأثير الواضح في حياة الانسان من مختلف النواحي سواء في المنزل أو الأسرة أو التعليم أو العمل، أي تهدد ما يعرف بالأمن والتوافق والصحة والجودة النفسية للإنسان أي

لا تساعده على التوافق الإيجابي في الحياة بسهولة إذا لم يكن هناك ملاحظة لهذه التغيرات وفهم لها والتفاعل معها والتأثر بها حتى تتمكن من الأداء الإيجابي الشامل في كافة نواحي الحياة الدراسية والمهنية بل والأسرية والمجتمعية أيضا (محمد، ٢٠١٨، ص٦) مر المجتمع العراقي في السنوات الماضية بمراحل صعبة بسبب هجوم منظمة داعش على بعض محافظات العراق، الذي كان سببا في قتل وهجرة الكثير من الناس وأكثرهم لجأوا، إلى إقليم كردستان لحماية حياتهم، وهذا أثر سلبياً على جميع أفراد المجتمع، وقد أثرت هذه بصورة سلبية على الأطفال، وأصبحت سبباً في تغيير البيئة الحياتية، وفقدان الأقرباء وقطع العلاقة الاجتماعية التي هي واحدة من أهم مؤشرات الجودة النفسية، والتأخر الدراسي التي لها علاقة كثيرة بالأهداف الحياتية، والشعور بمجهولية الأهداف، وقلة إعطائهم الحرية والاستقلالية أدت إلى عدم اتخاذ القرارات الحياتية، هذه النقاط هي التي تجعل الأطفال لا يحسون بالجودة النفسية، ويتميزون بضعف قدره على مواجهة المشكلات.

إن مشكلة البحث تتجلى في عدم وجود دراسة تتناول موضوع الجودة النفسية لدى الأطفال النازحين بالإضافة إلى عدم وجود برنامج إرشادي في هذا المجال. ومن هذا المنطلق كون الجودة النفسية من الحاجات النفسية والاجتماعية الأساسية المهمة في حياة الإنسان والتي يجب تطويرها وتنميتها بشكل أفضل في جميع المراحل العمرية المختلفة وخاصة مرحلة الطفولة، قام الباحثون بإعداد برنامجهم خاص لمساعدة الأطفال النازحين، ومن ثم تتحدد مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي:
ما أثر برنامج الإرشادي لتنمية الجودة النفسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي من النازحين القانطين في مخيمات أربيل؟

أهمية البحث والحاجة الية:

يعد موضوع الجودة النفسية من الموضوعات المرتبطة بعلم النفس، وهي من المتغيرات النفسية المهمة التي تقيس مدى رفاهية الفرد وكذلك المجتمعات، فالجودة النفسية هي مدى شعور الفرد بالرضا والسعادة والرفاهية، من خلال إشباع حاجاته النفسية وتحقيق أهدافه وقيمه وتوافقها مع المجتمع وشعوره بالقناعة والرضا عن حياته وجميع ما يحدث له. (بنات، ٢٠١٨، ص٣٧).
إن الجودة النفسية هي عنصر أساسي وضروري لحياة صحية، وحاجة المرء لهذا الإحساس تماما كحاجته للماء والغذاء والصدقة والنوم وغيرها، فالدراسات والأبحاث التي أجريت في هذا الموضوع أشارت إلى أن الأشخاص السعداء أقل عرضة للمشكلات العائلية والمهنية وبالتالي فهم أكثر قابلية ليعيشوا حياة فعالة أطول من غيرهم، وقادرون على تحقيق النجاح ومستوى عال من الأداء زيادة عن رضاهم عن حياتهم (مسعودي، ٢٠١٦، ص ١-٢).

فلقد حاول علم النفس الإيجابي استغلال المرونة وتنمية القدرات الشخصية للفرد، فهدفه هو الانتقال من المنهج الوصفي والتفسيري للظواهر النفسية الذي هو المنهج الكلاسيكي إلى بناء منهج توجيهي وإرشادي، يتميز بتركيزه على التعامل مع الفرد في حد ذاته، وبهذا أتى بمفاهيم جديدة والتي من بينها الجودة النفسية (well being) (تلمساني، ٢٠١٥، ص٣).

وتعد الجودة النفسية إحدى المؤشرات المهمة للرضا عن الحياة، فهي الغاية المنشودة التي يسعى الإنسان إلى الوصول إليها، والتي يؤدي تحقيقها إلى شعور الفرد بالرضا والبهجة والتفاؤل وتحقيق الذات (الزهراني، ٢٠٢٠، ص: ٢١٩-٢٤٤). هذا ويعتمد الجودة النفسية للطفل على مدى توفير البيئة الاجتماعية لفرص إشباع ثلاث احتياجات: نفسية غريزية أساسية، وهي الكفاءة الذاتية وتلبية الاحتياجات وبناء العلاقات، عندما يشعر الأطفال بالكفاءة والاستقلال والقبول الاجتماعي فمن المرجح أن يطوروا مهارات التنظيم الذاتي وأن يكون لديهم دافع

جوهرى للسلوك الإيجابي، والذي بدوره يثير مشاعر الرضا والجودة النفسية والسلوك الاجتماعي، الذي يعرف بأنه سلوك المساعدة أو الأفعال التي يتم اتخاذها لحماية أو لتحسين رفاهية الآخرين). (Holte,et al,2014,p55)

وأشارت الطائي (٢٠١٥) أن الخدمة النفسية والإرشادية تحتل مكانة عالية في الدول المتقدمة وذلك لما يقدمه الأخصائي النفسي من خدمات للأفراد والمجتمع كي يساهم في تحقيق الرفاهية النفسية لديهم من خلال تخفيف الضغوط النفسية التي يعانون منها، ولقد شاع حتى عهد قريب مفهوم خاطئ يعتقد بأن الخدمات النفسية لا تقدم إلا لأصحاب السلوك غير السوي فقط، فنتج عنه إهمال تقديم الخدمات النفسية لقطاع كبير من أفراد المجتمع وهم في أمس الحاجة إلى هذه الخدمات (السويلم، ٢٠١٩، ص٥٠٦). كما أن الأطفال الذين يستفيدون من العلاج السلوكي المعرفي قد يتذكرون الأساليب ويطبّقونها عند مواجهة مشاكل مستقبلية، وهذا يثير الاحتمال المثير للاهتمام أن العلاج السلوكي المعرفي الناجح قد يزود الطفل بدرجة من المرونة لمواجهة المزيد من المحن بالنسبة لأولئك الأطفال الذين يستجيبون (Kaplan,et all, 1995,pp:472-475) هذه، وترى (زهران، ٢٠١٧) بأنه ينبغي للفرد منظور التحسين المستمر لجوانب شخصية، وأبعادها النفسية والعقلية والاجتماعية والثقافية والرياضية والدينية والجسمية كأسلوب حياة، مع تلبية احتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن واستمراره في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلم التعاوني، بما ينمي مهاراته النفسية والاجتماعية. كما ترى الباحثة أهمية التركيز على البرامج الوقائية التأهيلية على حد سواء لتحسين الجودة النفسية (زهران، ٢٠١٧، ص١٥٨).

ومن منطلق أهمية العملية الإرشادية في تحسين الجانب النفسي للطفل وتنمية الجودة النفسية لديه ارتأت الباحثة إلى إعداد برنامج إرشادي بالاعتماد على نظرية كارول ريف في الجودة النفسية. إذ أن هذا العمل وعلى حد علم الباحثة هي الأولى من نوعها في الإقليم وخاصة في مجال الإرشاد النفسي للطفل. منها تبرز أهمية هذه الدراسة كمحاولة جادة في تصميم برنامج إرشادي لمساعدة الأطفال اللذين يعيشون في ظروف ضاغطة في داخل المخيمات. وعلية يمكن إبراز أهمية الدراسة الحالية بما يلي:

١. بناء برنامج إرشادي يهدف إلى تنمية أو تحسين مستوى الجودة النفسية لدى الأطفال وأثرت لمدة طويلة على حياتهم.
٢. تعد هذه الدراسة محاولة علمية تطبيقية على الأطفال النازحين التي لم يسبق دراستها محليا على حد علم الباحثة.
٣. يتناول البحث المرحلة العمرية المهمة هي مرحلة الطفولة.
٤. رفد مكتبة الإقليم بدراسة حديثة تتعلق بالجودة النفسية.
٥. إثارة اهتمام المرشدين التربويين بأهمية الدراسة عن الجودة النفسية وماله علاقة بنجاح الأطفال أكاديمياً ودوره في تحسين الصحة النفسية.

٦. تزويد المرشدين التربويين ببرنامج إرشادي يمكن تطبيقه على الأطفال في المدارس الحكومية في حال نجاح البرنامج.
٧. التعرف على تأثير برنامج إرشادي القائم على أسلوب معرفي سلوكي في تنمية الجودة النفسية لدى الأطفال النازحين.
٨. استفادة أفراد العينة أنفسهم من البرنامج بالتعرف على بعض الأسس التي من شأنها رفع مستوى الجودة النفسية.

أهداف البحث:

يهدف الباحثون في بحثهم الحالي إلى ما يلي:

التعرف على أثر برنامج إرشادي في تنمية الجودة النفسية لدى تلاميذ السادس الابتدائي من النازحين القاطنين في مخيمات محافظة أربيل.

فرضيات البحث:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية حسب المتغير الجنس.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية حسب المتغير الجنس.

حدود البحث:

تم إجراء البحث الحالي وفقاً للحدود التالية:

١. الحدود المكانية: تم إجراء البحث الحالي في مخيم بحركة بمحافظة أربيل.
٢. الحدود الزمانية: تم إجراء البحث الحالي في العام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٠).
٣. الحدود البشرية: اقتصر البحث الحالي على الأطفال النازحين من طلبة الصف السادس الابتدائي.

تحديد المصطلحات:

أولاً: الأثر

الأثر لغة: هو بقية الشيء وجمعه آثار، وخرجت في أثره أي بعده، والتأثير هو إبقاء الأثر (ابن المنظور، ٢٠٠٥، ص ١٩).
الأثر اصطلاحاً: عملية التأثير في قيمة الشخصية ومعتقداته ومواقفه وسلوكه (دافيد، ٢٠٠٨، ص ١٥).

ثانياً: البرنامج الإرشادي / Counseling Program

١. تعريف (Dryra & Border, 1992)

"هو برنامج تم التخطيط له على أسس علمية سليمة ويتكون من مجموعة خدمات إرشادية مباشرة أو غير مباشرة يتم تقديمها لجميع الأفراد" (Dryra & Border, 1992, p461).

٢. تعريف حسين (٢٠٠٤)

"هو مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها على نظريات و فنيات ومبادئ الإرشاد النفسي، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على مشكلاتهم التي يعانونها في معترك الحياة" (حسين، ٢٠٠٤، ص ٢٨٣).

٣. التعريف النظري: ستبنى الباحثة تعريف (Border & Dryra) لأنه ينسجم مع أهداف البحث.

٤. التعريف الإجرائي: هو برنامج مخطط منظم يشتمل على مجموعة من الفعاليات والفنيات الإرشادية التي بنيت على وفق حاجات الأطفال النازحين.

ثالثاً: الإرشاد المعرفي السلوكي

١. تعريف (الغامدي، ٢٠١٠)

"هو علاج يعتمد على الدمج بين العلاج المعرفي والعلاج السلوكي ويعتمد إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد، إذ يتعامل معها معرفياً، انفعالياً وسلوكياً، ويعتمد هذا نوع من العلاج على استعمال فنيات لتعديل الأفكار والانفعالات من خلال مواجهة مباشرة للمواقف" (عباس، ٢٠١٤، ص: ١٤٥-١٥٤).

٢. تعريف (Nehra, 2013)

"هو نوع شائع من العلاج النفسي، إنه نهج منظم محدود الوقت ويركز على الحاضر وهو وسيلة معروفة ومستخدمة على نطاق واسع لمساعدة الناس للتغلب على المشاكل النفسية" (Nehra, 2013, 271).

رابعاً: الجودة النفسية

١. تعريف (Ryff، 2014)

"هي مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على مستوى عال من القبول لدى الفرد لحياته بشكل عام" (Ryff pp 10-28، 2014).

٢. تعريف (O,Hare، 2012)

"هي قدره الطفل على النجاح والمرونة والابتكار والمشاركة في الأعمال الروتينية والأنشطة التي تعتبرها ثقافية مهمة" (O,Hare, 2012, p12)

الإطار النظري

الجودة النفسية Well – Being

يستخدم مصطلح الجودة النفسية في جميع المجالات، ويعد هذا المصطلح من المصطلحات الحديثة نسبياً، والذي اهتم به كثير من الباحثين، سواءً في العلوم الطبيعية أو الإنسانية. وقد اختلف الباحثون حول وضع تعريف محدد لجودة النفسية نظراً لاستخدامه في مواقف متنوعة، فهو يختلف من شخص لآخر ومن مرحلة لأخرى، ومن مجتمع لآخر، فالبعض يراه في المال، والبعض الآخر يراه في الصحة وهكذا (عابدين والشرقاوي، ٢٠١٦، ص ١٥٥). يعد مفهوم الجودة النفسية مفهوماً رئيسياً من مفاهيم علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة

لدى مختلف المجتمعات والثقافات. وسعى الجميع إلى الجودة النفسية بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، والرضا عن الحياة وتقدير الذات وتحقيقها والتمتع بمشاعر الجودة النفسية، على الرغم من ذلك فقد تجاهل علماء النفس لسنوات طويلة الخوض في المشاعر الإيجابية للشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل القلق والاكتئاب والضغط النفسية والانطوائية والتشاؤم وغير ذلك الأكثر تناوُلًا في بحوثهم ودراساتهم النفسية علماً بأن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد في أن يحيا حياة سعيدة يشعر فيها بالسعادة (عبدالكريم، ٢٠٢١، ص٤٥٨). ويرى Diener (٢٠٠٩) إنها "الإدراكات الحسية للفرد تجاه مكانته في الحياة من الناحية الثقافية، ومن منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته وثوابته ومعتقداته، وتشمل أوجه الحالة النفسية ومستوى الاستقلال الشخصي." (امال، ٢٠١٤، ص٧١). والجودة النفسية هي الممارسة الانفعالية للأنشطة اليومية الاجتماعية والبيئية كمًا وكيفًا بدرجة عالية من التوفيق والنجاح ورضا نفسي عن الحياة بشكل عام، وشعوره بالإيجابية والصحة النفسية، وتخطي العقبات والضغط التي تواجهه بفاعلية بقصد إنجاز هذه الأنشطة باقتدار (داهم، ٢٠١٥، ص٣٨)

قدمت (Ryff 1989,2014) بناء نظرياً للجودة النفسية يشتمل على ستة أبعاد وهي:

- ١- قبول الذات: Self Acceptance: يشير إلى السعي لتحقيق حياة بهيجة وممتعة، على الرغم من أي قيود محتملة على الحياة.
 ٢. العلاقات الإيجابية مع الآخرين: Positive Relations: تعني تحسين العلاقات القوية والدافئة والموثوقة مع أشخاص آخرين.
 ٣. التمكن البيئي: Environmental Mastery: يتضمن القدره على إعادة تهيئة البيئة لصالح الاحتياجات الشخصية.
 ٤. الاستقلالية: Autonomy: يرتبط بالسعي إلى الحماية الفردية والظروف الاجتماعية حيث يميل الناس إلى امتلاك السلطة الشخصية وتقدير المصير.
 ٥. الهدف في الحياة: Purpose In Life: يقدم اكتشاف المعنى في الحياة والفعالية في التعرف والتعامل مع تحديات الحياة.
 ٦. النمو الشخصي: Personal Growth: يميز التطور الدائم للفرد في قدراته وإبداعاته (Aziz,2017,pp46-47)
- وقدمت (Ryff، ٢٠١٤) وصفاً تفصيلياً لخصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الجودة النفسية كما يوضحها الجدول التالي:

أبعاد الجودة النفسية مع خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الجودة النفسية

المرتفعين	المنخفضين	أبعاد الجودة النفسية
لديه قدره على مقاومة الضغط الاجتماعي وتتصرف بطريقة لا شك فيها أثناء التقييم من خلال المعايير الشخصية.	يأخذ بنظر الاعتبار أحكام الآخرين ويقع تحت ضغط اجتماعي للتحرك أو للتفكير بطرق محددة.	الاستقلالية
يدرك قدره الذاتية على إدارة البيئة مع التحكم بالأنشطة الخارجية واختيار أو إنشاء ظروف مناسبة للاحتياجات الشخصية.	لديه صعوبة في إدارة الاحتياجات اليومية ويشعر بالعجز عن التحسين أو تغيير المحيط الخارجي.	التمكن البيئي
لديه قدره على النمو والتوسع مع الشعور بالتطور المستمر لتحقيق إمكاناته من خلال المزيد من الأنشطة ومعرفة الذات.	لديه شعور بالركود الشخصي مع فقدان الإحساس بالتحسن أو التطور بمرور الوقت.	النمو الشخصي
لديه علاقات مرضية وثيقة مع الآخرين، أيضا لديه تعاطف قوي، وعلاقات حميمة ومودة أثناء بناء العلاقات الاجتماعية ناجحة.	لديه عدد قليل من العلاقات الاجتماعية الضعيفة ويواجه صعوبات في الشعور بالدفء أو علاقات مفتوحة. يقلق على الآخرين ويفضل العزلة في العلاقات الشخصية.	العلاقات الإيجابية مع الآخرين
لديه أهداف واضحة في الحياة ويشعر بوجود معنى للحياة الماضية والحاضرة، الذي يعرف الغرض من الحياة وأهداف المعيشة.	لديه أهداف قليلة مع إحساس ضعيف بمعنى الحياة ليس لديه نظرة أو إيمان بمعنى الحياة.	الهدف من الحياة
راضٍ عن نفسه وله موقف إيجابي تجاه الذات أيضا، يفهم الجوانب المتنوعة للذات، بما فيها الخير والشر من الميزات، ويشعر بالثقة من خلال الخبرة والتجربة.	هو ساخط مع الذات ولديه الشعور بالخجل من الحياة الماضية.	تقبل الذات

الدراسات السابقة

تناولت العديد من الدراسات العربية والأجنبية موضوع الجودة النفسية والتي يمكن استعراضها على النحو التالي :

هدفت دراسة (نصار، ٢٠١٥) إلى تنمية المرونة النفسية ومعرفة أثرها على الجودة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية عن طريق إعداد وتطبيق برنامج إرشادي يقوم على نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي لإليس والتأكد من فعاليته استخدمت الباحثة مقياس جودة الحياة النفسية إعداد (Ryff,C,1989) وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٤) طالباً وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي ويتضمن البرنامج

الإرشادي (٣٠) جلسة بواقع (٣) جلسات أسبوعياً ومدة الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة توصلت الدراسة إلى: فعالية البرنامج الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي في تنمية المرونة النفسية وكذلك تحسين الجودة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلاب المرحلة الثانوية، هذا وقد استمرت فعالية البرنامج وتحسن أفراد العينة حتى بعد مرور شهر من الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي.

هدفت دراسة (أبو شنب، ٢٠١٧) إلى الكشف عن فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض اليأس وأثره على الجودة النفسية لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي، وتكونت عينة الدراسة من (١٨) طالبة تتراوح أعمارهن بين (١٩-٢١) سنة. تم تقسيمهن إلى مجموعتين ضابطة وتضم (٩) طالبات وتجريبية تضم (٩) طالبات، وبلغ عدد الجلسات (١٤) جلسة بمعدل جلستين في كل أسبوع لمدة (٦٠) دقيقة، واعتمدت الباحثة مقياس أبوزيد للجودة النفسية بعد التأكد من صدقها وثباتها بجانب البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي (إعداد الباحثة)، وأسفرت النتائج عن وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس اليأس لصالح المجموعة التجريبية ووجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الجودة النفسية لصالح مجموعة التجريبية.

استهدفت دراسة (ضميري، ٢٠١٩) إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي - سلوكي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالباً وطالبة ممن لديهم درجة منخفضة على مقياس جودة الحياة النفسية، وقام الباحث بإعداد مقياس الجودة النفسية، تلقت المجموعة التجريبية جلستين أسبوعياً ومدة الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة وبلغ عددها (١٥) جلسة، أظهرت نتائج الدراسة: وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجة الكلية لجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة حجم الأثر للبرنامج (٠,٩٢٢)، وكانت الفروق دالة أيضاً في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، مما يؤشر إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق في تحسين جودة الحياة النفسية.

إجراءات البحث:

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث. يمكن تعريف المنهج التجريبي على أنه المنهج الذي يحدث تغير عمدي ومضبوط للشرط المحدد لحدث ما، مع ملاحظة التغيرات الواقعة في ذات الحدث وتفسيرها أو هو تغيير متعمد ومضبوط للشرط المحددة للواقع أو الظاهرة التي تكون موضوعاً للدراسة وملاحظة ما ينتج عن هذا التغير من آثار في هذا الواقع والظاهرة (أبو زائدة، ٢٠١٢، ص ١١٢). يتضمن هذا الفصل وصفاً للتصميم التجريبي الذي اتبعته الباحثة وكذلك وصفاً لمجتمع البحث وعينته، ولأداتي البحث والخصائص السيكومترية لمقياس الجودة النفسية وإجراءات البرنامج الإرشادي والوسائل الإحصائية التي استخدمت في معالجة البيانات الإحصائية.

أولاً: التصميم التجريبي

هي محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغيرات أو المتغيرات التابعة في التجربة ما عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغيرات التابعة (العزاوي، ٢٠٠٨، ص ١٠٩) ويمكن للباحث أيضاً أن يفرض الضوابط تجربته بحيث يبعد أي احتمال لتدخل عوامل أخرى أثناء إجرائه للتجربة (بوحوش والذنيبات، ٢٠٠٧، ص ١٢٤).

لذا استخدم الباحثون التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي، وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل (برنامج إرشادي معرفي سلوكي) في المتغير التابع من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي بنتائج الاختبار البعدي. إذ يتم تطبيق المتغير المستقل (برنامج إرشادي معرفي سلوكي) على المجموعة التجريبية في حين تترك المجموعة الضابطة من دون إرشاد ويمكن التعبير عن ذلك بالشكل الذي أعدته الباحثة الشكل (٦). وهذا التصميم من التصاميم التجريبية ذات الضبط والمحكم (العزاوي، ٢٠٠٨، ص ١١٩).

١. تطبيق مقياس الجودة النفسية ل(Oprea S.J.et all 2018)، على أفراد عينة البحث الأساسية وهم الأطفال النازحين في مخيم بحركة في أربيل.

٢. اختار الباحثون (٨) أطفال كعينة البحث الذين حصلوا على أقل درجات على مقياس الجودة النفسية للمجموعة التجريبية بعد إجراء الاختبار القبلي.

٣. توزيع أفراد العينة على مجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (٤) أطفال لكل مجموعة.

٤. إجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة وفق المتغيرات الآتية: الفئة العمرية، الجنس.

٥. تطبيق البرنامج الإرشادي بأسلوب (معرفي - سلوكي) كمتغير مستقل على المجموعة التجريبية ولم تتعرض المجموعة الضابطة إلى أي برنامج إرشادي.

٦. إجراء الاختبار البعدي للكشف عن الفروق ودلالاتها بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

ثانياً: مجتمع البحث:

إن مجتمع البحث هو جميع الأفراد والأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث، ويقصد بالمجتمع جميع الأفراد (أو أشياء، أو العناصر) الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (ابو علام، ٢٠٠٧، ص ١٦٠). يتألف مجتمع البحث من (٩١) طفلاً من أطفال المدارس الابتدائية في داخل مخيم بحركة في مدينة أربيل حسب إحصائية العام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠١٩) وكما هو موضح في الجدول (١).

الجدول رقم (١) يبين مجتمع البحث

عدد الأطفال	الصف السادس		المدرسة	المخيم
	إناث	ذكور		
٤٠	١٥	٢٥	برزاني الأولى	بحركة
٥١	١٨	٣٣	برزاني الثانية المختلطة	
٩١	٢٣	٥٨	المجموع	

ثالثاً: عينة البحث

عينة البحث هو مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة لأصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة. بحيث تكون ممثلة لمجتمع الدراسة تمثيلاً دقيقاً (العمراني، ٢٠١٢، ص ١٢٢).

لاختيار عينة البحث قام الباحثون بتحديد مخيم (بحركة) في مدينة أربيل وذلك للأسباب الآتية:

١. إبداء رغبة إدارة المخيم في التعاون مع الباحثة في إنجاز متطلبات تجربة البحث.
 ٢. وجود منظمة النجدة الشعبية (Public Aid Organization (PAO ودعم الباحثين من خلال توفير المكان المناسب (القاعة) لتطبيق برنامج إرشادي لأغراض الدراسة الحالية.
- أ. عينة البحث:

تألفت عينة الدراسة لتحديد العينة التجريبية والضابطة من (٥٩) طفلاً من أطفال الصف السادس الابتدائي في مدرسة (برزاني الثانية المختلطة) والجدول (٢) يوضح ذلك.

ب. عينة البرنامج

قام الباحثون بالخطوات الآتية لاختيار عينة البحث:

١. تطبيق مقياس (الجودة النفسية) على الأطفال، ويبلغ أعمارهم ١٢ سنة والبالغ عددهم (٥٩) طفلاً.
٢. اختار الباحثون (٨) أطفال بشكل متساوٍ من بين الذكور والإناث ممن حصلوا على أدنى الدرجات على مقياس الجودة النفسية وقد وزع أفراد العينة على المجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (٤) أطفال في كل مجموعة. والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٢)

يبين توزيع عينة البحث بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المجموع	الصف السادس الابتدائي		العمر المجموعة
	إناث	ذكور	
٤	٢	٢	التجريبية
٤	٢	٢	الضابطة
٨	٤	٤	المجموع

رابعاً: التكافؤ بين المجموعتين

١. إجراء التكافؤ في درجات مقياس الجودة النفسية في الاختبار القبلي:

٢. إجراء التكافؤ في الفئة العمرية

تم التكافؤ في الفئة العمرية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية عن طريق استخدام مربع كاي، إذ كانت قيمة مربع كاي المحسوبة تساوي (0.00) وهي أقل من قيمة مربع كاي الجدولية التي تساوي (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في هذا المتغير، والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

قيمة مربع كاي لتكافؤ الفئة العمرية

مستوى الدلالة 0,05	درجة الحرية	قيمة مربع كاي		١٢ سنة	المجموعة
		الجدولية	المحسوبة		
غير دالة	١	5.99	0.00	٤	الضابطة
				٤	التجريبية
				٨	المجموع

٣- التكافؤ في الجنس

تم التكافؤ في الجنس بين المجموعتين الضابطة والتجريبية عن طريق استخدام مربع كاي، إذ كانت قيمة مربع كاي المحسوبة تساوي (0.00) وهي أقل من قيمة مربع كاي الجدولية التي تساوي (3.84) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1)، مما يدل على أن الفرق غير دال إحصائياً، وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في الجنس، والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

قيمة مربع كاي لتكافؤ الجنس

مستوى الدلالة 0.05	درجة الحرية	قيمة مربع كاي		المجموع	إناث	ذكور	المجموعة
		الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	1	3.84	0.00	4	2	2	الضابطة
				4	2	2	التجريبية
				8	4	4	المجموع

خامساً: أداة البحث

لجأ الباحثون إلى استخدام الاستبيان كأداة لبحثهما وذلك لملاءمته مع طبيعة متغيرات البحث الحالية، يعد الاستبيان أداة للحصول على الحقائق وتجمع البيانات عن الظروف والأساليب القائمة بالفعل ... ويعتمد الاستبيان على إعداد مجموعة من الأسئلة لعدد كبير نسبياً من أفراد المجتمع حيث ترسل هذه الأسئلة عادة لعينة ممثلة لجميع فئات المجتمع المراد فحص آرائها (بدر، ١٩٩٤، ص ٣٣٥). ولغرض قياس المتغير التي حددها الباحثون في بحثهم الحالي وهي (الجودة النفسية)، قام الباحثون بالاعتماد على مقياس جاهز.

مقياس الجودة النفسية

لغرض تحقيق أهداف البحث تبنت الباحثين مقياس (Opree S.J.et all 2018) للجودة النفسية، وارتأى الباحثون القيام بالإجراءات التالية لتحديد مدى صلاحية المقياس لهذا الغرض وذلك عن طريق التحقيق من خصائصه السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات) كالاتي: وفيما يأتي عرض المقياس، وعلى النحو الآتي :

صدق الأداة:

الصدق من العوامل الأساسية التي على واضع الاختبار أو مستخدمه التأكد منه وصدق المقياس هو قدرته على قياس ما وضع من أجل قياسه. ويعرف صدق الاختبار بأنه الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من أجله (الظاهر واخرون، ٢٠٠٢، ص ١٣٣)

قام الباحثون باستخراج مؤشرات للصدق وهي كالاتي:

١. صدق الترجمة:

بعد ترجمة فقرات مقياس الجودة النفسية من اللغة الانجليزية إلى اللغة العربية، ثم أعطيت النسخة العربية إلى الخبراء لترجمتها إلى اللغة الانجليزية، ومن ثم جرت مطابقة النسخة الانجليزية الأصلية مع النسخة الانجليزية المترجمة من قبل الخبراء في العلوم التربوية والنفسية فكانت النسختان متطابقتين بنسبة ٩٩% وهذا يدل على (صدق الترجمة).

٢. الصدق الظاهري:

تتضمن إجراءات هذه الطريقة قيام الباحثين بعرض المقياس في الصورة الأولية على مجموعة من الخبراء في التخصص وأساتذة متخصصين في المجال (محكمين) لفحص عبارات المقياس في علاقتها بالهدف منها (غنيم، ٢٠٠٤، ص ٨٩). بناءً على ذلك عرض فقد عرضت فقرات المقياس وعددها (٢٤) بصيغتها الأولية على (١٦) من الخبراء في مجال الإرشاد التربوي والعلوم التربوية والنفسية للحكم على مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس وإجراء التعديلات فيها بناءً على ملاحظاتهم، تبين أن جميع فقرات مقياس الجودة النفسية مناسبة لقياس السمة المرادة، وتم إجراء التعديلات الضرورية حسب آراء الخبراء والمحكمين، وقد استخدم الباحثون قيمة (مربع كاي) عند مستوى دلالة (0.05) والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (٥) نتایج اختبار مربع کای لبيان صلاحية فقرات مقياس الجودة النفسية

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	قيمة مربع كاي		غير موافقين	الموافقين	عدد المحكمين	الفقرات	المجال
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	3.84	١٦	-	١٦	١٦	١	التمكن البيئي
دالة		٢٥.١٢	١	١٥		٢	
دالة		١٦	-	١٦		٣	
دالة		6.25	٣	١٣		٤	
دالة		9.00	٢	١٤		٥	النمو الشخصي
دالة		١٦	-	١٦		٨.٧.٦	
دالة		١٦	-	١٦		٩	الهدف من الحياة
دالة		12.25	١	١٥		١٠	
دالة		9.00	٢	١٤		١١	
دالة		12.25	١	١٥		١٤.١٣.١٢	تقبل الذات
دالة		١٦	-	١٦		١٦.١٥	
دالة		4.00	٤	١٢		١٧	الاستقلالية
دالة		12.25	١	١٥		١٩.١٨	
دالة		١٦	-	١٦		٢٤.٢٢.٢١.٢٠	
دالة		9.00	٢	١٤		٢٣	

٣. الثبات:

لجأ الباحثون إلى طريقة إعادة الاختبار لاستخراج الثبات والذي يعني إجراء الاختبار مرتين على نفس المجموعة من الأفراد وحساب معامل الارتباط بين الإجراء الأول والثاني (ربيع، ١٩٩٤، ص ٨٦). حيث قام الباحثون بتطبيق الاختبار على (٣٠ طالبا وطالبة) تم اختيارهم من مجتمع الدراسة، وتم إعادة الاختبار عليهم بعد مرور أسبوعين من (٢٠٢١/٤/١) ولغاية (٢٠٢١/٤/١٥)، ثم حسب معامل الارتباط بيرسون بين متوسط درجات الأفراد في التطبيقين، الأول والثاني وقد كانت قيمة معامل الارتباط للارتباطات الوهمية بصورة عامة (0.78)، وهذا المعامل للارتباط يمكن الاعتماد عليه، والجدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦) نتائج إعادة الاختبار لبيان ثبات مقياس الجودة النفسية

ث	المجال	معامل الارتباط	عند مستوى الدلالة ١,٠١
1	التمكن البيئي	0.76	دالة
2	النمو الشخصي	0.80	دالة
3	الهدف من الحياة	0.83	دالة
4	تقبل الذات	0.60	دالة
5	الاستقلالية	0.75	دالة
6	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	0.80	دالة
	المجموع	0.80	دالة

اعتمد الباحثون على الصيغة النهائية لمقياس Ryff الذي استخدمه (Oprea S.J. et al 2018) فهي عبارة عن (٢٤) فقرة، وترجم المقياس إلى اللغة العربية من قبل الباحثين واستخرج له صدق الترجمة، وحددت الأوزان من (١-٢) للبدائل (نعم، لا) على التوالي لل فقرات الإيجابية وأعطيت الأوزان من (١-٢) على التوالي لل فقرات السلبية.

التطبيق التجريبي:

قام الباحثون بتطبيق برنامجهم على أفراد العينة التي تم اختيارها من الأطفال، واستغرق التطبيق (١٤) جلسة حيث بدأ العمل بتاريخ (٢٠٢٠/٧/١٢)، وقام الباحثون بتطبيق البرنامج الإرشادي الذي قام بإعدادهم على عينة البحث البالغ عددها (٤) تلاميذ منهم (٢) من الذكور و (٢) من الإناث. حيث توضح فقرات المقياس وكيفية تنفيذ البرنامج، وقبل تطبيق البرنامج تم تطبيق الاختبار القبلي على كل من العينة التجريبية والعينة الضابطة. ومن ثم تم تطبيق البرنامج لمدة (٧) أسابيع بواقع تطبيق جلستين في كل أسبوع. وكان الوقت المستغرق في تطبيق البرنامج الإرشادي يتراوح بين (35-45) دقيقة. ومن أجل تصحيح مقياس الجودة النفسية وزعت الدرجات كالآتي: لل فقرات الإيجابية وحددوا الأوزان من (١-٢) للبدائل (نعم، لا) على التوالي لل فقرات الإيجابية وأعطيت الأوزان من (١-٢) على التوالي لل فقرات السلبية. وأعلى درجة يحصل عليها المستجيب (٤٨) وأدنى درجة هي (٢٤) وسوف يعرض الباحثون أنموذج من الجلسة ملحق (١) .

الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لاستخراج المؤشرات الإحصائية وتحليل البيانات للمقياس الذي تم استخدامها في البحث الحالي والنتائج التي تمخضت عنه والوسائل الإحصائية المستخدمة هي:

١. الاختبار التائي T-test لعينة واحدة لقياس الجودة النفسية للعينة التطبيقية الرئيسية في البحث.

٢. الاختبار التائي T-test لعينتين مستقلتين للمقارنة في الجودة النفسية وفق متغير الجنس والمقارنة بين العينة التجريبية والعينة الضابطة.

٣. معامل ارتباطا بيرسون (Person Correlation Coefficient) لإيجاد معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس الجودة النفسية.

عرض النتائج وتفسيرها:

بعد تحديد الفرضيات، وتحليل البيانات على وفق الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتبعاً للأهداف المحددة، سيتم في هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة من أجل الوصول إلى التوصيات والمقترحات المناسبة وذلك على وفق الفرضيات المحددة في البحث وعلى النحو الآتي:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية.

بلغ المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على التوالي (٤٠,٧٥) و(46.25) وانحراف معياري قدره (٢,٢٢) و(0.50). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (5.75) والتي كانت أكبر من القيمة الجدولية البالغ (٢,٧٨) ولذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة أي توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي وجدول (٧) يوضح ذلك.

الجدول (٧)

يبين الفروق بين كل من الاختبارين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المجموعة التجريبية
دالة	٥.75	2.78	2.22	40.75	٤	قبلي
			0.50	46.25	٤	بعدي

من خلال الاطلاع على الجدول (٧) يتبين لنا بأن هناك فروق دالة بين الاختبارين لصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية في مستويات الجودة النفسية وهذه النتيجة تشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الجودة النفسية لدى الأطفال النازحين، ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً بأنه كان للبرنامج وفتياته المستخدمة التي اعتمدت عليها ومناقشة دارت بين أفراد المجموعة التجريبية بعضهم البعض وبين الباحثة والعينة ساعدت على تنمية الجودة النفسية وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة نصار(٢٠١٥) ودراسة (أبو شنب،٢٠١٧).

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية..

بلغ المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على التوالي (42.75) و (43.25) وبانحراف معياري قدره (3.30) و(3.59). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (2.38) والتي كانت أصغر من القيمة الجدولية البالغ (٢,٧٨). ولذا تم قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

يبين الفروق بين كل من الاختبارين القبلي والبعدي في المجموعة الضابطة

المجموعة الضابطة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
قبلي	٤	42.75	3.30	2.78	2.38	غير دالة
بعدي	٤	43.25	3.59			

من خلال الاطلاع على الجدول (٧) يتبين لنا بأنه لا توجد فروق دالة بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في مستويات الجودة النفسية وسبب هذه النتيجة واضحة لأن تلاميذ المجموعة الضابطة لم تتلقى أي برنامج لذلك لم توجد فروق بين درجاتهم في الاختبار القبلي والبعدي وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ضميري (٢٠١٩) ودراسة (أبو شنب، ٢٠١٧).

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية حسب المتغير الجنس.

للتعرف على دلالة الفروق في مستويات الجودة النفسية لدى التلاميذ بحسب الجنس تم استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة حيث بلغ قيمة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار القبلي لكل من الذكور والإناث وعلى التوالي (٤٤,٥٠) و(٤٢,٥٠) وبانحراف معياري قدره (٢,١٢) و(٣,٥٤). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٦٧) والتي كانت أصغر من القيمة الجدولية البالغ (٢,٧٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وحيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار البعدي لكل من الذكور والإناث وعلى التوالي (٤٤,٥٠) و(٤٣,٥٠) وبانحراف معياري قدره (٠,٧١) و(٢,١٢). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٦٣) والتي كانت أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٧٨) عند مستوى دلالة. ولذا قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي حسب المتغير الجنس وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

يبين الفروق بين كل من الذكور والإناث في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

مجموعة الضابطة						
نوع الاختبار	الجنس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الجدولية (t)	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
قبلي	ذكور	44.50	2.12	2.78	0.67	غير دالة
	إناث	42.50	3.54			
بعدي	ذكور	44.50	0.71	2.78	0.63	غير دالة
	إناث	43.50	2.12			

وسبب هذه النتيجة واضحة: لأن تلاميذ المجموعة الضابطة لم يتلقوا أي برنامج، لذلك لم توجد فروق بين درجاتهم في الاختبار القبلي والبعدي.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الجودة النفسية حسب المتغير الجنس.

بلغ المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الاختبار القبلي لكل من الذكور والإناث وعلى التوالي (٣٩,٠٠) و(٣٩,٠٠) وبانحراف معياري قدره (١,٤١) و(٠,٠١). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,١٠) والتي كانت أصغر من القيمة الجدولية البالغ (٢,٧٨) عند مستوى (٠,٠٥)، وحيث بلغ قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الاختبار البعدي لكل من الذكور والإناث وعلى التوالي (٤٧,٥٠) و(٤٧,٠٠) وبانحراف معياري قدره (٠,٧١) و(٠,١٠). هذا وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٠٠) والتي كانت أصغر من القيمة الجدولية البالغ (٢,٧٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي حسب المتغير الجنس وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

يبين الفروق بين كل من الذكور والإناث في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

مجموعة التجريبية						
نوع الاختبار	الجنس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
قبلي	ذكور	39.00	1.41	2.78	0.10	غير دالة
	إناث	39.00	0.01			
بعدي	ذكور	47.50	0.71	2.78	1.00	غير دالة
	إناث	47.00	0.10			

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو حماد (٢٠١٩). والتي أشارت إلى عدم وجود ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الذكور والإناث.

الاستنتاجات:

على ضوء نتائج الدراسة الحالية يستنتج الباحثان ما يلي:

- البرنامج الإرشادي لتنمية الجودة النفسية يمكن أن يعد أداة فعالة في رفع مستويات الجودة النفسية للأطفال.
- عامل الجنس لا يؤثر على فاعلية البرنامج عند تطبيق البرنامج الإرشادي على الأطفال.

التوصيات:

على ضوء نتائج البحث يوصي الباحثان بما يلي:

- قيام وزارة التربية بتنفيذ برامج توعوية وإرشادية لتنمية الجودة النفسية للأطفال في جميع المراحل الدراسية.
- قيام الجهات المعنية في مخيمات اللاجئين بتوفير بيئة آمنة نفسياً للأطفال لكي يتمكنوا من العيش بسلام في بيئة المخيم.
- قيام منظمات المجتمع المدني المحلية والعالمية بإعداد برنامج خاص لتنمية الجوانب النفسية الإيجابية للأطفال مثل الجودة النفسية والمرونة والثقة بالنفس.

المقترحات:

من أجل تطوير البحث الحالي يوصي الباحثان بما يلي:

- استخدام البرنامج الإرشادي في دراسات ارتباطية للجودة النفسية مع متغيرات أخرى مثل تقدير الذات ومفهوم الذات.
- استخدام البرنامج الإرشادي على عينة أخرى غير الدراسة مثل الأطفال في دور رعاية الأحداث.
- إجراء دراسة مقارنة لقياس الجودة النفسية للأطفال النازحين مع أقرانهم في المجتمع المحلي.

The Effect of a Counseling Program of Developing Psychological Well-Being Among 6 Year Displaced Students who Lives at the Refugee Camps in Erbil

Amina Najeem Mohammad

Department Of Educational And Psychological Counseling, College Of Education, University of Salahaddin, Erbil, Kurdistan Region, Iraq.

E-mail: aminanajim551@gmail.com

Salma Hussein Kamil

Department Of Psychological Counseling And Educational Guidance, College Of Basic Education, Diyala Of University, Diyala, Iraq.

E-mail: salmakamil73@gmail.com

Izaddin Ahmad Aziz

Department Of Special Education, College Of Education, University of Salahaddin, Erbil, Kurdistan Region, Iraq.

E-mail: Izaddin.aziz@su.edu.krd

Abstract:

The initial studies indicate the role of psychological well-being in reducing the negative psychological impact among displaced children. Therefore the current study aimed to design a counseling program to develop the psychological well-being among displaced children who lives in the refugee camps in Erbil. Also the study aimed to identify the impact of the program that established to prompt well-being according to the gender variable. The current research is applied on the year 6 students they were selected from the primary schools at Bahrka camp in Erbil governorate from both gender Male-female for the academic year (2020-2021). The researches at the current study were followed procedures that are:

- 1- Establishing appropriate program psychological well-being through reviewing related articles and literature.
2. For the face validity the items (psychological well-being) were presented to a group of experts in education and psychology.

3. The initial sample size was study (59) male and female students were randomly selected.
4. The stability of the scale was extracted by the re-test method ‘as it reached (0.80) in the psychological quality scale.

The pre- and post-experimental approach was followed to measure the effect of the counseling program ‘and after the two groups were equal ‘the pre-test was applied to both the experimental and control samples. The research found that there were statistically significant differences between the members of the experimental group in the pre and post tests on the psychological well-being scale in favor of the post news ‘and there were no statistically significant differences between the members of the control group in the pre and post tests on the psychological well-being scale ‘and also showed no differences Statistically significant among the members of the experimental group themselves according to the variable of sex ‘and among the members of the control group themselves according to the variable of sex in the pre and post tests on the psychological well-being scale.

In light of the research results a number of conclusions were reached and a number of recommendations and suggestions were made.

Keywords: Psychological Well-Being, Counseling Program, Displacement.

المصادر:

- أبن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم الأنصاري(٢٠٠٥). لسان العرب، المجلد الأول، دار المعارف، القاهرة، مصر.أبو زائدة، حاتم (٢٠١٨). مناهج البحث العلمي، الطبعة الثانية.
- أبو حماد، ناصر الدين ابراهيم(٢٠١٩). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، العدد(٢٧)، مجلد (١٠).
- أبو علام، رجاء محمود (٢٠٠٧). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات .
- أبو شنب، منى عبدالرزاق(٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض اليأس وأثره على جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة المنوفية ذوات والدين مطلقين،مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد ٨٩، ص ص ٢٣- ٦٦.
- آمال، بوعيشة(٢٠١٤). جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، أطروحة الدكتوراه، جامعة محمد خيضر- بسكرة – الجزائر. بدر، أحمد(١٩٩٤). أصول البحث العلمي ومناهجها، المكتبة الأكاديمية، الدوحة، القطر.
- نات، صقر سعيد فؤاد (٢٠١٨). قلق الإنجاب وعلاقتها بجودة الحياة لدى الأسر التي لديها أبناء ذوي إعاقة سابقة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية- غزة.
- حسين، طة عبدالعظيم (٢٠٠٤). الإرشاد النفسي (النظرية – التطبيق - التكنولوجيا)، الطبعة الأولى، دار الفكر للنشر و. التوزيع.
- بو حوش، عمار والذنيبات، محمد محمود (٢٠٠٧). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، الطبعة الرابعة، ديوان المطبوعات.
- تمساني، فاطمة (٢٠١٥). الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي الاجتماعي وتقدير الذات، اطروحة دكتوراة منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.
- داهم، فوزية (٢٠١٥). جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ الصف الثالث الثانوي، رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمة الخضر بالوادي.
- دافيد، ج. ليبرمان (٢٠٠٨). كيف تؤثر في الآخرين، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد.
- ربيع، محمد شحاتة(١٩٩٤). قياس الشخصية، دار المعرفة الجامعة، الاسكندرية، مصر.
- زهران، سناء حامد(٢٠١٧). جودة الحياة وأساليب المعاملة الوالديه المدركة وعلاقتها بالبطر النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات دراسة تنبؤية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج ٢٧، ٩٥٦، (ص ص ١٥٠=٢٠٩).
- الزهراني، أحلام علي أحمد(٢٠٢٠). الرفاهية النفسية وعلاقتها بإدارة الذات لدى عينة من الطالبات ذوات الإعاقة بجامعة الملك عبد العزيز، مجلة جامعة عبدالعزيز: الآداب والعلوم الإنسانية، مجلد ٢٨، العدد ١٤ ..
- السويلم، سارة سليمان عبدالله (٢٠١٩). الرفاهية النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد العشرون المجلد ٩ .
- شند، سميرة محمد ابراهيم وسلومة، حنان سلامة وإسماعيل، هيبه حسام (٢٠١٣). مقياس الرفاهية النفسية للشباب الجامعي، مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٣٦٣) الصفحات (٦٧٣- ٦٩٤).

الظاهر وآخرون (٢٠٠٢). مبادئ القياس والتقويم في التربية، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان - الأردن .

ضميري، مهند ياسر صالح (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي معرفي - سلوكي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طلبة

جامعة القدس المفتوحة، رسالة ماجستير، جامعة القدس المفتوحة (فلسطين).

عابدين، حسين سعد والشرقاوي، فتحي محمد (٢٠١٦). مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية - جامعة الاسكندرية، مجلة كلية التربية جامعة الاسكندرية، المجلد ٢٦ .

عباس، أسماء (٢٠١٤). علاج معرفي سلوكي لاضطراب القلق المعمم لدى طفل، دار المنظومة، المجلد/العدد ١١.

عبدالكريم، منى محمد ابراهيم (٢٠٢١). كفاء الذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية الآداب بقنا، العدد (٥٢- الجزء الثاني).

العزاوي، رحيم يونس كرو (٢٠٠٨). مناهج البحث العلمي، الطبعة الأولى، دار دجلة، عمان، الأردن.

العمراني، عبدالغني محمد إسماعيل (٢٠١٢). دليل الباحث إلى إعداد البحث العلمي، الطبعة الثانية، دار الكتاب الجامعي . صنعاء.

غنيم، محمد عبدالسلام (٢٠٠٤). مبادئ القياس والتقويم النفسي والتربوي، جامعة حلوان . القاهرة، مصر.

محمد، فاطمة راسم (٢٠١٨) السعادة النفسية لدى طلبة كلية التربية المسائية، جامعة القادسية.

مسعودي، أمحمد (٢٠١٦). الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين، اطروحة دكتوراة منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.

نصار، سالي حسين أمين (٢٠١٥) . فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لتنمية المرونة النفسية في تحسين جودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

Aziz, Izaddin Ahmad (2017). Individual difference predictors of well-being among displaced persons who live under stressful conditions ،thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy, at the University of Leicester. UK

A Review for policy ،MD (1992).Comprehensive school counseling programs ،31. Border & dryra L.D. Sander markers - *Journal counseling and Development*.

Holte, Arne & Barry ،Margaret & Bekkhus ،Mona & Borge ،Anne &. (2014). *Psychology of Child Well-Being* ، 10.1007/978-90-481-9063-8_1.

Kaplan, C.A,Thompson,A.E,Searson,M.S (1995). Cognitive behavior therapy in programs،

A Review for policy markers- *Journal counseling and Development. Children and Adolescents* ،73(5): 472 – 475 ،doi: [10.1136/adc.73.5.472](https://doi.org/10.1136/adc.73.5.472).

Nehra, Dharmender. K.L. ،Sharma. Kumar ،Vinod (2013). Cognitive Behavior Therapy: An Overview ، *Publisher: Global Vision Publishing House* ،Delhi ،271-313 ،SN -

O'Hare, William & Mather, Mark & Dupuis, Genevieve & Land, Kenneth & Lamb, Vicki & Fu, Qiang (2012). Analyzing Differences in Child Well-Being Among U.S. *Child Indicators research* . 6. 10.1007/s12187-012-9173-3.

Oprea, Suzanna & Buijzen, Moniek & Reijmersdal, Eva. (2018). Development and Validation of the Psychological Well-Being scale for Children (PWB-c). *Societies* 8.18. 10.3390/soc8010018.

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics* 83(1), 10-28. doi:10.1159/000353263 [doi].

ملحق رقم (١)

أحدى النماذج للبرنامج الإرشادية لتنمية الجودة النفسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي من النازحين القاطنين في مخيمات محافظة أربيل

الجلسة / الثانية

عنوان الجلسة/ تحمل المسؤولية والاستقلالية في العمل مدة الجلسة (45) / دقيقة

<p>* حاجة الأطفال إلى: * معرفة معنى تحمل المسؤولية. * معرفة فوائد تحمل المسؤولية .</p>	<p>الحاجات الإرشادية</p>
<p>* مساعدة الأطفال على تنمية شعورهم بالمسؤولية والاستقلالية في العمل</p>	<p>هدف الجلسة</p>
<p>جعل الأطفال قادرين على أن: * تعلم المسؤولية. * التمكن من انجاز مهامهم. * يدرك أهمية المسؤولية في حياتهم المستقبل.</p>	<p>الأهداف السلوكية</p>
<p>* المناقشة * النمذجة (صورة، قصة) *النمذجة (رعاية الأزهار) * التغذية الراجعة * التعزيز</p>	<p>فنيات الجلسة</p>
<p>* ترحب الباحثة بالأطفال أعضاء المجموعة * توضح الباحثة موضوع الجلسة مع عرض صورة ومع فلم يحتوى على قصة قصيرة كنموذج . * تقوم الباحثة باستخدام نموذج بتوجيه الأطفال على قيام بنشاط (رعاية الأزهار) * تقدم الباحثة تغذية الراجعة للأطفال . * تقوم الباحثة بتعزيز لهم (تصفيق وثناء).</p>	<p>الأنشطة المقدمة</p>
<p>* تلخيص ما دار في الجلسة. * تقوم الباحثة بتوجيه عدد من الاسئلة للأطفال : * ما المقصود بتحمل المسؤولية ؟ من يعطيني مثال ؟ * تقييم الجلسة من قبل الأطفال عن طريق وضع صورة التعبيرية في مكان المناسب.</p>	<p>التقييم</p>
<p>* تطلب الباحثة من الأطفال رعاية ازهارهم التي زرعوها .</p>	<p>الواجب البيئي</p>
<p>Data Show,Computer، احتياجات زراعة الزهور (تراب، ماء، السنادين، شتل الأزهار، ورق صورة التعبيرية).</p>	<p>المواد المستخدمة</p>

إدارة الجلسة الثانية:

- * تبدأ الباحثة بتذكير الأطفال بما دار في الجلسة السابقة، ويتم التأكيد على القواعد التي تم الاتفاق عليها.
- * توضح الباحثة للأطفال موضوع الجلسة والتي سيكون حول (المسؤولية) وأهميتها في الحياة اليومية مع عرض صور توضيحية للمهام اليومية والتي يتوجب على الأطفال القيام بها بأنفسهم.
- * تقوم الباحثة بعرض فلم يحتوي على قصة قصيرة هادفة عن الإعتماد على النفس لمدة (٦) دقائق.
- * تقوم الباحثة بمناقشة الأطفال حول محتوى الفلم وأهمية تحمل المسؤولية في حياتهم وتأثيرها الإيجابي على مستقبلهم.
- * تقوم الباحثة بتوجيه الأطفال للقيام بنشاط وهو عبارة عن (رعاية الأزهار).
- * تقوم الباحثة بإعداد مجموعة من (السنادين، شتل الزهور، تراب، ماء)، وتطلب من الأطفال ان يقوموا بزراعة شتل الورد ويسقونها وتعطيهم توجيهات حتى يقوم الأطفال بالاعتناء بزرعهم بشكل صحيح حتى يكبر، ويرجعونها في اخر جلسة إرشادية (الجلسة الختامية).
- ملاحظة: ستقوم الباحثة بتوفير شتل الزهور للأطفال لكي يتم زراعتها والتي تنمو بوقت قصير وبدون جهد كبير.
- * تقدم لهم الباحثة تغذية راجعة تشجيعية للسلوكيات الصحيحة، وتغذية راجعة تصحيحية للسلوكيات الخاطئة.
- * تقدم الباحثة التعزيز لمن قام بأداء بشكل أفضل من خلال كلمة (أحسننت، جيد، ممتاز، التصفيق...) أو تقديم الهدايا لهم.
- * سيتم تلخيص أهم الموضوعات التي دارت في الجلسة وتحديد النقاط الإيجابية والنقاط السلبية.
- * تقييم الجلسة من قبل الأطفال:
- ١- تقوم الباحثة بعرض الصورة التعبيرية على سبورة والتي تعبر عن (سعيد، حزين).
- ٢- تقوم الباحثة بتوزيع الورقة، التي عليها الصورة التعبيرية على الأطفال، لتحديد شعورهم خلال الجلسة الإرشادية وذلك من خلال اختيار احدى الصور المعروضة امامهم. كما أن الباحثة تطلب منهم عدم كتابة أسمائهم على الورقة، وذلك تشجيعهم الحرية والنزاهة في التقييم، ووضعها في المكان المناسب.
- * إعطاء واجب بيتي للأطفال وتطلب الباحثة من الأطفال رعاية أزهارهم التي زرعوها.
- * تودع الباحثة مجموعة الأطفال مع التأكيد على ضرورة الحضور في الجلسة القادمة في نفس الزمان والمكان.