البحث الثامن :

الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمات التربية الخاصة بجدة

إعداد :

أ. صالحه عبد الله الشيخي

طالبة ماجستير (توجيه وإرشاد نفسي) قسم علم النفس

كلية الآداب والعلوم الإنسانية،جامعة الملك عبدالعزيز

د. هدى عاصم خليفـــــة

استاذ الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي المشارك

قسم علم النفس (كلية الاداب و العلوم الانسانية جامعة الملك عبد العزيز

الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمات التربية الخاصة بجدة

أ. صالحه عبد الله الشيخي
طالبة ماجستير (توجيه وإرشاد نفسي) قسم علم النفس
كلية الآداب والعلوم الإنسانية،جامعة الملك عبدالعزيز
د. هدى عاصم خليفـــــة
استاذ الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي المشارك
قسم علم النفس (كلية الاداب و العلوم الانسانية جامعة الملك عبد العزيز

• **المستخلص**:

تهدف الدراسة إلى التعرف على الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة بمدينة جدة، شملت الدراسة (٤٠٢) معلمة ، طبق عليهم كل من الأدوات التالية: مقياس الرفاهية النفسية للمعلمين والمعلمات ، ومقياس التوافق المهني للمعلمين والمعلمات وكلاهما من إعداد (الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى أهم النتائج منها : وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني لدى عينة الدراسة، ووجود مستوى مرتفع من الرفاهية النفسية والتوافق المهني لدى عينة الدراسة. وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح معلمات التعليم العام في الرفاهية النفسية في الأبعاد التالية (الاستقلالية، الروحانية، قبول الذات، التمكن البيئي، العلاقات الاجتماعية، الاتزان الانفعالي، والنضج الشخصي) و وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح معلمات التربية الخاصة في الدرجة الكلية للتوافق المهني وفي الأبعاد التالية (التوافق مع بيئة العمل، متطلبات العمل، الحوافز والمكافئات المادية والمعنوية) كما أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا لصالح معلمات التعليم العام في المرحلة الدراسية وطبيعة المكان وعدد الأبناء والعمر وسنوات الخبرة، بينما كانت لصالح معلمات التربية الخاصة في متغيري الحالة الاجتماعية والمؤهل العلمي). وأوضحت الدراسة بإمكانية تنبؤ ارتفاع الرفاهية النفسية بالتوافق المهني لدى المعلمات بنسبة (٣٠٪). وقدمت الدراسة عدة توصيات منها عقد ورش عمل للتدريب على الاستقلالية وتقبل الذات، والتخفيف من أعباء المهام اللاصفية على المعلمين، وتطوير نظام الحوافز وتقديم خدمات تأمينات صحية للمعلمين ، وزيادة عدد المعلمين في المدارس بحيث يتم خفض نصاب الحصص، وتقليص المهام الإدارية المناطة لهم.

الكلمات المفتاحية: الرفاهية النفسية – التوافق المهني – المعلمات – النضج الشخصي – النمو المهني – التمكن البيئي - التربية الخاصة

Psychological well-being and its Relationship to Professional Compatibility for a Sample of Special Education Teachers in Jeddah

Salih Abdullah Al Sheikhi & Dr. Hoda Asim Khalifa

Abstract:

The study aims to identify the psychological well-being and its relationship to the professional compatibility of a sample of public education teachers and special education teachers in Jeddah. The sample of the study included (402) teachers, on whom each of the following tools were applied: (1) the measure of psychological well-being of the teachers, (2) the scale of professional compatibility of the teachers. Both measures were prepared by The Researcher. This study concluded with the following results: (1) There is a statistically significant relationship between psychological well-being and professional compatibility among the study sample, (2) a high level of psychological well-being and professional compatibility existed among the study sample, (3) The study also revealed that there are statistically

significant differences for general education teachers in psychological well-being in the following dimensions (independence, spirituality, self-acceptance, environmental empowerment, social relationships, emotional balance, and personal maturity), (4) there were statistically significant differences for special education teachers overall the professional compatibility and in the following dimensions (compatibility with the work environment, work requirements, incentives and material and moral rewards),(5) the study also showed that there were statistically significant differences for public education teachers in the grade, the nature of the place, the number of children, the age, and years of experience, while there were statistically significant differences for special education teachers in the two variables (the social status and the academic qualification).(6) The study showed that the rise in psychological well-being could be predicted by professional compatibility among female teachers by (30%). Several recommendations were presented in this study as follows: (1) holding workshops for training on independence and self-acceptance, (2) reducing the burden of extra-curricular tasks on teachers, (3) developing the system of rewards and incentives for teachers to improve their conditions, (4) increasing the number of teachers in schools so that the required classes of each teacher is reduced as well as the administrative tasks that assigned to them.

Keywords: psychological well-being - professional compatibility - teachers - personal maturity - professional growth - environmental empowerment - special education

- **مقدمة** :

المعلم هو الأساس الذي تقوم عليه العملية التربوية، لذا لا بد أن يتمتع بصحة نفسية وجسدية جيدة، وبشخصية متكاملة ومتزنة تعكس مستوى مقبولا من الرضا عن الحياة التي يعيشها هذا المعلم، إذ أن تصرفاته ونظرته للحياة تنعكس بشكل مباشر على تلاميذه. وفي حياة المعلم الكثير من الضغوط النفسية التي تفرضها مهنته بما فيها من صعوبات وتحديات تؤثر عليه وعلى صحته النفسية والبدنية(قريطع،٢٠١٧) والضغوط النفسية من الظواهر الحياتية التي يخبرها الإنسان، فإما أن يتكيف معها ويتغلب عليها أو لا يحتملها، فيئن تحت وطأتها، ويصاب بالإحباط والاعتلال (عبدالحميد، ٢٠٠٩). وتشكل الضغوط جزءا من حياة الأفراد والمجتمعات نظرا لكثرة تحديات العصر الحالي وزيادة مطالبه. فلا يكاد مجتمع من المجتمعات يخلو من هذه الضغوط، بحيث أصبح من الصعب تفاديها أو تجاهلها، مما يدفع غالبية الناس إلى مجابهتها ومحاولة التعايش معها. ولا يتوقف تأثير الضغوط على الجوانب الشخصية للأفراد أو علاقاتهم الأسرية والاجتماعية فحسب، بل يمتد إلى بيئة العمل، فيحد من الأداء الوظيفي، مما يتسبب في خفض الإنتاجية وتدني جودتها. (خليفات والزغول، ٢٠٠٣).

وتعد مهنة التعليم من المهن التي تتطلب أداء مهام عديدة، لذلك تعد من المهن التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط النفسية التي تؤثر على صحتهم النفسية وبالتالي تؤثر على مستوى رفاهيتهم النفسية، مما يترتب عليه آثار

سلبية قد تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي ورضاهم عن الحياة، وباعتبار أن المعلم أهم عنصر في المنظومة التعليمية من حيث دوره المؤثر في التعليم وجودة فاعليته يفترض أن يتمتع المعلم بقدر من الرفاهية النفسية الجيدة حتى يحقق توافق مهني جيد وبالتالي يستطيع أن يحقق أهداف المنظومة.

- **مشكلة الدراسة**:

إن التوافق المهني من الموضوعات التي ينبغي أن تظل موضوعا للبحث والدراسة بين فترةٍ وأخرى، وذلك لأسباب متعددة، فما يرضى الفرد عنه حاليا قد لا يرضيهِ مستقبلا، وأيضا يتأثر توافق الفرد بالتغير في مراحل حياته فما لا يعد مرضيا حاليا قد يكون مرضيا في المستقبل، فالتوافق المهني ما هو إلا تجميع للظروف النفسية والفسيولوجية والبيئية التي تحيط علاقة الموظف بزملائه ورؤسائه وتتوافق مع شخصيته التي تجعله يقول بصدق أنا سعيد بعملي ، والرفاهية النفسية قد ترتبط بالمهن كافة، ويتوقف ذلك على مدى تحقيق المرء لأهدافه وقدرة الفرد على إدارة حياته وعالمه المحيط بفعالية ومرونة وتفاعل الشخص مع الآخرين، مثل مهنة التعليم، ففي هذه المهنة يكون الاحتكاك بالآخر قويا وقد يقود هذا الاحتكاك إلى التمكن من الإجادة البيئية والرضا عن الذات واعتقاد الفرد بأن حياته هادفة وذات معنى أو تقود إلى استنزاف الشخص لطاقاته، والضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم في المدرسة لها علاقة بنقص الدافعيةٍ للإنجاز في العمل، وبالمقابل فإن توافق المعلم مع مهنته ضروري حتى يكون قادرا على القيام بواجبه على أكمل وجه، فالمعلم المتوافق مهنيًا يرتبط بمهنته على أساس من الرضا عما يجلبه من استقرار مادي أو مركز اجتماعي أو غيره ، ومما لاشك فيه أن معلمي التربية الخاصة لا بد أن تؤخذ احتياجاتهم الخاصة بنوع من الاهتمام والعناية واشباعها كلما أمكن ذلك لكي يشعروا بالرضا عن العمل وإلا تعرضوا لأنواع من الضغوط النفسية التي قد تؤثر على توافقهم النفسي وطبيعة عملهم وتعاملهم مع هذه الشريحة الخاصة من التلاميذ، ومن خلال ملاحظة الباحثة لمجتمع المعلمات حولها سواء في داخل الأسرة أو خارجها أو اثناء التدريب الميداني للدبلوم التربوي لاحظت تباين في التوافق المهني لدى المعلمات وأثر ذلك على حياتهم، ومن هنا برزت الحاجة إلى تسليط الضوء على موضوع الدراسة لمعرفة العلاقة بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني لهذه العينة ، ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى عينة من معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة بجدة؟

- **أهداف الدراسة** :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن:

- العلاقة بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة.

- الفروق في كل من الرفاهية النفسية والتوافق المهني بين أفراد عينة الدراسة.
- مدى إسهام ارتفاع الرفاهية النفسية في التنبؤ بالتوافق المهني بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة.

• أهمية الدراسة:

تتضح أهميتها فيما يلي:

• الأهمية النظرية

- تبرز أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية في إلقاء الضوء على مفهوم الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة.
- يحاول البحث تحديد طبيعة العلاقة بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني مما يفيد المرشدين النفسيين في تقييم مشكلات المعلمين والمعلمات بشكل أوسع وأكثر دقة.
- يعد هذا المصطلح من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس الإيجابي الذي لم يلق حقه من الدراسة والتحليل في البيئة العربية بشكل عام والسعودية بشكل خاص.
- تناولها لشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي العينة المستهدفة معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة والتي تقوم بالعديد من المهام التعليمية والتربوية.
- نظرا لندرة الدراسات والأبحاث التي تناولت متغيري البحث سوياً أو العينة (حسب علم الباحثة)، دعت الحاجة لإجراء هذه الدراسة والتعرف على الفروق بين هذه الفئتين بالإضافة إلى أنها ستكون إضافة علمية للمكتبات العربية.

• الأهمية التطبيقية

- إمكانية توجيه القائمين على العملية التربوية نحو العمل على تنمية الرفاهية النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في برامجنا التعليمية، وتطوير مستوى الخدمات النفسية وتنظيم برامج تدريبية أو إرشادية لرفع مستوى الرفاهية النفسية مما يساهم في ارتقاء المجتمع.

• حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة الحالية على دراسة العلاقة بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمات التعليم العام والتربية الخاصة بمدينة جدة.
- الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة على مدارس التعليم العام ومدارس الدمج ومعاهد التربية الفكرية بمدينة جدة.
- الحدود الزمنية: اقتصر تطبيقها في الفصل الدراسي الأول من عام (١٤٤٢هـ/٢٠٢٠).
- الحدود البشرية: تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من المعلمات بمدينة جدة والبالغ عددهم (٤٠٢).

◄◄ الحدود الظرفية: تم تطبيق الدراسة بالتزامن مع تفشي جائحة كورونا.

• **الإطار النظري ومفاهيم الدراسة**:

تحتوي الدراسة على عدد من المتغيرات نتناولها فيما يلي:

• **أولاً: الرفاهية النفسية** :

حظي هذا المصطلح باهتمام متزايد من الباحثين في العقد الأخير، وبمراجعة التراث البحثي حول هذا المفهوم نجد أنه لا يزال هناك الكثير من الأسئلة حول تعريف هذا المصطلح ، وعلى الرغم من اهتمام العديد من الأبحاث إلا أن العديد من المحاولات ركزت فقط على أبعاد الرفاهية النفسية، بدلا من التركيز على التعريف ، وينبع هذا المصطلح من علم النفس الإيجابي، ويتضمن الشعور العاطفي بالمتعة وغياب الألم، ولا يقتصر على سمات الفرد الشخصية بل يشمل التفاعل بين تلك السمات وخصائص البيئات الاجتماعية التي ينشأ فيها الفرد، ويؤكد دينر(Diener.2009) أن مفهوم الرفاهية النفسية مفهوم مكافئ للصحة النفسية وهذا ما دفع الكثير مؤسسات الرعاية الاجتماعية أن تضع الرفاهية النفسية ضمن أهم أهدافها حيث يجمع المصطلح بين تحقيق الرفاهية والسعادة للفرد.

تعددت التعريفات لمفهوم الرفاهية النفسية، حيث تعرفها سرميني (٢٠١٥، ص ٦) بأنها " السعي لتطوير قدرات الفرد وتوظيفها في إدارة المواقف الاجتماعية من خلال تحقيق التوازن الانفعالي مع التمتع بصحة جسدية ونفسية مع التعامل لمواقف الحياة ببهجة ومرح وثقة بالله ".

ويعرفها كلاً من (Dodge R., Huyton J & Sanders 2012,)بأنها نقطة التوازن بين تجمع موارد الفرد والتحديات التي تواجهه.

كما يعرفها رايف وسينجر (Ryeff&Singer.2000) الرفاهية النفسية بأنها تتمثل في الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية ذات قيمة ومعنى بالنسبة له واستقلاليته في تحديد مسار حياته وإقامته لعلاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها ، كما ترتبط بالإحساس العام بالسعادة والطمأنينة النفسية.

وعرفت منظمة الصحة العالمية الرفاهية النفسية بأنها: تصور الفرد لوضعه في الحياة في محيط النظام الثقافي والقيمي الذي يعيش فيه وعلاقة هذا بأهدافه ومعاييره وتوقعاته واهتماماته، فالرفاهية كمفهوم واسع النطاق يتأثر بشكل معقد بصحة الشخص البدنية وحالته النفسية، ومعتقداته الشخصية ، وعلاقاته الاجتماعية وعلاقته بالبيئة التي تكسبه سماته المميزة .

كما عرفت الباحثة مصطلح الرفاهية النفسية بأنها: تمتع المعلمة أو المعلم بتركيبة نفسية تحوي مجالات مختلفة من الاستقلالية والروحانية وتقبلهم

لذواتهم وقدرتهم على إدارة بيئة عملهم وأن يكونوا قادرين على التحكم بمشاعرهم وانفعالاتهم لتحقيق التوازن بين رغباتهم وواجباتهم ولتنمية نموهم الشخصي والمهني ومدى استفادتهم من قدراتهم وتوظيف إمكانياتهم وصولا لتحقيق أهدافهم ويتمتعون بصحة جسدية ونفسية جيدة بالإضافة إلى قدرتهم على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، ويحدد مستواها لدى الفرد من خلال الأداء على مقياس الرفاهية النفسية.

أما التعريف الإجرائي لها :هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة في المقياس المستخدم في الدراسة.(من إعداد الباحثة)

- **خصائص الرفاهية النفسية**:

هناك خصائص للرفاهية النفسية هي:

- شمولية هذا المصطلح حيث أنه يغطي مدى واسع من المشاعر الإنسانية بداية من المعاناة حتى النشوة إذ لا يركز فقط على الاكتئاب وفقدان الأمل... الخ بل يتناول أيضا الأسباب لوجود فروق فردية بين الأفراد في مستويات السعادة.
- تركز الرفاهية النفسية على الخبرة الداخلية ولا يفترض أن الإطار الخارجي هو المرجع لتقدير الهناء على الرغم من أن معايير الصحة العقلية تبحث من الخارج (النضج،الوراثة، الاستقلالية) ولكن تقاس الرفاهية النفسية من خلال الإدراك الذاتي للشخص حيث أن هذا المجال يضع الثقل لإدراك الأفراد لحياتهم.
- هذا المجال يركز على الحالة الطويلة إذ يهتم بالمشاعر المستقرة لا بالانفعالات العابرة. (*Diener et al.1997.p304*)

- **أبعاد الرفاهية النفسية**:

قدم رايف (Ryff.1995.p241) نموذج للرفاهية النفسية ينطلق من أن مفهوم الصحة النفسية ليس مجرد الخلو من المرض وإنما يتضمن سمات إيجابية وفقا للتصور الذي قدمه رايف تتضمن الرفاهية النفسية ست أبعاد هي (الاستقلال – التحكم والسيطرة – العلاقات الاجتماعية - نمو الشخصية – قبول الذات - هدف الحياة).

ومن خلال استقراء الباحثة لموضوع الرفاهية النفسية وما يشمله من مفاهيم وخصائص وأبعاد وغيره، فقد توصلت الباحثة عند بنائها للمقياس إلى عدة أبعاد في قياس الرفاهية النفسية. حيث يناسب هذا النموذج أهداف ومتغيرات الدراسة الحالية، واعتمدت الدراسة الحالية على هذه الأبعاد (الاستقلالية، الروحانية، تقبل الذات، التمكن البيئي، الاتزان الانفعالي، النضج الشخصي، الهدف في الحياة، الصحة الجسدية والنفسية، العلاقات الاجتماعية).

- **ثانياً: التوافق المهني**:

تتناول الباحثة العديد من التعريفات حول التوافق المهني وذلك على النحو التالي:

حيث عرفه (عبد القادر، ٢٠٠٠: ١٠٧) بأنه " قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية مرضية مع من يشرفون عليه أو يعملون معه كما يتضمن قدرة الفرد على التواؤم مع بيئته الاجتماعية في مختلف نواحيها المهنية والاقتصادية والمنزلية.

وعرفه (المهنأ، ٢٠٠٢: ٦) بأنه:" شعور لفرد بإمكانية ملائمة وضعه النفسي لمقتضيات العمل ورغبته في التواصل معه وشعوره بأن العمل يحقق له ما يريده كأهداف شخصية بالإضافة إلى رضا الفرد عن زملائه ورؤسائه ومرؤوسيه بصفةٍ عامة وشعوره بأن المستقبل في مجال العمل يتيح له ما يتمناه في حياته وأخيرا شعوره بالولاء لعمله ولأهداف هذا العمل.

كما عرفته الباحثة بأنه: قدرة معلمة التعليم العام والتربية الخاصة على التكيف والانسجام مع بيئة العمل بجميع جوانبها وعلاقاتها بزملائها ورؤسائها والقدرة على التكيف مع التغيرات التي تطرأ على بيئة العمل وتحدي صعاب المهنة ومدى رضاها عن عملها وأدائها.

أما التعريف الإجرائي للتوافق المهني: هي الدرجة التي سوف تحصل عليها المعلمة في مقياس التوافق المهني. (من إعداد الباحثة)

- **أبعاد التوافق المهني**:

بعد الاطلاع على التراث العلمي والنظريات التي تناولت هذا الموضوع قامت الباحثة بتحديد سبعة أبعاد للمقياس وهي (التوافق مع بيئة العمل - متطلبات العمل - الحوافز والمكافئات المادية والمعنوية - الجوانب الشخصية والاجتماعية للمعلم - العلاقات الاجتماعية مع زملاء العمل والمسئولين - العلاقات مع الطلبة وأوليائهم - النمو المهني والتقدم).

- **مصطلحات الدراسة**:

الرفاهية النفسية: هي شعور المرء بالسعادة والرضا عن الحياة في مجالاتها السلوكية والدينية والصحية والاجتماعية مع تحلي الفرد بالفاعلية في إدارة الذات. (سرميني ،٢٠١٥، ٥،٦) .

حيث عرفتها سرميني (٢٠١٥) بأنها السعي لتطوير قدرات الفرد وتوظيفها في إدارة المواقف الاجتماعية من خلال تحقيق التوازن الانفعالي مع التمتع بصحة جسدية ونفسية مع التعامل لمواقف الحياة ببهجة ومرح وثقة بالله.

ويعرفها عبد المقصود (٢٠٠٦) بأنها شعور داخلي إيجابي شبه دائم يعكس الرضا عن الحياة والطمأنينة النفسية والبهجة والاستمتاع والضبط الداخلي وتحقيق الذات والقدرة على التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفعالية (عبد المقصود، ٢٠٠٦: ٤٤). ويعرفها سام مان (Samman.2007) بأنها استخدام الفرد لكامل قدراته ومواهبه النفسية للتحقيق الذات والاستقلال والشعور بالسعادة والرضا من خلال وجود هدف للحياة وتواصل إيجابي مع الآخرين.

ويرى (zheng et al.2015.p622) بأن الرفاهية النفسية هي فلسفية تمكن في التقدم والازدهار، التي تؤكد على الحالة النفسية الجيدة للعاملين وتحقيق الإمكانيات الشخصية والاستقلال الذاتي.

وأضاف (Grant et al.2015.p52) بأن الرفاهية النفسية يمكن أن ينظر إليه بوصفه تركبيه تحوي مجالات مختلفة من الارتياح ، والسعادة الأسرية ، والصحية ، والمالية، والرضا الوظيفي.

التوافق المهني: إن التوافق المهني يتحقق من خلال حصول الشخص على عمل يناسب قدراته وإمكاناته ويرضي ميوله وطموحه، ويشعره بالنجاح والتفوق، ويدرك من خلاله القبول والتقدير،ورضا رؤسائه و زملائه وكل ذلك ينعكس على علاقته الاجتماعية مع أفراد البيئة المهنية من زملاء ومشرفين ورؤساء، ويؤدي إلى الرضا النفسي عن مكونات بيئته المهنية، الأمر الذي يجعله قادرا على الاستمرار في العطاء والحرص على إتقان عمله، والسعي الدائم إلى اكتساب الخبرات والمهارات التي تحسن من أدائه، وترفع من كفاءته وانتاجه. (أبو مسلم والموافي وعبدالحميد،٢٠١٢).

وعرفه (هيجان، ٢٠٠٤م: ٩٧) هو العملية المستمرة التي يقوم بها الفرد من أجل تحقيق التكيف والانسجام بينه وبين المهنة أو الوظيفة التي يؤديها وبينه وبين بيئة العمل.

ويعرفه (حجازي،٢٠١٣م:٤٢٤) بأنه نجاح معلمة غرف المصادر في تحقيق التكيف بينها وبين بيئة عملها من خلال العمل مع الطلاب ذوي الإعاقة، وشعورها بالرضا عن مكانة مهنتها في المجتمع، وعلاقاتها مع ذوي الطلاب، وزملائها، ومسئوليها في العمل.

ويعرف (القاسم، ٢٠٠١م: ٤٦) بأن التوافق المهني هو توافق الفرد مع جميع متغيرات العمل مما يبعث على الرضا الوظيفي ويتضمن ذلك رضا العامل وإشباع حاجاته وتحقيق طموحاته وتوقعاته مما ينعكس على إنتاجيته وكفايته وعلاقته بزملائه ورؤسائه وبيئة العمل ويتضمن توافق الفرد مع محيط العمل توافقه مع العوامل البيئية والطبيعية والاجتماعية وما يطرأ على ذلك من تغير من وقت لآخر.

- **علاقة الرفاهية النفسية بالتوافق المهني** :

ليس من شك أن الرفاهية النفسية ذات صلة وثيقة بالتوافق المهني، أي بكفاية العامل الإنتاجية، وعلاقاته الاجتماعية في مضمار العمل، والرفاهية النفسية ليست مجرد خلو الفرد من الأمراض الشاذة، إنما هي إلى جانب هذا حالة تتميز بعلامات إيجابية وعلامات السلبية ، فمن علامات الرفاهية النفسية السلبية:

- قدرة الفرد على الإنتاج المعقول في حدود ذكائه وحيويته واستعداده إذ كثيرا ما يكون الكسل والقعود والخمود دلائل على شخصيات هدتها الصراعات، واستنفذ الكبت حيويتها.

- قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية، صلات تتسم بالتعاون والتسامح والإيثار، لا يشوبها التحدي و العدوان و الارتياب، أو عدم الاعتماد المسرف على الغير، أو عدم الاكتراث لمشاعرهم. (عوض، ٢٠٠٥، ص ٣٠)

- **الدراسات السابقة**:

فيما يلي عرض الدراسات الخاصة بكل متغير في علاقتها بمتغيرات أخرى:

- **أولاً: دراسات الرفاهية النفسية** :

دراسة (مسعودي أمحمد،٢٠١٦) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين ومدى اختلافهم باختلافٍ جنسهم ومكان عملهم والأقدمية في التعليم ، وتكونت العينة من ٣٤٦ معلما ومعلمة وأظهرت النتائج أن مستوى كلا من الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية كان مرتفعا، وعدم وجود فروق بين المعلمين في الارتياح النفسي أو الفاعلية الذاتية مهما كان مكان العمل أو الأقدمية كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية ويمكن التنبؤ بالارتياح النفسي من الفاعلية الذاتية لدى المعلمين.

دراسة (صبا المحفوظ،٢٠١٨) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على وجود الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية وتكونت من (١٩٦) معلمة، وشملت أدوات الدراسة على مقياس الرفاهية النفسية ل Rosemary A Abbot 2006 من تعريب(الجمال،٢٠١٠)، وتوصلت الدراسة إلى انخفاض مستوى الرفاهية النفسية لدى المعلمات، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا تعزى للتحصيل العلمي، بالإضافة لوجود فروق تعزى لسنوات الخبرة.

دراسة (يسى ،٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى فحص طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والرفاهية النفسية لدى عينة من معلمي اللغة الإنجليزية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة المنيا، والكشف عن دلالة الفروق بين عينة الدراسة في كلا المتغيرين التدفق النفسي والرفاهية النفسية تبعا لمتغيري (النوع – مستويات الخبرة)، وأخيرا التعرف على مدى إسهام عوامل التدفق النفسي في التنبؤ بأبعادٍ الرفاهية النفسية لدى عينة الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) معلما ومعلمة لغة إنجليزية من مرحلة التعليم الأساسي؛ (١٢٣) معلما، و(١٧٧) معلمة، واستخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي من (إعداد الباحثة)، ومقياس الرفاهية النفسية لنموذج (رايف) إعداد سبرنجر وهاوسر (٢٠٠٦)، تعريب وتقنين السيد أبو هاشم (٢٠١٠)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين التدفق النفسي والرفاهية النفسية لدى عينة الدراسة ، وعدم وجود فروق ذاتٍ دلالة إحصائيا بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات في التدفق النفسي، وأيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات في مقياس الرفاهية النفسية فيما عدا بُعد (العلاقات الإيجابية مع الآخرين) فقد وجدت فروقا عند مستوى (٠١,٠) ، وفروق في بُعد (الحياة الهادفة) عند مستوى

(٠,٠٥) كلاهما لصالح الإناث، وفروقاً في الدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الخبرة على مقياس التدفق النفسي ، فيما عدا بُعد (التركيز المكثف) كانت الفروق دالة عند مستوى (٠١.١) لصالح مستوى الخبرة الثاني، وأسفرت الدراسة أيضاً عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمستويات الخبرة في الرفاهية النفسية ،وأخيراً أسهمت عوامل التدفق النفسي بنسب مختلفة دالة إحصائية في التنبؤ بأبعاد الرفاهية النفسية.

- **ثانياً: دراسات التوافق المهني:**

دراسة عطا الله (٢٠٠٩) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين البرامج التدريبية والتوافق المهني وأبعاده الفرعية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، وقد شملت عينة الدراسة (٨٢) معلم ومعلمة من معاهد التربية وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين التدريب والتوافق المهني، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التدريب وأربعة من أبعاد التوافق المهني العام.

وهدفت دراسة لوري (Lori ،2002) إلى التعرف على ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة ومدى الرضا الوظيفي لديهم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، أما عينة الدراسة فقد تكونت من (٢٥٠) معلم ومعلمة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الإجهاد، والإحباط، والاستياء من أهم مظاهر الضغوط التي عانى منها المعلم.

دراسة (عيسى محمد، ٢٠٠٤) حيث هدفت إلى دراسة التوافق المهني والاحتراق النفسي لدى معلمات الرياض، كمؤشر للإحساس بالضغوط النفسية في مجال العمل، كما تعرضت الدراسة لبيان العلاقة المحتملة بينهما، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، تم العمل مع ١٠٥ معلمة بدولة الكويت، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وأهم نتائج الدراسة : إن درجات التوافق المهني لدى معلمات الرياض يتسم توزيعها بالاعتزال، وأن المتغيرات المتمثلة في العمر الزمني أو سنوات الخبرة أو المؤهل أو المنطقة التعليمية لم تكن ذات أثر جوهري في تحديد هذا التوافق . كما جاءت نتائج الإحساس بالاحتراق النفسي على المنوال نفسه.

دراسة (عبد المعطي، ٢٠٠٧) حيث هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للتوافق المهني للمعلمين و المعلمات على قدر مناسب من الثبات وتطبيق القياس في محاولة الإجابة عن التساؤلات التي أثيرت في مشكلة البحث، واستخدم الباحث المنهج الإحصائي، واستخدم العينة: تم العمل ٣٩٢ معلم ومعلمة من إدارة الزقازيق ، مصر، واستخدم الباحث استبيان التوافق المهني للمعلمين من إعداد الباحث، وأهم نتائج الدراسة : لا توجد فروق معنوية واضحة بين المعلمين و المعلمات في التوافق المهني، وتوجد فروق معنوية واضحة في التوافق بين المعلمين و المعلمات في مستوى الأعمار المختلفة.

دراسة (الرواحية ،٢٠١٦) هدفت إلى التعرف على التوافق المهني وعلاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية، وتكونت عينة الدراسة من(٢٦٠) موظف و موظفة ، وأظهرت النتائج بلوغ مستوى التوافق المهني والفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة الدراسة مرتفعان بدرجة كبيرة، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين التوافق المهني والفاعلية الذاتية المدركة لدى العينة.وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق المهني تعزى لمتغير المؤهل الدراسي،بينما توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق المهني تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ولمتغير سنوات الخبرة لصالح أكثر من (١٥)سنة.

- **فروض الدراسة**:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التربية الخاصة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في الرفاهية النفسية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في التوافق المهني.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة تعزى لبعض المتغيرات الديموغرافية (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، العمر).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة تعزى لبعض المتغيرات الديموغرافية (المرحلة الدراسية، طبيعة المكان، الحالة الاجتماعية، عدد الأبناء).
- ينبئ ارتفاع الرفاهية النفسية بالتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة بجدة؟

- **إجراءات الدراسة**:

- **أولاً : منهج الدراسة** :

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن العلاقة والفروق في الرفاهية النفسية والتوافق المهني بين أفراد العينة .

- **ثانياً: مجتمع الدراسة**:

معلمات التعليم العام والتربية الخاصة سواء في مدارس الدمج أو معاهد التربية الفكرية بمدينة جدة في المملكة العربية السعودية.

- **ثالثاً: عينة الدراسة**:

تم اختيار عينة عشوائية من معلمات التعليم العام والتربية الخاصة قوامها (٤٠٢). مقسمه إلى (٢٢٦) من معلمات التعليم العام (١٧٦) من معلمات التربية الخاصة، ويتراوح العمر الزمني للعينة ما بين (٢٥ سنة إلى أكثر من ٤٠ سنة).

- **رابعاً: أدوات الدراسة:**

◄◄ مقياس الرفاهية النفسية (من إعداد الباحثة) والذي يقيس مستوى الرفاهية النفسية لدى المعلمين والمعلمات بهدف تقييم الرفاهية النفسية لديهم، ويتكون مقياس الرفاهية النفسية الحالي من (٦٨) بند و(٩) أبعاد للرفاهية النفسية التي حددتها معدة المقياس وهي (الاستقلالية - الروحانية - قبول الذات - التمكن البيئي - الاتزان الانفعالي - النضج الشخصي - الهدف في الحياة - الصحة الجسدية والنفسية - العلاقات الاجتماعية).

◄◄ مقياس التوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات من إعداد الباحثة أيضاً بحيث يتناسب مع متطلبات الدراسة، وقامت الباحثة بتحديد سبعة أبعاد للمقياس الحالي وهي (التوافق مع بيئة العمل - متطلبات العمل - الحوافز والمكافئات المادية والمعنوية - الجوانب الشخصية والاجتماعية للمعلم - العلاقات الاجتماعية مع زملاء العمل والمسئولين - العلاقات مع الطلبة وأوليائهم - النمو المهني والتقدم)، ومن وجهة نظر الباحثة ترى أن المقياس المعد سيكون إضافة علمية ومرجعاً للباحثين مستقبلا.

◄◄ استمارة بيانات المعلمات من إعداد الباحثة.

- **مقياس الرفاهية النفسية من إعداد الباحثة (٢٠٢٠)**

وللتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من ٣٠ معلمة من معلمات التعليم العام والتربية الخاصة، وكانت النتائج كما يلي: الصدق: لحساب صدق المقياس استخدمت الباحثة طريقة صدق البناء، وهو ما يعرف باسم الاتساق الداخلي للمقياس وذلك من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس والجدول (١) يوضح هذه النتائج:

جدول (١) معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الرفاهية النفسية والدرجة الكلية له

الأبعاد	معامل الارتباط
الاستقلالية	٠,٧١٩**
الروحانية	٠,٦٩٩**
قبول الذات	٠,٧٦٢**
التمكن البيئي	٠,٨٢٥**
الاتزان الانفعالي	٠,٦١٨**
النضج الشخصي	٠,٨٣٩**
الهدف في الحياة	٠,٨٤٣**
الصحة الجسدية والنفسية	٠,٦٧٧**
العلاقات الاجتماعية	٠,٧٨٣**

**دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الرفاهية النفسية والدرجة الكلية على المقياس دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١ .وبذلك يتضح بأن المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية. و لحساب ثبات مقياس الرفاهية النفسية استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، والجدول (٢) يبين ذلك :

جدول (٢) معاملات الثبات لمقياس الرفاهية النفسية بأبعاده

الأبعاد	معاملات ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الاستقلالية	٠,٥٢٣	٠,٥٩٣
الروحانية	٠,٨١٨	٠,٧٥١
قبول الذات	٠,٦٢٥	٠,٦٤١
التمكن البيئى	٠,٧٧٥	٠,٧١٢
الاتزان الانفعالى	٠,٦٤٧	٠,٦٢٥
النضج الشخصى	٠,٧٥٢	٠,٦٦٢
الهدف في الحياة	٠,٧٥٧	٠,٧٥٦
الصحة الجسدية والنفسية	٠,٦٥٩	٠,٧٢٢
العلاقات الاجتماعية	٠,٧٠٢	٠,٦١٧
الدرجة الكلية	٠,٩٣٧	٠,٨٥٢

يتضح من معاملات ثبات المقياس أن جميع أبعاد مفهوم الرفاهية النفسية تتمتع بمعامل ثبات جيد إلى مرتفع حيث تراوحت معاملات الثبات بين أعلى درجة٠,٨١٨ وأقل درجة ٠,٥٢٣

ونجد أن معاملات الفا كرونباخ للمقياس الكلي عند قيمة (٠.٩٣٧) ومعامل سبيرمان قد بلغ للأداة ككل (٠.٨٥٢) وهي درجة عالية تدل على الثبات العالي للاستبيان، مما يدل على سلامة المعلومات المستخرجة من مجتمع الدراسة.

- **مقياس التوافق المهني للمعلمين والمعلمات إعداد الباحثة** (٢٠٢٠).

وللتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من ٣٠ معلمة من معلمات التعليم العام والتربية الخاصة، وكانت النتائج كما يلي:

الصدق : استخدمت الباحثة للتحقق من صدق التوافق المهني طريقة صدق البناء، وهو ما يعرف باسم الاتساق الداخلي للمقياس وذلك من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس والجدول (٣) يوضح هذه النتائج:

جدول (٣) معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد التوافق المهني والدرجة الكلية له

أبعاد التوافق المهني	معامل الارتباط
التوافق مع بيئة العمل	٠,٧٨٥**
متطلبات العمل	٠,٥٣٥**
الحوافز والمكافئات المادية والمعنوية	٠,٥٩٠**
الجوانب الشخصية والاجتماعية للمعلم	٠,٦٩٣**
العلاقات الاجتماعية مع زملاء العمل والمسئولين	٠,٦٩٤**
العلاقات مع الطلبة وأوليائهم	٠,٦١٤**
النمو المهني والتقدم	٠,٧١٥**

**دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجات أبعاد التوافق المهني والدرجة الكلية على المقياس دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١وبذلك يتضح بأن المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية.

ولحساب ثبات مقياس التوافق المهني استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، والجدول (٤) يبين ذلك:

جدول (٤) معاملات ثبات مقياس التوافق المهني

أبعاد التوافق المهني	معاملات ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
التوافق مع بيئة العمل	٠.٧٢٢	٠.٧٤٧
متطلبات العمل	٠.٦٣٤	٠.٤٨١
الحوافز والمكافئات المادية والمعنوية	٠.٧٣٠	٠.٨٠٢
الجوانب الشخصية والاجتماعية للمعلم	٠.٧٠٢	٠.٤٦٣
العلاقات الاجتماعية مع زملاء العمل والمسئولين	٠.٧٣٤	٠.٤٦٧
العلاقات مع الطلبة وأوليائهم	٠.٤٨٧	٠.٥٤٣
النمو المهني والتقدم	٠.٧٠٩	٠.٧٦٥
الدرجة الكلية	٠.٨٨٩	٠.٨٤٥

يتضح من معاملات ثبات المقياس أن جميع أبعاد التوافق المهني تتمتع بمعامل ثبات مقبول حيث تراوحت معاملات الثبات بين أعلى درجة ٠,٨٠٢ وأقل درجة ٠,٤٦٣ ، وأن معاملات ألفا كرونباخ للمقياس الكلي قيمة (٠.٨٨٩) ومعامل سبيرمان لمحاور الاستبانة قد بلغ للأداة ككل (٠.٨٤٥) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات.

- **خامساً: إجراءات تطبيق الدراسة:**

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية، قامت الباحثة بالتالي:

- إعداد استمارة بيانات أولية للمقياس للتعرف على بعض المعلومات الديموغرافية وضمها مع المقياسين في كراسة واحدة.
- تطبيق أدوات الدراسة خلال العام الدراسي (٢٠٢٠م) على معلمات التعليم العام والتربية الخاصة، قامت الباحثة بتطبيق المقياس الكترونيا و ورقيا.
- تم استبعاد الاستمارات الناقصة أو التي اقتصر أو التي اكتفى المفحوص بتعبئة أحد المقاييس دون الأخر.
- تم إدخال البيانات ومعالجتها إحصائيا باستخدام برنامج التحليل الإحصائي *SPSS*.

- **سادساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :**

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية لتحقق من فروض الدراسة:

- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.
- تحليل الانحدار الخطي.

- **نتائج الدراسة:**

- **عرض وتحليل الفرض الأول الذي ينص على:**

"توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام" وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط بيرسون،والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٥) يحدد معامل الارتباط بيرسون

المحور	التوافق المهني	مستوى الدلالة
الاستقلالية	٠.٣٢٩	٠.٠١
الروحانية	٠.٢٨٣	٠.٠١
قبول الذات	٠.٣٣٩	٠.٠١
التمكن البيئي	٠.٤١٥	٠.٠١
الاتزان الانفعالي	٠.٢٥٣	٠.٠١
النضج الشخصي	٠.٤٤٠	٠.٠١
الهدف في الحياة	٠.٥٠٦	٠.٠١
الصحة الجسدية والنفسية	٠.٥٨٤	٠.٠١
العلاقات الاجتماعية	٠.٤٦١	٠.٠١
الرفاهية النفسية	٠.٥٥١	٠.٠١

◆◆دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق:

- أنه توجد علاقة إيجابية ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠,٠١ بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام
- نجد معامل الارتباط كان مرتفع في بعدي (الصحة الجسدية والنفسية وقيمته ٠.٥٨٤، والهدف من الحياة وقيمته ٠.٥٠٦) يليه بعد (العلاقات الاجتماعية ٠.٤٦١) ثم بعدي (النضج الشخصي ٠.٤٤٠ ، والتمكن البيئي عند قيمة ٠.٤١٥) ،بينما كان البعد الأقل ارتباطا مع التوافق المهني هو(الاتزان الانفعالي بقيمة ٠.٢٥٣، والروحانية بقيمة ٠.٢٨٣) ،بينما نجد الرفاهية النفسية ككل عند قيمة (٠.٥٥١) وهو ارتباط جيد.

وترى الباحثة أن الارتفاع في بعد الصحة الجسدية والنفسية قد يرجع إلى عدة أسباب منها أن التعليم أصبح عن بعد في ظل الجائحة الحالية (كورونا) وبالتالي تغير نظام دوام المعلمات بحيث أصبح يوما واحدا في الأسبوع وأيضا تم التخفيف من عبء إحضار الوسائل التعليمية المدعمة للشرح واستبدالها بوسائل الكترونية تناسب التعليم عن بعد، أما ارتباط الهدف من الحياة مع التوافق المهني فهذا يدل على أن المعلمات المستهدفات في العينة يرون أن الهدف الأسمى لهن قد تحقق في وظيفة التعليم يرون لوجودهم معنى وهدف في الحياة وبالتالي ينعكس على شعورهم ورضاهم وتوافقهم المهني ومن ثم تحقيق ما تصبو إليهن من أهداف أخرى، أما في بعدي الاتزان الانفعالي والروحانية فتفسر الباحثة ذلك بأنه عادة ما يواجه المعلمين كثير من متطلبات العمل التي تخلق التوتر مثل افتقار بعض الطالبات للنظام والأدب أو التغيرات في التقنيات الجديدة ، وبإمكان هذا الموقف أن يخلق لديهم نوعا من التعاسة خاصة عندما لا تتوافر لديهم الموارد الكافية لمواجهة هذه المتطلبات (٢٠٠٧ ، Bakker) ، كما أن التدين والتأثر بنماذج من حياة الناجحين أدت إلى تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية المعلمين لكون الدين لصيق الصلة بالتكوين البشري.(مسعودي، ٢٠١٦). وقد اتفقت النتيجة الحالية مع دراسة مسعودي (٢٠١٦) التي أكدت على وجود مستوى مرتفع من الارتياح النفسي لدى المعلمين، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية للمعلمين.

• **عرض وتحليل الفرض الثاني الذي ينص على:**

"توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التربية الخاصة"

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط بيرسون، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٦): يحدد معامل الارتباط بيرسون

المحور	التوافق المهني	مستوي الدلالة
الاستقلالية	٠.٢٠٦	٠.٠٠١
الروحانية	٠.٣٦٣	٠.٠٠١
قبول الذات	٠.٢٩٣	٠.٠٠١
التمكن البيئي	٠.٢٦٤	٠.٠٠١
الاتزان الانفعالي	٠.٢٢٠	٠.٠٠١
النضج الشخصي	٠.٢٢٨	٠.٠٠١
الهدف في الحياة	٠.٢٠٨	٠.٠٠١
الصحة الجسدية والنفسية	٠.٢٦٩	٠.٠٠١
العلاقات الاجتماعية	٠.٣٢٧	٠.٠٠١
الرفاهية النفسية	٠.٤٨٥	٠.٠٠١

يتضح من الجدول السابق:

- أنه توجد علاقة إيجابية بين الرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية والتوافق المهني لدى معلمات التربية الخاصة.
- وجدت الباحثة معامل الارتباط مرتفع في بعدي (الروحانية عند قيمة ٠.٣٦٣، والعلاقات الاجتماعية عند قيمة ٠.٣٢٧)،يليه محور قبول الذات عند قيمة (٠.٢٩٣) يليه محور الصحة النفسية والجسدية عند قيمة (٠.٢٦٩)، ثم محور التمكن البيئي عند قيمة (٠.٢٦٤) ، بينما محور النضج الشخصي (٠.٢٢٨) ثم قيمة محور الاتزان الانفعالي (٠.٢٢٠) ، يليه محور الهدف في الحياة (٠.٢٠٨) ،بينما نجد محور الاستقلالية الأقل قيمة عند (٠.٢٠٦)،أما الرفاهية النفسية ككل كانت عند قيمة (٠.٤٨٥) وهو ارتباط جيد.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة عطا الله (٢٠٠٩) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين البرامج التدريبية والتوافق المهني وأبعاده الفرعية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين التدريب والتوافق المهني.

• **عرض وتحليل نتائج الفرض الثالث الذي ينص على:**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في الرفاهية النفسية"

للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في الرفاهية النفسية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلة Independent Samples T-test

جدول (٧): اختبار (ت) للمجموعات المستقلة Independent Samples T - test تبعاً لمتغير المسار

المقياس	المسار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	T-Teast	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	معلمات التعليم العام	٢٢٦	١٧٥,٠٥	١٥.٢٧	٣٣٩	٣.١	٠.٠٢
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١٦٩,٧٣	١٨.٢٦			

يتضح لنا من خلال جدول (٧):

- توجد فروق بين درجات الرفاهية النفسية الكلية لعينة الدراسة تبعاً لمتغير (المسار) حيث كانت قيمة المتوسط الحسابي لمعلمات التعليم العام (١٧٥,٠٥) وقيمة الانحراف المعياري (١٥,٢٧) وهو أعلى من قيمة المتوسط الحسابي لمعلمات التربية الخاصة (١٦٩,٧٣) والانحراف المعياري عند قيمة (١٨.٢٦) وذلك عند درجة حرية (٣٣٩) وكانت قيمة (ت) (٣.١) بمستوى دلالة (٠.٠٢) وهي دالة احصائياً لصالح معلمات التعليم العام.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح معلمات التعليم العام في الأبعاد التالية (الاستقلالية، الروحانية، قبول الذات، التمكن البيئي، العلاقات الاجتماعية، الاتزان الانفعالي، والنضج الشخصي) ٣ -عدم وجود فروق دالة إحصائيا في بعدي (الهدف في الحياة، الصحة الجسدية والنفسية).

وتفسر الباحثة ذلك بأن معلمات التربية الخاصة يتعاملن مع طالبات يحتجن إلى جهد أكثر واستخدام أدوات وأساليب خاصة ، ومواجهة تحديات وصعوبات قد تؤثر على الرفاهية النفسية للمعلمات في حال لم تجدن تغيير سريع في مستوى الطالبات. وقد اختلفت هذه النتيجة في الدراسة الحالية مع دراسة مسعودي (٢٠١٦) وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين المعلمين في الارتياح النفسي أو الفاعلية الذاتية مهما كان مكان العمل أو الأقدمية.

- **عرض وتحليل نتائج الفرض الرابع الذي ينص على:**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في التوافق المهني"

للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة في التوافق المهني، قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلة Independent Samples T-test

جدول (٨): اختبار (ت) للمجموعات المستقلة Independent Samples T - test تبعاً لمتغير المسار

المقياس	المسار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	T-Teast	مستوى الدلالة
التوافق المهني	معلمات التعليم العام	٢٢٦	,52٢٣٥	٢٣.٩٨	٤٠٠	-٤.٥	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	٢٤٦,٧٦	٢٤,٦٣			

يتضح لنا من خلال جدول (٨):

- بأنه توجد فروق بين الدرجات الكلية للتوافق المهني لعينة الدراسة تبعاً لمتغير المسار حيث كانت قيمة المتوسط الحسابي لمعلمات التعليم العام (٢٣٥,٥٢) وقيمة الانحراف المعياري (٢٣,٩٨) بينما نجد قيمة المتوسط الحسابي لمعلمات التربية الخاصة (٢٤٦,٧٦) والانحراف المعياري عند قيمة (٢٤,٦٣) وذلك عند درجة حرية (٤٠٠) وكانت قيمة (ت) (-٤.٥) بمستوى دلالة (٠.٠٠١) وهي دالة احصائيا لصالح معلمات التربية الخاصة .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح معلمات التربية الخاصة في الدرجة الكلية للتوافق المهني وفي الأبعاد التالية (التوافق مع بيئة العمل، متطلبات العمل، الحوافز والمكافئات الماديةٍ والمعنوية)
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الأبعاد (الجوانب الاجتماعية والشخصية، والعلاقات مع الزملاء والمسئولين، العلاقات مع الطلبة وأوليائهم، النمو المهني والتقدم). ويعزى عدم وجود دلالات إحصائية لبعض الأبعاد إلى الاتساق بين المعلمات وكونهن يعملن في نفس المناخ التنظيمي والتعليمي، وتطبق عليهن نفس الأنظمة واللوائح.

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة الرواحية (٢٠١٦) حيث أظهرت النتائج بلوغ مستوى التوافق المهني مرتفع بدرجة كبيرة لدى العينة.

وتختلف مع دراسة حكيم(٢٠٠٩)، حيث أسفرت نتائجها أنه لايوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الوظيفي، ولم يكن هناك دلالة إحصائية بين الرضا الوظيفي ومتغير المؤهل، وكذلك متغير سنوات الخبرة.

- **عرض وتحليل نتائج الفرض الخامس والذي ينص على**:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة تعزى لبعض المتغيرات الديموغرافية (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، العمر)"

للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة، قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلةIndependent Samples T-test

جدول (٩): اختبار (ت) للمجموعات المستقلةIndependent Samples T - test تبعاً لمتغيرات الديموغرافية

المتغيرات الديموغرافية	المسار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	T-Teast	مستوى الدلالة
المؤهل العلمي	معلمات التعليم العام	٢٢٦	١.٣	٠.٥٤	٤٠٠	-٤.٤	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١.٦	٠.٧١			
سنوات الخبرة	معلمات التعليم العام	٢٢٦	٢.٥	٠.٧٤		٧.١	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١.٩	٠.٧٩			
العمر	معلمات التعليم العام	٢٢٦	٣.٤	٠.٨٧		١٣.٣	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	٢.٣	١.١			

يتضح لنا من خلال جدول (٩) بأنه:

- توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية حيث كانت قيمة (ت) (-٤.٤) بمستوى دلالة (٠.٠٠١) في متغير المؤهل العلمي (أي يوجد فروق دالة إحصائيا لصالح معلمات التربية الخاصة في المؤهل العلمي بكالوريوس) وتعزو الباحثة إلى أن معلمات التربية الخاصة لديهم مؤهل تعليمي خاص بهذه الفئة وتدريب متخصص بالإضافة لرغبتهم الداخلية في التعامل مع هذه الفئة.
- بينما نجد قيمة (ت) في متغير سنوات الخبرة عند (٧.١) بمستوى دلالة (٠.٠٠١) (أي يوجد فروق دالة إحصائيا لصالح معلمات التعليم العام في الخبرة الأعلى)
- بينما نجد قيمة (ت) في متغير العمر (١٣.٣) بمستوى دلالة (٠.٠٠١) (وهي دالة إحصائيا لصالح معلمات التعليم العام).

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المعلمات ذوي الخبرة الأطول بما لديهم من خبرة يمتلكون مجموعة علاقات فعالة في الوسط المهني، ما يساعدهم على تجنب المشاكل ومواجهة التحديات بشكل أفضل .هذا بالإضافة إلى شعورهم بالتوافق مع المهنة وبأنهم يحققون ذواتهم من خلالها، بالإضافة إلى أن سنوات الخبرة الطويلة تساعد في التكيف مع ظروف المهنة، وتجعلهم يمتلكون أساليب أكثر حكمة في التعامل مع الإدارة المدرسية والإشراف التربوي وكذلك مع الطلبة وأولياء أمورهم. ما ينعكس على مكانتهم في الوسط المهني وعلى دخلهم المادي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الشيخ، شرير (٢٠٠٨) حيث أسفرت نتائج الدراسة، عن وجود فروق دالة إحصائيا في الرضا الوظيفي ككل لصالح حملة الدبلوم المتوسط ، بينما لم توجد فروق في الرضا عن المادة، وبالنسبة لطبيعة العمل وظروفه، والعلاقة بالمسئولين كانت الفروق لصالح الإناث، حملة الدبلوم المتوسط والمرحلة الأساسية الدنيا، بينما تختلف النتيجة مع دراستنا في سنوات الخبرة حيث لم يكن لها أثر على الرضا الوظيفي.

كما تتفق مع دراسة منصور(٢٠١٠) حيث أظهرت نتائجها، أن درجة الرضا الكلية كانت متوسطة حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة، وأن أقل مجالات الرضا كان مجال الترقيات والحوافز، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا تبعا لمتغيري الخبرة لصالح الخبرة الأعلى، والمؤهل العلمي لصالح المؤهل الأقل.

وهذا يتفق مع دراسة عبد المعطي (2007) حيث أظهرت النتائج بأنه توجد فروق معنوية واضحة في التوافق بين المعلمين والمعلمات في مستوى الاعمار المختلفة وعدد سنوات الخبرة ،بينما اختلفت معه في عدم وجود فروق معنوية بين المعلمين والمعلمات باختلاف المؤهل الدراسي الحاصلين عليه.

• **عرض وتحليل نتائج الفرض السادس والذي ينص على:**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة تعزى لبعض المتغيرات الديموغرافية (المرحلة الدراسية، طبيعة المكان، الحالة الاجتماعية، عدد الأبناء)"

للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة، قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للمجموعات المستقلةIndependent Samples T-test

جدول (١٠): اختبار (ت) للمجموعات المستقلةIndependent Samples T - test تبعاً للمتغيرات الديموغرافية

المتغيرات الديموغرافية	المسار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	T-Teast	مستوى الدلالة
المرحلة الدراسية	معلمات التعليم العام	٢٢٦	١.٩	٠.٨٣	٤٠٠	٨.٩	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١.٥	٠.٧٤			
طبيعة المكان	معلمات التعليم العام	٢٢٦	٢.٨	٠.٣٨		٥.٩	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١.٨	٠.٥٩			
الحالة الاجتماعية	معلمات التعليم العام	٢٢٦	١.١	٠.٣٧		-٥.٢	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	١.٤	٠.٤٩			
عدد الأبناء	معلمات التعليم العام	٢٢٦	٣.٣	١.١		٩.٨	٠.٠٠١
	معلمات التربية الخاصة	١٧٦	٢.٢	١.٢			

يتضح لنا من خلال جدول (١٠) بأنه:

توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية حيث كانت قيمة (ت) (٨.٩) في متغير المرحلة الدراسية ، بينما نجد قيمة (ت) في متغير طبيعة المكان عند (٥.٩) ، بينما نجد قيمة (ت) في متغير الحالة الاجتماعية (-٥.٢) ،بينما نجد قيمة (ت) في متغير عدد الابناء عند (٩.٨) وهي دالة احصائيا، (أي يوجد فروق دالة إحصائيا لصالح معلمات التعليم العام في المرحلة الدراسية وطبيعة المكان وعدد الأبناء، بينما كانت لصالح معلمات التربية الخاصة في متغير الحالة الاجتماعية).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة ديراني (1992) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى الضغوط النفسية لدى المعلمين تعزى إلى الحالة الاجتماعية . وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي خليفات والزغول(٢٠٠٣)، وتختلف مع نتيجة دراسة عواودة (2009) التي أشارت إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى غير(المتزوجات أعلى، ونتيجة دراسة الزعبي (2005) التي أشارت إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى المتزوجين أعلى منه لدى غير المتزوجين.

• **عرض وتحليل نتائج الفرض السابع والذي ينص على:**

"ينبئ ارتفاع الرفاهية النفسية بالتوافق المهني لدى معلمات التعليم العام ومعلمات التربية الخاصة بجدة؟"

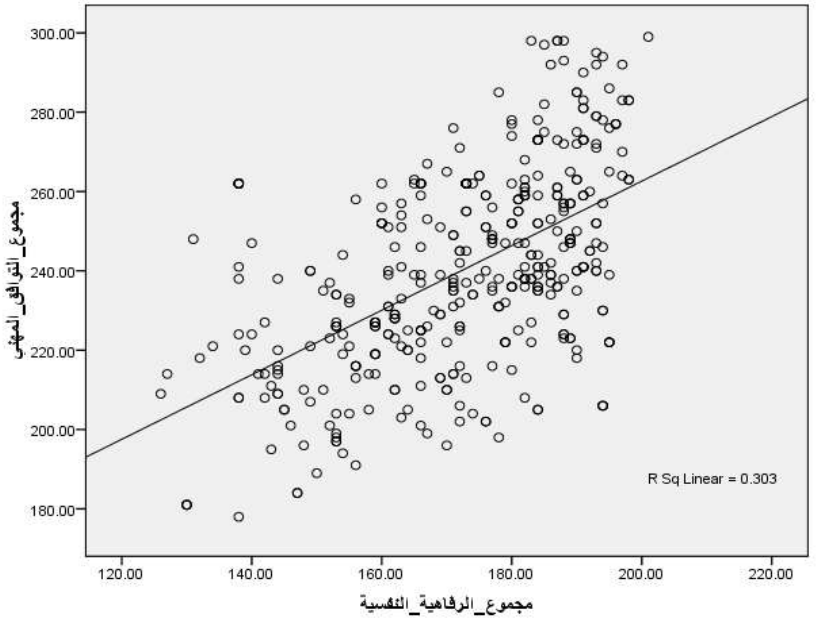
للكشف عن ارتفاع الرفاهية النفسية بالتوافق المهني ، قامت الباحثة باستخدام معامل الانحدار الخطي البسيط

جدول (١١) يحدد تحليل الانحدار الخطي البسيط للرفاهية النفسية على التوافق المهني

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	معامل الارتباط R	معامل الارتباط R^2
الانحدار	٧٥٢٥١.٠٣٥	١	٧٥٢٥١.٠٣٥	١٧٤.١٦٤	،٠٠٠	،٥٥١	،٣٠٣
الانحراف عن الانحدار (البواقي)	١٧٢٨٢٨.٢٦١	٤٠١	٤٣٢.٠٧١				

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ف) لنموذج الانحدار الخطي تساوي (١٧٤,١٦٤)وذلك عند مستوى (٠,٠٠٠) ، وبمعامل تحديد (٠,٣٠٣) وبالتالي وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين، أي أن

الرفاهية النفسية تؤثر على التوافق المهني بنسبة (٣٠٪) . وهذا يدل على صحة الفرض وإمكانية تنبؤ ارتفاع الرفاهية النفسية بالتوافق المهني لدى المعلمات.



الشكل (١) تحليل الانحدار الخطي البسيط للرفاهية النفسية على التوافق المهني

ويتضح من الشكل العلاقة الطردية بين الرفاهية النفسية والتوافق المهني بما يعني أن الدرجة المرتفعة من الرفاهية النفسية تنبئ بالتوافق المهني.

جدول (١٢) يحدد تحليل الانحدار الخطي البسيط للرفاهية النفسية على التوافق المهني

المتغير المستقل	المعامل البائي	الخطأ المعياري للمعامل البائي	قيمة بيتا	قيمة ت	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	٠،٨١٣	٠،٠٦٢	٠،٥٥١	١٣.١٩٧	،٠٠٠
ثابت الانحدار	٩٩.٩٣١	١٠.٦٩٨	٢.٥	٩.٣٤١	،٠٠٠

ومن الجدول يتبين أن ثابت الانحدار دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠) و أن قيمة بيتا موجبة (٠,٥٥١) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٠) أي أن تأثير الرفاهية النفسية على التوافق المهني تأثير طردي، وهذا يدل على صحة الفرض وإمكانية تنبؤ ارتفاع الرفاهية النفسية بارتفاع التوافق المهني لدى عينة الدراسة، أي كلما ارتفعت الرفاهية النفسية كلما دل ذلك على ارتفاع التوافق المهني.

وهذا يتفق مع دراسة يسى (٢٠١٨) حيث توصلت إلى أنه أسهمت عوامل التدفق النفسي بنسب مختلفة دالة إحصائية في التنبؤ بأبعاد الرفاهية النفسية.

كما اتفقت مع دراسة المصدر عبد العظيم وابو كويك (٢٠٠٧) من خلال العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى المعلمين والمعلمات، حيث أظهرت أن المعلمات أكثر ضغطا من المعلمين، وأن ذلك يؤثر على الصحة النفسية.

ويمكن تفسير النتيجة السابقة في أن زيادة درجة التوافق المهني تؤدي إلى اشباع الحاجات، ومعايشة الخبرات السارة ، وفي تحقيق الأهداف والقدرة على إدارة المواقف المحيطة والذي بدوره يؤثر على ارتفاع مستوى الرفاهية النفسية، والتأثير متبادل بحيث عندما يرتفع مستوى الرفاهية النفسية فإن التوافق المهني يرتفع وتصبح المعلمة أكثر إنتاجية ومواظبة في عملها.

بينما إذا كانت هناك ضغوط في مهنة التدريس سواء كانت تتمثل في مستوى التلاميذ، أو ضغوط تتعلق بالمناهج الدراسية أو ضغوط ساعات العمل وضغوط عبء المهنة، أو ضغوط تتعلق بأولياء الأمور، ضغوط تتعلق ببيئة العمل المادية، فإنها تؤثر على التوافق المهني للمعلم وبالتالي تؤثر على رفاهيته النفسية.

- **التوصيات**:

التوصيات التي توصلت إليها الباحثة :

- تقدم دورات تدريبية للمعلمات من قبل وزارة التعليم لتنمية المهارات لديهم مما ينعكس على توافقهم المهني ورفاهيتهم النفسية.
- تعميق الدور الإيجابي الذي تمثله العلاقة الإيجابية بين التوافق المهني والرفاهية النفسية، نتيجة ما أسفرت عنه نتائج هذه الدراسة.
- تطوير نظام الحوافز وتقديم خدمات تأمينات صحية للمعلمين.
- زيادة عدد المعلمين في المدارس بحيث يتم خفض نصاب الحصص، والتخفيف من المهام اللاصفية.

- **المقترحات**:
  - إجراء دراسة مقارنة بعنوان الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من المعلمين والمعلمات.
  - البحث في علاقة الرفاهية النفسية وتأثيرها بمتغيرات أخرى مثل (الصمود النفسي، الذكاء الانفعالي)

- **المراجع العربية**:

- سرميني، إيمان مصطفى . (٢٠١٥). "مقياس الرفاهية النفسية". القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- فحجان، سامى خليل.(٢٠١٠)."التوافق المهنى والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتهما بمرونة الأنا لدى معلمى التربية الخاصة".رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة.
- المهنأ،سعيد.(٢٠٠٢)."العلاقة بين التوافق المهنى والدافعية للإنجاز لدى موظفى جمارك مطار خالد الدولى بالرياض".رسالة ماجستير، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- عبد القادر، زكية.(٢٠٠٠)"التوافق المهني للأخصائي الاجتماعي في مجالات الممارسة المهنية". مجلة علم النفس، العدد(٥٤)، السنة (١٤)، الهيئة العامة للكتاب.
- عبد المقصود ،أماني.(٢٠٠٦)."السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين". مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد(٢)، كلية التربية ، جامعة المنوفية.
- أبو مسلم، محمود أحمد والموافي، فؤاد حامد وعبد الحميد،آية نبيل.(٢٠١٢)."مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالتوافق المهني للمعلم". مجلة بحوث التربية النوعية،(٢٤).
- يسى، نانسي زكريا صموئيل. (٢٠١٨). "التدفق النفسي كمنبئ بالرفاهية النفسية في ضوء نموج رايف (Ryff) لدى عينة من معلمي اللغة الانجليزية بمرحلة التعليم الأساسي".رسالة ماجستير، جامعة المنيا، كلية التربية،قسم الصحة النفسية.
- حجازي، حسن جولتان.(٢٠١٣)."فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية".المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد (٩)، عدد(٤) .
- هيجان، عبد الرحيم.(٢٠٠٤).علم النفس المهني ، الرياض، وزارة التربية والتعليم.
- القاسم،بديع محمود. (٢٠٠١). علم النفس المهني بين النظرية والتطبيق ،ط ١ ،مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
- عوض،عباس محمد.(٢٠٠٥).دراسات في علم النفس الصناعي و المهني ، مصر: دار المعرفة الجامعية.
- المحفوظ،صبا عبدالمنعم. (٢٠١٨)."الرفاهية النفسية لدى معلمات رياض الأطفال".مجلة دراسات تربوية، العدد (٤٤).
- أمحمد،مسعودي.(٢٠١٦)."الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين". رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران ٠٢.
- قريطع ،فراس.(٢٠١٧)."الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة". المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد (١٣) ،عدد (٤) ،٤٧٥ - ٤٨٦
- عبدالمعطي،حسن مصطفى.(٢٠٠٧)." التوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات بالمرحلة الابتدائية". رسالة ماجستير فى التربية (صحة نفسية)،جامعة بنها - كلية التربية .
- عيسى، محمد رفقي محمد فتحي. (٢٠٠٤)"التوافق المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمات الرياض".جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، مجلد(٩) ، عدد (٣٤).
- الرواحية، بدرية محمد يوسف.(٢٠١٦)."التوافق المهني وعلاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية".رسالة ماجستير، جامعة نزوى، عُمان.

- خليفات، عبدالفتاح والزغول، عماد. (٢٠٠٣)."مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية تربية محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات". مجلة العلوم التربوية، مجلد(٣) ،٦١-٨٩
- عبدالحميد، فردوس. (٢٠٠٩) ."خصائص الشخصية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى عينة من المعلمين الواقعين تحت ضغوط نفسية". مجلة علم النفس، مجلد (٥٤)، عدد(٢)، ٢٠٦-٢١١.
- خرنوب،فتون.(٢٠١٦). "الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل (دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق". مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مجلد(١٤) عدد (١).
- عطاالله، صلاح الدين فرح.(٢٠٠٩). "البرامج التدريبية المقدمة لمعلمي التربية الخاصة وعلاقتها بتوافقهم المهني". المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل، العلوم الإنسانية والإدارية،مجلد(١٠) ، عدد (٢) ،١٧٣- ٢١٣.

• المراجع الأجنبية:

- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. International Journal of Wellbeing, 2(3), 222-235. doi:10.5502/ijw.v2i3.4
- Lori, R. (2002). Differences in Job Satisfaction Between General Education and Special Education Teachers, Remedial and Special Education, 23(5), 258-267.
- Dienerer. A.. Sen. M.. Demiral. Y.. & Kinay. M.. (2009). The Effect of Socioeconomic Factor and Quality of Life after Treatment in Patients with Head and Neck Cancer. International Journal of Radiation Oncology. Biology. Physics. 70 (1). 23-27.
- Ryff ,C and Singer ,B (2000).The contours of positive human health.psycological Well-being.Journal of psychological and Social psychology ,57.6.
- C.ryff, M., Martin, M., & Crossland, J. (1995). Happiness as a function of personality and social encounters. In J.P. Forgas & J.M. Innes (Eds.), Recent advances in social.
- Samman, H., Little, T., Snyder, C., Kluck, B. & Robitschek, C. (2007). Hope and Personal Growth Initiative: A Comparison of Positive, Future. Oriented Constricts. Journal of Personality and Individual Differences, 43, 1917-1926.
- Zhenger, M. (2015). Enjoying Life: Behold the New Lets Just enjoy! Theory of Life. Retrieved from Http//www.suite101.com/content/let—s-just-enjoy-a11111.
- C.Grant, U., Berking, M., Walker, N., Meier, L., & Znoj, H., (2015). Forgiveness and Psychological Adjustment Following Interpersonal Transgressions: A Longitudinal Analysis. Journal of Research in Personality, 42, 365-385.