

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة

النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت

إعداد

د / عبد الله حسين حميدي الحريجي

دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة دمياط

مستخلص

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية وتكونت كل منهما من (١٠) معلمين من معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت، وأعد الباحث مقياس جودة الحياة النفسية، وبرنامج قائم على الذكاء الناجح، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة النفسية لصالح القياس البعدي، ووجود فروق دالة احصائياً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة النفسية لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج في تحسين جودة الحياة النفسية، كما استمرت فاعلية البرنامج لمدة شهر بعد انتهاء البرنامج.

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت

إعداد

د / عبد الله حسين حميدي الحريجي

دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة دمياط

مقدمة:

تهتم التربية الحديثة بتنمية المعلم تنمية شاملة متكاملة نفسياً وعقلياً واجتماعياً ووجدانياً، كما تهتم بإعداده لحياة دائمة التغيير سريعة التطوير ليصبح مستعداً للتكيف مع متغيرات الحياة، وتعد جودة الحياة النفسية للمعلم من مقومات نجاح المعلم وتكيفه مهنيًا واجتماعياً ونفسياً، وأحد العوامل الأساسية المؤثرة في شخصية المعلم، وذلك لما من أهمية في قدرة المعلم على التكيف، والتركيز الأكاديمي والمهني، والتوافق مع متطلبات الحياة. ويحتاج المعلمين بشكل عام ومعلمي التربية الخاصة على وجه الخصوص إلى الوقاية والرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية والتأكيد على أهمية الدور المهني للمعلمين وفاعلية ذلك الدور ينبغي ان نضع في اعتبارنا أن التعرض المستمر للضغوط الصحية والنفسية والاجتماعية يمكن أن ينهك فاعلية المعلمين وكفاءتهم، وما لهذا من آثار سلبية على حياتهم الأسرية الخاصة وعلى حياة التلاميذ بل وعلى كفاية التعليم ذاته، نظراً لأن المعلمين يمثلون فئة مهمة في المجتمع باعتبارهم السلم الذي يصعد عليه كافة المهن الأخرى فالأمر يتطلب الاهتمام بالدراسات النفسية والتربوية والتشخيصية اللازمة لمساعدتهم للكشف عما يعانونه من مشكلات واضطرابات صحية ونفسية واجتماعية في حياتهم، حتى يمكن مواجهتها فضلاً عن تشخيص مواطن القوة لديهم ونوعية حياتهم حتى يمكن تحسينها وتمييزها وتدعيمها تحقيقاً لجودة الحياة النفسية للمعلم (المرخي، ٢٠١٢، ٤١).

وتتضمن جودة الحياة النفسية العديد من المتغيرات التي تدعم السعادة والاطمئنان النفسي لدى الإنسان وهو متغير قديم ولكن لم يشغل اهتمام الباحثين والمتخصصين كثيراً إلا مع ظهور تيار جديد في علم النفس سرعان ما احتل مكان الصدارة بين البحوث وبدأ العلماء والباحثون

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

يتطرقون إلى موضوعات لم يتطرقوا إليها من قبل، فقد اهتموا بالجوانب التي أهملها علم النفس منذ عقود طويلة، وقد تبلور هذا التيار وأطلق عليه مصطلح علم النفس الإيجابي ومن أعلامه مارتن سيلجمان الذي نادى بالاهتمام والكشف عن الجوانب الايجابية ونقاط القوة لدى الإنسان والعمل على تنميتها وتطويرها، ويهتم علم النفس الايجابي بدراسة مكامن القوة والفضائل الإنسانية كما جاء ليبين أن العلاج ليس فقط مجرد إصلاح ما هو خطأ وإنما العلاج أيضا يكمن في البناء والتعظيم لكل ما هو ايجابي (مسعودي، ٢٠١٧).

ويشير مفهوم جودة الحياة إلى درجة الرضا أو عدمه التي يشعر بها الفرد اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي والنشاطات ومدى إنجاز الفرد للمواقف، ويُنظر إلى جودة الحياة من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية مثل: الحاجات البيولوجية، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والاستقرار الأسري، والرضا عن العمل، والقدرة على مقاومة الضغوط النفسية والاجتماعية (الصبيح، ٢٠٢٢).

وتعد نظرية الذكاء الناجح من النظريات الحديثة في الذكاء، والتي تعارضت مع وجهة النظر السائدة أن الذكاء قدرة عقلية عامة، وقد تبنت وجهة النظر القائلة أن الذكاء هو التعلم من الخبرة والتكيف مع البيئة، وهذا المفهوم للذكاء يشكل القاعدة الأساسية في بناء النظرية (الدردير وآخرون، ٢٠١٩).

وقد جاءت نظرية الذكاء الناجح لتتوجها لأبحاث ودراسات عديدة، وأخذت طابعا مغايرا لما كان سائدا ومتعارفا عليه بخصوص الذكاء واختباراته التقليدية، وتلبية للحاجات التعليمية الراهنة، كما أن لها دور كبير في الجانب التربوي، حيث أنها ركزت على أمور غفلت عنها النظريات الأخرى، فقد تم إغفال الكثير من المواهب ودفنها بسبب الاعتماد على اختبارات الذكاء التقليدية، بعكس هذه النظرية التي تساعد على كشف القدرات والفروق الفردية، وتساعد الفرد على إكتشاف نفسه والتعبير عن قدراته وإمكاناته وتطلعاته المستقبلية، ورسم خطط النجاح على كافة الأصعدة وليس فقط على الصعيد الأكاديمي (خصاونة، والحوالدة، ٢٠١٨).

وتعد نظرية الذكاء الناجح للعالم الأمريكي ستيرنبرج (Sternberg) من نظريات التعلم الحديثة التي أظهرت النتائج دورها الفعال في العملية التعليمية، وتعد افتراضاتها ومحتواها

امتداداً لنظريته الثلاثية في الذكاء الإنساني، والمساندة لنظرية الذكاءات المتعددة، إذ رأى "ستيرنبرج" أن الفرد إذا أراد النجاح في الحياة عليه استعمال ثلاث قدرات (ذكاءات) هي القدرة التحليلية، والإبداعية، والعملية، ويتطلب أيضاً الموازنة فيما بينها، إذ أن التركيز على قدرة واحدة فقط دون إعطاء وزن أو أهمية للذكاءين الآخرين فإن حصاد الذكاء لن يكون ناجحاً بصورة كافية، وأن النجاح سيكون للأشخاص الذين يستعملون القدرات الثلاث جميعها؛ كما بينت هذه النظرية أن "الأفراد ينجحون من خلال معرفتهم لنقاط القوة لديهم، ليستفيدوا منها بأقصى ما يمكن وبنفس الوقت يدركون نقاط ضعفهم، ويسعون إلى إيجاد الطرائق والبدائل المناسبة لتصحيحها وتعويضها. كما بينت النظرية أن الأفراد الذين يتمتعون بذكاء ناجح لديهم القدرة على التكيف وتشكيل واختيار بيئتهم، من خلال الموازنة في استخدام قدراتهم (عمر، ٢٠١٨).

ومما سبق يتبين دور الذكاء الناجح في تعزيز الجوانب الإيجابية في الشخصية، مما يجعل الفرد قادر على تحدى الضغوط التي يتعرض لها سواء في العمل أو حياته الشخصية، ويحفز مهاراته وذلك يدعم استخدام الباحث للبرنامج القائم على الذكاء الناجح بهدف تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.

مشكلة البحث:

يعتبر الاهتمام بالأبعاد النفسية في شخصية المعلم أمر بالغ الأهمية، لكونه عنصراً هاماً من عناصر العملية التربوية، وإعداده وتأهيله من الناحية النفسية لا يقل أهمية عن إعداده معرفياً ومهارياً، لما لذلك من انعكاسات إيجابية في الارتقاء والنهوض بالعملية التربوية وتحسين مخرجاتها التعليمية، وجودة الحياة النفسية أحد أهم هذه المكونات التي يجب الاهتمام بها لدى المعلمين لتمكينهم من التحرر من المشاعر السلبية والنظرة التشاؤمية للحياة، وتعزيز قدراتهم على استثمار طاقاتهم النفسية بما يحقق تكيفهم واستقرارهم وأدائهم لأدوارهم المختلفة في الحياة المعاصرة وتحدياتها المهنية والاجتماعية والاقتصادية المختلفة.

ويعاني معظم الأفراد وخاصة المعلمين بمجتمعنا المعاصر نقصاً في مستوى الشعور بجودة الحياة، حيث ازدادت الضغوط الحياتية التي يتعرض لها أفراد المجتمع في واقعا المزدحم بكافة الاختراعات وأنماط التكنولوجيا، وطغت المادة على كل تعاملات الفرد مع البيئة والسكان، واحتدم الصراع بين الأفراد داخل المجتمع. وأصبح الشغل الشاغل لكل فرد والهدف الأسمى

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

الذي يسعى إليه هو كيف يتوافق مع حياته ويرضى عنها، وصار يبحث عن معنى أفضل لحياته، وعن الإيجابيات التي تجعله يتقبلها ويشعر بقيمة وجوده فيها وكذلك شعوره بالرضا عن الحياة، ومجابهة التحديات الجمة التي تعترضه (بنداري، ٢٠١٥).

ويرى دينز وآخرون (Deniz, et al., 2010) بأن الاهتمام بالمعلم وإعداده وتأهيله وتدريبه يعد من المهمات الرئيسية التي تقع على عاتق المؤسسات التربوية والتعليمية، ليقوم بدوره الإصلاحي والتجديدي في العملية التربوية، وأن هذا الاهتمام يجب ألا يقتصر فقط على الإعداد العلمي والأكاديمي والتربوي والفني، دون الاهتمام بالجوانب الإنسانية والنفسية التي تراعي حاجاته ورغباته وظروف حياته المهنية والأسرية ومدى رضاه وقناعته بحياته وعمله التدريسي، مما يساهم في تعزيز مستوى شعوره بالرضى وجودة الحياة لديه.

ويرى الباحث أن جودة الحياة لدى معلمي التربية الخاصة من الموضوعات التي لا بد أن تحظى باهتمام الدراسات العربية إلا أنه - في حدود علم الباحث - توجد ندرة في الدراسات العربية التي تتناول جودة الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة رغم ما يقع عليهن من ضغوط نفسية ومهنية نتيجة طبيعة عملهن المجهدة والمرهقة. **تحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤلات الآتية:**

١ - ما فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت؟

٢ - هل تستمر فاعلية البرنامج القائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت بعد شهر من انتهاء تطبيقه؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١ - تحسين مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.
- ٢ - التحقق من استمرار فاعلية البرنامج المقترح لتحسين مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:

أ- الأهمية النظرية:

- 1- يتناول البحث الحالي بعض المتغيرات والأبعاد النفسية التي تعتبر ذات أهمية في حياة الأفراد بشكل عام ومعلمي التربية الخاصة بشكل خاص وهي جودة الحياة النفسية والذكاء الناجح.
- 2- إمداد المكتبات العربية ببرنامج لتحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت وتعزيز الجوانب الإيجابية في الشخصية بشكل عام.
- 3- تناول البحث الحالي شريحة هامة في المجتمع والبيئة التعليمية بشكل خاص، تتمثل في معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت، وتوجيه الأنظار إلى أهم المشكلات التي تواجههم.

الأهمية التطبيقية

- 1- الانتقال من مجرد دراسة ووصف الظواهر السلوكية والنفسية للمعلمين، إلى التدخل الإرشادي من خلال ما سيقدمه البرنامج من إجراءات تطبيقية عملية.
- 2- استفادة القائمين في مراكز تدريب وتأهيل المعلمين للتخطيط لبرامج تدريبية تعزز من قدراتهم على مواجهة الضغوط المترتبة على طبيعة عملهم، والتي تقلل مستوى جودة الحياة النفسية لديهم.
- 3- لفت نظر القائمين على هذه الفئة من المعلمين لإعادة النظر في أوضاعهم الحياتية واتخاذ بعض الإجراءات للتخفيف من حجم المشكلات والتحديات المرتبطة بطبيعة عملهم.
- 4- استفادة عينة البحث من الإجراءات التطبيقية للبرنامج الذي تم اعداده وتحكيمة لتعزيز مهاراتهم، وتحسين مستوى جودة الحياة النفسية لديهم مما يساعد على توفير مستوى مناسب من الصحة النفسية لديهم ينعكس إيجابياً على أدائهم.
- 5- يمكن الاستفادة من البحث الحالي في تطبيق الإجراءات الإرشادية في بيئات مماثلة لتحسين مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت والمعلمين بشكل عام.

مصطلحات البحث:

الذكاء الناجح Successful intelligence:

يعرف الذكاء الناجح بأنه نظام متكامل من القدرات اللازمة التي يحتاج إليها الفرد للنجاح في الحياة، في ضوء المعايير الذاتية له والسياق الثقافي والاجتماعي الذي ينتمي له، من خلال التعرف وإدراك نقاط القوة لاستغلالها والاستفادة منها ونقاط الضعف لتصحيحها أو التعويض عنها، وتحقيق التوازن بين القدرات التحليلية والإبداعية والعملية (Sternberg & Grigorenko, 2002).

جودة الحياة النفسية Psychological quality of life:

تعرف جودة الحياة النفسية بأنها "مستوى رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية، واستقلالته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، والإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية" (الهاشمي، ٢٠٢١).

وتعرف شقير (٢٠٠٩) جودة الحياة أن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعاً بصحة بدنية وعقلية وانفعالية على درجة من القبول والرضا، وأن يكون قوى الإرادة، صامداً أمام الضغوط التي تواجهه، ذو كفاءة ذاتية واجتماعية عالية، راضياً عن حياته الأسرية والمهنية والمجتمعية، محققاً لحاجاته وطموحاته، واثقاً من نفسه، ومقدراً لذاته بما يجعله يشعر بالسعادة، وبما يشجعه ويدفعه لأن يكون متفانلاً لحاضره ومستقبله، و متمسكاً بقيمه الدينية والخلقية والاجتماعية، منتمياً لوطنه محباً للخير، ومدافعاً عن حقوقه وحقوق الغير ومتطلعاً للمستقبل.

إطار نظري ودراسات سابقة:

أولاً : الذكاء الناجح:

ويعرف استرنبرج، وجريجورنكو (Sternberg & Grigorenko, 2012) الذكاء الناجح بأنه نظام متكامل من القدرات اللازمة للنجاح في الحياة، والشخص الذي يتمتع بالذكاء الناجح يميز نقاط القوة لديه ويستفيد منها قدر الإمكان ويميز نقاط ضعفه ويجد الطريق لتصحيحها أو التعويض عنها، كما أن الأشخاص الذين يتمتعون بالذكاء الناجح يتكيفون ويشكلون ويختارون البنات من خلال التوازن في استخدامهم القدرات التحليلية والإبداعية والعملية.

ويعرف أيضا على أنه القدرة على تحقيق الانجازات الناجحة في الحياة، وتحقيق المعايير الشخصية المثالية ضمن السياق الاجتماعي والثقافي الموجود به الفرد (Sternberg, 2006). وعليه فإن الذكاء الناجح يتضمن ثلاثة جوانب متداخلة لكنها متميزة هي التفكير التحليلي والإبداعي والعملي. ولتوضيح فكرة التداخل بين هذه القدرات المذكورة في التعريف السابق، يري ستيرنبرج أن الناس يحتاجون لاستخدام هذه المهارات ليكونوا ناجحين بطريقة فعالة في الحياة، فالعديد من البرامج التربوية تطور ذكاء الأفراد في مجال واحد فقط، وهو الذكاء التحليلي والاختبارات تقيس جانبين فقط الذاكرة والذكاء التحليلي، وتعطي أهمية وانتباه أقل أو حتى معدوم المجالين الآخرين مهمين من الذكاء، هما الإبداعي والعملي اللذان يعتبران ضروريان للنجاح في الحياة، وقد حدد ستيرنبرج قدرات التفكير التحليلي والإبداعي والعملي على أنها تؤدي إلى الذكاء الناجح، ولاحظ أن الأشخاص الناجحين يستخدمون القدرات جميعها ليحصلوا النجاح والتميز في واحدة من هذه القدرات قد لا يكون كافيا للنجاح في الحياة ولم يعقل ستيرنبرج دور الذاكرة بل اعتبرها جانب مكمل ومهم لكل مكونات الذكاء الناجح سواء كانت قدرات تحليلية أو إبداعية أو عملية (Sternberg, 2012, 328).

وقد بدأ الإهتمام بموضوع الذكاء الناجح على يد العالم الأمريكي روبرت ستيرنبرج (Sternberg) من خلال بحوثه في تحديد الذكاء الذي يعد منبئاً دقيقاً بالنجاح (قطامي، ٢٠١٥).

تعد نظرية الذكاء الناجح Successful Intelligence والتي وضعها روبرت ستيرنبرج من Rebert Sternberg من النظريات التي تبحث في مقدرة التلاميذ على صنع النجاح على مدى سنين حياتهم الأكاديمية والعملية، في هذه النظرية وصف ستيرنبرج كيفية التوازن والدمج بين القدرات التحليلية والإبداعية المركبة، والعملية لتحقيق النجاح هذه القدرات الثلاث هي اللازمة للإنجازات الإبداعية وفي هذا الإطار فإن التطوير لأفكار ستيرنبرج الخاصة بالذكاء الناجح وعلاقتها بالذكاء والإبداع نتجت من اختلاف ستيرنبرج عن الرؤية للحدود السيكمترية للمصطلحين، فاهتم بالعمليات العقلية المتعلقة بالذكاء، فيمكن فهم الذكاء من خلال معدل الذكاء، فاستنتج أن اختبارات الذكاء تقيس مجال محدود من الذكاء (الجاسم، ٢٠١١).

(٢) مفهوم نظرية الذكاء الناجح:

يعرف ستيرنبرج وجريجينكو (Sternberg & Grigorenko, 2002) نظرية الذكاء الناجح بأنها عبارة عن نظام متكامل من القدرات اللازمة التي يحتاج إليها الفرد للنجاح في الحياة، في ضوء المعايير الذاتية له والسياق الثقافي والاجتماعي الذي ينتمي له من خلال التعرف وإدراك نقاط القوة لاستغلالها والاستفادة منها، ونقاط الضعف لتصحيحها أو التعويض عنها، وتحقيق التوازن بين القدرات التحليلية والإبداعية والعملية.

ويعتمد الذكاء الناجح لدى الأفراد على التعرف على نقاط قوتهم واستغلالها وفي نفس الوقت التعرف على نقاط الضعف وإيجاد طرق لتصحيحها وتعويضها لهم. من ناحية فإن هناك حاجة إلى معالجة أداء التلاميذ منخفضي الأداء ومن ناحية أخرى يجب عليهم معرفة أن ادائهم لن يكون متميزاً في كافة المجالات، كما أن ذلك يساعد في إيجاد طرق لمعالجة نقاط الضعف مثل طلب المساعدة من الآخرين أو إعطائها لهم بمعنى آخر إيجاد طريقاً لهم يمكنهم من أن يكونوا أذكياً (Sternberg & Grigorenko, 2004).

مظاهر الذكاء الناجح:

طبقاً للنظرية المقترحة للذكاء الإنساني نظرية الذكاء الثلاثي لستيرن بيرج Sternberg وتطورها عام (١٩٨٠ ، ١٩٨٥ ، ١٩٩٧ ، ١٩٩٩) هناك مجموعة مشتركة من العمليات تقع تحت كل سمات الذكاء يفترض ستيرنبرج أن هذه العمليات تتم في جميع أنحاء العالم بالرغم من اختلاف الثقافات. على سبيل المثال، الحلول المختلفة للمشكلات والتي تعتبر ذكية في ثقافة قد تكون مختلفة عن الحلول التي تعتبر ذكية في ثقافة أخرى، ولكننا في كل الثقافات نحتاج لعمليات ثلاث هي التعرف على المشكلات وترجمة الإستراتيجيات للوصول إلى حل على أية حال، هذه العمليات تطبق على الأنواع المختلفة من المهام أو المواقف اعتماداً على معطيات المشكلة ويتطلب ذلك أما تفكير تحليلي، أو تفكير عملي، أو تفكير إبداعي، أو مزج هذه الأنواع الثلاثة معاً. (Sternberg, 2006, 324).

مميزات التدريس والتقييم بالذكاء الناجح:

لاحظ ستيرنبرج أن التدريس من أجل الذكاء الناجح يؤدي إلى تحسين الأداء حتى عندما يعتمد التدريس والتقييم بشكل مباشر على استدعاء المعلومات وهناك على الأقل أربعة أسباب لذلك وهي:

- يشجع التدريس من أجل الذكاء الناجح على استخدام الترميز بشكل أكثر توسعا وعمقا من التدريس التقليدي لذلك يتعلم الطلاب المواد بطريقة تشجع إمكانية استرجاع المعلومات بشكل أفضل وأسرع وقت الاختبار.
- يشجع التدريس من أجل الذكاء الناجح على استخدام أشكال أكثر تنوعا في ترميز المواد الدراسية مما يسهل استرجاع المادة بشكل أفضل وقت الاختبار.
- يمكن التدريس من أجل الذكاء الناجح الطلبة من الاستفادة من مواطن القوة لديهم والتعويض عن جوانب الضعف.
- يحفز التدريس من أجل الذكاء الناجح كلا من المعلم والمتعلم، وبالتالي يتوقع أن يدرس المعلم بشكل أكثر فعالية كما يتوقع أن يتعلم الطلاب بدافعية أكبر (Sternberg & Grigorenko, 2004).

وأشارت بعض الدراسات الى العلاقة بين الذكاء الناجح، ومهارات مواجهة الضغوط، ومنها دراسة عمار (٢٠١٩)، ودراسة الملاحة (٢٠٢٠)، ومما يشير إلى أن الاعتماد على الذكاء الناجح، والتدريب علي مهاراته، ترفع من القدرة على مواجهة الضغوط مما يمنح الأفراد جودة حياة أعلى، وأسفرت دراسة أبو حمدان (٢٠٠٨) عن فاعلية البرنامج التدريبي مهارات الذكاء الناجح في تنمية إدارة الذات للتعلم في مواقف حياتية، كما أشارت نتائج دراسة محمود (٢٠٢٣) أن التدريب على مهارات الذكاء الناجح يسهم في تنمية مهارات إدارة المعرفة العلمية لدى المعلمين، مما يشير إلى أن الذكاء الناجح يسهم في تعزيز التوافق المهني للمعلم، مما يحسن جودة حياته المهنية، كما أسفرت نتائج دراسة عبد الحميد (٢٠٢٣) عن فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تنمية التفكير البنائي والرفاهية الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية مما يشير إلى فاعلية البرامج القائمة على الذكاء الناجح في تحقيق أهدافها سواء مع الطلاب أو المعلمين، ومن هنا دفع الباحث استخدام الذكاء الناجح كاستراتيجية لبناء برنامج بهدف تحسين جودة الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.

ثانيا : محور (جودة الحياة النفسية) :

تعتبر جودة الحياة من أهم المصطلحات في علم النفس الإيجابي، والذي يهدف إلى التركيز على بناء أفضل الصفات للحياة، والرقي والازدهار النفسي من خلال بناء الإيجابيات على المستوى العربي والانفعالي، والفردى والجمعي، كما يهتم بدراسة الموضوعات التي تساعد الفرد

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

على تحقيق التوافق الجيد السوي مع نفسه، ومع عناصر بيئته الطبيعية والبشرية من خلال الاهتمام بكل ما يحقق له هذا التوافق كتوفير سبل السعادة والرضا عن الحياة، وتحسين ظروف الحياة، وتوضيح قيمة الحياة والغرض منها، ويرى ليونج وآخرون (Leung et al. (2005) أن جودة الحياة هي ذلك التقييم الشخصي لصحة الفرد أو رفاهيته، وهي جزء لا يتجزأ من البيئة، ومن السباق الثقافي والاجتماعي، والصحة البدنية، والحالة الصحية النفسية، وكلها أبعاد مهمة في تقييم جودة الحياة (بنداري، ٢٠١٥).

ويعرف إلميا وآخرون (Elmiyehi, et al. (2009) جودة الحياة بأنها "ذلك البناء الكلي المتعدد الأبعاد الذي يعرف من خلال الخبرات الذاتية والتصورات الشخصية". ويعرف فولفورد (2011) Fulford، جودة الحياة بأنها "ذلك البناء الكلي الواسع الذي يتحدد بالرضا العام للفرد عن الحياة، والقياس الموضوعي لظروفه الحياتية".

وترى مرسي (٢٠١١) أن جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يتمثل في قبول الفرد لذاته وتحديد لها لتواكب تطور الحياة، والشعور بالاستقلال، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال الشعور بالرضا عن الحياة، وإدراك لمعنى الإيجابي لها، ومن ثم يهتم بالسعي إلى بلوغ الأهداف، وتكوين العلاقات الاجتماعية الناجحة؛ ما يحقق الشعور بالاستقرار والأمان.

ويعرف محمد، ومظلوم (٢٠٠٥) جودة الحياة بأنها وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي وتعتبر جودة الحياة عن التوافق النفسي كمحصلة للظروف الحياتية للأفراد، والإدراك الذاتي للحياة، وترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة كالتعليم والعمل، ومستوى المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وفي ظروف معينة من ناحية أخرى.

وأشارت عجاجة (٢٠٠٧، ٥٤) إلى أن جودة الحياة هي مجموعة تقييمات الأفراد الجوانب حياتهم اليومية في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، وإدراكهم لمكانتهم ووضعهم في الحياة في محيط المنظومة الثقافية، والقيمية التي يعيشون فيها وعلاقة ذلك بأهدافهم وتوقعاتهم، ومعاييرهم في ضوء الجوانب التالية: الرضا عن الحياة، الأنشطة المهنية، أنشطة الحياة اليومية، السعادة الأعراض النفسية، الصحة البدنية، المساندة والعلاقات الاجتماعية، الحالة المادية.

ويقدم فيلس ويبيري (Felce & Perry, 1995, 55-62) نموذجاً ثلاثياً لأبعاد جودة الحياة على النحو الآتي:

١- ظروف الحياة Life: Conditions: وهي مجموعة من الظروف الحياتية القابلة للقياس الموضوعي من قبل ذوي الخبرة وتشمل: الظروف الشخصية والصحة البدنية والظروف المعيشية والأحوال المادية والعلاقات الاجتماعية والأنشطة الوظيفية والتأثيرات الاجتماعية والاقتصادية.

٢- الرضا الشخصي عن الحياة Personal: Satisfaction وتضمن شعور الفرد بالارتياح والرضا عن ظروف حياته.

٣- القيم الشخصية والطموح الشخصي Personal Values and Aspiration وتعني الأهمية النسبية التي يقدرها الفرد لكل ظرف من ظروف حياته المختلفة مثل: الخبرات المادية والرفاهية الاجتماعية والصحة البدنية والعاطفية والأنشطة الحياتية.

ويرى ميشيل وآخرون (Michael et al. 2006) أن كل فرد يطمح أن يعيش حياة أفضل وأن يشعر بجودة الحياة، ويمكن تحقيق جودة الحياة بالعديد من الأساليب الفعالة في مواجهة ضغوط الحياة وأعبائها: فالشخص القادر على احتواء الضغط والتعامل معه بأسلوب إيجابي مثل استخدام أسلوب المواجهة المتمركزة حول المشكلة والبحث عن أسلوب لحلها؛ لأن التعامل مع الضغوط يؤدي إلى قلة الإحساس بالفشل والإحباط والعكس صحيح.

في حين يرى ريكاردو وآخرون (Ricardo, et al., 2008) أن الفرد يجب أن يجد الطرق المناسبة لتحمل المواقف للوصول إلى جودة الحياة فمثلاً عند تعرض الأفراد إلى أحداث مؤلمة مثل فقدان عزيز، كوارث طبيعية، حوادث سيارات، فهذا شيء غير عادي عند جميع الناس فيحدث قلق وحزن وغضب وعند استمرار الانفعال يحدث اضطراب ما بعد الصدمة وهنا يظل الفرد عند تعرضه لهذا الحدث متأثراً بالموقف وتظل في ذاكرته، فيحاول الفرد التعايش مع هذه المواقف والبحث عن الأشخاص الذين يعتمد عليهم للمساعدة والمساندة الاجتماعية، حيث يؤثر حجم المساندة والدعم في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة وأساليب التعامل معها وانعكاساتها على صحته وجودة حياته.

أبعاد جودة الحياة النفسية:

١- النموذج الثنائي المتغير: هناك مدخلان رئيسان لدراسة متغير جودة الحياة النفسية هما:

أ- مدخل اللذة Hedonic أو ما يسمى جودة الحياة الذاتية Subjective WellBeing

وهذا المدخل ينظر إلى جودة الحياة النفسية باعتبارها جوهر المزاج الإيجابي والرضا

عن الحياة، وهو ما يعني تنامي الشعور الإيجابي مع تدني الشعور السلبي.

المدخل النفسي Psychological والذي يركز على النضج الشخصي وتنمية

القدرات الكلية للفرد (أحمد، وحسين، ٢٠٠٨).

٢- النموذج ثلاثي الأبعاد:

بينما ترى أماني عبد المقصود عبد الوهاب أن هناك العديد من الباحثين يرون أن جودة الحياة النفسية يتضمن ثلاثة أبعاد هي:

أ- جودة الحياة الذاتية Subjective Well-being أو الشعور الذاتي بجودة الحياة والذي يدور حول كيف يكون الفرد سعيداً وراضياً عن حياته، وتعكس جودة الحياة الذاتية تصورات الأفراد وتقييمهم لحياتهم من الناحية الانفعالية السلوكية والأدوار النفسية والاجتماعية التي تعد أبعاداً هامة للصحة النفسية.

ب الصحة النفسية الايجابية Psychological health positive وهي تتميز عن جودة الحياة الذاتية حيث تتعلق بالإيجابية مثل القدرة على متابعة الأهداف ذات المغزى ونمو وتطور وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين.

ج- جودة الحياة الموضوعية Objective Well-being ويتضمن خمسة مجالات وهي: السعادة المادية والصحية والنمو والنشاط والسعادة الاجتماعية والسعادة الانفعالية ومصطلح جودة الحياة النفسية يتسع ليشمل الكثير من المتغيرات النفسية التي تناولتها كارول رايف في دراستها والتي أصبحت فيما بعد من صميم موضوعات علم النفس الإيجابي مثل التوافق؛ تنظيم الذات؛ تقدير الذات الاستقلالية الحياة الهادفة العلاقات الاجتماعية الإيجابية.

(Keyes & Ryff, 1995)

واهتمت العديد من الدراسات بتحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي الأطفال ذو الإعاقة،

حيث استهدفت دراسة (عياد، ٢٠٢١) التعرف على فاعلية برنامج قائم على البرمجة اللغوية

العصبية في خفض حدة الضغوط النفسية، ومعرفة أثره في تحسين الشعور بجودة الحياة لدى معلمي التلاميذ المعاقين عقليا.

واستهدفت بعض الدراسات تحسين جودة الحياة النفسية لدى الأطفال أنفسهم، حيث سعت دراسة ليان، وآخرون (Jiyeon, et all.2002) إلى معرفة مدى تأثير الفقر على جودة الحياة النفسية لدى الأطفال المعاقين، كما تناولت دراسة شالوك (Shalock ٢٠٠٤) دراسة عن تحسين جودة الحياة لدى المعاقين؛ كما تناولت دراسات أخرى تحسين جودة الحياة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين، ومنها دراسة شيماء بدري فكري (٢٠١٥) والتي استهدفت التعرف على فعالية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى أمهات الأطفال التوحيديين، كما وهدفت دراسة حجازي وآخرون (٢٠١٣) إلى تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا بناء على أسلوب جلاسر.

ومما سبق يتبين للباحث التنوع في الدراسات التي تناولت جودة الحياة النفسية في بيئة التربية الخاصة، فقد توجهت بعض منها إلى تحسين جودة الحياة النفسية لدى كعلمي التربية الخاصة، والبعض الأخر تستهدف أسر الأطفال ذوي الإعاقة، وخاصة الأمهات، وبعضها استهدفت الأطفال أنفسهم بهدف تحسين جودة الحياة النفسية لديهم، وهذا يشير إلى أهمية جودة الحياة النفسية لدى الأطفال ذوي الإعاقة، وأسره، ومعلميه، مما يعكس أهمية البحث الحالي والذي يستهدف تحسين جودة الحياة النفسية.

فروض البحث:

يسعى البحث الحالي إلى اختار صحة الفروض التالية:

- ١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة النفسية لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس جودة الحياة النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة النفسية.

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وذلك بما يتناسب مع إجراءات البحث، وأهدافه، حيث تم استخدام تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية، ذو القياس (القبلي والبعدي والتتبعي).

مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث الحالي معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٠) معلماً من معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت، منهم (١٠) معلمين مجموعة ضابطة، و(١٠) معلمين مجموعة تجريبية، وتم التحقق من التكافؤ بين درجاتهم على مقياس جودة الحياة النفسية، واستخدم الباحث اختبار "مان ويتني-Mann-Whitney" للحصول على الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة، والتجريبية في القياس القبلي. على مقياس جودة الحياة النفسية، وجدول (١) يوضح الفروق بين المجموعتين.

جدول (١): الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على مقياس جودة الحياة النفسية

القيم الأبعاد	المجموعات	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	مستوى الدلالة
العلاقات الإيجابية	الضابطة	١٠	١٠,٦٠	١٠٦,٠	- ٠,٠٧٧	غير دالة
	التجريبية	١٠	١٠,٤٠	١٠٤,٠		
تقبل الذات	الضابطة	١٠	١١,٥٠	١١٥,٠	- ٠,٧٦٧	غير دالة
	التجريبية	١٠	٩,٥٠	٩٥,٠		
الاستقلالية	الضابطة	١٠	١٠,٥٥	١٠٥,٥٠	- ٠,٠٣٩	غير دالة
	التجريبية	١٠	١٠,٤٥	١٠٤,٥٠		
النمو الشخصي	الضابطة	١٠	١١,١٠	١١١,٠٠	- ٠,٤٦٢	غير دالة
	التجريبية	١٠	٩,٩٠	٩٩,٠٠		
أهداف الحياة	الضابطة	١٠	١١,٨٥	١١٨,٥٠	- ١,٠٣٥	غير دالة
	التجريبية	١٠	٩,١٥	٩١,٥٠		
جودة الحياة النفسية	الضابطة	١٠	١١,٨٠	١١٨,٠	- ٠,٩٨٥	غير دالة
	التجريبية	١٠	٩,٢٠	٩٢,٠		

يتبين من جدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس جودة الحياة النفسية في القياس القبلي، حيث تراوحت قيمة Z بين (٠,٠٣٩ - ١,٠٣٥) وهي جميعها قيم غير دالة احصائياً، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى جودة الحياة النفسية.

ثانياً: مقياس جودة الحياة النفسية:

أعد الباحث مقياساً لجودة الحياة النفسية لمعلمي التربية الخاصة، وتضمن المقياس خمسة أبعاد تشتمل على (٣٠) فقرة، يتم توزيعها على الأبعاد كما يلي: العلاقات الإيجابية الفقرات (٦-١)؛ وتقبل الذات الفقرات (٧-١٢)؛ والاستقلالية الفقرات (١٣-١٨)؛ والنمو الشخصي (١٩-٢٦)؛ أهداف الحياة الفقرات (٢٥-٣٠)، ويعتمد الباحث في تصحيح المقياس على سلم ليكارت الخماسي (دائماً = ٥ درجات، غالباً = ٤ درجات، أحياناً = ٣ درجات، نادراً = ٢ درجة، إطلاقاً = درجة احدة).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: الاتساق الداخلي للمقياس: قام الباحث بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، وجدول (٢) يوضح معاملات الارتباط.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه

م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر
١	٠,٦٩١	٧	٠,٧٧٠	١٣	٠,٨٥٣	١٩	٠,٩٧٥	٢٥	٠,٦٠٤
٢	٠,٤٧٠	٨	٠,٦٧٦	١٤	٠,٨٦٠	٢٠	٠,٧٠١	٢٦	٠,٥٨٤
٣	٠,٦٢١	٩	٠,٧٧٢	١٥	٠,٩٣٢	٢١	٠,٩٢٨	٢٧	٠,٥٠٢
٤	٠,٨٢٧	١٠	٠,٧٧٠	١٦	٠,٧٠٩	٢٢	٠,٩٧٥	٢٨	٠,٧٢٩
٥	٠,٥٦١	١١	٠,٦٩٩	١٧	٠,٦٢٤	٢٣	٠,٩٧٥	٢٩	٠,٧٤٢
٦	٠,٤٩٠	١٢	٠,٦٦٨	١٨	٠,٩٣٢	٢٤	٠,٩٢٨	٣٠	٠,٦٩٤

ويتبين من جدول (٢) أن معاملات الارتباط جميعها دالة احصائياً مما يشير إلى أن

مقياس جودة الحياة النفسية يتمتع بالاتساق الداخلي.

ثانياً: صدق المقياس:

صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس على (١٠) من السادة الأساتذة المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، للأبداء بأرائهم نحو مكونات المقياس، ومدى سلامة صياغة المفردات، وانتمائها للأبعاد، وقد حصلت جميع مفردات المقياس على نسبة موافقة السادة المحكمين أعلى من (٨٠%) مما يشير إلى صدق المقياس.

الصدق التلازمي: للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بتطبيق مقياس جودة الحياة النفسية اعداد العاليا (٢٠١٨)، وقام بحساب معامل الارتباط بينه وبين المقياس الحالي، وبلغ معامل

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

الارتباط بينهما (0,881)، وهو معامل ارتباط مرتفع ودال احصائياً مما يشير إلى صدق المقياس.

ثالثاً: ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب معامل ثبات ألفا كرونباخ، وكما قامت بحساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس بطريقة التجزئة التصفية، وجدول (3) يوضح النتائج.

جدول (3) معامل ثبات ألفا كرونباخ، ومعامل الارتباط بين نصفي المقياس

القيم	معامل ألفا كرونباخ	معامل ارتباط التجزئة النصفية
العلاقات الإيجابية	0,668	0,814
تقبل الذات	0,816	0,754
الاستقلالية	0,893	0,920
النمو الشخصي	0,962	0,969
أهداف الحياة	0,702	0,544
جودة الحياة النفسية	0,906	0,843

ويوضح جدول (3) أن معاملات ألفا كرونباخ جميعها قيم مرتفعة ودالة احصائياً، كما أن معاملات الارتباط بين طرفي المقياس مرتفعة أيضاً مما يشير إلى ثبات المقياس.

ثانياً: البرنامج: برنامج قائم على الذكاء الناجح. (من اعداد الباحث)

الهدف العام:

يستهدف البرنامج القائم على الذكاء الناجح تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

- الأهداف الاجرائية:

- أن يتعرف المعلمون على الذكاء الناجح.
- أن يذكر المعلمون استراتيجيات الذكاء الناجح.
- أن يتعرف المعلمون على جوانب نظرية الذكاء الناجح.
- أن يستخدم المعلمون مهارات الذكاء الناجح في تخطيط المهام.
- أن يحدد المعلمون جوانب الضعف لديهم.
- أن يكتشف المعلمون جانب القوة لديهم.
- أن يعدل المعلمون نقاط الضعف لديهم.

- أن يبذل المعلمون الاستراتيجيات الحياتية إلى غيرها الأكثر نجاحاً.
- أن يخطط المعلمون لأي عمل قبل البدء فيه.
- أن يستثمر المعلمون نقاط القوة لديهم.
- أن يضع المعلم مخططاً لتحقيق أهدافه.
- أن يبنى المعلم أفكاره على أسس علمية.
- أن يحلل المعلم احتياجاته وامكاناته.
- أن يقارن المعلم بين البدائل واختيار الأنسب لقدراته.
- أن يستخدم المعلم قدراته المميزة بأسلوب ابداعي.
- أن يمارس المعلم الحل الإبداعي للمشكلات.
- أن ينمي المعلم مهاراته باستمرار.
- أن يحلل المعلم المهام المطلوبة منه، وينظمها بما يناسبه.
- أن يرتب المعلم المهام وفقاً لأولوياته.
- أن يختار المعلم السبل التي تتناسب مع قدراته للوصول إلى أهدافه.
- أن يطبق المعلم مهارات التفكير الإبداعي في حل مشكلاته.
- أن يحول المعلم أفكاره إلى ممارسات عملية وتطبيقها.
- أن يقوم المعلم ذاته.

الفنيات المستخدمة:

استخدم الباحث بعض الفنيات في تنفيذ جلسات البرنامج ومنها: (العصف الذهني، المناقشة والحوار، النمذجة، لعب الأدوار، التعلم التعاوني، التعزيز، التعلم الفعال، التعلم التشاركي).

محتوى البرنامج:

يتكون البرنامج التدريبي من (١٨) جلسة، تم تطبيقها بواقع جلستين أسبوعياً، تستغرق كل جلسة (٩٠) دقيقة تقريباً، واستغرق البرنامج في تطبيقه ٩ أسابيع، وتضمنت جلسات البرنامج: (جلسة تمهيدية - والتعرف بالبرنامج - والتعرف على الذكاء الناجح - استراتيجيات الذكاء الناجح - كفية تخطيط المهام وفقاً لنظرية الذكاء الناجح- وتقويم الذات- وإدارة وتنظيم الذات- وتقبل الذات - وحل المشكلات - وحل المشكلات بطريقة إبداعية- المرونة - والتفكير الإيجابي- والممارسات الإيجابية الناجحة - والتقويم المستمر)

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

تقويم البرنامج:

تم استخدام أساليب القويم الثلاث المعترف بها وهي (التقويم القبلي من خلال تطبيق مقياس جودة الحياة النفسية قبل البرنامج، والتقويم البنائي من خلال تطبيق أنشطة وأسئلة تقييمية بعد كل نشاط وكل جلسة، والتقويم النهائي وتم من خلال تطبيق مقياس جودة الحياة النفسية بعد انتهاء تطبيق البرنامج).

نتائج الفرض الأول:

للتحقق من صحة الفرض الأول للبحث الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة النفسية لصالح القياس البعدي". قام الباحث بحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة النفسية، وذلك باستخدام اختبار "ويلكوكسون" "Wilcoxon Signed Ranks Test"، وجدول (٤) يوضح الفروق:

جدول (٤) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة النفسية

القيم الأبعاد	الرتب	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	(Z)	مستوى الدلالة	حجم الأثر
العلاقات الإيجابية	السالبة	١	١,٠	١,٠	٢,٧٠٥ -	٠,٠٠١	٠,٨٥
	الموجبة	٩	٥٤,٠	٦,٠			
	المتعادلة	٠					
تقبل الذات	السالبة	٠			٢,٦٧٧ -	٠,٠٠١	٠,٨٤
	الموجبة	٩	٤٥,٠	٥,٠			
	المتعادلة	١					
الاستقلالية	السالبة	٠			٢,٨١٤ -	٠,٠٠١	٠,٨٨
	الموجبة	١٠	٥٥,٠	٥,٥			
	المتعادلة	٠					
النمو الشخصي	السالبة	٠			٢,٦٧٥ -	٠,٠٠١	٠,٨٤
	الموجبة	٩	٤٥,٠	٥,٠			
	المتعادلة	١					
أهداف الحياة	السالبة	٠			٢,٨١٤ -	٠,٠٠١	٠,٨٨
	الموجبة	١٠	٥٥	٥,٥			
	المتعادلة	٠					
جودة الحياة النفسية	السالبة	٠			٢,٨٠٥ -	٠,٠٠١	٠,٨٨
	الموجبة	١٠	٥٥	٥,٥			
	المتعادلة	٠					

ويتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي على مقياس جودة الحياة النفسية، حيث تراوحت قيمة (Z) لأبعاد المقياس بين (٠,٢,٦٧٧ - ٠,٢,٨١٤)، كما بلغت قيمة

(Z) للمقياس ككل (2,805)، وهي قيم جميعها دالة احصائياً عند مستوى (0,01) مما يشير إلى تحقق الفرض الأول للبحث، ويشير ذلك إلى فاعلية البرنامج القائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت. كما تم حساب حجم الأثر لفاعلية البرنامج باستخدام معادلة "كوهن"، وتراوح حجم الأثر (d) الذي تحقق البرنامج لأبعاد جودة الحياة النفسية بين (0,84-0,88)، وبلغت حجم الأثر لجودة الحياة النفسية ككل (0,88) مما يشير إلى أن حجم الأثر الذي حققه البرنامج مرتفع جداً.

ويعزي الباحث نتائج الفرض الأول إلى اسهام البرنامج القائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية من خلال مساعدة المعلم على ترميز التعليم، وإبراز مواطن القوة واستثمارها في إدارة المهام التعليمية والأكاديمية، وإبراز مواطن الضعف وتحديدها والتغلب عليها ومعالجتها، كما يتفق ذلك مع ما ورد في الدراسات السابقة التي أشارت إلى فاعلية الذكاء الناجح في تنمية إدارة الذات لدى المعلم كما جاء في دراسة دراسة أبو حمدان (2008)؛ ويتفق أيضاً مع ما أشارت إليه دراسة عمار (2019)، ودراسة الملاحة (2020) حيث أشارت إلى دور الذكاء الناجح وعلاقته بمواجهة الضغوط النفسية مما يحسن من جودة الحياة النفسية للمعلم، كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى اسهام التدريب على مهارات الذكاء الناجح في تنمية مهارات إدارة المعرفة العلمية لدى المعلمين، ومن ثم تعزيز التوافق المهني للمعلمين وهذا ما أشارت إليه دراسة محمود (2023)، كما أشارت دراسة عبد الحميد (2023) أنه يعمل على تنمية التفكير البنائي والرفاهية الأكاديمية ومن ثم فان نتائج الدراسات السابقة تدعم اسهام الذكاء الناجح في تنمية الجوانب التي هي من مقومات جودة الحياة النفسية.

نتائج الفرض الثاني:

للتحقق من صحة الفرض الثاني الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس جودة الحياة النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية". قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس جودة الحياة النفسية، باستخدام اختبار "مان-ويتني Mann-Whitney"، وجدول (5) يوضح الفروق.

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

جدول (٥) الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس جودة الحياة النفسية

القيم الأبعاد	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(U)	(W)	(Z)	مستوى الدلالة
العلاقات الإيجابية	الضابطة	١٠	٦,٦٥	٦٦,٥	١١,٥	٦٦,٥	٢,٩٥٩-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٤,٣٥	١٤٣,٥				
تقبل الذات	الضابطة	١٠	٦,٦٥	٦٦,٥	١١,٥٠	٦٦,٥٠	٢,٩٣٨-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٤,٣٥	١٤٣,٥				
الاستقلالية	الضابطة	١٠	٦,٢٥	٦٢,٥	٧,٥٠	٦٢,٥٠	٣,٢٤٠-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٤,٧٥	١٤٧,٥				
النمو الشخصي	الضابطة	١٠	٦,١٠	٦١,٠	٦,٠	٦١,٠	٣,٣٥٤-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٤,٩٠	١٤٩,٠				
أهداف الحياة	الضابطة	١٠	٦,٨٠	٦٨,٠	١٣,٠	٦٨,٠	٢,٨٤٤-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٤,٢٠	١٤٢,٠				
جودة الحياة النفسية	الضابطة	١٠	٥,٧٥	٥٧,٥٠	٢,٥٠	٥٧,٥٠	٣,٥٩٩-	٠,٠١
	التجريبية	١٠	١٥,٢٥	١٥٢,٥٠				

ويتبين من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس جودة الحياة النفسية لصالح المجموعة التجريبية، حيث تراوحت قيمة Z لأبعاد جودة الحياة النفسية بين (٣,٩٥٩- -٢,٨٤٤)، وبلغت قيمة Z للدرجة الكلية للمقياس (٣,٥٩٩)، وهي جميعها فروق ذات دلالة احصائية مما يشير إلى تحقق صحة الفرض الثاني للبحث، كما تؤكد هذه النتائج صحة الفرض الأول والتي تؤكد فاعلية البرنامج القائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بدولة الكويت.

نتائج الفرض الثالث:

للتحقق من صحة الفرض الثالث للبحث والذي ينص على: "لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة النفسية". قام الباحث بإيجاد الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، باستخدام اختبار "ويلكوكسون Wilcoxon Signed Ranks Test"، وجدول (٦) يوضح الفروق.

جدول (٦) الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على جودة الحياة النفسية

مستوى الدلالة	(Z)	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ن	الرتب	القيم الأبعاد
غير دالة	٠,٧٠٧-	١٠,٠٠	٣,٣٣	٣	السالية	العلاقات الإيجابية
		٥,٠٠	٢,٥٠	٢	الموجبة	
				٥	المتعادلة	
غير دالة	١,٨٤١-	١٠,٠٠	٢,٥٠	٤	السالية	تقبل الذات
		٠,٠٠	٠,٠	٠	الموجبة	
				٦	المتعادلة	
غير دالة	٠,٠٠٠	٣,٠٠	١,٥٠	٢	السالية	الاستقلالية
		٣,٠٠	٣,٠٠	١	الموجبة	
				٧	المتعادلة	
غير دالة	٠,٢٧٢-	٦,٥٠	٣,٤٥	٢	السالية	النمو الشخصي
		٨,٥٠	٢,٨٣	٣	الموجبة	
				٥	المتعادلة	
غير دالة	١,٢٧٥-	٢١,٠٠	٣,٥٨	٦	السالية	أهداف الحياة
		٦,٥٠	٦,٥٠	١	الموجبة	
				٣	المتعادلة	
غير دالة	١,٤٠٧-	٢٨,٠٠	٤,٦٧	٦	السالية	جودة الحياة النفسية
		٨,٠٠	٤,٠٠	٢	الموجبة	
				٢	المتعادلة	

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية؛ في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة النفسية، حيث تراوحت قيمة (Z) لأبعاد مقياس جودة الحياة النفسية بين (٠,٠٠ - ١,٨٤١)، كما بلغت قيمة (Z) لمقياس جودة الحياة النفسية ككل (١,٤٠٧)، وهي قيم غير دالة احصائياً، مما يشير إلى عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة النفسية للمجموعة التجريبية، مما يشير إلى تحقق الفرض الثالث للبحث، ويشير ذلك إلى استمرار فاعلية البرنامج بعد شهر من انتهاء تطبيقه على المجموعة التجريبية.

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

ويفسر الباحث أسباب استمرار فاعلية البرنامج القائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي المجموعة التجريبية بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج، إلى أن المعلمين خلال البرنامج قد تعرفوا على عوامل القوة والضعف، والعمل على دعم وتعزيز نقاط وجوانب القوة لديهم، وعلاج جوانب الضعف، ومن ثم تتبدل نقاط الضعف لديهم إلى جوانب قوة، والتعرف وخلال البرنامج على كيفية استثمار جوانب القوة وتمييزها واستخدامها لتحقيق التكيف والتوافق المهني والنفسي، وبذلك فقد حدث تطوير في شخصية المعلمين أفراد المجموعة التجريبية مما يعمل بشكل مستمر لدى المعلمين على التحسن المستمر، والتوافق والتكيف مما يخفف الضغوط التي يمكن أن تؤثرهم في حياتهم، وبذلك تتحقق جودة الحياة النفسية لديهم.

المراجع:

- أبو حمدان، على عبد الجليل(٢٠٠٨). أثر برنامج تدريبي في تنمية مهارات الذكاء الناجح وإدارة الذات للتعلم في مواقف حياتية لدى طلبة الصف العاشر. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية.
- أحمد، سمية علي عبد الوارث، وحسين، وفاء سيد محمد (٢٠٠٨). فاعلية الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية التربية بالمملكة العربية السعودية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٣(١)، ٢١٥ - ٢٤٢.
- بنداري، رباب عبدالكريم(٢٠١٥). جودة الحياة وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢١(١)، ١٧٥ - ٢٢٠.
- الjasم، فاطمة أحمد(٢٠١١). تأثير مواءمة نظرية ذكاء النجاح على منهج الصف الثالث الابتدائي بمملكة البحرين على قدرات التحليلية - الإبداعية - العملية. مجلة كلية التربية بالمنصورة مصر، ٧٥(٣)، ١٩٢ - ٢٦٨.
- خصاونة، محمد أحمد سليم ، والخوالدة، محمد عبديبه(٢٠١٨). الذكاء الناجح وعلاقته بالنمو الاجتماعي المدرسي لدى طلبة ذوي صعوبات التعلم في منطقة عسير. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، ٣(١)، ٣٠١ - ٣١٧.
- الدردير، عبدالمنعم؛ أحمد ، وآخرون(٢٠١٩). نظرية الذكاء الناجح وأهميتها في التدريس. مجلة كلية التربية جامعة جنوب الوادي، ٣٨(١)، ١٤٥ - ١٤٥.
- شقيير، زينب محمود (٢٠٠٩). المساهمة الإيجابية لعلم النفس في تحسين جودة الحياة وخفض قلق المستقبل لدى حالة الصداع التوترى (نفسى). المؤتمر الدولي السنوي السادس 2009 ، كلية التربية، جامعة طنطا.
- الصبيح، أنس نواف محمد(٢٠٢٢). مستوى جودة الحياة وعلاقته بالمرونة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.

فاعلية برنامج قائم على الذكاء الناجح في تحسين جودة الحياة النفسية

عبد الحميد، ميرفت حسن فتحي (٢٠٢٣). فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية الذكاء الناجح في تنمية التفكير البنائي والرفاهية الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية. المجلة التربوية، كلية التربية جامعة سوهاج، ١٠٩(١)، ٢٠٥ - ٣٠١.

العليا، بسمة عبد الله (٢٠١٨). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية والاجتماعية لدى معلمي التربية الرياضية في محافظة معان. رسالة ماجستير، عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة.

عمار، أسامة عربي محمد (٢٠١٩). برنامج قائم على الذكاء الناجح في تدريس علم النفس الطبي لتنمية المسؤولية الاجتماعية مهارة مواجهة الضغوط لدى طالبات المعهد الفني للتمريض. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط.

عمر، محمد كمال أبو الفتوح (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية الذكاء الناجح في تطوير التفكير الناقد وتحسين دافع الإنجاز الأكاديمي وتعزيز الاتجاه نحو الإبداع الجاد لدى التلاميذ الموهوبين منخفضي التحصيل الدراسي. المجلة الدولية لتطوير التفوق، ٩(١٧)، ١٨٧ - ٢١٨.

قطامي، يوسف محمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي للتسريع المعرفي في تطوير التفكير الناقد والذكاء الناجح لدى عينة أردنية من طلبة الصف الخامس، مجلة دراسات العلوم التربوية الاردن، ٣(١٢)، ٨٩١ - ٩٠٨.

محمد، صلاح الدين عراقي، ومظلوم، مصطفى علي (٢٠٠٥). فعالية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى الطلاب المكتئبين. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٣٤(١)، ٤٦٨ - ٥٠٩.

محمود، أيمن محمود حامد (٢٠٢٣). برنامج تدريبي مقترح قائم على نظرية الذكاء الناجح لتنمية بعض مهارات إدارة المعرفة العلمية لدى معلمي المرحلة الإعدادية. مجلة القراءة والمعرفة، كلية التربية، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، ٢٥٦(١)، ١٥ - ٤٩.

المرخي، فاطمة أحمد (٢٠١٢). فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي مجلة البحث العلمي في التربية. مجلة البحث العلمي في التربية، ١٣(١)، ٣٩ - ٥٤.

مرسي، جلييلة عبد المنعم (٢٠١١). جودة الحياة والذكاء الخلفي لدى عينة من طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية). المجلة المصرية للدراسات النفسية ٢١(٧٢)، ١٣٤-

٢١٦

مسعودي، محمد (٢٠١٧). جودة الحياة النفسية، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، ١(١)، ١٢٧-١٤٨.

الملاحه، حنان عبد الفتاح أحمد (٢٠٢٠). الذكاء الناجح وتوجهات أهداف الإنجاز كمتنبئات باستراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى طلبة الكليات الطبية مرتفعي ومنخفضي التحصيل. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٤(١٠)، ٦٣-١٢٧.

الهاشمي، نهال حمدان (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في تحسين مستوى جودة الحياة النفسية لدى المعلمات المغتربات. مؤتمة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مؤتمة، ٣٦(١)، ٢٥٥-٣٠٠.

Deniz, M., Avşaroğlu, S., Deniz, M. & Bek, H. (2010). Emotional intelligence and life satisfaction of teachers working at private special education institutions. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 2(2).

Elmiyeh, B., Sayed, S., Rhys-Evans, P., Syrigos, K., Nutting, C., Harrington, K., & Kazi, R. (2009). Quality of Life and Outcomes Research in Head and Neck Cancer: A Review of the State of the Discipline and Likely Future Directions. *Journal of Cancer Treatment Reviews*, 35, 397-402.

Felce, D., & Perry, J. (1995). Quality of Life: Its Definition and Measurement. *Journal of Research in Developmental Disabilities*, 16, (1), 51-74.

Fulford, D. (2011). The Role of Emotional Intelligence in the Quality of Life of Individuals with Bipolar Disorder. Ph. D. Dissertation, Coral Gables, Florida.

Leung, T., Leung, W., & P.C. Flo, E. (2005). Quality of life of victims of intimate partner violence. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 90, 258-262.

Michael, A.H.; Suzanne, C; Lechner, A. K.; Sara, W. R.; Tammy, S. K.; and Urcuyo, K. S. (2006). How Management Stress

- Improve Quality of Life after Treatment. Journal of Consulting and Clinical Psychology. Copyright by the American Psychological Association, 1143-1152
- Ricardo, O., Guillermo, B., and Carina, B. (2008). Traumatic life Events and Posttraumatic Stress Disorder among Mexican. Adolescent Journal of Cross-Cultural Psychology 517-519.
- Ryff, C., & Keyes, L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. Journal of Personality and Social Psychological, 69.
- Ryff, C., & Keyes, L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. Journal of Personality and Social Psychological, 69.
- Sholock, P. (2004). Need Analysis and measure of Quality of life of people suffering of Blindness and Deafness, Revue francophone De la Deficiency in tellectually, 14 (1).
- Sternberg, & Grigorenko, E (2002) Teaching for Successful Intelligence: Principies, Procedures, and Practices, Journal for the Education of the Gifted. Vol. 27,
- Sternberg, R. (2004). Testing theory on successful intelligence in fetching grade 4 language Arts, Mathematics, and Science, Article in Journal of Educational Psychology.
- Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (2002a). The theory of successful intelligence as a basis for gifted education. Gifted Child Quarterly, 46(4), 265-277.
- Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (2006). Cultural intelligence and successful intelligence. Group & Organization Management, 31(1), 27-39.

**The Effectiveness of a Program based on Successful Intelligence in
improving the Psychological Quality of life among Special
Education Teachers in Kuwait**

Abstract

The current research aimed to verify the effectiveness of a program based on successful intelligence in improving the psychological quality of life among special education teachers in Kuwait. The researcher used the experimental method by designing the control and experimental groups, each of which consisted of (10) teachers of special education in Kuwait, The Researcher Prepared ,quality of psychological life, and a program based on successful intelligence, the results of the search revealed that there are statistically significant differences between the pre and post measurements of the experimental group on the psychological quality of life scale in favor of the post measurement, and there are statistically significant differences between the control and experimental groups in the post measurement of psychological quality of life in favor of the experimental group, which indicates the effectiveness of the program in improving psychological quality of life, The effectiveness of the program continued for a month after the end of the program.