

أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا

رتيبة عبد الرحيم أحمد سناجرة
وزارة التربية والتعليم / الأردن

تاريخ الاستلام: 2023/02/03 تاريخ القبول: 2023/04/23

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج شبه التجريبي، ومقاييس الرفاه النفسي، وتكونت العينة من (40) طالباً وطالبة من طلبة مدرسة ميمونة بنت الحارث في لواء عين البشا، وقد قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (20) طالباً وطالبة لكل مجموعة، أظهرت نتائج الدراسة أنَّ مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي كان مرتفعاً، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدالة ($\alpha \leq 0.05$) بين قيم المتوسطات الحسابية لدرجات طلبة الصف الثاني الأساسي في التطبيق العدي لمقياس الرفاه النفسي ككل تُعزى للطريقة التدريس ولصالح الألعاب التعليمية مما يدل على أنَّ مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة قد ارتفع، وفي ضوء النتائج توصي الباحثة بضرورة استخدام وتوظيف أسلوب الألعاب التعليمية في التدريس خصوصاً في المرحلة الأساسية لما لها من أثر إيجابي في العملية التعليمية وتعمل على الرفع من مستوى الرفاه النفسي للطلبة، وإجراء دراسات على البيئة المحلية والعربية تبحث في دور العوامل المؤثرة في الرفاه النفسي، ومحاولة الارتقاء بشعور الرفاهية النفسية لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: الألعاب التعليمية، الرفاه النفسي، طلبة الصف الثاني الأساسي، جائحة كورونا.

The impact of the use of educational games on raising the level of psychological well-being of basic second graders after the coronavirus pandemic

This study aimed to reveal The impact of the use of educational games on raising the level of psychological well-being of basic second graders after the coronavirus pandemic, and to achieve the study's objectives, the semi-experimental curriculum, the psychological well-being scale, and the sample consisted of (40) Students from Maimouna bint al-Harith School in Ain al-Basha Brigade, the sample of the study was divided into two experimental groups. 20 students per group, the results of the study showed that the level of psychological well-being of the basic second graders was high, and the results showed statistically significant differences at the indicative level ($\alpha \leq 0.05$) Among the calculation averages of grade II students' basic grades in the remote application of the psychological well-being measure as a whole is attributable to the teaching method and to the benefit of educational games This indicates that students' level of psychological well-being has increased, In light of the findings, the researcher recommends that educational games should be used and used in teaching, especially at the basic stage, because they have a positive impact on the educational process and raise students' level of psychological well-being. Studies on the local and Arab environment examine the role of factors influencing psychological well-being and attempt to improve students' sense of psychological well-being.

Keywords: Educational games, psychological well-being, basic second graders, coronavirus pandemic.

المقدمة

يشهد عالمنا اليوم تطويراً متسارعاً في شتى المجالات العلمية والتكنولوجية والمعرفية، بسبب انتشار المعلومات والانفجار المعرفي، الذي انعكس على العملية التعليمية، وطرق التدريس لمواكبة التقدم، والتطور بالوسائل والإمكانات المتاحة عن طريق متابعة المستجدات التربوية، وأحدث الطرق والأساليب، والاستراتيجيات والوسائل المتعددة، لضمان تحقيق تقدم ملحوظ نحو نظام تعليمي يسير وفق القدر المتلاحم مقارنة بباقي الدول المتقدمة.

تحرص المجتمعات المتحضرة على تكثيف جهودها لرعاية أطفالها وذلك بتوفير الرعاية المناسبة والدعم النفسي والاجتماعي لهم، وشباع حاجاتهم، وتوفير الأنشطة والبرامج التربوية والترفيهية، بما يضمن بيئة اجتماعية سلية غنية بالتأثيرات من شأنها تنمية مختلف جوانب النمو لديهم، وبعد اللعب نشاطاً هاماً يمارسه الإنسان بشكل فردي أو جماعي وتبدأ هذه الممارسة منذ الأشهر الأولى من حياته، حيث يلعب مع نفسه بتحريك عينيه نحو الأشياء المتحركة من حوله وتحريك يديه ورجليه، ثم يتطور اللعب الفردي لدى الطفل مع تقدمه في العمر وتتطور كذلك حاجاته النمائية، فكلما زاد عمر جهازه العصبي والعضلي، فإن نشاط اللعب يأخذ في التعقيد والتنظيم، حيث يتتطور اللعب من الحالة الفردية في إطار منافسة، الذات إلى الحالة الفردية في إطار منافسة الآخرين وممارسة سلوك اللعب في حضورهم، ثم اللعب بمشاركتهم، ثم اللعب بصورة جماعية تعاونية، في سياق اللعب الاستكشافي (الزالط، 2022).

يعتبر اللعب وسيطاً تربوياً هاماً يعمل على تكوين الطفل خاصة في المراحل النمائية، وترجع أهمية اللعب إلى اسهامه بدور هام في التكوين النفسي للطفل، كما أن من خلال اللعب يتم استغلال للطاقة الحركية والطاقة الذهنية، فضلاً عما ينطوي عليه اللعب من متعة وتسليه تدخل السرور والفرح وتزيد من الدافعية والثقة في النفس، وتعد الألعاب الصغيرة أحد الأنشطة التي يمارسها الأطفال بفعالية ويسر، وهي من الأنشطة المهمة في برنامج التربية الحركية للطفل، فكلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرص المتاحة لنموه وتعلمه، ويرى "بياجيه" أن اللعب وسيلة تعلم من الدرجة الأولى، وأنه أساس النمو العقلي وهو ما يؤكد أن اللعب يعمل على إكساب الطفل العديد من الخبرات التعليمية والتربوية المختلفة، والتي تشمل الجوانب البدنية والحركية والمهارية والعقلية والانفعالية، كما أنها تساعد على استثمار طاقة الجسم الحركية وتصريفها وجلب المتعة النفسية للطفل، وزيادة نمو السلوك السوي وتوجيهه والتحكم فيه، فهي تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي والتفيس عن المشاعر خلال ممارسة نشاط اللعب. (صوالحة، 2004).

ويؤكد علماء النفس والتربية على أن اللعب يساهم على نحو فعال في بناء وتنمية الشخصية من مختلف جوانبها. وقد ذكر بياجيه "أن اللعب يعتبر وسيلة للتعليم، وأن ما يتتوفر في البيئة يعتبر مصادر لتعليم الأطفال، ويوصي المربين أن يعملوا على تنظيم الألعاب واستثمارها بما يؤدي لتعلم أفضل. (صوالحة، 2004)

وحيث تم ترکیز علماء النفس في السنوات الأخيرة، على الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية بدلاً من التركيز على المشكلات، إذ قام علم النفس الإيجابي بالعمل على تزويد الأفراد بالصفات الإيجابية بدلاً من التركيز على تغيير الجوانب السلبية (Saricaoglu & Arslan, 2013). وتزايد الاهتمام بالتدخل في المجالات ذات العلاقة بالصحة على الحد من الألم والمعاناة والحالات النفسية الإيجابية وتداعياتها على تطور الأمراض (Vazquez, Hervas, Rahona, & Gomez-Baya, 2009)، وقد أشارت خرنوب (Kharoub, 2016) إلى أن المهم أن يتم التركيز على الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية، وليس الذي يعاني من المرض؛ لأن الصحة هي الأصل، فالإنسان قادر على أن يتکيف إذا

ركز على الجوانب الإيجابية في حياته مثل التفاؤل والسعادة والرضا وغيرها. وهذا ما أكد علم النفس الإيجابي الذي كان أحد مفاهيمه مفهوم "الرفاه النفسي".

وتتركز الرفاهية على الأنشطة الفاعلة ومعنى الحياة، فالرفاهية تتجه نحو حياة سعيدة أكثر من كونها مجرد متعة فقط، وأن الناس يطورون أفضل صفاتهم ويستخدمون مهاراتهم ومواهبهم لخدمة الصالح العام، وترتبط رفاهية الآخرين والبشرية بشكل عام بتحقيق الذات الشخصية والالتزام بالأهداف الاجتماعية، وتحقيقها، وترتبط العمل الجاد إذا كان الشخص على دراية ببنية قوته وكان قادرًا على تطبيقها على مهمة معينة، فمعنى الحياة يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالعديد من مؤشرات الرفاهية، مثل: (التأثير الإيجابي، واحترام الذات، والتفاؤل، والرضا عن الحياة، والأمل، والفرح، والفضول، والتفاعلات الاجتماعية الإيجابية اليومية، والتجارب الإيجابية في العمل). (Góngora & Solano, 2014)

وللرفاهية دور مهم في شتى مجالات الحياة كالصحة والتعليم؛ حيث تعتبر الرفاهية نتيجة مباشرة لاتخاذ الأفراد خيارات هادفة بشأن أسلوب حياتهم الخاص، إذ يكون وقتهم في المؤسسة التعليمية أول تجربة حقيقة للاستقلال الذاتي، والذي اعتبروه حرية وإيجابية لرفاهيتهم، والعلاقات الإيجابية الداعمة في الفصول الدراسية لها تأثير قوي على تحفيز الطلاب ورفع طاقتهم (Botha, Mostert & Jacobs, 2019). وأشار ويلسون وستريفنز (Wilson & Strevens, 2018) إلى أن الطلاب الذين لديهم مستويات عالية من التوتر كان الإتقان البيئي والقبول الذاتي لديهم أقل بشكل ملحوظ، وعلاقة الإناث الاجتماعية تعزز من دور الرفاهية النفسية، وإناث يكرسن جهداً أكبر من الذكور لحفظ على العلاقات مع الآخرين، وهذا له تأثير في رفاهها النفسي (Fuller, Edwards, Vorakitphokakorn & Sermsr, 2004).

ونظراً لأهمية إستراتيجية الألعاب التربوية في تنمية شخصية الطالبة وتنمية تفاصيلهم وتوافقهم مع أقرانهم، وتأسيسًا على كما سبق جاءت هذه الدراسة للكشف عن أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

يظهر أثر اللعب في المجال العقلي والمعرفي للتعلم لدى الطفل من خلال فهم الطالب وحفظه لقواعد اللعب وقوانينه البسيطة والمعقدة، وتطبيقها وممارسته التحليل والتركيب والابتكار في نطاق اللعب وقواعده، كما يؤثر اللعب في الجانب النفسي والوجوداني في بنية شخصية الطالب، وذلك من خلال دوره البناء في تنشئة الطالب واتزانه عاطفياً وانفعالياً، فالطالب يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين ومشاركتهم في أداء الأدوار والالتزام بقواعد الألعاب وقوانينها، ويتعلم أيضًا من خلال اللعب العديد من القيم منها: التعاون والإيثار والأخذ والعطاء واحترام حقوق الآخرين وأدوارهم، مما يكسبه مهارات العمل الجماعي، ويدفعه إلى التخلص من الأنانية والتركيز حول الذات، ويكتسبه الميول والاتجاهات النفسية والاجتماعية السليمة والإيجابية التي تيسّر تفاصيله مع الآخرين وتحقق تكيفه النفسي مع نفسه والبيئة التي يعيش فيها.

وقد يكون هنالك تناقض بين الرفاهية النفسية لفرد ووضعه الراهن، لأن مشاعر الفرد وعواطفه وانفعالاته تتأثر بالمشكلات والمصاعب والأحداث التي يتعرض لها، وتحدد الجانب الوجوداني لديه، وبالتالي تؤثر في رفاهه النفسي، ويجب أن يكون هنالك توازن بين الحاجات الإيجابية والسلبية؛ حيث إن الأفراد ذوي الرفاهية العالية يتبعون بمستويات عالية من الإبداع والتنظيم والتفاؤل والثقة، وهم أقل عرضة للمرض (Mahfuz, 2018). وعلاقة الإيجابية مع

الآخرين تسهم بشكل هام في الرفاه النفسي للفرد، وهي من أهم عناصر الصحة النفسية؛ لأنها تعد معيار النضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات، وتقاسم الوقت مع الآخرين والثقة والدفء مع الآخرين (Aljmal, 2013).

وأشار رايف (Ryff, 1995) إلى ستة أبعاد للرفاه النفسي حيث ذكر هذه الأبعاد وخصائص الأفراد بناءً على نقاطهم العالية والمنخفضة في الرفاه النفسي، وهي: (قبول الذات، وال العلاقات الإيجابية، والاستقلال الذاتي، والإتقان البصري، والهدف في الحياة، والشعور بالنحو الشخصي)، وقد أشارت بعض الدراسات أن أسلوب الألعاب أثبتت فعالياتها في تحسين مستوى تحصيل المتعلمين واتجاهاتهم ومهاراتهم المختلفة كدراسة (أبو كلوب، 2014)، وتظهر الحاجة الماسة لإجراء دراسات عربية تسلط الضوء على تأثير الألعاب التعليمية على مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي، كما لاحظت الباحثة تغير سلوكيات الطلبة بعد الإعلان عن عودة الدوام الوجاهي بعد كورونا ولاحظت أن الحالة النفسية للطلبة اختلفت وتقاوت من طالب لآخر وذلك يعود إلى أن بعض الطلاب قد أصيبوا بالمرض وأخرين لم يصابوا وذلك ما دعا الباحثة إلى التفكير في استخدام إستراتيجيات وأساليب تدريسية مشوقة ومحببة لدى الطلبة ترفع وتحسن من نفسيتهم وتعيدهم للدراسة، وهذا ما دعا الباحثة إلى التفكير في الألعاب التعليمية لما لها من أثر على طلاب وعلية فقد حاولت الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية، ودرجات طلاب المجموعة الضابطة على مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا تعزى لطريقة التدريس (الألعاب التعليمية، الطريقة التقليدية)؟

أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- الكشف عن مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا.
- الكشف عن دلالات الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية لمستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا تبعاً (الألعاب التعليمية، الطريقة التقليدية).
- تقديم توصيات تقييد المختصين والباحثين في مجال الدراسة من خلال ما سترد في الدراسة من نتائج.

أهمية الدراسة

تكمّن أهمية الدراسة في الجوانب الآتية:

- **أولاً: الأهمية النظرية:** تتسم الأهمية النظرية للدراسة بأنها سوف تتناول جانباً هاماً في تناولها لموضوع أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي، وتسهم هذه الدراسة في تطوير الجانب النظري الخاص بموضوع الألعاب التعليمية والرفاه النفسي، وذلك نظراً لندرة البحوث والدراسات التي أجريت على هذا النوع من الدراسات في البلاد العربية، كما تسهم برفد البحوث التربوية بدراسة تزيد من تقدم هذه البحوث وتطورها، وتكمّن أهمية هذه الدراسة كذلك بأنها ستكشف عن أثر الألعاب التعليمية في الرفاه النفسي، ولكونها تعد من الدراسات الأولى والتي أجريت في المملكة الأردنية الهاشمية.

- **ثانياً: الأهمية التطبيقية:** تظهر الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة من خلال الاستفادة منها بتدريب الطلبة في مختلف المراحل الدراسية على ملاحظة الأحداث الحياتية بدقة وموضوعية وحياد واستثمار آثارها الإيجابية بما يعزز

التفاول والثقة بالنفس والمشاعر الإيجابية والرفاہ النفسي، والعمل على تحديد آثارها السلبية، والنظر إليها كخبرات يمكن الاستفادة منها، وقد تؤدي الدراسة الحالية إلى نتائج ذات أهمية كبيرة في لفت انتباه المربين والمعلمين إلى الاهتمام بالتدريب على استخدام الألعاب التعليمية، لما لها من دور ينعكس على حياة الطلبة، وعملية التعلم، ونظرتهم لتحسين مشاعرهم نحو الحياة والرضا عنها.

مصطلحات الدراسة

- **الألعاب التعليمية:** هي أنشطة تعليمية تنافسية موجهة يقوم بها المتعلم بصورة فردية أو جماعية محددة بإجراءات وقوانين تنظمها تعمل على إثارة دافعية المتعلم نحو التعلم، وتجعله أكثر إيجابيا وتفاعلًا في اكتساب الخبرات والمهارات. (الغرير والنوايسة، 2010: 10)
- **الرفاہ النفسي:** "هي بنية متعددة الأبعاد التي تعكس تقييمات الأفراد لأنفسهم ونوعية حياتهم" (Ryff et al, 1999: 100)، وله ستة أبعاد للرفاہ النفسي (قبول الذات، والعلاقات الإيجابية، والاستقلال الذاتي، والإتقان البصري، والهدف في الحياة، والشعور بالنمو الشخصي). ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الرفاہ النفسي.

حدود الدراسة

تم إجراء الدراسة ضمن الحدود الآتية:

- **الحد الموضوعي:** ويتمثل في الكشف عن أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاہ النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا.
- **الحد البشري:** اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة الصف الثاني الأساسي في مدرسة ميمونة بنت الحارث الأساسية المختلطة في مديرية التربية والتعليم في لواء عين البasha في المملكة الأردنية الهاشمية.
- **الحد المكاني:** طبقت هذه الدراسة في مديرية التربية والتعليم في لواء عين البasha في المملكة الأردنية الهاشمية.
- **الحد الزمني:** تم إجراء الدراسة أثناء الفصل الأول من العام الدراسي 2022 / 2023 م.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

إستراتيجية الألعاب التعليمية

تعتبر الألعاب التعليمية إحدى مداخل التدريس الرئيسية التي تهتم بنشاط التلميذ وإيجابيته وتنمية شخصيته شاملة في مختلف الجوانب، لأنها تعنى بتجسيد المفاهيم المجردة بجذب المتعلم للتفاعل مع المواقف التعليمية بما تتضمنه من مواد تعليمية جيدة وأنشطة تربوية هادفة، مما يجعله نشطاً وفاعلاً أثناء تعلمه في هذه المواقف التعليمية التي تقدم له بصورة شبه واقعية لتحقيق الأهداف المرجوة من عملية التدريس، وبعد التدريس باستخدام الألعاب التعليمية من أبرز الطرق والاستراتيجيات التدريسية التي تراعي سيكولوجية المتعلمين، لما يتسم به هذا الأسلوب التدريسي من التفاعل بين المعلم وتلاميذه خلال العملية التعليمية وذلك من خلال أنشطة وألعاب تعليمية تم إعدادها وتنفيذها بطريقة علمية منظمة، وتؤدي الأنشطة التعليمية دوراً هاماً في العملية التعليمية لجميع المراحل التعليمية، حيث تسهم في تحقيق الأهداف التربوية وتشكل عنصراً أساسياً من عناصر المنهج والتي يمكن بواسطتها ربط مجالات المنهج المختلفة. ومن خلالها

يمكن للمعلم توفير خبرات مباشرة للأطفال تمكنهم من فهم واستيعاب المعاني والأفكار الرئيسية بطريقة متكاملة. (الحيلة، 2010)

يعرف اللعب التعليمي بأنه نشاط موجه يقوم به التلميذ لتنمية مهاراتهم وقدراتهم العقلية والجسمية والوجدانية، ويتحقق في نفس الوقت المتعة والتسلية. وأسلوب التعلم باللعب هو استغلال أنشطة اللعب في اكتساب المعرفة وتقرير مبادئ العلم للتلاميذ وتوسيع آفاقهم المعرفية، كما ويعرف أيضاً بأنه: نشاط تعليمي منظم يعتمد على نشاط المتعلم وفاعليته ويزيد من دافعيته نحو التعلم، ويقوم على التفاعل فيما بين التلاميذ بهدف الوصول إلى أهداف تعليمية محددة. ويتم هذا النشاط تحت إشراف المعلم وتوجيهه ويكتسب التلاميذ من خلاله المعلومات والمفاهيم والمهارات والاتجاهات. (أبو جريوع، 2018)

عناصر اللعبة التعليمية:

إن الألعاب التعليمية ليست أنشطة استجمامية تهدف إلى الترفيه والتسلية فقط، بل هي أنشطة صممت لتحقيق أهداف تعليمية تعلميه حيث يتم توظيف الميل الفطري للعب عند المتعلمين والمقرنون بالمتعة في إحداث تعلم فاعل معزز بالرغبة والحماس والاهتمام، لذلك فإن اللعبة التعليمية عناصر هي:

1. مجموعة من اللاعبين.
2. بعد مكاني.
3. بعد زماني - زمن محدد للعبة.
4. أنظمة، وقوانين تحكم اللعبة. (Kara et al , 2015)

الرفاه النفسي

الرفاه النفسي يشير إلى حالة الصحة النفسية والوظيفة العاطفية المثلثي التي تشمل الشعور بالرضا العام في الحياة، والتقدير الذاتي الإيجابي، ومهارات التكيف الفعالة، والشعور بالهدف والمعنى في الحياة.

الرفاه النفسي هو حالة عقلية وعاطفية متوازنة تتضمن الشعور بالرضا العام بالحياة، والتفاعل الإيجابي مع البيئة المحيطة، والشعور بالهدف والمعنى في الحياة، والتحصيل الشخصي، والمرؤنة النفسية، والعلاقات الاجتماعية الصحية (Ryff & Singer, 2008).

كما ويعرف الرفاه النفسي هو حالة دائمة من الراحة والسعادة والتوازن العاطفي، والتي تشمل القدرة على التكيف مع التحديات والمتطلبات الحياتية، والتحصيل الذاتي، وال العلاقات الاجتماعية الصحية، والشعور بالهدف والرضا العام بالحياة. (Diener, 2019)

ويعرف أيضاً الرفاه النفسي يشير إلى وجود توازن إيجابي بين الجوانب الإيجابية المختلفة للوظيفة النفسية، مثل السعادة، والشعور بالفرح، والرضا، والمعنى في الحياة، والصحة النفسية، وال العلاقات الاجتماعية الداعمة، والنمو الشخصي، والتحصيل الذاتي" (Keyes, 2019).

كما وعرف الرفاه النفسي بأنه شعوراً يتضمن دائماً بالسعادة والرضا العام بالحياة، وقدرة على التعامل مع التحديات والضغط الحياة بشكل صحيح، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية صحية، والشعور بالمرؤنة النفسية والتحصيل الذاتي" (Deci & Ryan, 2018).

وقد عرف ديفيس (Davis, 2019) الرفاه النفسي بأنه خبرة من الصحة والسعادة والرخاء، وتشمل الحصول على صحة عقلية جيدة، ومستوى عالٍ من الرضا عن الحياة، وإحساس بالمعنى أو الهدف، والقدرة على التحكم في التوتر.

كما تم تعريفها أنها مصطلح عام لحالة فرد أو جماعة، من الناحي بناء على تقدير الذات؛ حيث يتحيز الذين لديهم رؤية إيجابية للذات، أي تقدير مرتفع للذات للأحداث الإيجابية ويستمرون بالحفظ عليها، (D'Argembeau & Linden, 2008).

أبعاد الرفاه النفسي:

يتكون الرفاه النفسي من الأبعاد الآتية: الاستقلال الذاتي التمكّن البيئي، وال العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الحياة الهدافـة، النمو الشخصـي تقبل الذات (Afework, 2013).

- الاستقلال الذاتي (الاستقلالية): ساوت Ryff الاستقلال الذاتي بسمات مثل: تقرير المصير والاستقلال، الضبط الداخلي وافكار وتصرفات المرء ينبغي ألا تتم تحديدها من قبل أسباب خارج عن سيطرة المرء (Afework, 2013:15)، وهذا العنصر هو متأثر بشدة العوامل الثقافية، فإن بعض الثقافات تسمح للناس بالحصول على حرية كبيرة بالمقارنة بغيرها (Shahidi, 2013:17,18).

- التمكّن البيئي: الشعور بالهيمنة على البيئة و- الاستخدام الفعال لفرص المحيطة بها (Rezaei et al. 2013) - العلاقات الإيجابية مع الآخرين: أن العلاقات الإيجابية بالآخرين من أهم مؤشرات ومعالم الصحة النفسية والرفاه النفسي حيث اشارت العديد من نظريات الشخصية إلى أهمية العلاقات والأشخاص المؤكدين لذواتهم بامتلاكهم مشاعر قوية من التعاطف والحب لكل الكائنات البشرية وبامتلاكهم صداقات حميمة وهي أحد محركات النضج (شند وآخرون، 2013).

- الحياة الهدافـة: وجود هـدف في الحياة والاعتقـاد أنـ المـاضـيـ والـحـيـاةـ الـحـاضـرـ ذاتـ معـنىـ (Rezaei et al. 2013). - النمو الشخصـيـ: الـقدـرةـ الـمـسـتـمـرـ عـلـىـ التـطـورـ وـالـشـعـورـ الـمـسـتـمـرـ بـالـنـمـوـ وـنـصـجـ الذـاتـ وـالـانـفـاتـاحـ عـلـىـ الـخـبـرـاتـ الـجـدـيدـةـ وـإـدـرـاكـ الـفـردـ لـإـمـكـانـاتـهـ وـتـحـسـينـ الذـاتـ وـالـسـلـوكـ الـذـيـ يـعـكـسـ فـعـالـيـتهاـ بـعـدـ النـصـجـ (شـندـ وـآخـرونـ، 2013). - تقبل الذات: موقف إيجابي اتجاه الذات والتقبل للمظاهر المختلفة مثل الجوانب الجيدة والسيئة عن الحياة الماضية.

ثانياً: الدراسات السابقة

اهتمت دراسة الزالط (2022) بمعرفة التأثيرات النفسية الوجданية للألعاب الصغيرة على صحة الطفل النفسية، وما لهذه الألعاب من دور في خفض شدة التوتر والقلق وتصريف الانفعالات والاحباطات التي قد يتعرض لها الطفل، خلصت الدراسة إلى جملة من النتائج أهمها أن هذه الألعاب الصغيرة (البسيطة) تسهم بشكل فعال في نمو الجوانب الوجданية والانفعالية بشكل سليم لدى الطفل، وتعمل على تأكيد السلوك السوي والسلوك التوافقـيـ، كما أنها تساعد على تقوية ودعم الميول بشكل عام خاصة الميول المرتبطة ببعض الأنشطة، وتزيد من التكامل الحسي والتآزر الحركـيـ، وتسهم بشكل كبير في عملية التفريغ الانفعالي والأمن النفسي للطفل وثقته بنفسه وقدرته على تحمل المسؤولية والتعبير عن مشاعره، كما أكدت هذه الدراسة على أن لهذه الألعاب جملة من الفوائد تشمل المجالات المعرفية والوجدانـيةـ والـمـهـارـيـةـ الـحـرـكـيـةـ والـاجـتمـاعـيـةـ، مما كان لها الأثر الكبير على الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي للطفل.

وهدفت دراسة خريـسـاتـ (2021) التـعـرـفـ إـلـىـ اـثـرـ جـائـحةـ كـوـرـوـنـاـ عـلـىـ الصـحـةـ الـنـفـسـيـةـ وـالـاجـتمـاعـيـةـ لـلـطـلـابـ منـ وجـهـةـ نـظـرـ المـرـشـدـيـنـ التـرـبـويـيـنـ فـيـ مـحـافـظـةـ الزـرـقاءـ، وـتـمـ اـسـتـخـدـمـ الـمـنـهـجـ الـوـصـفـيـ التـحـلـيـيـ، وـتـكـوـنـتـ عـيـنـةـ الـدـرـاسـةـ مـنـ (75) مـنـ الـمـرـشـدـيـنـ وـالـمـرـشـدـاتـ فـيـ مـحـافـظـةـ الزـرـقاءـ، وـتـمـ إـعـدـادـ اـسـتـبـانـةـ لـذـلـكـ تـكـوـنـتـ مـنـ (19) فـقـرـةـ، وـزـعـتـ عـلـىـ أـرـبـعـةـ مـجاـلـاتـ، وـهـيـ: مـجـالـ الـوـحـدةـ الـنـفـسـيـةـ، مـجـالـ الـضـجـرـ، مـجـالـ الـمـخـاـوـفـ الـاجـتمـاعـيـةـ، مـجـالـ اـضـطـرـابـ الـنـوـمـ، وـقـدـ أـظـهـرـتـ

نتائج الدراسة ان هنالك اثر لجائحة كورونا على الصحة النفسية والاجتماعية للطلاب من وجهة نظر المرشدين التربويين في محافظة الزرقاء بدرجة مرتفعة، حيث أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.65-3.71)، حيث جاء كل من الوحدة النفسية، والمخاوف الاجتماعية في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.71)، بينما جاءت اضطرابات النوم في المرتبة الأخيرة ويمتوسط حسابي بلغ (3.65)، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (3.69)، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة $F = 4.327$ وبدلالة إحصائية بلغت 0.041، وجاءت الفروق لصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر الخبرة، حيث بلغت قيمة $F = 0.294$ وبدلالة إحصائية بلغت 0.746.

وفي نفس السياق، أجرى جارسيا (Garcia, 2014) دراسة في السويد، هدفت إلى معرفة الفروق في درجات أبعاد ذاكرة السيرة الذاتية وفق مستويات الرفاه النفسي، أي التتحقق من الاختلافات في تفسير المراهقين السعادة وغير السعادة للأحداث المتعلقة بذاكرة السيرة الذاتية الإيجابية والسلبية، حيث تكونت العينة من (687) من طلاب المدارس الثانوية الذكور والإناث، تراوحت أعمارهم بين (16-17) عاماً. أظهرت النتائج أن الأفراد ذوي الرفاهية العالية استدعوا الأحداث الإيجابية أكثر من الأحداث السلبية، فالمراهقون السعداء ذوي الرفاهية العالية أكثر ميلاً لتنكر المثيرات الإيجابية.

وهدفت دراسة أبو كلوب (2014) إلى الكشف على أثر توظيف الأناشيد والألعاب التعليمية في تنمية المفاهيم وبعض عمليات العلم لدى طلبة الصف الثالث الأساسي في العلوم العامة، وتم اختيار العينة من طلاب الصف الثالث الأساسي من مدرسة الشاطئ المشتركة (ب)، وقسمت إلى ثلاثة مجموعات، التجريبية الأولى وعدها (34) طالباً وطالبة درست بتوظيف الأناشيد، والمجموعة التجريبية الثانية وعدها (34) طالباً وطالبة ودرست بتوظيف الألعاب التعليمية، والمجموعة الضابطة وعدها (32) طالباً وطالبة درست بالطريقة المعتادة، واستخدمت الباحثة المنهجان الوصفي وشبيه التجريبي في دراستها، ولتحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة بإعداد اختبار المفاهيم العلمية واختبار عمليات العلم، والذي طبق على المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة قبلها وبعديها لتحديد التكافؤ لهما، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الطلبة في اختبار المفاهيم وعمليات العلم لدى الطلبة في المجموعة التجريبية الثانية التي درست بالألعاب التعليمية في التطبيق القبلي والبعدي لصالح البعد.

وفي ظل انتشار جائحة كورونا التي غزت العالم بأكمله وأثرت في الكثير من القطاعات ، وأهمها الحياة النفسية والاجتماعية والثقافية في المجتمع الأردني ، والتي فرضت معها تدابير التباعد الاجتماعي ، حيث يشير التباعد الاجتماعي إلى الحد من الاتصال الوثيق بين الأفراد في المجتمع، حتى لو لم يكونوا مرضى أو معرضين للخطر، وهذه ممارسة طوعية للمساعدة في وقف انتشار كوفيد 19 (COVID-19) ، والتي ضربت البناء المجتمعي في الصميم للحد من الوباء ، حيث اخترت فجأة جميع أشكال التجمعات البشرية خارج إطار الأسرة وتلاشى المجتمع لصالح الانكفاء على الذات ، وزادت الريبة من كافة أشكال التقارب ، خالط ذلك شعور بالخطر والخوف من انتقال العدوى والمرض ، كل ذلك في مجتمعات لطالما قامت على نمط ثقافي يعزز الثقة والتقارب ، وقد ظهرت أشكال جديدة من محاولات التكيف كالإطلالات الصادحة بالغنا أو التكبيرات من شرفات المنازل ، وغير ذلك الكثير مما حفلت به مواقع التواصل الاجتماعي. (ملكاوي وأخرون ، 2020)

وبحسب تقرير مركز الدراسات الإستراتيجية حول الآثار الاقتصادية والنفسية والاجتماعية لأزمة كورونا على الأردن ومن ضمن استطلاعات الشارع الأردني فقد كان من أبرز النتائج أن الغالبية العظمى (64%) من المواطنين أن فرض حظر التجول وتعطيل كافة المؤسسات الحكومية والخاصة سيؤدي إلى مشاحنات وخلافات في الأسرة ، وأن نسبة (42%) تأثروا نفسياً وعانوا من الضيق والإحباط من جائحة كورونا ، كما أظهر الاستطلاع أن ثلث الأردنيين (34%) أن فيروس كورونا أثر في نمط تعاملاتهم

الاجتماعية من حيث المصادفة والتواصل المباشر مع الآخرين، فيما أفاد ثلثي المستجيبين بأنه لم يؤثر في نمط تعاملاتهم الاجتماعية. (مركز الدراسات الإستراتيجية ، 2020)

الطريقة والإجراءات

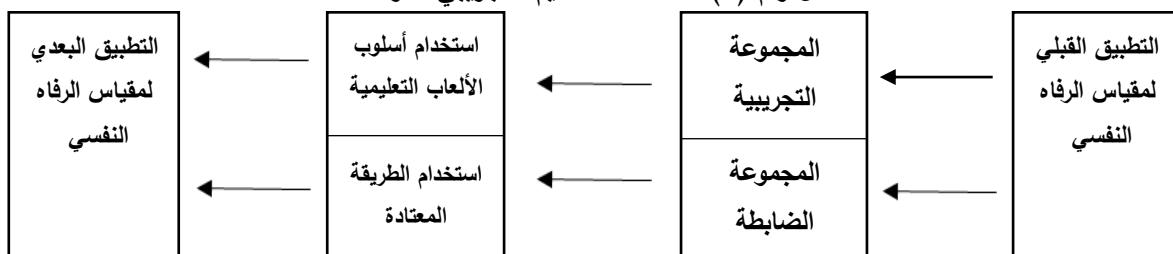
منهج الدراسة

اتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي وهو المنهج الذي يتم فيه التحكم في المتغيرات المؤثرة في ظاهرة ما باستثناء متغير واحد تقوم الباحثة بتطييعه وتغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره على الظاهرة موضوع الدراسة وهو منهج قائم على تصميم مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، حيث أخصضعت الباحثة المتغير المستقل في هذه الدراسة وهو أسلوب الألعاب التعليمية للتجربة لقياس مدى تأثيره على المتغير التابع وهو مستوى الرفاه النفسي للصف الثاني الأساسي، كون المنهج التجريبي هو الأكثر ملائمة لموضوع الدراسة الحالية، بحيث تدرس المجموعة التجريبية بأسلوب الألعاب، بينما تدرس المجموعة الضابطة بالطريقة المعتادة.

التصميم التجريبي للدراسة

قامت الباحثة باستخدام التصميم التجريبي (قبلى وبعدي) لقياس مستوى الرفاه النفسي لمجموعتين متكافتين، والشكل التالي يوضح مخطط تصميم الدراسة:

شكل رقم (1): مخطط التصميم التجريبي للدراسة



وعليه يكون مخطط تصميم الدراسة بالرموز كما يأتي:

$$\begin{array}{ll} \times \text{ EG: } & O_1 \quad O_2 \\ \text{CG: } & O_1 - \quad O_2 \end{array}$$

حيث يشير (EG) للمجموعة التجريبية، (CG) للمجموعة الضابطة، و (O₁) للتطبيق القبلي، و (O₂) للتطبيق البعدي للمقياس على المجموعتين، و (×) للمعالجة التجريبية (الألعاب التعليمية).

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب الصف الثاني الأساسي في مدرسة ميمونة بنت الحارث الأساسية المختلطة التابعة لمديرية تربية وتعليم لواء عين البasha - وزارة التربية والتعليم في المملكة الأردنية الهاشمية للعام 2023/2022م والذي تتراوح أعمارهم من (7-8) أعوام، وطالعهم (126) طالباً وطالبة موزعين على ثلاثة فصول دراسية.

عينة الدراسة:

ت تكونت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة من طلاب الصف الثاني الأساسي بمدرسة ميمونة بنت الحارث الأساسية المختلطة للعام الدراسي 2022/2023م حيث تم اختيار المدرسة بصورة قصدية لتسهيل إجراءات الدراسة، كون الباحثة تعمل فيها، ويوجد بالمدرسة ثلاثة فصول لصف الثاني الأساسي، وطبقت الدراسة على فصل فقط، تم توزيعها على مجموعتين المجموعة التجريبية،

وبلغ عدد أفرادها (20) طالباً، وتدرس بأسلوب الألعاب التعليمية، والمجموعة الضابطة وبلغ عدد أفرادها (20) طالباً، وتدرس بالطريقة المعتادة.

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بتحديد وإعداد مقياس الرفاه النفسي بالرجوع للأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة كالدراسة (الزالط، 2022)، بهدف قياس أثر الألعاب التعليمية على رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي، إذ تكون المقياس من (42) فقرة.

مقياس الرفاه النفسي

تم استخدام مقياس الرفاه النفسي الذي قام الباحث بتطويره بعد الاطلاع على مقياس الرفاه النفسي لرايف (Ryff, 1995)، حيث يحتوي المقياس على فقرات موجبة وسالبة ل 6 أبعاد، (7) فقرات لكل بُعد، وهذه الأبعاد هي: الاستقلال الذاتي (Personal autonomy)، الإنقان البيئي (Environmental mastery)، الشعور بالنمو الشخصي (Purpose in life)، العلاقات الإيجابية (Positive Relations)، الهدف في الحياة (Growth)، القبول الذاتي (Self-acceptance).

وقد تمنع المقياس بصورةه الأصلية بمؤشرات صدق وثبات جيدة، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الستة (0.32 - 0.76)، وتراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي للأبعاد الستة بين (0.86 - 0.93).

صدق وثبات المقياس بصورةه الحالية:

الصدق الظاهري:

تم التتحقق من الصدق الظاهري للمقياس؛ من خلال عرضه على مجموعة ممكّمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس التربوي، والإرشاد النفسي، في الجامعات الأردنية، والبالغ عددهم (7) ممكّمين، وبعد الأخذ بملحوظات الممكّمين أصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (42) فقرة موزعة على ستة أبعاد: الاستقلال الذاتي وتقسيمه الفقرات (1-7)، الإنقان البيئي وتقسيمه الفقرات (8-14)، الشعور بالنمو الشخصي وتقسيمه الفقرات (15-21)، العلاقات الإيجابية وتقسيمه الفقرات من (22-28) الهدف في الحياة وتقسيمه الفقرات (29-35)، القبول الذاتي وتقسيمه الفقرات من (36-42).

صدق البناء:

تم التتحقق من مؤشرات صدق البناء، من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة المستهدفة، وحساب قيم معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين الفقرة والبعد والدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد الاستقلال الذاتي بين (0.576 - 0.842) مع بُعدها، وبين (0.450 - 0.630) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد الإنقان البيئي بين (0.495 - 0.591) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد الشعور بالنمو وبين (0.513 - 0.769) مع بُعدها، وبين (0.401 - 0.688) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد العلاقات الإيجابية بين (0.354 - 0.487) مع بُعدها، وبين (0.354 - 0.592) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد الهدف في الحياة بين (0.516 - 0.750) مع بُعدها، وبين (0.419 - 0.578) مع الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد القبول الذاتي بين (0.419 - 0.578).

(0.798) مع بعدها، وبين (0.423 - 0.568) مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

كما تراوحت قيم معاملات الارتباط البينية بين أبعاد مقياس الرفاه النفسي بين (0.373 - 0.666)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والمقياس ككل بين (0.674 - 0.844)، وجميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهذا يعد مؤشراً على صدق البناء للمقياس، كما يتضح في الجدول (1).

الجدول رقم (1): قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس الرفاه النفسي من جهة وبين الدرجة الكلية للمقياس والمجالات التي تتبع له من جهة أخرى

الرقم	المجال	مضامون فقرات الرفاه النفسي	الارتباط مع:
	الكل	المجال	
1	الاستقلال الذاتي	لا أخاف من التعبير عن آرائي، حتى لو كانت تتعارض مع آراء الآخرين.	.630(**)
2		قراراتي لا تتأثر عادةً بما يفعله الآخرون	.594(**)
3		أشعر بالقلق نحو اعتقادات الآخرين عني	.469(**)
4		أتأثر بالأشخاص ذوي الآراء القوية	.477(**)
5		أشق في آرائي، حتى لو كانت تتعارض مع الآخرين	.531(**)
6		يصعب علي التعبير عن وجهة نظرى الخاصة حول المسائل المثيرة للجدل	.450(**)
7		أحكم على ذاتي من خلال ما أعتقد أنه مهم، وليس من خلال ما يعتقد الآخرون أنه مهم	.454(**)
8	الإنقان البيئي	أنا مسؤول عن الوضع الذي أعيش فيه	.367(**)
9		متطلبات الحياة اليومية تجعلني استسلم	.532(**)
10		لا أتكيف بشكل مناسب مع الناس من حولي	.591(**)
11		أتحمل معظم مسؤوليات حياتي اليومية بكفاءة	.547(**)
12		أشعر بالإرهاق من تحمل مسؤولياتي	.350(**)
13		أجد صعوبة في ترتيب حياتي بطريقة مرضية	.486(**)
14		يمكنني خلق أسلوب حياة يناسبني	.559(**)
15	الشعور بالنمو الشخصي	لا اهتم بالأنشطة التي تزيد من خبراتي	.486(**)
16		لدي حبرات جديدة تتحدى طريقة تفكيري	.470(**)
17		عندما أراجع نفسي أرى أنني لم أتحسن كثيراً على مر السنين	.577(**)
18		أشعر بتطوري الملحوظ مع مرور الوقت	.688(**)
19		لا استمع بمواجهة مواقف جديدة تتطلب مني تغيير طريقة تفكيري ومهارات القديمة	.563(**)
20		أرى أن الحياة عملية مستمرة للتعلم والتغيير	.401(**)
21		تخليت عن محاولة إجراء تغييرات كبيرة في حياتي منذ فترة طويلة	.415(**)
22	العلاقات الإيجابية	معظم الناس يكرن لي المحبة والاحترام	.452(**)
23		أرى صعوبة المحافظة على علاقات وثيقة مع الآخرين	.530(**)
24		معظم الوقت أشعر بالوحدة لأن لدى عدد قليل من الأصدقاء المقربين الذين	.354(**)

		يشاركوني مخاوفهم	
.419(**)	.521(**)	أستمتع بالمحادثات مع أفراد العائلة والأصدقاء	25
.427(**)	.620(**)	يصفني الناس بأنني شخص كريم، على استعداد لقضاء بعض الوقت معهم	26
.558(**)	.704(**)	أنفق معظم علاقاتي الدافئة مع الآخرين	27
.592(**)	.761(**)	لدي ثقة متبادلة مع أصدقائي	28
.419(**)	.614(**)	أعيش الحياة يوماً بعد يوم ولا أفكر فعلياً في المستقبل	29
.432(**)	.637(**)	لدي شعور أن الإنسان خلق من أجل تحقيق هدف الحياة	30
.578(**)	.750(**)	تبعد أنشطتي اليومية تافهة وغير مهمة	31
.540(**)	.611(**)	لا يراودني شعور جيد حيال ما أنا بصدده إنجازه في الحياة	32
.507(**)	.693(**)	أستمتع بوضع خططي المستقبلية والعمل على تحقيقها في الواقع	33
.463(**)	.516(**)	لست من الناس الذين يسيرون في الحياة بلا هدف	34
.473(**)	.630(**)	أشعر كما لو أنني فعلت كل ما يلزم في الحياة	35
.474(**)	.548(**)	ارتكبت بعض الأخطاء في الماضي، ولكنني أشعر أن كل الأمور سارت على أفضل صورة	36
.527(**)	.584(**)	أشعر بالثقة والإيجابية عن نفسي	37
.548(**)	.727(**)	أشعر بأن العديد من الأشخاص الذين أعرفهم قد استفادوا من الحياة أكثر مني	38
.423(**)	.589(**)	أنتي راضٍ عن معظم جوانب شخصيتي	39
.481(**)	.798(**)	غالباً ما أشعر بخيبة أمل إزاء إنجازاتي في الحياة	40
.568(**)	.787(**)	تقييمي لذاتي قد لا يكون إيجابياً	41
.494(**)	.629(**)	عندما أقارن نفسي بالأصدقاء والمعارف، أشعر أنتي راضٍ عن نفسي	42

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05). ** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

ثبات مقياس الرفاه النفسي

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الرفاه النفسي وأبعاده تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، والبالغ عددها (20) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، حيث بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (0.814)، وتراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده ما بين (0.678 - 0.791)، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)، وذلك بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، حيث بلغت قيمة ثبات الإعادة للمقياس ككل (0.846)، وتراوحت قيم ثبات الإعادة لأبعاده ما بين (0.724 - 0.806)، وكما هو مبين في الجدول (2).

الجدول رقم (2): قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس الرفاه النفسي ومجالاته

المقياس ومجالاته	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الاستقلال الذاتي	600.8	0.791	7
الإنقلان البيئي	0.737	0.678	7
الشعور بالنمو الشخصي	0.724	0.684	7

7	0.710	0.763	العلاقات الإيجابية
7	0.736	0.785	الهدف في الحياة
7	0.754	0.798	القبول الذاتي
42	8140.	640.8	المقياس (ككل)

تصحيح مقياس الرفاه النفسي

تكون مقياس الرفاه النفسي بصورته النهائية من (42) فقرة موزعة على ستة أبعاد يُستجاب عليها وفق تدريج سداسي يشتمل البذائل التالية: (أوافق بدرجة قوية، وتعطى عند تصحيح المقياس 6 درجات، أوافق بدرجة متوسطة وتعطى 5 درجات، أوافق بدرجة قليلة وتعطى 4 درجات، أرفض بدرجة قليلة وتعطى 3 درجات، أرفض بدرجة متوسطة وتعطى درجتين، أرفض بدرجة قوية وتعطى درجة واحدة)، وهذه الدرجات تطبق على جميع الفرات ذات الاتجاه الموجب، في حين يعكس التدريج في الفرات ذات الاتجاه السالب وهي: (3-4-6-10-12-13-15-17-19-21-23-24-27-29-31-32-35-38-40-41)، وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تم حساب المدى بطرح الحد الأعلى من الحد الأدنى ($6 - 1 = 5$)، ثم تقسيمه على (3) ($5 \div 3 = 1.67$)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في الاستبانة (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وبذلك أصبحت فئات مستويات الإيجابية وفقاً للمتوسط الحسابي: منخفض (أقل من 2.67)، متوسط بين (2.67 - 4.34)، مرتفع (أكبر من 4.34).

الألعاب التعليمية

التعريف بالألعاب التعليمية: هي نشاط تعليمي منظم يعتمد على نشاط المتعلم وفاعليته ويشير الدافعية نحو التعلم القائم على التفاعل فيما بين الطالب بهدف الوصول إلى أهداف تعليمية محددة ويتم هذا النشاط تحت إشراف المعلم لإكساب التلميذ المعلومات والمهارات والاتجاهات والمفاهيم.

عناصر اللعبة التعليمية: من أهم عناصر اللعبة التعليمية ما يلي:

- أن يكون لها هدف مثل تخمين بعض الكلمات، أو حل المشكلات أو تعليم موضوع معين.
- أن يكون لكل لعبة قواعد تحدد الأحداث والأنشطة التي يسمح بها في اللعبة، والتي لا يسمح بها.
- أن تشمل اللعبة على عنصر المنافسة والتي قد تكون بين اللاعب والحاسوب أو بين اللاعب ونفسه أو بين اللاعب وزملائه.
- أن تتضمن اللعبة قدرًا من التحدي الملائم الذي يستثمر قدرات الفرد في حدود ممكنته.
- أن تثير اللعبة خيال الفرد وهذا ما يتحقق الدافعية والرغبة لدى الفرد في التعلم.
- أن تتتوفر السلامة في اللعبة فلا يواجه اللاعب مخاطر تؤديه.
- أن تتحقق اللعبة عنصر التسلية والمرة ، على أن لا يكون ذلك هو هدف اللعبة.

وقد استخدمت الباحثة ألعاب تعليمية متعددة وعدها (8) ألعاب من إعداد الباحثة، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاص في الجامعات الأردنية لغرض التحقق من سلامتها لغويًا ومدى ملائمتها للمرحلة الأساسية، ولم تجرى عليها أية تعديلًا واعتمدت الباحثة على نسبة اتفاق (80%) بين الممكين وبذلك أصبحت جاهزة بشكلها النهائي. تم تطبيق الألعاب وتهيئة المكان للتنفيذ والتطبيق النهائي للمقياس، وفق الخطوات الآتية:

- تحديد النتائج التعليمية: تم تحديد النتائج التعليمية المراد تحقيقها من تطبيق الألعاب التعليمية، وهي كالتالي:
 - أ- أهداف جسمية: تدريب العضلات، تدريب الحواس، الصحة الجسمية، التأثير العصبي العضلي.
 - ب- أهداف معرفية: تنمية العمليات العقلية، الاستكشاف، الابتكار، تنمية التفكير.
 - ت- أ- هدف اجتماعية: التواصل مع الآخرين، تعلم قوانين المجتمع وأنظمته، توفير مواقف للمتعلم.
 - ث- أهداف وجدانية: الدافعية، التعبير عن النفس، تلبية الاحتياجات العاطفية، تكوين الشخصية.
 - ج- أهداف مهارية: السرعة والدقة، ربط المحسوس بالمجرد، حل المشكلات.
- تحديد الألعاب المراد تطبيقها في الدراسة وعدها (8) ألعاب وهي (الألعاب الحركية، الألعاب التمثيلية، ألعاب الغناء والرقص، ألعاب الحظ، قراءة القصص، ألعاب الطبخ والتنظيف، ألعاب الرمل والماء، الألعاب التعاونية)، وذلك بما يتاسب مع قدرات الطلاب ومرحلتهم العمرية ومستويات نموهم العقلي والبدني والاجتماعي.
- تم تهيئة المكان الخاص باللعب للطلبة وتم تطبيق تجربة الألعاب الخاصة بالبحث وعدها (8) ألعاب على طلاب المجموعة التجريبية فقط واستمرت التجربة شهر ونصف بواقع (6) أسابيع وحصتين في الأسبوع في يومي الأحد والخميس وقد بدأت من تاريخ 2022/11/15 - 2022/12/15 م.
- أجرت الباحثة في نهاية التجربة التطبيق النهائي للمقاييس للمجموعتين التجريبية والضابطة في (2022 /12/20) وتم معالجة النتائج باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة.

تكافؤ مجموعتي الدراسة على المقاييس القبلي

للحصول على تكافؤ أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) على التطبيق القبلي للمقاييس، تم إستخراج المُتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لاستجابات أفراد الدراسة. ولبيان دلالة الفروق بين المُتوسطات الحسابية على الاختبار القبلي تم استخدام اختبار (t) للعينات المستقلة والمعرف بـ (Independent Samples Test) وفقاً لمتغير (المجموعة) والجدول (3) يوضح ذلك:

الجدول (3): المُتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية واختبار "t" لدلاله الفروق بين درجات الطلبة على التطبيق القبلي
للمقاييس تبعاً للمجموعة

المهارات	المجموعة	العدد	المُتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة اختبار "t"	درجات الحرية	مستوى الدلالة
المقياس ككل	التجريبية	20	7.80	5.37	0.332	48	0.742
	الضابطة	20	8.36	6.50			

يُبيّن من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين المُتوسطات الحسابية لاستجابات الطلبة على التطبيق القبلي للمقاييس ككل تُعزى لاختلاف المجموعة، إذ بلغت القيمة الإحصائية لاختبار (t) على الأختبار (0.332) بمستوى الدلالة (0.742)، وتعتبر هذه القيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). مما يدل على تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الأداء القبلي للمقاييس.

إجراءات تنفيذ الدراسة:

تم تنفيذ الدراسة من خلال سلسلة من الخطوات وكانت على النحو الآتي:

1. الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة.
2. تم إعداد الألعاب التعليمية التي ستستخدم في إجراء الدراسة.

3. تم إعداد مقياس الرفاه النفسي، وذلك بعد الرجوع للدراسات السابقة والادب النظري.
 4. تم عرض أداة الدراسة بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين لإبداء رأيهم في مدى موافقة فقرات الاختبار المعد لهذا الغرض، ومدى ملاءمة الفقرات لموضوع الدراسة، والصياغة اللغوية وسلامتها.
 5. التحقق من صدق وثبات المقياس من خلال تطبيقه على مجموعة استطلاعية.
 6. تم تحديد أفراد الدراسة الذين تم اختيارهم من مدرسة ميمونة بنت الحارث بالطريقة القصدية، وتحديد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) عشوائياً.
 7. إجراء التطبيق القبلي للمقياس على أفراد الدراسة في المجموعتين.
 8. تطبيق الألعاب التعليمية على أفراد المجموعة التجريبية خلال فترة زمنية مقدارها ست أسابيع. وكذلك تدريب أفراد المجموعة الضابطة وفقاً للطريقة التقليدية.
 9. بعد الانتهاء من تطبيق الدراسة تم إجراء التطبيق البعدى للمقياس، ومن ثم رصد البيانات الخاصة به، وتخزينها بالحاسوب الآلى.
 10. تمت المعالجات الإحصائية الوصفية والتحليلية للبيانات المتعلقة بنتائج التطبيقين القبلي والبعدى، والحصول على النتائج وعرضها حسب أسئلة الدراسة.
 11. مناقشة النتائج ووضع عدد من التوصيات ذات العلاقة.
- المعالجة الإحصائية:**
- للتأكد من ثبات الاختبار تم استخدام طريقة ثبات إعادة الاختبار (Test-Retest) من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين على العينة الاستطلاعية.
 - للتحقق من تكافؤ أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) على التطبيق القبلي للمقياس تم استخدام اختبار اختبار (t) للعينات المستقلة (Independent Samples Test).
 - تم استخراج قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية المعدلة والأخطاء المعيارية للتطبيقين القبلي والبعدى على المقياس، وتم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب (ANCOVA) لأداء أفراد الدراسة على المقياس، بالإضافة إلى حجم الأثر (مربع ايتا الجزئي)، للكشف عن أثر استخدام الألعاب التعليمية في رفع مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا.

نتائج الدراسة ومناقشتها

يُقدم هذا الجزء عرضاً للنتائج الخاصة بـ إستجابات أفراد الدراسة على الأداة الدراسة المستخدمة، بعد تطبيق الإجراءات وعملية جمع البيانات المتعلقة بـ متغيرات الدراسة ومعالجتها وتحليلها، وجاءت نتائج على النحو الآتي:

النتائج المتعلقة بـ سؤال الدراسة الأول: ما مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا؟

لـ الإجابة على هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ إجابات عينة الدراسة من طلبة الصف الثاني الأساسي حول مستوى الرفاه النفسي، وجاءت النتائج كما في الجدول:

جدول (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ إجابات عينة الدراسة حول مستوى الرفاه النفسي مرتبة تنازلياً

م	الرتبة	أبعاد الرفاه النفسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
6	1	القبول الذاتي	3.84	0.76	مرتفع

مرتفع	0.79	3.74	التمكن من البيئة	2	2
مرتفع	0.67	3.69	الشعور بالنمو الشخصي	3	3
مرتفع	0.79	3.67	الاستقلال الذاتي	4	1
مرتفع	0.66	3.61	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	5	4
مرتفع	0.70	3.39	الهدف من الحياة	6	5
مرتفع	0.64	3.63	المقياس ككل		

يتضح من الجدول رقم (4) أن المتوسط العام لمستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بلغ (3.63) وهذا يعني أن مستوى الرفاه النفسي لديهم مرتفع، وبتحليل أبعاد مستوى الرفاه النفسي يتضح أن بعد القبول الذاتي احتل المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.84)، يليه بعد التمكن من البيئة بمتوسط حسابي بلغ (3.74) بينما بعد الهدف من الحياة جاء في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي قدره (3.39).

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نموذج كارول ريف بأن غالبية أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى جيد من قبول الذات بينما ظهر الهدف من الحياة في المرتبة الأخيرة، وبأن الهدف من الحياة يرتبط بقدرة الأفراد على النمو والتطور، وأن أفراد عينة الدراسة بحاجة إلى وضوح الرؤية في تحديد الهدف من الحياة، وقد يكون سبب إصابتهم بجائحة كورونا أدى إلى عرقلة وضع الهدف من الحياة والعمل على تحقيقه، وذلك بسبب عدم معرفة مآل المرض.

ويمكن تفسير نتائج بعد الاستقلال الذاتي في ضوء نظرية البورت إلى أن درجة الاستقلالية لدى أفراد عينة الدراسة كانت في المستوى الجيد، كما تشير النتيجة إلى أن أفراد العينة لديهم القدرة على التفرد ووجود العديد من السمات التي تتميز بشيء من الثبات والخصوصية. (خروب، 2016)

كما ويمكن تفسير نتائج بعد التمكن من البيئة بأن أفراد عينة الدراسة لديهم القدرة على إدارة جوانب حياتهم بأسلوب يعكس وعيهم بمتطلبات البيئة، كما تشير النتيجة بأن أفراد العينة لديهم تفاعل مستمر مع البيئة، والعمل على تحقيق الاتزان مع مطالب البيئة ليقوموا بإشباع حاجاتهم التي تمثل الجوانب الإيجابية للطاقة الإيجابية.

ويمكن تفسير نتائج بعد نمو الشخصية بأن هناك تذبذباً لدى أفراد عينة الدراسة حول القدرة على النمو والتطور والجانب الارتقائي الإيجابي في الحياة عامة، كما تشير هذه النتيجة أن أدوار كل مرحلة من مراحل النمو قد لا يفي أفراد العينة بمتطلباتها، مما يعيق نمو الفرد في جميع الجوانب ومنها الجانب الصحي وال النفسي، ويكون عرضة للإصابة بالمرض المزمن. (Ryff & Singer, 2008)

ويمكن تفسير نتائج بعد العلاقات الإيجابية مع الآخرين في ضوء ذكره آيزنك حول الانبساطية والعصبية، فالشخص المنبسط لدى آيزنك هو من يميل إلى تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين ويشعر بالراحة مع الآخرين ويكون اجتماعي بطبيعة، أما الشخص العصبي فهو العكس من ذلك، وهذا قد يفسر بأن أفراد عينة الدراسة كانوا مزيجاً ما بين الانبساطية والعصبية، وأن هناك تذبذباً في القدرة على تكوين علاقات مرضية مع الآخرين.

يمكن تفسير ذلك من خلال نظرية الدعم الاجتماعي، التي تشير إلى أن الروابط الاجتماعية توفر الدعم العاطفي والمعلوماتي والعملي الذي يمكن أن يحد من الآثار السلبية للتوتر ويعزز المشاعر الإيجابية. قد يتمتع الطلاب الذين يشعرون بدعم الآخرين بمستويات أعلى من احترام الذات والتفاؤل والمرونة، وهي مكونات رئيسية للرفاهية النفسية.

ويمكن تفسير نتيجة بعد الهدف من الحياة في ضوء ما ذكره ماسلو، بأن أفراد عينة الدراسة ظهر لديهم التفاوت في القدرة على وضع هدف معين واستخدام كل قدراتهم ومواهبهم وتميّتها إلى أقصى قدر ممكّن للوصول إلى تحقيق الهدف، وقد تكون إصابة أفراد عينة الدراسة بالمرض المزمن عائقاً يقف خلف عدم وضوح الرؤية في وضع الهدف من الحياة. ويمكن تفسير نتيجة بعد القبول الذاتي في ضوء ما ذكره روجرز بأن أفراد عينة الدراسة لديهم القدرة على التصرف بشكل منكامل وجيد ولديهم مشاعر وأفكار والتي هي لب قيمة حياتهم التي يمارسونها من الداخل. (Ryff, 1999)

ويمكن تفسير المستوى المرتفع من الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا في مدرسة ميمونة بنت الحارث الأساسية المختلطة التابعة لمديرية تربية وتعليم لواء عين الباشا بأن المدرسة وعلميها قد قدمت دعماً اجتماعياً مكثفاً للطلبة بعد جائحة كورونا، كما يعود إلى أن المدرسة اتبعت استراتيجيات لتنظيم الدروس والتعلم عن بعد ساعدت الطلبة على التكيف مع نظام التعليم الجديد وبالتالي ساعدت على الحفاظ على مستويات الرفاه النفسي لدى الطلبة، كما يعود ذلك أيضاً إلى مستويات الدعم العاطفي النفسي التي قدمتها المدرسة من ناحية أولياء الأمور من ناحية أخرى والتي أثرت وبشكل كبير على مستويات الرفاه النفسي لدى الطلبة.

في الختام، فإن الرفاهية النفسية للطلاب هي بناء متعدد الأوجه يمكن أن يتأثر بمجموعة من العوامل، بما في ذلك الدعم الاجتماعي والأداء الأكاديمي والصحة البدنية والسمات الشخصية. يمكن أن يساعد فهم هذه العوامل وكيفية تفاعلها بين المعلمين والمستشارين وأولياء الأمور على دعم رفاهية الطلاب وتعزيز تميّتهم.

النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية، ودرجات طلاب المجموعة الضابطة على مستوى الرفاه النفسي لدى طلبة الصف الثاني الأساسي بعد جائحة كورونا تعزى لطريقة التدريس (الألعاب التعليمية، الطريقة التقليدية)؟.

للاجابة عن السؤال، تم إستخراج المُتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والمُتوسطات المُعدلة والأخطاء المعيارية لدرجات الطلبة في كلا المجموعتين التجريبية والضابطة وللتبيّقين القبلي والبعدي على مقياس الرفاه النفسي، والجدول (5) يُبيّن ذلك: جدول (5): المُتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والمُتوسطات المُعدلة والأخطاء المعيارية لدرجات أفراد المجموعتين في

التطبيقات القبلي والبعدي على المقياس

الأخطاء المعيارية	المُتوسطات الحسابية المُعدلة	البعدي				القلبي	العدد	المجموعة	المتغير التابع
		الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي				
0.883	16.40	2.66	16.40	5.37	7.80	20	التجريبية	الدرجة الكلية للمقياس	الدرجات الكلية
0.883	8.76	5.56	8.76	6.50	8.36	20	الضابطة		

يُبيّن من الجدول (5) بوجود فروق ظاهرية بين قيم المُتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) في التطبيقات القبلي والبعدي على الدرجة الكلية للمقياس، ولبيان مدى دلالة الفروق إحصائياً بين المُتوسطات الحسابية، تم استخدام اختبار تحليل التباين المصاحب الأحادي والممعروف بـ (One Way ANCOVA) لأداء أفراد الدراسة على المقياس تبعاً لاختلاف طريقة التدريس (الألعاب التعليمية، التقليدية)، والجدول (6) يُبيّن نتائج ذلك:

جدول (6): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي المصاحب (ANCOVA) للفرق بين مُتوسطي أداء المجموعتين التجريبية والضابطة على الدرجة الكلية للمقياس وفقاً لاختلاف طريقة التدريس

حجم الأثر (مربع ايتا الجزئي)	مستوى الدلالة	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربيعات	مصدر التباين	المتغير التابع

.453	.000	39.001	424.724	1	424.724	التطبيق القبلي	التطبيق البعدى للأختبار ككل
.604	.000	71.818	782.110	1	782.110	طريقة التدريس	
			10.890	47	511.836	الخطا	
				50	9579.000	الكلي	
				49	1666.180	الكلي المعدل	

يُشير الجدول (6) إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين قيم المُتوسطات الحسابية لدرجات طلبة الصف الثاني الأساسي في التطبيق البعدى لمقياس الرفاه النفسي ككل تُعزى لطريقة التدريس، إذ بلغت القيمة الأحصائية لأختبار (f) على الدرجة الكلية للأختبار (71.818) وبمستوى دلالة (0.000)، وتُعد هذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$). كما يُبين الجدول أيضاً بأن قيمة مرع إيتا (0.604) وهو حجم الأثر لطريقة التدريس بإستخدام الألعاب التعليمية، أي أن (60.4%) من التباين المفسر في مستوى الرفاه النفسي لدى الطلبة يُعزى لطريقة الألعاب التعليمية، والباقي (غير مفسر) يُعزى إلى متغيرات أخرى.

ومن خلال المُتوسطات الحسابية المُعدلة المُشار لها في الجدول (5) فقد بلغ قيمة المُتوسط الحسابي المُعدل لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على المقياس (16.40) بمقابل بلغ قيمة المُتوسط الحسابي المُعدل لأفراد المجموعة الضابطة (8.76)، أي أن أفراد المجموعة التجريبية التي تم تدريسهم باستخدام الألعاب التعليمية كانت أفضل من درجات أفراد المجموعة الضابطة التي تم تدريسهم بالطريقة التقليدية.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن استخدام أسلوب الألعاب التعليمية لتي تم استخدامها في هذه الدراسة له آثار إيجابية وفاعلية على طلاب المجموعة التجريبية للعديد من الأسباب أبرزها الدور النشط للطلاب أثناء التعلم وتطبيق أسلوب الألعاب التعليمية التي تعمل على توفير المرح والمتعة إلى الموقف التعليمي مما أدى إلى زيادة دافعية الطلاب نحو التعلم من خلال مشاركة جميع الطلاب في الألعاب التعليمية، والاهتمام بإيجابية المتعلم من خلال نقله من حالة الأصفاء والحفظ والتلقين في التعليم إلى حالة المشاركة الفاعلة والحيوية التي تؤدي إلى اكتساب المعرفات والمفاهيم وعدم نسيانها، والتنافس الإيجابي لدى الطلاب من خلال الحصول على الفوز، وتعزيز ثقة الطالب بنفسه من خلال تفاعله أثناء ممارسة اللعبة، مما يعمل على كسر حاجز الخوف واندماج الطالب في الأنشطة، والألعاب المقدمة وحدوث تحسم ملحوظ في الأداء، وهذا ما زاد من الرفاه النفسي لدى الطلبة وخصوصاً بهد الظروف التي مر بها الطلبة بعد جائحة كورونا وإجراءات الغلق وحرمانهم من اللعب مع أقرانهم خوفاً من الإصابة بالمرض، كما يعزى ذلك إلى أن الألعاب التعليمية أن تساعد الطلاب على تطوير مجموعة من المهارات، مثل حل المشكلات والتفكير الناقد والإبداع والقدرة على التكيف، والتي تعتبر مهمة للنجاح في المدرسة والحياة، من خلال توفير بيئة آمنة ومنخفضة المخاطر لممارسة وتعلم هذه المهارات، يمكن للطلاب بناء الثقة والمرءة، مما يمكن أن يساهم في رفاهيتهم العامة. بالإضافة إلى ذلك، الإحساس بالتقدير والإنجاز المرتبط بناء المهارات يمكن أن يعزز الشعور بالهدف والدافع، مما يمكن أن يعزز رفاهية الطلاب، يمكن أن توفر الألعاب التعليمية أيضاً منصة للتعبير عن الذات والإبداع، وهم أمران مهمان لتطوير هوية الطلاب واحترامهم لذاتهم. من خلال السماح للطلاب بتصنيع تجاربهم في اللعبة، والتعبير عن تفضيلاتهم واهتماماتهم، وتجربة استراتيجيات ونهج مختلفة، يمكن للألعاب تعزيز الشعور بالاستقلالية وتغيير المصير، مما يمكن أن يعزز رفاهيتهم، يمكن تحسين ارتفاع مستوى الرفاه النفسي للطلبة بعد تطبيق استراتيجية الألعاب التعليمية بسبب التفاعل الاجتماعي الإيجابي، والمتعة والتشويق، والتحفيز، والتعلم النشط والمشاركة الفعالة، وتحسين المهارات الاجتماعية والعاطفية، التي

نتيجها الألعاب التعليمية كأداة تعليمية مبتكرة وممتعة، تتفق هذه النتيجة مع دراسة (أبو كلوب، 2014)، ودراسة الزالط (2022) والتي أشارت إلى أن الألعاب كان لها الأثر الكبير على الصحة النفسية والتوازن النفسي والاجتماعي للطفل.

النوصيات

في ضوء النتائج المتحصلة من الدراسة توصي الباحثة بالآتي:

- استخدام وتوظيف أسلوب الألعاب التعليمية في التدريس خصوصاً في المرحلة الأساسية لما لها من أثر إيجابي في العملية التعليمية ورفع من مستوى الرفاه النفسي للطلبة.
- عقد ورش عمل لتدريب المعلمين على استخدام أسلوب الألعاب التعليمية، وآلية استخدامها داخل الغرف الصفية.
- إجراء دراسات وبحوث إضافية بحيث يكون هدفها تطوير وابتكار ألعاب تعليمية في جميع المباحث لكافة المراحل التعليمية، مما تساهم في تحقيق الأهداف المرجوة.
- إجراء دراسات على البيئة المحلية والعربية تبحث في دور العوامل المؤثرة في الرفاه النفسي، ومحاولة الارتقاء بشعور الرفاهية النفسية لدى الطلبة.
- عمل برامج تربوية وإرشادية لتعزيز الرفاه النفسي لدى الطلبة.
- تنسيق استخدام الألعاب التعليمية مع المناهج الدراسية الرسمية، وضمان أن تكون الألعاب جزءاً مكملاً للمنهاج.
- توفير بيئة تعليمية مناسبة لاستخدام الألعاب التعليمية، بما في ذلك توفير الفضاء اللازم والموارد المادية والتقنية الازمة لاستخدام الألعاب بشكل فعال.
- تشجيع أولياء الأمور على دعم استخدام الألعاب التعليمية في المنزل أيضاً، وتعزيز التواصل المستدام بين المدرسة وأولياء الأمور لمتابعة تأثير استخدام الألعاب على رفاهية الطلبة.

المراجع

المراجع العربية

- أبو جربوع، أمل. (2018). أثر توظيف استراتيجية الألعاب التعليمية الإلكترونية في تنمية مهارات التفكير الرياضي لدى طلابات الصف الرابع الأساسي بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- الحيلة، محمد. (2010). الألعاب التربوية وتقنيات انتاجها سينكروجينياً وتعليمياً وعملياً، ط5، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- خروب، فتون. (2016). الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 14(1)، 23-44.
- خريصات، ابتسام. (2021). أثر جائحة كورونا على الصحة النفسية والاجتماعية للطلاب من وجهة نظر المرشدين التربويين في محافظة الزرقاء، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 29(5)، 216 – 230.
- الزالط، عبد الله. (2022). التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة على الصحة النفسية للطفل، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، 25(6)، 285 – 308.
- شند، سميرة وسلومة حنان وهيبة حسام. (2013). مقياس الرفاهة النفسية للشباب الجامعي، مجلة الارشاد النفسي - مصر، 36(3)، 63-64.
- صوالحة، محمد. (2004). علم نفس اللعب، عمان: دار المسيرة لنشر والتوزيع.
- الغbir، أحمد؛ والنوايسة، أديب. (2010). اللعب وتربية الطفل للمعلمات في الروضة والآباء والأمهات في المنزل، (د. ط)، الشارقة: مكتبة الجامعة.
- كلوب، أمانى عطية. (2014). أثر توظيف الأناشيد والألعاب التعليمية في تنمية المفاهيم وبعض عمليات العلم الأساسية لدى طلبة الصف الثالث في العلوم العامة، (رسالة ماجستير). الجامعة الإسلامية، غزة.

مركز الدراسات الإستراتيجية ، دائرة استطلاعات الرأي العام والمسوح الميدانية.(2020). الأردن والآثار الاقتصادية والاجتماعية والنفسية لأزمة كورونا ، الجامعة الأردنية.

ملكاوي ، أسماء ؛ رشيق ، حسن ؛ الرويحي ، مشاري ؛ التير ، مصطفى ؛ عبد الحسين ، لاهاي ؛ بخوش ، مصطفى و التجانى ، حامد.(2020). أزمة كورونا وانعكاساتها على علم الاجتماع والعلوم السياسية وال العلاقات الدولية ، مركز ابن خلدون للعلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة قطر.

المراجع الأجنبية

- Afework, T. (2013). A Comparative Study of Psychological Well-being between Orphan and Non-orphan Children in Addis Ababa: The Case of Three Selected Schools in Yeka Sub-City. The school of psychology Addis Ababa University.
- Aljjmal, S. (2013). The Psychological Well – Being and it's relationship with academic achievement and the trend towards university study of students at the University of Tabuk, Journal of the Faculty of Education in Zagazig, 28 (78): 1-65.
- Allen, A. P., Doyle, C.,& Roche, R. A. P. (2020). The Impact of Reminiscence on Autobiographical Memory, Cognition and Psychological Well-Being in Healthy Older Adults. Europe's Journal of Psychology, 16(2), 317-330. <https://doi.org/10.5964/ejop.v16i2.2097>
- Botha, B.,& Mostert, K.,& Jacobs, M. (2019) Exploring indicators of subjective well-being for first-year university students, Journal of Psychology in Africa, 29:5, 480-490, DOI: 10.1080/14330237.2019.1665885
- D'Argembeau, A., & Linden, M. (2008). Remembering pride and shame: Self-enhancement and the phenomenology of autobiographical memory, Memory, 16(5), 538-547, DOI: 10.1080/09658210802010463
- Davis, T. (2019). What Is Well-Being? Definition, Types, and Well-Being Skills, Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/click-here-happiness/201901/what-is-well-being-definition-types-and-well-being-skills>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2018). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. Journal of Happiness Studies, 9(1), 1-11.
- Diener, E. (2019). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. American Psychologist, 55(1), 34-43.
- Fuller, T.,& Edwards, J.,& Vorakitphokatorn, S.,& Sermsri, S. (2004). Gender Differences in the Psychological Well-Being of Married Men and Women: An Asian Case,The Sociological Quarterly, 45:2, 355-378, DOI: 10.1111/j.1533-8525.2004.tb00016.x
- Garcia, D. (2014). La Vie en Rose: High Levels of Well-Being and Events Inside and Outside Autobiographical Memory, Happiness Stud, 15: 657-672. DOI 10.1007/s10902-013-9443-x.
- Góngora, V & Solano, A. (2014). Well-being and life satisfaction in Argentinean adolescents, Journal of Youth Studies, 17(9), 1277-1291, DOI: 10.1080/13676261.2014.918251
- Kara, G. E.; Aydos, E. H. &Aydin, Ö.: Changing Preschool Children's Attitudes into Behavior towards Selected Environmental Issues: An Action Research Study, International Journal of Education in Mathematics: Science and Technology, 3(1), 46-63.
- Keyes, C. L. (2017). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. American Psychologist, 62(2), 95-108.
- Kharnub, F. (2016). Psychological well-being and its relationship with emotional intelligence and optimism: field study on a sample of the students of faculty of education in Damascus University, Journal of the Association of Arab Universities for Education and Psychology, 14 (1): 217-242.
- Mahfuz, S. (2018). Psychological well-being of kindergarten teachers. Educational Studies, (44): 1-20.
- Rezaei Dogaheh, E., Jafari, F., Sadeghpour, A., Maddahi, M. E., Mirzaei, S., Hosseinkhanzadeh, A. A., & Mohammadi Arya, A. R. (2013). Psychological Well-Being and Quality of Sleep in Addicts under Methadone MaintenanceTreatment. Practice in Clinical Psychology, 1(2), 71-75.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. Current Direction in Psychological Science, 4 (4), 99–104.
- Ryff, C.,& Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Wellbeing, Journal of Happiness Studies, 9, 13-39.

- Saricaoglu, H., & Arslan, C. (2013). An Investigation into Psychological Well-being Levels of Higher Education Students with Respect to Personality Traits and Self-compassion. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(4): 2097-2104. DOI: 10.12738/estp.2013.4.1740
- Shahidi, M. (2013). Loneliness as predictor of mental health components. A thesis submitted to the Department of Child and Youth Study, in partial fulfillment of the requirement for the degree of Master of Arts (Child and Youth Study), Mount Saint Vincent University.
- Vazquez, C., & Hervas, G., & Rahona, J., & Gomez-Baya, D. (2009). Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology. *Annuary of Clinical and Health Psychology*. 5. 15-28
- Wilson, J., & Strevens, C. (2018). Perceptions of psychological well-being in UK law academics, *The Law Teacher*, 52(3), 335-349, DOI:10.1080/03069400.2018.1468004.