



قوائم المحتويات متاحة على ASJP المنصة الجزائرية للمجلات العلمية
الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية
الصفحة الرئيسية للمجلة: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/552



الرفاهية النفسية لدى الموظفين (دراسة ميدانية على عينة من الموظفين بالقطاعات العام والخاص)

Psychological well-being of employees (a field study on a sample of employees in the public and private sectors)

أمينة تازي^{1*}
¹ جامعة البليدة 02، الجزائر.

Key words:

Well-being
quality of life.

Abstract

The current study touched on both the well-being variable and the quality of life, which aimed to search for the possibility of the existence of the effect of well-being at work on the quality of life of a sample consisting of 72 employees in different public and private sectors, and the study reached after using the appropriate descriptive approach to answer the study question represented in whether There is an impact of well-being at work on the quality of life of employees and the application of the (Miss, et ses collègues) measure of well-being, and the abbreviated quality of life of the World Health Organization, and statistical treatment. It is what gives a greater motivation to pay attention to the welfare variable at work on a more comprehensive sample and allows generalization, and the welfare variable can be considered as a protective factor for employees, which can increase the employee's productivity and promote the profession because of its impact on the quality of his professional life in particular and his public life in general. Improvement and quality.

ملخص

معلومات المقال

تاريخ المقال:

الإرسال: 2022-09-28

القبول: 2022-10-23

الكلمات المفتاحية:

الرفاهية

نوعية الحياة.

تطرقنا الدراسة الحالية إلى كل من متغير الرفاهية في مكان العمل، ونوعية الحياة، والتي هدفت إلى البحث عن إمكانية وجود تأثير الرفاهية في العمل على نوعية حياة عينة تكونت من 72 موظف بقطاعات مختلفة عمومية وخاصة، وتوصلت الدراسة بعد استعمال المنهج الوصفي الملائم للإجابة على تساؤل الدراسة المتمثل في إن كان هناك تأثير للرفاهية في العمل على نوعية حياة الموظفين وتطبيق مقياس كل من الرفاهية (Miss, et ses collègues) ونوعية الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية، والمعالجة الإحصائية، وانتهت الدراسة بوجود تأثير للرفاهية في العمل على نوعية حياة أفراد عينة الدراسة، وهو ما يعطي دافع أكبر للاهتمام بمتغير الرفاهية في العمل على عينة أكثر شمولية وتسمح بالتعميم، كما يمكن اعتبار متغير الرفاهية كعامل حماية للموظفين، والذي يمكن أن يزيد من إنتاجية الموظف و ترقية المهنة لما له من تأثير على نوعية حياته المهنية بالخصوص، وحياته العامة عموما و تحسينها و جودتها.

1. مقدمة

الجيدة للفرد ونوعية الحياة الجيدة في العمل، ومستوى من الراحة والرفاهية الذاتية له في مكان عمله، فبعدمه كانت تقتصر الرفاهية فقط على الجانب المادي، توسعت لتشمل مفهوم وإدراك الفرد ورضاه عن الحياة عامة والعمل خاصة، حيث أشارت دراسات أن التوجه الإيجابي و تقبل المهنة يخلق للفرد رغبة عالية للعمل، ويرفع من مستويات السعادة لديه، فإحساس الفرد بأهميته وتقدير الآخرين له، وحب مهنته سيسعده بالسعادة التي تمثل جزء مهم من الرفاهية (شعبان، 2018، ص04)، ويترتب عنها درجة معينة من الرضا عن الحياة، والتي تشمل رضا الناس عن حياتهم، وتقييمهم لمجالات حياتهم المهمة، مثل العمل، والصحة، والعلاقات، وهو يعد من المكونات المعرفية للرفاهية، (زناد، بورجي، 2019، ص09)، كما أن تحديد الهدف من الحياة، تعد من العوامل التي تحقق الرفاهية، في دراسة للمليكة شعباني على عينة تكونت من 134 عامل توضح وجود تلك العلاقة بين تحديد الموظف هدفه في الحياة وتحقيق الرفاهية، كما توصلت كذلك إلى أن تقبل نوعية الحياة، والرضا عن الحياة، وفهم معناها من المؤشرات التي يجب على الفرد الوعي بها، وأن تحقيق الرفاهية الاجتماعية مرتبط بالرفاهية النفسية والرفاهية الجسدية (شعبان، 2018)، ما يجعل مفهوم الرفاهية مرتبط بدرجة كبيرة بالصحة العامة للأفراد وفي علاقة تبادلية، حيث يتفق الباحثين على أن الرفاهية النفسية تعتبر أحد المكونات الأساسيين للصحة النفسية (Gilbert, 2009, p62)، وأن الصحة تكون أفضل في البلدان التي تكون فيها الرفاهية الذاتية مرتفعة، وخاصة

إذا كانت مدركة، كما أن مشاعر الرفاهية الذاتية والسعادة تقود نحو صحة أفضل، وأن المشاكل الصحية التي تحد من قدرات الفرد من شأنها أن تخفض من الشعور بالرفاهية النفسية (زناد، بورجي، 2019، ص116)، ففي دراسة ل(زناد، وبورجي، 2019) هدفت إلى تحليل العلاقة بين الصحة، والرفاهية حيث تمت على عينة قوامها 273 أفراد أصحاء، باستخدام مقياس الصحة العامة، وسلّم الرفاهية الذاتية، توصلت إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الصحة والرفاهية، وأن الرفاهية الذاتية مُنبئ صحي، وعامل إنقاذ من شأنها أن تؤجل ظهور المرض وتطوره. ومنه ومن أجل تقييم الرفاهية عامة، وجب معرفة النظرة التي يحملها الفرد من وجوده وحالته المعنوية، ومنه يجب قياس رضاه عن وجوده في الحياة، كما أن المفهوم ارتبط كثيرا بقياس نوعية الحياة حسب إدراك ونظرة الفرد لها، وحسب النتائج التي توصل إليها (Raff) عن الرفاهية، فإنها تتلخص في قبول الذات للعلاقات الإيجابية مع الغير، الانتقال الذاتي والتحكم في المحيط، معرفة الهدف من الحياة، والتطور الشخصي (دهكال، مخطاري، 2020، ص250)، وهو ما ميزه (ديس وريان) في المكون الذاتي للرفاهية والذي يتضمن مؤشرات الحالة الإيجابية للفرد كالسعادة، السرور، إضافة إلى المكون السلوكي والذي يتضمن القدرة على توظيف وتحقيق الإمكانيات البشرية، وتهدف إلى الشعور بالوجدان

تمثل مجالات الحياة المختلفة في تكاملها وحدة موحدة لحياة الفرد عامة، يؤثر كل مجال على غيره في عمل متكامل على حياته وعلى نوعيتها كذلك، وحتى تكتمل حياة الفرد لابد من توفر وإدراك الفرد لحالته الصحية التي تدمج كل من الصحة الجسدية والنفسية، والتوافق الاجتماعي كما أقرته منظمة الصحة العالمية على غرار عديد المنظمات والجمعيات العالمية، التي تهتم بالصحة العامة للأفراد والمجتمعات على حد سواء، ومن بين مجالات الفرد الحياتية المجال المهني أو الوظيفي، الذي يمثل رابط ذو أهمية بالغة، بحكم الوقت الذي يقضيه الفرد في أداء وظيفته، والتعامل مع مختلف المستويات والفئات الاجتماعية في أغلب الوظائف، إضافة إلى الدخل الذي يحصل عليه الفرد، والذي يعتبر بحق لبنة أساسية في عصر المتطلبات المادية، والضروريات الأساسية لتوفير مستوى معين من رغد عيش حياة تتوافق وطموحات الفرد، لذلك فإن النظر في الحياة المهنية وإعطائها حق في البحوث، ودراسة المتغيرات التي تسمح بتحسينها وتعزيزها، من مثل الرفاهية في العمل، تعتبر نقطة مهمة لتحسين مستوى حياة الفرد، وتشعره بالإشباع وتحقيق ذاته وإحساسه بالسعادة، وحسن التوافق مع الآخرين، والالتزام الانفعالي خاصة، الذي يسمح بالتعامل بنجاح مع الضغوط الحياتية اليومية، ما يحقق نجاحات في مجالاته الأخرى، فينعكس على صحته ويزيد من جودة حياته، التي تنعكس بالإيجاب عليه خاصة، وعلى محيطه ومجتمعه عامة.

2. إشكالية البحث

إن السعي الحثيث لأغلب المؤسسات المجتمعية والهيئات العالمية ينصب حول الاهتمام بالصحة العامة، وترقيتها من خلال الاهتمام بمتغيرات وخصائص ذاتية وأخرى عامة للأفراد، والتي من شأنها أن تحسن حياة الفرد وترتقي بنوعيتها، فنجد أن الاهتمام بالرفاهية التي أخذت قسطا من الأبحاث والدراسات أسفرت على عديد النتائج التي من شأنها أن تسهم في تطوير وترقية صحة الفرد، ونوعية حياته، واختلف مفهوم الرفاهية حسب اختلاف تناول، حيث كان ينحصر في الرفاهية المادية خاصة، كالشراء ورغد العيش، إلى أن توسع أكثر ليشمل مجالات الحياة المتنوعة ككل، ويشترك مع مفاهيم أخرى أساسية في علم النفس الصحة، والذي ارتبطت أهدافه بتحسين وترقية حياة الفرد، والبحث في العوامل التي تسهم في حماية صحة الفرد وترقيتها، ولعل الجانب المهني يعد أحد أهم جوانب الحياة، والتي تمثل متكاملة فيما بينها حالة صحية، تختلف حسب إدراكات كل فرد وتفسيراته لها، وبالنظر إلى التأثيرات التي تطبعها المهنة على حياة الفرد من الناحية المادية، والمكانة الاجتماعية، والمستوى الاقتصادي، وكذلك الانعكاسات العامة على الدخل القومي والاقتصاد الوطني، وتصنيف المجتمع ضمن مجتمعات العالم، فقد كان من الضروري الاهتمام بالشروط التي من شأنها أن توفر تلك الحالة الصحية

حول العمل، إضافة إلى الشراكة الاجتماعية والدعم الإداري، والاجتماعي كالعامل الجماعي وتبادل الممارسات والتضامن الاجتماعي، إضافة إلى الاستقلالية في العمل عن طريق القدرة على التصرف في عناصر المهنة، وفي اختيار الوسائل والوصول إلى الأدوات، دون إهمال العمل التعليمي والعمل الكامل من الناحية التنظيمية، وأيضا القدرة على توقع النتائج وتقييمها، والمهارات المختلفة التي تجعل العمل مشوقا (حربوش، 2021)، فإننا نجد أن غياب هذه المؤشرات يعطي انخفاض في نوعية الحياة بالنسبة للموظفين، ويدل على أهمية نوعية الحياة، وعلاقتها بالرفاهية في العمل حسب ما أظهرته دراسة (Aymeline Rouddeau, 2014) من معهد علم النفس بجامعة باريس ديكرت حول جودة الحياة والعمل، وحسب ما توصلت إليه دراسة على 100 موظف لمعرفة نوعية الحياة على مقياس نوعية الحياة لمنظمة الصحة العالمية، كانت متوسطة، والبعد الديني، والنفسي، والصحة العامة مرتفعة، دراسة (Elanor Blinear, 2014) في إدارة المخاطر والسلامة الصناعية على 750 عامل، 307 مدير، 147 مسؤول موارد بشرية، توصلت إلى أن: أجواء العمل تتأثر بتدهور نوعية الحياة الاجتماعية حتى لو كانت جيدة، والمؤسسات التي تهتم بنوعية الحياة في العمل تعمل في المقابل على إجراءات تحسينية (بن ملوكة، 2019، ص205)، وفي دراسة (Hachmaoui, et Achouche, 2018) على عينة تكونت من 804 فرد ببحابة، تم تقييم المستوى العام لحياة الأفراد على مقياس نوعية الحياة، توصلت إلى أن مستوى الرضا عن الحياة كان على العموم متوسطة، حيث أن 3.61% فقط كانت نوعية الحياة لديهم ممتازة، و 20.15% كانت ذو مستوى جيد، في حين أن 17.41% كانت تحت المتوسط، و 53.98% كانت ذو مستوى متوسط، و 4.85% كانت نوعية حياتهم سيئة، وذلك بتأثير عدة عوامل متشاركة مادية وغير مادية، ومن هذا المنطلق فقد كان انشغال الدراسة الحالية في البحث في أحد المتغيرات وإمكانية تأثيره على نوعية حياة الموظفين من خلال طرح التساؤل التالي:

هل هناك تأثير للرفاهية في مكان العمل على نوعية حياة أفراد عينة الدراسة؟

3- الفرضيات: صيغت فرضية الدراسة على النحو التالي:

هناك تأثير للرفاهية النفسية في العمل على نوعية حياة عينة الدراسة.

4- أهمية الدراسة

- تكمن أهمية الدراسة في المتغيرات المتناولة في حد ذاتها، والمتمثلة في الرفاهية النفسية ونوعية الحياة، والتي تعد من المتغيرات التي يدرسها علم النفس وبالأخص علم النفس الصحة، والتي تلم بجوانب الفرد الحياتية سواء الصحية الجسدية والنفسية أو المحيط الاجتماعي والحياة المهنية الاقتصادية التي تؤثر وتتأثر بمتغير الرفاهية النفسية وهو ما

الإيجابي (شعباني، 2018، ص4)، أما Diner et autre فيشيرون إلى أن وجود المشاعر الإيجابية، وغياب المشاعر السلبية، تمثل المكون الوجداني للرفاهية النفسية، في حين أن التقييم الذي يصدره الفرد حول جودة حياته بحلوها ومرها فيمثل المكون المعرفي للرفاهية النفسية (ص109)، وهو ما نجده في تعريف الرفاهية أنها شعور عام بالمتعة، والرضا الناتج عن الرضا عن حاجات الجسم والنفس معا (Amar, 2018, p412)، حيث ظهر في بداياته كفكرة من طرف (Bardburn, 1960) على أساس أنه يمثل السعادة، بفكرة أن الرضا في العمل يعكس السعادة خارج العمل، والعكس في علاقة إيجابية، كما برهن (Geogre et Brief, 1990) أن الرضا عن العمل ينعكس على جوانب حياتية أخرى والعكس، وأثبت (Chan, et Wyatt, 2007) أن الرفاه النفسي يتأثر بعوامل عديدة أهمها الرضا والسلامة الصحية، الاحتياجات الاقتصادية، والعائلية، والاجتماعية، والإنجازات (بن مومن، عداد، 2020)، دون إهمال محددات أخرى في العمل تتمثل في: ساعات العمل، الحياة العائلية، الدخل، المحيط المؤسسي، شروط العمل، والتي تحتاج إلى محددات غير مادية كذلك لتحسين مستوى الرفاهية، ولا تكفي منفردة، وذلك حسب دراسة قام بها كل من (calon, et teman) على مجموعة من الموظفين في القطاع العام والخاص، منهم المثبتين وغير المثبتين في الوظيفة، فأعطى الموظفون في القطاع الخاص (المعلمون الغير المثبتون) مؤشرات أضعف للرفاهية في العمل، والرفاهية العامة، وأقل رضا عن التجربة الوظيفية، ويظهرون أعراض الإرهاق النفسي أكثر من المثبتين، فيما يخص الرفاه العام الغير مثبتون الخواص أقل رضا عن حياتهم من المثبتين، لديهم رضا أقل عن محيطهم الحياتي من الذين يعملون في القطاع العام. أما الموظفون الغير مثبتون في القطاع العام أعطوا مؤشرات أفضل للرفاه من غيرهم، ويتمنون بصفة أقل تغيير الوظيفة، ولديهم إرهاق انفعالي ضعيف (calon, et teman, 2021)، ما يوضح أهمية الاستقرار والشعور بالثبات في الوظيفة، حتى ولو كان الدخل مرتفعا، غير أنه لا يكفي لإعطاء ذلك الرضا، والرفاه، والجودة في الحياة، وهو حسب دراسة (Dahkal, et Mokhtari, 2007) التي هدفت إلى تحليل الرفاهية الذاتية في الجزائر، توصلت إلى أن الرفاهية الذاتية لا تعتمد فقط على الدخل، بل على عوامل أخرى غير مادية من مثل نوعية الحياة، والتفاعلات الاجتماعية، والمجتمع، وتوصلت إلى أن نسبة الأفراد الذين أجابوا بنعم على استبيان من قبل المعهد الإحصائي (gally) في إطار استطلاع عالمي "هل أنت راض عن عملك" كانت النسبة تقدر ب 72% في الجزائر، كانت نسبة الرضا عن مستوى الحياة 66%، أما عن مستوى الرضا عن الحياة ككل كان 5.6%، وبالنظر إلى الشروط اللازمة من أجل نوعية حياة جيدة في العمل التي تشتمل عموما على بيئة العمل، شروط التوظيف من توفر المساواة والوظيفة المناسبة، والتدريب، المشاركة في حل المشكلات والنقاشات

أردنا دراسته.

أن كل أفراد العينة مستوى جامعي، وذو أقدمية أكثر من 05 سنوات.

3.7. أدوات الدراسة

لقد اعتمدت الدراسة الحالية على مقياسين لمتغيري الدراسة وهما:

1.3.7 مقياس الرفاهية النفسية في العمل (BEPT) المطور من طرف (Massé, et ses collègues, 1998)، تم قياسه باستخدام نسخة معدلة لقياس مظاهر الرفاه النفسي (BEP)، وهو مكون من 26 بند موزعة على ستة أبعاد تتمثل في:

- تقدير الذات

- السعادة

- التحكم في الذات و الأحداث

- التوازن

- المشاركة الاجتماعية

- العلاقات الاجتماعية

يوزع المقياس فرديا، ويطلب من كل حالة وضع علامة (+) على الإجابة التي تتوافق بشكل أفضل مع ما يمر به في وقت و مكان عمله، وتقطت البنود من 1 إلى 5 حسب سلم ليكارت (إطلاقا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما). أعطت هذه الأبعاد معاملات اتساق داخلية تراوحت من 0.71 إلى 0.85، وهي مرتفعة تدل على صدق درجات المقياس والاعتماد عليه في الدراسة، كما أن معامل كرونباخ كان من 0.65 إلى 0.83 وهي نسبة مرتفعة مما تدل أن درجات المقياس ثابتة وهو ما يمكننا الاعتماد على نتائجه في الدراسة (Marie-Hélène, Gilbert, 2009).

2.3.7 مقياس نوعية الحياة المتعلقة بالصحة المختصر لمنظمة الصحة العالمية. الذي طور من مقياس نوعية الحياة WHOQOL100 عبر 15 مركز حول العالم، لذا فهو يصلح لكل الثقافات لتقييم نوعية حياة، حيث قام الباحثون باكتشاف نوعية تركيب الحياة في البيئات الثقافية لدول وثقافات مختلفة. وفي البيئة الجزائرية قام زعطوط رمضان بالإشراف على دراسة تناولت الوظائف التنفيذية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السرطان، قامت بها نصيرة فقيه وكاميليا طلاب، بدءا بالترجمة ووصولاً إلى الخصائص السيكو مترية. حيث وصل صدق الاتساق الداخلي للاختبار إلى 0.69 وكان الارتباط بين البنود والدرجة الكلية دالا عند 0.01. أما الثبات فقد استعمل طريقة التجزئة النصفية، وتم حساب معامل ثبات الاختبار ووصل إلى 0.94. وكذلك بواسطة معامل ألفا كرو نباخ الذي وصل إلى 0.7، ما يسمح باستعمال الأداة للدراسة، والبحث (زعطوط، قريش، 2010)، يتكون المقياس من 26 بند موزعين على 6 أبعاد هي:

- الصحة العامة

- يعتبر المجال المهني الوظيفي، مجال يأخذ متسع من الوقت و الحيز في حياة الأفراد ما يستدعي البحث في المتغيرات التي تسهم في التأثير عليه، والتي منها ما تعد كعامل حماية لصحته وحياته من أجل تعزيزها وترقيتها، وأخرى عوامل خطورة من الضرورة البحث عنها وعن تأثيراتها من أجل التنبؤ بها لتجنبها.

- دراسة الرفاهية النفسية في العمل يعزز الجانب الإيجابي للصحة النفسية، وبالتالي تطوير الصحة العامة للفرد وإعطاء فرصة للإبداع في العمل وزيادة الإنتاجية، ما ينعكس بالإيجاب على الفرد والمجتمع ككل.

5- أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى البحث في وجود تأثير من عدمه للرفاهية النفسية في العمل على نوعية حياة الموظفين الممثلين لعينة الدراسة، ومدى ذلك التأثير إن وُجد.

6- تحديد المفاهيم

1.6. الرفاهية النفسية

يرى (cllip) أن الرفاهية تشير إلى حالة الفرد في عمله، المتميزة بشعور إيجابي متعلق بالتنمية، الراحة، والرضا (فلا عن مشرور، وبوشلجة، 2020، ص76)، وتضيف (دهكال، 2020) في تعريفها أنها تتضمن مفاهيم الرخاء، والصحة، والسعادة، و غالبا ما تفسر مؤشرات أخرى كمتوسط الدخل، معدل الفقر، ونسبة الأفراد المحرومين من الضروريات الأساسية كمؤشرات موضوعية لدراسة الرفاهية، والتي تدرس غالبا فيما يرتبط بنوعية الحياة، والرضا عنها، وسعادة الأفراد (Dahkal, 2017, p40).

2.6. نوعية الحياة

نظرا لتبنى الباحثين لتعاريف متنوعة عن مفهوم نوعية الحياة حسب التخصص، ومجال الدراسة، فإنه من الأنسب الأخذ بتعريف منظمة الصحة العالمية لنوعية الحياة والتي تعرفها على أنها تصورات الأفراد لوضعيتهم في الحياة في ظل الثقافة ونظم القيم التي يعيشون فيها، مقارنة مع الأهداف، التوقعات، المعايير والاهتمامات (تازي، 2020، ص85).

7. الإجراءات المنهجية

1.7 منهج البحث

تحتاج أي دراسة علمية إلى اتباع منهج علمي يكفل الوصول إلى نتائج سليمة وفق خطوات مدروسة حسب المنهج المتبع، ويعتبر موضوع الدراسة الحالية المنهج الوصفي منهجا مناسباً لاتباعه.

2.7. عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من 72 موظف بالقطاع العام و الخاص، ومن الجنسين (25 ذكور، و47 إناث) تراوحت أعمارهم بين (23 سنة و 47 سنة)، تم اختيارهم بطريقة قصدية، حيث

الجدول رقم (01)

القدرة التفسيرية لنموذج الانحدار البسيط المتعلق بمدى مساهمة الرفاهية النفسية في التنبؤ بنوعية حياة أفراد عينة الدراسة

معامل الانحدار	معامل التحديد	معامل التحديد المعدل	الدلالة الاحصائية
0.48	0.24	0.22	0.01

من خلال الجدول رقم (01) نجد أن معامل الانحدار البسيط لبيانات فرضية الدراسة قد بلغ: 0.48 وهي قيمة موجبة ومتوسطة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01، في حين أن معامل التحديد الذي يعبر عن حجم التباين المشترك بين الرفاهية النفسية ونوعية الحياة قد بلغ: 0.24، كما نلاحظ أيضاً من خلال الجدول أن معامل التحديد المعدل الذي يعكس حجم التباين المشترك لنموذج الانحدار على مستوى المجتمع الإحصائي الذي اختيرت منه العينة قد قدر بـ: 0.22 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى 0.01. وهذا يعني أن المتغير المنبئ (الرفاهية النفسية) يفسر 22% من التغيرات التي تحدث في المتغير المحك (نوعية الحياة) والباقي (78%) يرجع إلى عوامل أخرى منها الخطأ العشوائي.

وفي ضوء ما سبق يمكننا القول بأن هناك تأثير للرفاهية النفسية في العمل على نوعية حياة أفراد عينة الدراسة، وهي نتيجة توافق الطرح الفرضي بوجود تأثير، فكلما زادت الرفاهية النفسية في العمل زادت درجة نوعية الحياة، رغم أن التأثير كان بنسبة غير مرتفعة إلا أن الرفاهية الذاتية في العمل تؤثر على نوعية حياة الأفراد، من خلال ربما مكونات الرفاهية في حد ذاتها، من خلال المكون المعرفي المتمثل في التقييم الذي يصدره الفرد حول جودة حياته، فحسب ما يُقيم حياته إن كانت جيدة وإيجابية، فهو يزيد من رفاهيته النفسية، وفي نفس الوقت فإن التقييم الإيجابي للحياة هو جزء من نوعية الحياة الجيدة، دون إهمال المكون الذاتي الذي يتضمن المؤشرات الإيجابية كالسعادة والسرور، التي تؤثر على تقييم نوعية الحياة الإيجابية، وهو ما قد يفسر ذلك التأثير لمتغير الرفاهية في نوعية الحياة، كما يمكن تفسير تأثير المتغيرات الأخرى على نوعية الحياة، جزء من تلك المتغيرات السابقة الذكر كالسعادة، والرضا عن الحياة، وقبول الذات، بطريقة غير مباشرة على نوعية الحياة، والتي تدخل في تكوين الرفاهية النفسية، كما أن أبعاد مقياس الرفاهية النفسية في العمل كالمشاركة في العمل، والعلاقات الإيجابية مع الغير في مكان العمل، السعادة أثناء العمل و ضبط و تقدير الذات، و الرضا عن العمل، كلها تسهم كعوامل ترقية وتحسين الحياة المهنية، كما برهنه (George, et Brief, 1990) أن الرضا عن العمل

-بعد الصحة الجسمية

-بعد الصحة النفسية

-بعد البيئة

-بعد الاستقلالية

-بعد العلاقات الاجتماعية

يطلب من المجيب وضع علامة تحت الخيار الذي يمثل أقرب إحساس يشعر به في فترة الأسبوعين الأخيرين، حول نوعية حياته، وجوانب أخرى من الحياة، تنقط البنود من 1 إلى 5 حسب سلم ليكارت (إطلاقاً، نادراً، أحياناً، غالباً، دائماً)، وتعتبر نوعية الحياة منخفضة عند $60 \leq$ ، متوسطة بين 60-94، مرتفعة عند $94 \geq$.

4.7. المعالجة الإحصائية: تم الاستعانة بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، من خلال الاعتماد على كل من:

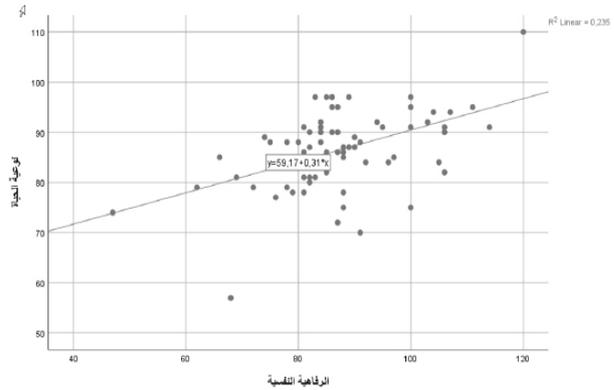
- تحليل الانحدار الخطي

- معامل الانحدار البسيط

5.7. عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

عرض نتائج فرضية الدراسة: التي تنص بأن هناك تأثير للرفاهية النفسية في العمل على نوعية حياة أفراد عينة الدراسة، وللتحقق من هذه الفرضية قمنا باستخدام الأسلوب الإحصائي المتمثل في: تحليل الانحدار الخطي البسيط من أجل الكشف عن مدى مساهمة الرفاهية النفسية في التنبؤ بنوعية حياة أفراد عينة الدراسة، وذلك بعد التحقق من خطية العلاقة بين المتغيرين، والشكل التالي يوضح ذلك

الشكل رقم (01) : لوحة الانتشار لدرجات مقياس الرفاهية النفسية ونوعية الحياة



الدراسة في مقياسي الرفاهية النفسية ونوعية الحياة تتوزع بشكل واضح من الجهة اليسرى السفلى إلى الجهة اليمنى العليا وهو ما ينبئ عن وجود علاقة خطية طردية بين المتغيرين في الدراسة الحالية مما يسمح لنا بالاعتماد على معامل الانحدار الخطي البسيط في اختبار الفرضية.

دهكال، أسماء. مختاري، فيصل. (2020). تقييم الرفاهية في العمل في الجزائر: دراسة قياسية. مجلة آفاق علمية. مجلد 12، العدد 04، 265-246.

زعطوط، رمضان. قريشي، عبد الكريم. (2010). نوعية الحياة لدى المرضى المزمنين وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد 11، 251-267.

زناد، دليمة. بورجي، شاكر. (2019). تحليل العلاقة المتعددة بين كل من الصحة، الرفاهية الذاتية، وفعالية الذات لدى عينة من الأصحاء (دراسة في علم النفس الصحة). المجلة الجزائرية للطفولة والتربية. المجلد 4، العدد 3، 105-124.

شعباني، مليكة. (2018). تحديد الهدف من الحياة عاملا لتحقيق الرفاهية المهنية والاجتماعية من وجهة نظر عمال المؤسسات الاقتصادية والخدماتية. مجلة المرشد. المجلد 8، العدد 1، 10-01.

Amer, Abdelkader. (2018). Le bien-être psychologie passe par l'etresoi-meme. Horizons intellectuels.v4.n9.p407420-.

Calont, Teman.S. Vercambre-jacquotM-N. (2021). Enseignants non-titulaires dans le second degré en France : condition de travail, bien-être professionnel et qualité de vie. Archive des maladies professionnelles et de l'environnement. v81. I2. P112123-.

Dahkal, Asmaa. Mokhtari, Fayçal. (2017). Des déterminent du bien-être subjonctif en Algérie. Revue algérienne d'économie et de management.V8. N01. P3546-

Hachemaoui, Bahidj Eddine. (2018).qualité de vie des habitants l'agglomération chef-lieu de bedjaya: logement santé. et bien-être. Dirassat journal.v16.n01.p445460-.

Marie-Hélène, Gilbert. (2009). La santé psychologique au travail : conceptualisation, instrumentation et facteur organisationnels de développement. Doctorat en psychologie du travail et des organisations. Faculté des arts et des sciences. Université de Montréal.

- كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA

المؤلف أمينة تازي، (2023) الرفاهية النفسية لدى الموظفين (دراسة ميدانية على عينة من الموظفين بالقطاعات العام والخاص)، مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد 15، العدد 01، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر، ص ص: 127-132

ينعكس على جوانب حياتية أخرى، وأن الرفاهية تتأثر بعوامل عائلية، اجتماعية، اقتصادية، وصحية حسب (chan, et Wyatt) (بن مومن، عداد، 2020) كون ارتباط مفهوم الرفاهية بالصحة، فهو أحد مكوناتها (Gilbert.2009.p62) والتي تؤثر بالضرورة على مجالات الحياة الأخرى، بحكم أن المجالات الحياتية متكاملة متداخلة فيما بينها، لتكوّن وحدة حياة متناسقة

8. خاتمة

تناولت الدراسة التي بين أيدينا متغيرين حساسين لدى شريحة مهمة وواسعة في المجتمع وهي الموظفين، والتي تعطي البحث في العوامل التي تحمي هذه الفئة من الناحية الصحية، النفسية خاصة، ومن الناحية الاجتماعية والبيئية، ترقية وتحسين وإبداعات مهنية كثيرة، حيث يعد مفهوم الرفاهية النفسية في مكان العمل من بين أهم الشروط الضرورية التي يجب توافرها للموظف في بيئته المهنية، لما لهذا المتغير من تأثير على نوعية حياة الموظفين، ولما له أيضا من تداعلات مع متغيرات نفسية عديدة يقيسها، من مثل السعادة، والرضا عن العمل الذي يعد جزءا من الرضا عن الحياة ككل، وأيضا العلاقات الاجتماعية الإيجابية أثناء العمل والمشاركة، التي تعطي توازن الفرد، والقدرة على ضبط الذات، وهي أحد مكونات ما يقيسه مقياس الرفاهية، ما ينعكس على المجالات الحياتية الأخرى التي تتأثر ببعضها البعض، وهو ما توصلت إليه نتيجة هذه الدراسة، بوجود تأثير للرفاهية النفسية أثناء العمل على نوعية حياة الموظفين عامة حيث أنه كلما زادت درجة الرفاهية، زادت معها درجة نوعية الحياة في علاقة طردية موجبة، رغم ذلك ورغم تحقق هذا التأثير، إلا أنه من الضروري كذلك البحث أكثر في العوامل والمتغيرات الأخرى التي يكون لها تأثير كذلك على نوعية الحياة، حيث حسب نتيجة الدراسة الحالية، فقد كان تأثير الرفاهية النفسية في العمل بنسبة 22%، و 78% ترجع لعوامل أخرى، تحتاج إلى دراسات أخرى، على عينات أكثر تمثيل وشمولية، من أجل الإلمام قدر المستطاع بالمتغيرات التي تسهم في تحسين وتطوير نوعية حياة الأفراد عامة، والموظفين بصفة خاصة.

تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه ليس لديه تضارب في المصالح.

المراجع

بن ملوكة، شهبان. (2019). واقع نوعية الحياة لدى أساتذة التعليم الثانوي. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. المجلد 11، العدد 3، 210-203.

بن مومن، أسماء. عداد، حسن. (2020). جودة الحياة في العمل كمدخل لتحقيق الرفاه النفسي. مجلة الوقاية والأرغوميا. المجلد 7، العدد 1، 35-1.

تازي، أمينة. (2020). مصدر ضبط الألم وعلاقته بنوعية الحياة لدى مرضى الفيبروميالجي. أطروحة دكتوراه في علم النفس الصحة. جامعة البليدة.

حربوش، سميرة. (2021). مظاهر نوعية الحياة في العمل والإجهاد لدى الأطباء العاملين بالمستشفيات. دراسات نفسية وتربوية. المجلد 14، العدد 1، 71-58.