

الازدهار النفسى وعلاقته بمفردات البيئة السكنية وأماكن قضاء وقت الفراغ لدى المراهقين فى الريف والحضر بمحافظة سوهاج

همت محمد عبد الرحمن^(١) - جمال شفيق أحمد^(٢) - جمال عطية الخولى^(٣)
أحمد فخرى هانى^(٤)

(١) طالب دراسات عليا بمعهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس (٢) كلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس (٣) كلية الهندسة، جامعة عين شمس (٤) معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على الازدهار النفسى وعلاقته بمفردات البيئة السكنية وأماكن قضاء وقت الفراغ لدى المراهقين فى الريف والحضر، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) مراهقاً ومراهقة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة سوهاج تراوحت أعمارهم بين (١٦-١٨) سنة، استخدمت الدراسة المنهج الوصفى المقارن، وإستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الرفاهية النفسية، ومقياس البيئة الفيزيقية، ومقياس الأنشطة الترويحية وذلك لتحقق من صحة الفروض.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى: يوجد إرتباط دال إحصائياً سالباً بين الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة الفيزيقية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى الازدهار النفسى، كما يوجد إرتباط دال إحصائياً موجباً بين الازدهار النفسى وبين الأنشطة الترويحية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج. لا يوجد إرتباط دال إحصائياً بين مفردات البيئة السكنية وبين الأنشطة الترويحية لدى كل من أفراد عينتى الدراسة الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

ويوصى البحث بضرورة الإهتمام بالصحة النفسية الإيجابية لدى المراهقين فى الريف والمدن على حدأ سواء والإهتمام بالمؤسسات التربوية وتوعية الطلاب بأهمية الوقت والفائدة التى تعود عليهم وعلى المجتمع وضرورة وضع برنامج من قبل المعلمين لشغل أوقات فراغ الطلاب وخاصة فى الإجازات الصيفية والاستفادة من أوقات الفراغ بطريقة صحيحة وسليمة وإستغلالها بأمثل الطرق.

المقدمة

يعتبر وقت الفراغ وما يحتويه من الترويح من المؤشرات التي تؤدي إلى الازدهار والرفاهية النفسية والازدهار مفهوم لا يرتبط بمجال معين، فله في كل مجال خصوصيته، حيث يميل إلى التمرکز حول فكرة إدراك الفرد لإمكاناته أو القيام بمساهمة جوهرية في المجتمع، (سحر علام، ٢٠١٤ : ١٠-١١) وبشكل خاص المراهقين لذلك لابد من الإهتمام بهم، ففتيان اليوم هم كبار الغد ورجال المستقبل وهم مستقبل الوطن بل والعالم كله، والطاقة البشرية في أقوى مراحلها وقوتها تبدو دائماً في ربيع العمر وهي مرحلة الشباب (خليل ميخائيل معوض، ١٩٧١: ٥)، ويرى بيرتون وكارول ريف "Ryff.B" (١٩٩٨) أن الرفاهية النفسية تتطلب صحة العقل والجسد معاً، وتشير إلى ازدهار الفرد وتحقيقه لإمكاناته واستغلال قدراته إلى أقصى حد ممكن (بن سميثة العيد، ٢٠١٨: ١٢٦)

وتشير الدراسات الحديثة أن الإنسان الذي يعرف كيف يستغل وقته في أعمال مفيدة وناجحة ونافعة، يكون أكثر سعادة من الذي يضيع وقته من دون فائدة فالسعادة مرتبطة دائماً بما يقدمه المرء من أعمال نافعة (عبد الباسط خضر، رانيا الصاوي، ٢٠١٨: ٣٢٢).

حيث يمر العالم حالياً بفترة تغيير في جميع النواحي التي تميز الحياة البشرية، ولأول مرة في التاريخ، يزيد عدد سكان المدن عن عدد سكان الريف والبادية، ويحمل هذا التوجه تحديات كبيرة على مستوى البيئة الحضرية عامة، ومستوى البيئة السكنية خاصة. ويعتبر توفير السكن الملائم من الاحتياجات الأساسية للأفراد، كما أن نمو المجتمعات ورفاهيتها يعتمد بشكل أساسي على توفير البيئات السكنية ذات الجودة لتلبية احتياجات المجتمع المتزايدة (إبراهيم جواد، ٢٠١٥: ٢).

وينصب إهتمام علم النفس الإيجابي على استثمار أقصى قدرات الفرد لتحسين كفاءته والوصول إلى الهناء والنقح والازدهار ودارسة الظروف والعمليات والأداء الأمثل للأفراد والجماعات والمؤسسات (Gable & Haidt, 2005)، وكل ما يجعل الأفراد والمجتمعات

مزهرة، وتحسين الكفاءة العقلية بحيث تكون أفضل للصحة العقلية من المستوى العادي (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) (مرعى سلامه يونس، ٢٠١٨: ٦٦).

مشكلة البحث

تمر اليوم المجتمعات بمرحلة سريعة التغير في جميع نواحي الحياة المختلفة مما أدى إلى حالة من الإرتباك وعدم الإستقرار، وإلى الشعور بالخوف من المستقبل بصورة جعلت الإستمتاع بالحياة أمراً صعب المنال لكل فئات المجتمع (سلاف مشرى، ٢٠١٤: ٢١٦) ولأن الضغط أصبح جزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية سواء كان نتيجة لحياتنا المليئة بالمشاغل أو بتأثير أحداث المجتمع، فالضغوط المتراكمة من المدرسة والتفاعل مع الأسرة اليومية تمثل ضغط هائل على المراهقين، ويبدو هذا ضروري خاصة مع الإنتشار المتزايد من السلوك العدواني في المدارس الثانوية، والمشكلات السلوكية وصعوبات التعلم وكذلك التسرب من الدراسة مبكراً حيث يعتبر وقت الفراغ وما يحتوي عليه من الترويح من المؤشرات التي تؤدي إلى الازدهار والرفاهية النفسية (مرعى سلامة يونس، ٢٠١١: ٢٣٣).

وتبين من خلال تتبع التراث عدم وجود دراسات عربية أو أجنبية في - حدود ما إطلع عليه الباحثون - تناولت الازدهار النفسى والبيئة السكنية ووقت الفراغ مجتمعة وكذلك ندرة الدراسات الأجنبية التي تناولت كلا المتغيرين من هذه المتغيرات الثلاثة على حدة، فمن خلال المسح لم يجد الباحثون غير دراسة (Fadda. D. et al., 2015) عن العوامل البيئية والأداء النفسى الإيجابى التي توصلت إلى تقديم صورة أوسع للتنبؤات الشخصية والبيئية على أبعاد مختلفة من الأداء النفسى الإيجابى، كما أن القليل من الدراسات الأجنبية تناولت الازدهار النفسى ووقت الفراغ مثل دراسات كلاً من: (Shin, K. & You. S.: 2013) (Dudgeon, et al., 2016) (Wang. D. et al., 2017) وقد توصلوا إلى تأثير الرضا الترفيهى على الطلاب والطالبات له تأثير فى زيادة الرضا عن الحياة والصحة النفسية

الإيجابية وتقليل التوتر ووجود علاقة إرتباط إيجابية بين ممارسة الرياضة الترويحية والرفاهية النفسية لدى الطلبة أن المراهقين المهاجرين من الريف إلى الحضر ذوي المستويات الأعلى من المرونة النفسية يظهرون مشاعر أكاديمية أكثر إيجابية، حيث تعتبر هذه المشكله من المشكلات المهمة بالنسبه للمراهقين حيث يسبب وقت الفراغ درجه من التوتر النفسى، فهى تتزايد بشكل مستمر فى الآونة الأخيرة بسبب التقدم التكنولوجى الذى ساهم فى إهدار الوقت بطريقة سيئة مما دفع الباحثون للقيام بهذه الدراسة للتعرف على علاقة الازدهار النفسى بمفردات البيئة السكنية وعلاقته بوقت الفراغ.

أسئلة البحث

- وللتصدى لهذه المشكلة تسعى الباحثة للإجابة عن الأسئلة التالية :
- ما مدى وجود فروق بين الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج؟
 - ما مدى وجود فروق بين (الذكور - الإناث) فى الازدهار النفسى؟
 - ما مدى وجود فروق بين مجموعات الدراسة لمقياس الازدهار النفسى ومجموعات الدراسة لمقياس الأنشطة الترويحية؟

أهداف البحث

- التعرف على الفروق فى الازدهار النفسى لدى طلبة المرحلة الثانوية على وفق متغير الجنس (ذكور-إناث).
- التعرف على الفروق بين الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

- التعرف على الفروق بين مجموعات الدراسة لمقياس الازدهار النفسى ومجموعات الدراسة لمقياس الأنشطة الترويحية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

أهمية البحث

الأهمية النظرية:

- إلقاء الضوء على مفهوم الازدهار النفسى كأحد مفاهيم علم النفس الإيجابى.
- تكتسب الدراسة أهمية لتناولها مرحلة المراقبة وهى مرحلة فى غاية الأهمية ويجب العمل على ازدهارها نفسياً من أجل التمتع بصحة نفسية إيجابية.
- قد تكون إضافة للباحثين من أجل مواصلة البحث والدراسة فى الازدهار النفسى.
- الأهمية التطبيقية: تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية فى:
 - يمكن أن تسهم هذه الدراسة فى مساعدة القائمين على العملية التعليمية فى إدماج علم النفس الإيجابى فى المناهج الدراسية والإستفادة منه فى تلبية إحتياجات المراهقين.
 - العمل على إستكشاف الجوانب الإيجابية التى تعمل على زيادة الصحة النفسية الإيجابية وتعزيز الإزدهار النفسى لدى المراهقين.
 - أن يتعرف الطلاب على أهمية البيئة لتنمية الشخصية فالفرد ينمو داخل البيئة ويتفاعل معها ويؤثر فيها ويتأثر بها.
 - حث الوالدين على إتاحة الفرص لأبنائهم على المشاركة فى الأنشطة المتاحة وتشجيعهم على ذلك.
 - المشاركة فى الأنشطة التى تساعد على الإستفادة من وقت الفراغ وعدم إهدار الوقت من قبل المراهقين.

مصطلحات البحث

الازدهار النفسى: الازدهار هو ما يسعى علم النفس الإيجابي لتحقيقه على مستوى الأفراد والمجتمعات، وقد بين كيبس أن الازدهار هو الحالة التي يشعر فيها الأشخاص بمشاعر إيجابية وأداء نفسي واجتماعى إيجابي في معظم الوقت ويتضمن هذا التعريف ثلاث مكونات أساسية:

١- المشاعر الإيجابية (طيب الحياة الإنفعالية).

٢- الأداء الوظيفى النفسى الإيجابي (طيب الحياة النفسية).

٣- الأداء الزظيفى الإجماعى الإيجابي (طيب الحياة الإجتماعية) (Keyes, 2005).

التعريف الإجرائى للازدهار النفسى: وقد تبني الباحثون تعريف "إيمان سرمينى" كتعريف إجرائى لمفهوم الدراسة الرئيسى الذى يعرف من خلال ستة مكونات وهى التقدير الإيجابي للذات والإقبال على الحياة والصحة الجسدية والعلاقات الإجتماعية والإتزان الإنفعالى والروحانية (إيمان سرمينى، ٢٠١٥ : ٥-١٢).

ويتحدد الازدهار النفسى فى الدراسة الحالية من خلال الدرجات التى يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس (الرفاهية النفسية) المستخدم فى الدراسة الحالية.
البيئة السكنية: تعرف منظمة الصحة العالمية (W.H.O) البيئة السكنية المشيدة بأنها: "المنشأ الفيزياوى الذى يستعمله الإنسان للمأوى ومكملات هذا المنشأ الذى يتضمن كل الخدمات الضرورية والمحتويات والأجهزة والأدوات المطلوبة أو المرغوب بها للصحة الفيزياوية والذهنية والسعادة الإجتماعية للعائلة والفرد". وتشمل البيئة السكنية المكونات الفيزياوية والإجتماعية والإقتصادية والقوانين والأنظمة والأعراف والتقاليد والديانات. (أحمد طالب صاحب، ٢٠٠٢ ص ٣-٥).

وقت الفراغ: وقت الفراغ هو الوقت الذى يقضيه الفرد فى نشاط مفيد يتمكن أثناءه من تحقيق بعض ما يرغب فيه ويميل إليه. (إبراهيم وجيه، ١٩٨١ : ١٥٥).

مرحلة المراهقة: تعريف حامد زهران إلى أن المراهقة هي مرحلة إنتقالية من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر الى التاسعة عشر تقريباً، أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين (أى بين ١١ - ١٢ سنة) ولذلك تعرف المراهقة أحياناً بإسم Teen age (حامد زهران، ٢٠٠٥: ٢٢).

الريف: يقصد بالريف تلك المناطق التى تحددها الدولة فى تقسيمها الإدارى، وهى القرى وتوابعها المنتشرة فى طول البلاد وعرضها، ونعنى بالريف أيضاً سكان القرى والضواحي البعيدة عن المدينة، حيث يغلب النشاط الزراعى كنشاط إقتصادى، ومهنة لأكثرية الناس، مع توافر حد أدنى من الخدمات فيها (نجوى شعبان، ١٩٨٢: ١٣).

الحضر: المناطق التى تحددها الدولة فى تقسيمها الإدارى، وهى المدن بأشكالها وأحجامها المختلفة، وقد تكون عاصمة محافظة أو مركز أو بندر، مع توافر كل الخدمات الأساسية فيها. (نجوى شعبان، ١٩٨٢: ١٣)

الدراسات السابقة

المحور الأول: الدراسات المتعلقة بالازدهار النفسى:

دراسة سحر فاروق علام (٢٠١٤): وعنوانها العلاقة بين الإزدهار النفسى ومقومات النمو لدى المراهقين. أجريت بهدف قياس معدل شيوع الإزدهار النفسى التى تتمثل فى (الصحة العقلية المكتملة - الصحة العقلية المتوسطة - الصحة العقلية المنخفضة) وقياس معدل شيوع مقومات النمو، ومدى الإرتباط بين الإزدهار النفسى ومقومات النمو لدى عينة المراهقين، والكشف عن الفروق بين أفراد العينة طبقاً لمتغيرى الجنس (ذكور، إناث)، والتخصص (علمى، أدبى) وتكونت عينة الدراسة من (٦٥٤) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية. كشفت النتائج وجود إرتباط دال وموجب بين الإزدهار النفسى ومقومات النمو، ووجود فروق

بين أفراد العينة طبقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، وعدم وجود فروق بين أفراد العينة طبقاً لمتغير التخصص (علمي، أدبي) في معدلات الإزدهار النفسي ومقومات النمو. دراسة **Suvashisa & Nandinee (2016)**: وعنوانها المشاعر الإيجابية للمراهقين وتأثيرها على رفاهيتهم النفسية. أجريت بهدف التعرف على المشاعر الإيجابية للمراهقين ودراسة دورها كمؤشر على رفاهيتهم النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٠) طالب وطالبة من المراهقين تتراوح أعمارهم بين (16-18) عاماً في الهند. أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المشاعر الإيجابية وتأثيرها على الرفاهية النفسية وفق متغير الجنس (ذكور - إناث). وأسفرت النتائج أيضاً عن تطوير برنامج تدخل محدد لتعزيز الرفاهية النفسية للطلاب المراهقين من خلال تعزيز مشاعرهم الإيجابية.

دراسة **عفراء إبراهيم خليل العبيدي (٢٠١٩)**: وعنوانها الإزدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، أجريت بهدف التعرف على الفروق في الإزدهار النفسي بين الطلبة وفق متغير الجنس (ذكر - أنثى) و متغير التخصص الدراسي (علمي - إنساني) و متغير المرحلة الدراسية (أول - رابع)، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبا وطالبة من طلبة جامعة بغداد، وتم تطبيق مقياس (الإزدهار النفسي) على عينة البحث. أسفرت نتائج البحث عن إن طلبة الجامعة لديهم ازدهار نفسي، عدم وجود فروق في الإزدهار النفسي على وفق متغير الجنس أو متغير التخصص الدراسي، وجود فروق في الإزدهار النفسي على وفق متغير الفرقة الدراسية ولصالح طلبة الفرقة الرابعة.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت البيئة السكنية:

دراسة **فضه وآخرون (Fadda. D. et al., 2015)**: وعنوانها مساهمة العوامل الشخصية والبيئية في الأداء النفسي الإيجابي لدى المراهقين. وأجريت بهدف التعرف على تأثير العوامل الشخصية والبيئية في الأداء النفسي الإيجابي لدى المراهقين كوسيط في متغير الشخصية (العصابية - الإنبساط) والمتغيرات البيئية (الأم - الأب - الأقران) والأداء النفسي الإيجابي

(الإنقان - النشاط) وتكونت عينة الدراسة من (1193) من طلاب المدارس الثانوية (٥٩٢ من الذكور و٦٠١ من الإناث). وتوصلت نتائج الدراسة إلى التأثيرات المباشرة لسمات الشخصية ورعاية الأم والأب وعلاقات الأقران، بالإضافة إلى التأثيرات غير المباشرة على تقدير الذات، وتوصلت الدراسة أيضاً إلى تقديم صورة أوسع للتنبؤات الشخصية والبيئية على أبعاد مختلفة من الأداء النفسى الإيجابى التى دعمت دور الوساطة فى إحترام الذات وأكدت على أهمية النظر فى نماذج متعددة الأبعاد لوصف الأداء النفسى الإيجابى عند المراهقين.

دراسة نبيل جبرين الجندى، وجبارة عبد تلاحمة (٢٠١٦): درجات الشعور بالعافية النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية فى محافظة الخليل، وأجريت بهدف إستقصاء درجات الشعور بالسعادة النفسية لدى الطلبة الجامعيين فى محافظة الخليل، وقد إختار الباحثان عينة عشوائية بسيطة قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية، وقد طبق الباحثان عليهم مقياس (رايف) بعد ترجمته. وتوصلت الدراسة إلى أن درجات الشعور بالعافية النفسية كان متوسطاً، وأسفرت عن وجود فروق فى درجات الشعور بالعافية النفسية وفقاً للجنس فى إتجاه الإناث، ووجود فروق وفقاً لنوع التخصص فى إتجاه الطلبة فى الكليات الإنسانية، وعن وجود فروق وفقاً للمستوى الاقتصادى فى إتجاه الطلبة نوى الدخول المرتفعة، وكذلك وفقاً لمكان السكن فى إتجاه الطلبة القرويين، فيما لم يكن هناك فروق فى متوسطات الشعور بالعافية النفسية تعزى لمتغير الجامعة.

دراسة وانج وآخرون (Wang. et al., 2017): وعنوانها المشاعر الأكاديمية الإيجابية والمرونة النفسية بين المراهقين من الريف إلى الحضر فى الصين. وأجريت بهدف الكشف عن العلاقة بين المشاعر الأكاديمية الإيجابية من الفخر والسعادة والأمل والرضا والهدوء والاسترخاء، والعوامل التى تؤثر على المرونة النفسية، بما فى ذلك دعم الأسرة، والقدرة على حل المشكلات، والقدرة على التوافق مع الذات، والشعور بالهدف، القدرة على التواصل الإجتماعى، والتعامل مع الموقف الشديدة، وتكونت عينة الدراسة من (٧٦٣) من المراهقين

التي تراوحت أعمارهم بين (١٤-١٦) سنة، وأظهرت نتائج الدراسة أن تأثير المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية (الجنس والعمر ونوع المدرسة ومستوى دخل الأسرة) على العواطف الأكاديمية الإيجابية لا يكاد يذكر. وتشير النتائج أيضاً إلى أن المراهقين المهاجرين من الريف إلى الحضر ذوي المستويات الأعلى من المرونة النفسية يظهرون مشاعر أكاديمية أكثر إيجابية.

المحور الثالث: الدراسات التي تناولت وقت الفراغ :

دراسة شين و يو (Shin & You, 2013): وعنوانها أوقات الفراغ والترويح والرفاهية النفسية لدى المراهقين. وأجريت بهدف التعرف على نوع الترفيه وآثاره على الصحة النفسية لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من عينة طولية من (٣٤٤٩) من الكوريين. وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن نوع النشاط الترفيهي له آثار واضحة على الرفاهية النفسية على حسب الجنس، بالنسبة للطلاب الذكور كانت الأنشطة الرياضية تؤثر إيجابياً بالنسبة للرضا عن أوقات الفراغ، وأوقات الفراغ السلبية لها تأثير سلبي على الرضا الترفيهي للطلاب، وكان تأثير الرضا الترفيهي على الطلاب والطالبات له تأثير في زيادة الرضا عن الحياة والصحة النفسية الإيجابية وتقليل التوتر.

دراسة دودجن (Dudgeon, et al., 2016): وعنوانها ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بالرفاهية النفسية. أجريت بهدف فحص العلاقة بين ممارسة الرياضة الترويحية والرفاهية النفسية، والتركيز على العلاقة بين التمارين البدنية والانتاب، والقلق، واستجابة الإجهاد، وحالة المزاج، واحترام الذات، وصورة الجسم. وطبقت الدراسة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس بنسلفانيا بالولايات المتحدة الأمريكية والبالغه (١٥٠) طالباً وطالبة. وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة إيجابية بين ممارسة الرياضة الترويحية والرفاهية النفسية لدى الطلبة، كما أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاهية النفسية لدى الطلبة تعزى إلى متغير جنس الطالب.

دراسة بن سميثة العيد (٢٠١٨): ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الترويحي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، أجريت بهدف معرفة ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الترويحي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة ولاية تبارت، بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، وتم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية، المتمثلة في (٨٢٧) طالب وطالبة، واستخدم الباحث استبيان خاص بالوعي الثقافي الترويحي الرياضي واستبيان خاص بالرفاهية النفسية. وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية النفسية والوعي الثقافي الترويحي الرياضي لدى الطالب الجامعي ولصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

فروض البحث

على ضوء الخلفية النظرية للبحث ونتائج الدراسات والبحوث السابقة يفترض البحث الحالي الفروض التالية:

الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.
الفرض الثانى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى الازدهار النفسى.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة لمقياس الازدهار النفسى ومجموعات الدراسة لمقياس الأنشطة الترويحية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

الإطار النظري

أصبح التركيز في الدراسات النفسية على مكامن القوة في نفسية الإنسان كالسعادة والأمل والطمأنينة والاستقرار النفسى والتقدير الإجتماعى وذلك بهدف التغلب على الضغوط النفسية التى تؤدى بالإنسان إلى إضطرابات فى الصحة النفسية (عبد الباسط خضر، رانيا الصاوى، ٢٠١٨: ١٥).

ويعد مفهوم الازدهار النفسى من المفاهيم التى تتدرج تحت مظلة علم النفس الإيجابى وهو مفهوم حديث نسبياً، ويمثل الازدهار النفسى أعلى درجات مكونات الصحة النفسية الإيجابية.

وتعرفه (عفرأ إبراهيم، ٢٠١٩: ٤٠) أيضاً بأنه "تلك الحالة التى يكون فيها الفرد مستعداً لتطوير قدراته ورفع إنتاجيته فى العمل ورفع قدرته على الإبتكار وعلى بناء علاقات قوية وإيجابية مع الآخرين فضلاً عن مساهمته فى تطوير مجتمعه".

مكونات الازدهار النفسى: إقترح مارتن سيلجمان فى كتابه "Flourish" نموذج أطلق عليه نموذج PERMA وهو إختصار:

Positive Emotion المشاعر الإيجابية

Engagement الإنشغال الإيجابى

Rleationships العلاقات الإيجابية

Meaning المعنى

Accomplishment الإنجاز. (Seligman, 2011:16-17)

علاقة الازدهار النفسى بوقت الفراغ: وقت الفراغ يعد مصدر للرفاهية لكثير من الناس، وقوة قوية للتغيير الإيجابى فى حياة الشخص، حيث يوفر وقت الفراغ خيارات متنوعة للمشاركة، بما فى ذلك الفنون والثقافة، والهوايات، والتواصل الاجتماعى، والرياضة، والعمل التطوعى،

والأنشطة القائمة على الطبيعة، ويعانى الناس من المشاعر الإيجابية التي ترتبط مباشرة بالصحة والرفاهية (Fredrickson,2009) .

مفهوم الريف: عرفه " دوايت ساندرسون " على أنه صورة الرابطة القائمة بين الأشخاص ومؤسساتهم فى منطقة محلية يعيشون فيها على الزراعة وفى قرية تمثل عادة محور نشاطاتهم الجمعية. (محمد عاطف غيث، ٢٠٠٦: ٣٥٩)

مكونات البيئة السكنية: البيئة المادية. والبيئة الإجتماعية.

وقت الفراغ: ويعرف (Dumazedier) الفراغ بأنه "النشاط الذى يخضع الفرد نفسه له طواعية بعيداً عن حاجات وواجبات وظيفته، أو أسرته، أو مجتمعه، من أجل إسترخاءه، وتسليته، ونمو شخصيته".

وظائف وقت الفراغ: يرى كلا من " جوفر ودمازدييه - Joffer & Dumazedier " أن لوقت الفراغ ثلاث وظائف هى:

الاسترخاء Relaxation: فهو يؤدى إلى إستشفاء الفرد من التعب.
التسلية (اللهو) Entertainment: فهو يؤدى إلى تخلص الفرد من الملل.
تنمية الفرد Personal Development : فهو يحزر الفرد مما يتعرض له يومياً من فكر وعمل (محمود طلبه، ٢٠١٠: ٢٤).

أهمية مرحلة المراهقة: ترجع أهمية مرحلة المراهقة إلى كونها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الإجتماعية، إذ يتعلم فيها المراهق تحمل المسئوليات الإجتماعية والواجبات كمواطن فى المجتمع، وكذلك يكون المراهق فيها أفكاره عن الزواج والحياة الأسرية، وكذلك عن المهنة والدور الإجتماعي الذي سيقوم به فى المستقبل ويعد نفسه لهذا الدور ولهذه المهنة (مصطفى صابر، ٢٠١٤: ١٥١).

إجراءات البحث

منهج الدراسة: إتمد الباحثون في هذه الدراسة المنهج الوصفي المقارن حيث تم وصف العينة وتمت المقارنة بين مفردات عينة الدراسة من الذكور والإناث والريف والحضر.

أدوات الدراسة: إستخدم الباحثون في هذه الدراسة ثلاث مقاييس وهي:

- مقياس الرفاهية النفسية إعداد (إيمان مصطفى سرميني) تعديل الباحثون.
- مقياس البيئة الفيزيائية إعداد (إيمان فوزى مصطفى).
- مقياس الأنشطة الترويحية إعداد (أحمد أبو أسعد عبداللطيف).

إجراءات الصدق والثبات للمقياس الرفاهية النفسية إعداد (إيمان مصطفى سرميني):

صدق التمييز: قام الباحثون بترتيب درجات العينة ترتيباً تنازلياً على كل بعد من أبعاد المقياس، ثم تمت المقارنة بين درجات الإربعى الأعلى والإربعى الأدنى في كل بعد كما بالجدول التالى:

جدول (1): اختبار ت لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات الإربعى الأعلى والأدنى

على مقياس الرفاهية النفسية

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإربعى الأعلى		الإربعى الأدنى		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	١٠,٤٥٨	١,١٨	٢٦,٣٦	١,٣٠	٢٢,٤٥	التقدير الإيجابى للذات
٠,٠٠١	٩,١٥٥	١,٢١	٢٥,٨٦	٢,١٠	٢١,١٤	الإقبال على الحياة
٠,٠٠١	٨,٣٥٩	١,٥٠	٢٢,٣٦	١,٢٣	١٨,٩١	صحة جسدية
٠,٠٠١	١٠,٦٧٢	١,٠٦	٢٣,٤٥	١,٤١	١٩,٤٥	علاقات اجتماعية
٠,٦	٠,٥٠٥	٢,٠٨	٢١,٦٤	٢,٦٦	٢١,٢٧	الإنتزان الإنفعالى
٠,٠٠١	٩,٨٠٣	٠,٨٣	٢٥,٨٦	١,٧٧	٢١,٧٧	الروحانية
٠,٠٠١	٨,٩٨٨	٥,٤٧	١٤١,٦٨	٥,٣٦	١٢٧,٠٠	مقياس الرفاهية النفسية

قيمة ت عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٩٨

إتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على جميع أبعاد مقياس الرفاهية النفسية والدرجة الكلية للمقياس، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد. **الثبات باستخدام معامل ألفا (Alpha Cronbach):** للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معامل ألفا (Alpha Cronbach)، ويوضح الجدول التالي معاملات الثبات الناتجة باستخدام هذا المعامل.

جدول (٢): ثبات العبارات لمقياس الرفاهية النفسية باستخدام معامل ألفا

أبعاد المقياس	عدد العبارات	قيمة ألفا
التقدير الإيجابي للذات	١٠	٠,٥٣٤
الإقبال على الحياة	١٠	٠,٦٠٧
صحة جسدية	١٠	٠,٥٩٤
علاقات اجتماعية	١٠	٠,٥٧٣
الإتزان الإنفعالي	١٠	٠,٥٨١
الروحانية	١٠	٠,٦٧١
الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية	٦٠	٠,٧١٩

إتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الرفاهية النفسية قيم مقبولة حيث كانت قيم معامل الثبات أعلى من (0,50) وكانت قيمة ألفا للدرجة الكلية للمقياس (0,719) وهي قيمة مرتفعة.

إجراءات الصدق والثبات للمقياس البيئية الفيزيائية إعداد (إيمان فوزى مصطفى):

صدق التمييز: قام الباحثون بترتيب درجات العينة ترتيباً تنازلياً على كل بعد من أبعاد المقياس، ثم تمت المقارنة بين درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في كل بعد كما بالجدول التالي:

جدول (٣): اختبارات لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس البيئة الفيزيائية

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإرباعي الأعلى		الإرباعي الأدنى		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٦,٧٨٩	٠,٠٠	٣,٠٠	٠,٧٢	١,٩٥	من حيث ملائمته أمنياً
٠,٠٠١	١٣,٣٨٧	٠,٠٠	٣,٠٠	٠,٥١	١,٥٥	من حيث ملائمته كموقع
٠,٠٠١	١٠,٤٠٧	٠,٢٩	٢,٩١	٠,٤٩	١,٦٤	من حيث ملائمته وظيفياً
٠,٠٠١	٨,٤٢١	٥,٨٤	٨٤,١٨	٥,٩٤	٦٩,٢٣	الرضا عن المسكن
٠,٠٠١	٩,٥٧٧	١,٢٧	١٥,٩١	١,٤٦	١١,٩٥	الرضا عن الحي
٠,٠٠١	٨,٤٣٥	٥,٦٨	١٠٥,١٨	٦,١٤	٩٠,١٤	مقياس البيئة الفيزيائية

قيمة ت عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) = ١,٩٨

إتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على جميع أبعاد مقياس البيئة الفيزيائية والدرجة الكلية للمقياس، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد.

جدول (٤): ثبات العبارات لأبعاد مقياس البيئة الفيزيائية باستخدام معامل ألفا

قيمة ألفا	عدد العبارات	أبعاد المقياس
٠,٦٠٧	٥	من حيث ملائمته صحياً
٠,٧٣٤	٥	من حيث ملائمته أمنياً
٠,٥١١	١٠	من حيث ملائمته كموقع
٠,٥٧٠	٦	من حيث ملائمته وظيفياً
٠,٦١١	٥	من حيث الإرتياح النفسى
٠,٥٤٤	٧	الرضا عن الحي
٠,٦٢٥	٣٨	الدرجة الكلية لمقياس البيئة الفيزيائية

إتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس البيئة الفيزيائية قيم مقبولة حيث كانت قيم معامل الثبات أعلى من (٠,٥٠) وكانت قيمة ألفا للدرجة الكلية للمقياس (٠,٦٢٥) وهي قيمة مرتفعة.

إجراءات الصدق والثبات للمقياس الأنشطة الترويحية إعداد (أحمد أبو أسعد عبداللطيف):
صدق التمييز: قام الباحثون بترتيب درجات العينة ترتيباً تنازلياً على كل بعد من أبعاد المقياس، ثم تمت المقارنة بين درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في كل بعد كما بالجدول التالي:

جدول (٥): اختبارات لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس الأنشطة الترويحية

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإرباعي الأعلى		الإرباعي الأدنى		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٦٠,٢٥٨	٢,١٠	٢٣,٧	١,٢	١١,٨	النشاط الثقافي
٠,٠٠١	٣٨,٥٥٧	٢,١٧	٢٠,١٨	١,٩٠	١١,١	النشاط الاجتماعي
٠,٠٠١	٣٢,٦٧٣	٦,٥٠	٤٥,١	٣,٠٩	٢٥,٩	النشاط الفني
٠,٠٠١	٣٦,٢٥٧	٣,١٤	٤١,١	٥,٩٤	٢١,٢	النشاط الرياضي
٠,٠٠١	٥٣,٩٣٧	٢,١١	٢٢,٢	١,٤٦	١٠,٩	النشاط الديني
٠,٠٠١	١٣,٧٦٤	٥,٦٨	٢٠,٩	٦,١٤	١١,٥	النشاط الخلوي
٠,٠٠١	٤١,٨١٣	١٩,٩	١٧٣,١٨	١٢,٨	٩٢,٤	الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية

إتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على جميع أبعاد مقياس الأنشطة الترويحية والدرجة الكلية للمقياس، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد.

جدول (٦): ثبات العبارات لأبعاد مقياس الأنشطة الترويحية باستخدام معامل ألفا

أبعاد المقياس	عدد العبارات	قيمة ألفا
النشاط الثقافي	٨	٠,٦٢٣
النشاط الاجتماعي	٨	٠,٦٩٠
النشاط الفني	١٨	٠,٧٠٤
النشاط الرياضي	١٥	٠,٦٨٨
النشاط الديني	٨	٠,٧٢١
النشاط الخلوي	٨	٠,٧٢٢
الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية	٦٥	٠,٧٤٦

إتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الأنشطة الترويحية قيم مقبولة حيث كانت قيم معامل الثبات أعلى من (٠,٥٠) وكانت قيمة ألفا للدرجة الكلية للمقياس (٠,٧٤٦) وهي قيمة مرتفعة.

عينة البحث وحجمها: تم إختيار عينة البحث الحالي من المراهقين من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة سوهاج، مركز البلينا وقرية عرابة أبيدوس وذلك بطريقة عشوائية، وقد روعي عند إختيار العينة أن تتوفر فيها الشروط التالية:

- أن تضم العينة ذكوراً وإناثاً من الصفوف الدراسية الأولى والثاني والثالث الثانوى.
- ضمت العينة طلاب من (٤) مدارس مختلفة وهي: مدرسة الدكتور أحمد أبو خليل الخاصة المشتركة بمركز البلينا - مدرسة التجارة الثانوية الفنية المشتركة بمركز البلينا - معهد عرابة أبيدوس الأزهرى بنين - مدرسة عرابة أبيدوس الثانوية المشتركة.
- أن تتراوح أعمار العينة بين (١٦ - ١٨) سنة .
- أن تضم العينة المراهقين المقيمين فى الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

مواصفات عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (٣١٥) من الطلاب، وتم إستبعاد عدد من الإستمارات الغير مطابقة للمواصفات لتصبح العينة (٣٠٠) تم تقسيمها إلى (١٥٠) حضر، و(١٥٠) ريف من الجنسين، بواقع (١٤٥) ذكور، و(١٥٥) إناث. وتتراوح أعمارهم بين

(١٦-١٨) سنة. وقد تم إختيار مرحلة المراهقة المتأخرة لتأثيرها على تكوين الشخصية، وخصوصاً في المرحلة الثانوية لكون المراهقين أكثر قدرة على إتخاذ القرارات والحرية في كيفية قضاء وقت الفراغ . ولكونها مرحلة هامة نسبياً في حياة الفرد وتحدث فيها كثيراً من التغيرات العضوية والنفسية والذهنية.

فترة ونطاق التطبيق الميداني: فقد بدأت الباحثة بتطبيق مقاييس الدراسة بتاريخ (٢٠١٩/١١/٣) لحساب الصدق والثبات على عينة مكونه من ٤٠ طالب وطالبة ثم أعيد تطبيق المقاييس على نفس العينة بعد أسبوعين بتاريخ (٢٠١٩/١١/١٧).

وتم بطييق المقاييس (مقياس الرفاهية النفسية إعداد إيمان مصطفى سرميني، مقياس البيئة الفيزيائية إعداد إيمان مصطفى فوزي) في الفترة من (٢٠١٩/١١/٢٥) وإستمرت حتى نهاية شهر ديسمبر ثم تطبيق مقياس (الأنشطة الترويحية إعداد أحمد عبداللطيف أبو أسعد).

جدول (٧): الوسط الحسابي والإنحراف المعياري للمتغيرات الديموجرافية

المتغيرات	الريف		الحضر	
	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
قيمة الإيجار/التمليك	٢٨٢٤٧٣,٧	٨٧,٣١٤	٢٦٤٥٦١,٠	٧٩,٠٩٦
عدد الأخوة	٣,٢	١,٦٧٨	٣,٢	٣,٤٤٦
عدد الغرف في الشقة	٣,٤	١,٠٠٦	٣,٤	٠,٩٢٩
عدد من يقيم معكم في الشقة	٠,٧	١,٥٣٥	٠,٦	١,٧٧٧

تبين من الجدول السابق للوسط الحسابي والإنحراف المعياري للمتغيرات الديموجرافية كالتالي:

- بلغ متوسط قيمة الإيجار/التمليك (٢٨٢٤٧٣,٧) لعينة الريف مقابل (٢٦٤٥٦١) لعينة الحضر.

- بلغ متوسط عدد الأخوة (٣,٢) لعينة الريف مقابل (٣,٢) لعينة الحضر.

- بلغ متوسط عدد الغرف في الشقة (٣,٤) لعينة الريف مقابل (٣,٤) لعينة الحضر.

- بلغ متوسط عدد من يقيم معكم في الشقة (٠,٧) لعينة الريف مقابل (٠,٦) لعينة الحضر.

نتائج البحث

الفرض الأول: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية لكل من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

جدول (٨): العلاقة بين مقياس الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية

الازدهار النفسى			المتغيرات
إجمالى العينة (ن=300)	عينة الحضر (ن=150)	عينة الريف (ن=150)	
٠,٥٧	٠,٠٢٠-	٠,١٤٠	من حيث ملائمته صحياً
**٠,١٦١	٠,٠٦١	**٠,٢٤٤	من حيث ملائمته أمنياً
٠,٠٣١	٠,٠٢٤	*٠,١٥٩	من حيث ملائمته كموقع
**٠,١٨٣	٠,٠١٠	**٠,٢٣٤	من حيث ملائمته وظيفياً
**٠,١٩٤	٠,٠٢١	**٠,٢٤٩	من حيث الإرتياح النفسى
*٠,١٣٥-	٠,١٠٩-	**٠,٢٢٠-	الرضا عن الحي
*٠,١١٤	٠,٠٥٥-	**٠,٢٣٤	الدرجة الكلية لمقياس البيئة الفيزيقية

من الجدول السابق لنتائج العلاقة بين درجات مقياس الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية تبين الآتى:

- توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين مقياس الازدهار النفسى وبين كل من (من حيث ملائمته أمنياً - من حيث ملائمته كموقع - من حيث ملائمته وظيفياً - من حيث الإرتياح النفسى - الدرجة الكلية لمقياس البيئة الفيزيقية) لدى عينة الريف، وبلغت قيم معامل الإرتباط (٠,٢٤٤، ٠,١٥٩، ٠,٢٣٤، ٠,٢٤٩، ٠,٢٣٤) على التوالي، كما توجد علاقة إرتباطية عكسية (سالبة) ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين مقياس الازدهار النفسى وبين الرضا عن الحي وبلغت قيمة معامل الإرتباط (-٠,٢٢٠)، بينما لا توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين مقياس الازدهار النفسى وبين بعد من حيث

ملائمته صحياً.

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) بين درجات مقياس الازدهار النفسى وبين مفردات البيئة السكنية لدى عينة الحضر.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) بين مقياس الازدهار النفسى وبين كل من (من حيث ملائمته أمنياً - من حيث ملائمته وظيفياً - من حيث الإرتياح النفسى - الدرجة الكلية لمقياس البيئة الفيزيائية) لدى إجمالي العينة، وبلغت قيم معامل الإرتباط (0,161، 0,183، 0,194، 0,114) على التوالي، كما توجد علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) بين مقياس الازدهار النفسى الرضا عن الحي) وبلغت قيمة معامل الإرتباط (-0,135)، بينما لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) بين مقياس الازدهار النفسى وبين كل من (من حيث ملائمته كموقع - من حيث ملائمته صحياً).
- أشارت النتائج إلى وجود علاقة بين الازدهار النفسى وبين الريف بينما لا توجد هذه العلاقة بين الحضر وتفسر الباحثة ذلك إلى التطور العمرانى الحديث فى الريف فهى الآن تشبه بشكل كبير المدن مع وجود مساحات الخضراء تريح العين وتدعى إلى الشعور بالراحة النفسية ووجود المنازل على مساحات كبيرة تتكون من عدد كبير من الطوابق والغرف أدى إلى حصول المراهقين على قدر من الخصوصية قد لا يتمتع بها مراهق المدينة بسبب عدد الغرف المحدود فى الشقة، وكثافة السكان فى المدن، فالريف يساعد على الإسترخاء والبعد عن حياة المدن المعقدة. وتتفق نتائج هذه الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Fadda D. et al., 2015) التى توصلت إلى وجود علاقة بين الأداء النفسى الإيجابى والبيئة، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (نبيل جبرين، جبارة عبد تلاحمة، 2016) التى أوضحت وجود فروق بين متوسطات درجات الشعور بالعافية النفسية وفقاً لمتغير مكان السكن (قرية - مدينة) لصالح الطلبة القرويين.

- مما سبق تحقق صحة الفرض الأول جزئياً: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسي وبين مفردات البيئة السكنية للريف بمحافظة سوهاج.
 - بينما لم يتحقق صحة الفرض الأول جزئياً: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسي وبين مفردات البيئة السكنية للحضر بمحافظة سوهاج.
- الفرض الثاني:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى الازدهار النفسى.
- جدول (٩):** اختبار ت لتوضيح الفروق الإحصائية بين عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى الازدهار النفسى

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	إناث		ذكور		الأبعاد
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٠,٩	٠,٠٨٧	٣,٠٥	٢٣,١٠	٢,٤٦	٢٣,٠٧	التقدير الإيجابي للذات
٠,٩٧	٠,٢٧	٣,٢٣	٢٢,٨٤	٢,٧٨	٢٢,٨٥	الإقبال على الحياة
٠,٠٥	١,٩٧٧	٢,٥٤	١٨,١٤	٢,٩٧	١٨,٧٧	صحة جسدية
٠,١	١,٦٥٢	٢,٨١	٢٠,٧٥	٢,٧٨	٢٠,٢٢	علاقات اجتماعية
٠,٤	٠,٨٨٥	٢,٥١	١٧,٤١	١,٩٤	١٧,٦٣	الإنتران الإنفعالي
٠,٠٩	١,٦٩٤	٢,٩٠	٢٢,٩٩	٢,٩٥	٢٢,٤٢	الروحانية
٠,٨	٠,٢١٨	١١,٤٩	١٢٥,٢٣	٩,٧٤	١٢٤,٩٦	الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية

تبين من الجدول السابق للفروق الإحصائية بين عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى مقياس الازدهار النفسى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينتى الدراسة (ذكور وإناث) فى مقياس الازدهار النفسى.

وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى الازدهار النفسى وتفسر الباحثة سبب ذلك إلى إدراك الوالدين أهمية تنشئة الأفراد سواء كان ذكراً أو أنثى بقدر من المساواة وتنمية الثقة بالنفس وقدرراً من المساواة وهذا ما أدى إلى تنمية إيمانهم بقدراتهم

وكفاءتهم ووضوح أهدافهم في الحياة، وإقبالهم عليها. واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من (Suvashisa & Nandinee, 2016) ودراسة (Wang, D. et al., 2017) حيث لا توجد فروق بين الجنسين، ودراسة منال محمود (٢٠١٨) حيث لا يوجد فروق بين درجات عينة الدراسة بحسب النوع الإجتماعي (الذكور والإناث) في الرفاهية النفسية والازدهار العام فيما عدا بعد العلاقات الإيجابية حيث جاءت النتائج لصالح الإناث ويرجع سبب ذلك إلى أن الإناث بطبيعتهن ذوات علاقات إيجابية أكثر من الذكور ولديهن قدرة أكبر على تعلم الأشياء الجديدة ولديهن خصائص متعددة وأدوار كثيرة تجعل أداءهن إيجابياً نظراً لأنهن مسؤولات عن مهام متعددة داخل الأسرة، ودراسة عفراء إبراهيم (٢٠١٩)، حيث لا توجد فروق تبعاً لمتغير الجنس، حيث أوضحت نتائج هذه الدراسات بعدم وجود فروق بين متغير الجنس ذكور وإناث في الشعور بالازدهار النفسي.

في حين تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من دراسة (سحر فاروق، ٢٠١٤) التي توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين لصالح الإناث ويعد إرتفاع معدل الازدهار لدى الإناث مقارنة بالذكور مؤشراً إيجابياً للإناث والتي تتمثل في مساعدة الآخرين وتقبل الاختلافات وغيرها، ودراسة (Fadda D. et al., 2015) ودراسة نبيل جبرين وجبارة عبد تلاحمة (٢٠١٦) والتي أوضحت وجود فروق بين متوسطات الذكور والإناث لصالح الإناث في الشعور بالازدهار النفسي.

مما سبق لم يتحقق صحة الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عيني الدراسة (ذكور وإناث) في الازدهار النفسي.

الفرض الثالث: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسي وبين أماكن قضاء وقت الفراغ لكل من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

جدول (١٠): العلاقة بين مقياس الازدهار النفسي وبين الأنشطة الترويحية

المتغيرات	الازدهار النفسي		
	إجمالي العينة (ن=٣٠٠)	عينة الحضر (ن=١٥٠)	عينة الريف (ن=١٥٠)
النشاط الثقافي	٠,٢١٢**	٠,٢٢٨**	٠,١٨٩*
النشاط الاجتماعي	٠,٢٠٠**	٠,١٩٧*	٠,٣١٧**
النشاط الفني	٠,١٦٨*	٠,١٨٨*	٠,١٥٧*
النشاط الرياضي	٠,٣٧٤**	٠,٤٠١**	٠,٢٣١**
النشاط الديني	٠,٢٤٤**	٠,٢١٠**	٠,٢٤٩**
النشاط الخلوي	٠,١٦٥*	٠,٢١١**	٠,١١٠*
الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية	٠,٣٩٤*	٠,٣٣٩**	٠,٤١٥**

من الجدول السابق لنتائج العلاقة بين درجات مقياس الازدهار النفسي وبين الأنشطة الترويحية تبين الآتي:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين الازدهار النفسي وبين كل من (النشاط الثقافي - النشاط الاجتماعي - النشاط الفني - النشاط الرياضي - النشاط الديني - الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية) لدى عينة الريف، وبلغت قيم معامل الارتباط (٠,١٨٩، ٠,٣١٧، ٠,١٥٧، ٠,٢٣١، ٠,٢٤٩، ٠,٤١٥) على التوالي، بينما لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين الازدهار النفسي وبين النشاط الخلوي.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين الازدهار النفسي وبين كل من (النشاط الثقافي - النشاط الاجتماعي - النشاط الفني - النشاط الرياضي - النشاط الديني - النشاط الخلوي - الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية) لدى عينة الحضر، وبلغت قيم معامل الارتباط (٠,٢٢٨، ٠,١٩٧، ٠,١٨٨، ٠,٤٠١، ٠,٢١٠، ٠,٣٣٩) على التوالي.

• توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) بين الازدهار النفسى وبين كل من (النشاط الثقافي - النشاط الاجتماعي - النشاط الفني - النشاط الرياضي - النشاط الديني - النشاط الخلوي - الدرجة الكلية لمقياس الأنشطة الترويحية) لدى إجمالي العينة، وبلغت قيم معامل الارتباط (0,212، 0,200، 0,168، 0,374، 0,244، 0,165، 0,394) على التوالي.

أظهرت نتائج هذه الدراسة أن هناك دوراً للأنشطة الترويحية أثناء وقت الفراغ على الازدهار النفسى لدى المراهقين، والشعور بالراحة النفسية والعقلية وسلامة البدن، من حيث وجود دور للممارسة الأنشطة الترويحية فى تحقيق الازدهار النفسى والشعور بالسعادة وتقبل الذات وإقامة الصداقات مع الآخرين، وتحقق لهم الشعور بالسعادة والرفاهية النفسية والإقبال على الحياة، فالأنشطة الترويحية تقوم على محور أساسى فى الرفاهية النفسية. وبالرغم من وجود الخدمات فى الحضر من النوادي والمسارح والسينما والوسائل الترفيهية وصالات الجيم وغيرها بينما لا توجد هذه الخدمات فى الريف إلا أن المراهقين فى الريف يوجد لديهم إستمتاع بقضاء وقت الفراغ والأنشطة الترويحية المختلفة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من دراسة (Shin, K. & You S.: 2013) التى توصلت إلى وجود علاقة بين الأنشطة الرياضية والرفاهية النفسية، ودراسة (Dudgeon. et al., 2016) والتى توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين ممارسة الرياضة الترويحية والرفاهية النفسية.

مما سبق تحقق صحة الفرض الثالث: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الازدهار النفسى وبين الأنشطة الترويحية لدى كل أفراد عينتى الدراسة من الريف والحضر بمحافظة سوهاج.

توصيات البحث

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة توصي الباحثة بما يأتي :
- 1- الإهتمام بالمؤسسات التربوية وتوعية الطلاب بأهمية الوقت والفائدة التي تعود عليهم وعلى المجتمع.
 - 2- ضرورة وضع برنامج من قبل المعلمين لشغل أوقات فراغ الطلاب وخاصة في الإجازات الصيفية وكذلك الحث على أهمية وقت الفراغ.
 - 3- العمل على زيادة المساحات الخضراء في المدن لأنها تعمل على تقليل التلوث وتساعد الفرد على الشعور بالراحة النفسية والسعادة.

مقترحات البحث

- 1- العلاقة بين الازدهار النفسي ووقت الفراغ لدى عينة من الشباب الجامعي.
- 2- الازدهار النفسي لدى المراهقين في ضوء المستوى الإقتصادي والإجتماعي وتقدير الذات.
- 3- العلاقة بين الازدهار النفسي ومستوى الطموح لدى عينة من المراهقين.
- 4- الرضا عن الحياة وعلاقته بوقت الفراغ لدى المسنين.

المراجع

ابراهيم خليل، عفراء: الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، المجلد ٠٢ - العدد - ٠٨ - شهر سبتمبر ٢٠١٩.

العيد، بن سميشة (٢٠١٨): ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الترويحي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والإجتماعية، المركز الجامعي نور البشير البيض، الجزائر.

- جواد كاظم آل يوسف، إبراهيم (٢٠١٥): الإرتقاء العمرانى للبيئة السكنية المتدهورة، مجلة العمارة والتخطيط، مجلد (٢٧)، الرياض.
- خضر، عبد الباسط؛ الصاوى، رانيا (٢٠١٨): موسوعة علم النفس الإيجابى، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- سرمينى، إيمان (٢٠١٥): مقياس الرفاهية النفسية، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- سلامة يونس، مرعى (٢٠١١): علم النفس الإيجابى للجميع: مكتبة الأنجلو المصرية.
- سلامة يونس، مرعى (٢٠١٨): علم النفس الإيجابى وعلوم التربيى البدنية والرياضية: تداخل وتفاعل، مجلة الشرق الأوسط لعلم النفس الإيجابى.
- صابر عطية، مصطفى (٢٠١٤). تعرض المراهقين للدراما الأجنبية بالفضائيات العربية وعلاقته بالانحرافات السلوكية لديهم في إطار نظرية تأثير الشخص الثالث، رسالة ماجستير (غير منشورة) جامعة المنصورة.
- طالب صاحب، أحمد (٢٠٠٢): صياغة محلية توافقية مع طريقة (APHA) لتقييم البيئة السكنية فى مدينة الحلة، رسالة ماجستير، كلية الهندسة، جامعة بابل.
- طلبة، محمود (٢٠١٠): سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ، القاهرة، إسلاميك جرافيك.
- عاطف عيث، محمد (٢٠٠٦): قاموس علم الاجتماع، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- عبدالسلام زهران، حامد (٢٠٠٥): علم النفس النمو: الطفولة والمراهقة، القاهرة: عالم الكتب.
- فاروق علام، سحر (٢٠١٤): العلاقة بين الازدهار النفسى ومقومات النمو لدى المراهقين، مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- مشرى، سلاف (٢٠١٤): جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابى: مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية، جامعة الوادى.
- منال محمود مصطفى (٢٠١٨): البنية العاملية الهرمية وتكافؤ القياس لمقياس الرفاهة النفسية والازدهار لدى طلاب الجامعة من ثقافات عربية متباينة، مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة، الحولية (١٤) إبريل الرسالة الرابعة.

- ميخائيل عوض، خليل (١٩٧١): مشكلات المراهقين في المدن والريف: دار المعارف.
نبيل جبرين الجندي، جبارة عبد تلاحمة: درجات الشعور بالعافية النفسية لدي طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، مجلد (١١) عدد (٢)، أبريل ٢٠١٦.
- نجوى شعبان (١٩٨٢): دراسة مقارنة لأثر الاتجاهات الوالدية في توافق الفتاه المراهقة بين الريف والحضر، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية، جامعة الزقازيق.
وجيه محمود، إبراهيم (١٩٨١): المراهقة (خصائصها ومشكلاتها)، القاهرة: دار المعارف.
- Dudgeon (2016): Physical exercise and Psychological well being Br sport Med 2016;32 :111-120. Download from <http://bjsm.bmj.Com>.
- Fadda D. et al., (2015): Contribution Of Personal And Environmental Factors On Positive Psychological Functioning In Adolescents. University Of Cagliari.
- Keyes, C. (2005): Chronic physical conditions and aging: Is mental health a potential protective factor?. Aging international, 30(1), 88-104.
- Lynn Anderson and Linda Heyne, (2012): The Flourishing Through Leisure Model: Supporting Well-Being Through Leisure, Ithaca College, Ithaca.
- Martin Seligman (2011): Flourish: A New Understanding of Happiness and Wellbeing: The practical guide to using positive psychology to make you happier and healthier. John Murray Press.p,16-17.
- Shin, K.; You, S. (2013): Leisure Type, Leisure Satisfaction And Adolescents' Psychological Wellbeing. In Journal Of Pacific Rim Psychology 7(02):53-62, December 2013 With 174 Reads, 10.1017/Prp.6.

- Suvashisa and Nandinee (2016): Profile Of Adolescents' Positive Emotions: An Indicator Of Their Psychological Well-Being Psychological Studies, 61 (1), Pp.32-39. Cited 1 Time.
- Wang, et al. (2017): Positive Academic Emotions And Psychological Resilience Among Rural-To-Urban Migrant Adolescents In China Social Behavior And Personality, 45(10), Pp. 1665-1674. Cited 2 Times.

**PSYCHOLOGICAL PROSPERITY
AND ITS RELATIONSHIP TO THE VOCABULARY
OF THE RESIDENTIAL ENVIRONMENT
AND PLACES OF LEISURE FOR ADOLESCENTS
IN BOTH RURAL URBAN AREAS IN SOHAG**

Hemat M. Abdel Rahman(1); Gamal S. Ahmed(2); Gamal A. El-Kholy(2) and Ahmed F. Hany(4)

1) Post Graduate Student at Institute of Environmental Studies and Research, Ain Shams University 2) Faculty of Post Graduate Childhood Studies, Ain Shams University 3) Faculty of Engineering, Ain Shams University 4) Institute of Environmental Studies and Research, Ain Shams University

ABSTRACT

This study aims to Identify the Psychological Prosperity and Its Relationship to Residential Environment Vocabularies and places of Spending leisure Time for Teenagers in Rural and Urban Areas. The

sample of the study consists of (300) male and female adolescents from high school students in Sohag Governorate, whose ages ranged between (16 - 18) years old. The study used the comparative descriptive approach. The researcher used the following tools: Using the Psychological Wellbeing Scale. Using the Physical Environment Scale. Using the scale of interest in activities and recreation for students. This is to verify the validity of the hypotheses: The first hypothesis.

The results of the study reached: There is a statistically significant correlation between psychological prosperity and the concepts of the physical environment, and the absence of statistically significant differences between the mean scores of the two study samples (male and female) in psychological prosperity. There is also a statistically significant correlation between psychological prosperity and recreational activities among all individuals of the samples of Study from the countryside and urban areas in Sohag Governorate. There is no statistically significant correlation between the vocabulary of the residential environment and the recreational activities of each of the two individuals of the rural and urban study groups in Sohag Governorate.

The research recommends the necessity of paying attention to positive mental health among adolescents in the countryside and cities alike, caring for educational institutions, educating students about the importance of time and benefit for them and society, and the necessity of setting up a program by teachers to occupy students' spare time, especially in summer vacations and benefit from times Vacuum in a correct and sound way and exploiting it in the best way.