# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## إطار مرجعي وتطبيقي

## للمراحل العمرية والتعليمية المختلفة



صندوق تطوير التعليم

رئاسة مجلس الوزراء

نوفمبر ٢٠٢٦

قائمة المحتويات


| | | |
|---|---|---|
| | الملخص التنفيذي ..... | ١ |
| | المقدمة..... | ٢ |
| | **القسم الأول**<br>الإشكالية والحاجة إلى دليل لجودة حياة النشء والشباب المصرى | |
| ١ | الإشكالية والحاجة إلى دليل لجودة حياة النشء والشباب المصري ..... | ٦ |
| | **القسم الثانى**<br>جهود الدولة المصرية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية | |
| ٢ | جهود الدولة المصرية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية ..... | ١٧ |
| ١-٢ | مواد الدستور المرتبطة بجودة الحياة والرفاهية ..... | ١٩ |
| ١-١-٢ | مواد الدستور المصري ..... | ١٩ |
| ٢-١-٢ | قانون الطفل المصري رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦..... | ٢٠ |
| ٣-١-٢ | لائحة التحفيز التربوي والانضباط المدرسي بمرحلة التعليم ما قبل الجامعي..... | ٢٢ |
| ٢-٢ | الاستراتيجيات والمبادرات الوطنية الداعمة لجودة الحياة والرفاهية ..... | ٢٢ |
| ١-٢-٢ | الاستراجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة..... | ٢٢ |
| ٢-٢-٢ | الاستراتيجية الوطنية لحقوق الانسان في جمهورية مصر العربية (٢٠٢١-٢٠٢٦)..... | ٢٦ |
| ٣-٢-٢ | المبادرات الرئاسية..... | ٢٨ |
| ١-٣-٢ | المبادرة الرئاسية علاج أمراض سوء التغذية للأطفال في المدارس..... | ٢٨ |
| ٢-٣-٢ | مبادرات المجلس القومي للطفولة والأمومة..... | ٣٠ |
| | **القسم الثالث**<br>الإطار النظرى لجودة الحياة والرفاهية ومراجعة الأدبيات | |
| ٣ | الإطار النظري لجودة الحياة والرفاهية ومراجعة الأدبيات..... | ٣٥ |
| ١-٣ | الأطر والنظريات العلمية المفسرة لجودة الحياة والرفاهية النفسية..... | ٤٠ |
| ١-١-٣ | نظرية التحديد الذاتي (Self-Determination Theory - Deci & Ryan) ..... | ٤٠ |
| ٢-١-٣ | النموذج السداسي للرفاهية النفسية-(Carol Ryff's Model of Psychological Well-Being)..... | ٤١ |

| | | |
|---|---|---|
| ٣-١-٣ | النموذج الإيكولوجي للنمو الإنساني (Bronfenbrenner's Ecological Systems Theory)..... | ٤١ |
| ٤-١-٣ | نموذج الرفاهية الإيجابي(Seligman's PERMA Model) PERMA ..... | ٤٢ |
| ٥-١-٣ | نظرية التوازن الذاتي للرفاهية (Cummins's Subjective Wellbeing Homeostasis Theory)..... | ٤٢ |
| ٦-١-٣ | الإطار الخماسي لمنظمة الصحة العالمية واليونيسف لرفاه المراهقين (WHO/UNICEF) ..... | ٤٣ |
| ٧-١-٣ | نظرية إريكسون Erikson's theory ..... | ٤٣ |
| ٢-٣ | مراجعة الأدبيات..... | ٤٥ |
| | **القسم الرابع**<br>خبرات و ممارسات أجنبية رائدة فى تعزيز جودة الحياة والرفاهية للنشء والشباب | |
| ٤ | خبرات و ممارسات أجنبية رائدة في تعزيز جودة الحياة والرفاهية للنشء والشباب..... | ٥٦ |
| ١-٤ | المفوضية الأوروبية..... | ٥٧ |
| ٢-٤ | خبرة سنغافورة ..... | ٦٤ |
| ٣-٤ | خبرة اليابان..... | ٧٤ |
| ٤-٤ | خبرة المملكة العربية السعودية..... | ٨٢ |
| ٥-٤ | خبرة استراليا..... | ٨٨ |
| | **القسم الخامس**<br>المرجعيات و الأطر الدولية لجودة الحياة والرفاهية | |
| ٥ | المرجعيات و الأطر الدولية لجودة الحياة والرفاهية ..... | ٩٢ |
| ١-٥ | منظمة الصحة العالمية (WHO)..... | ٩٦ |
| ١-١-٥ | المبادرة العالمية "مساعدة المراهقين على الازدهار (HAT) "والأطر الاستراتيجية..... | ٩٧ |
| ٢-١-٥ | أدوات القياس والتقييم الميداني: مؤشر رفاهية الطفل(WHO-5) ..... | ١٠٠ |
| ٣-١-٥ | الأطر الميثاقية العالمية الموجهة لرفاهية الطفل والصحة العامة..... | ١٠١ |
| ٤-١-٥ | ميثاق جنيف للرفاهية..... | ١٠١ |
| ٢-٥ | منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)..... | ١٠٨ |

| | | |
|---|---|---|
| ٥-٢-١ | إطر عمل OECD للرفاهية..... | ١٠٩ |
| ٥-٢-٢ | مركز الرفاهية والشمول والاستدامة وتكافؤ الفرص Centre on Well-Being, Inclusion, Sustainability and Equal Opportunity (WISE) ... | ١١٢ |
| ٥-٢-٣ | مرصد بيانات الرفاهية (Well-being Data Monitor): التابع لمنظمة التعاون الاقتصادى والتنمية..... | ١١٧ |
| ٥-٢-٤ | مشروع "مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠"..... | ١١٧ |
| ٥-٣ | منظمة اليونسكو (UNESCO)..... | ١٢٦ |
| ٥-٣-١ | الإطار الفلسفي والمعياري لجهود منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة اليونسكو..... | ١٢٦ |
| ٥-٣-٢ | الإستراتيجية العالمية لليونسكو في الصحة والرفاهية (٢٠٢٢-٢٠٢٩)..... | ١٢٧ |
| ٥-٣-٣ | إطار اليونسكو للمدارس السعيدة: نموذج تحويلي لجودة التعليم والرفاهية..... | ١٣٠ |
| ٥-٣-٤ | المدارس المعززة للصحة في تعزيز جودة الحياة..... | ١٣٦ |
| ٥-٣-٥ | حوكمة المنصات الرقمية وسلامة الفتيات والرفاهية في العصر الرقمي..... | ١٣٧ |
| ٥-٤ | منظمة البكالوريا الدولية (IB) ..... | ١٣٨ |
| ٥-٤-١ | إطار الرفاهية لمنظمة البكالوريا الدولية..... | ١٤٢ |
| ٥-٥ | منظمة التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (CASEL)..... | ١٤٦ |
| ٥-٦ | منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف UNICEF)..... | ١٥٦ |
| | **القسم السادس**<br>أبعاد جودة الحياة والرفاهية | |
| ٦ | أبعاد جودة الحياة والرفاهية ..... | ١٦٩ |
| ٦-١ | نموذج - عجلة الرفاهية -الرفاهية الشامل (The Holistic Wellness Model)..... | ١٧٠ |
| ٦-١-١ | مهام الحياة..... | ١٧٢ |
| ٦-١-٢ | قوى الحياة..... | ١٧٤ |
| ٦-١-٣ | الأحداث العالمية..... | ١٧٧ |
| ٦-٢ | تطبيق نموذج الرفاهية الشامل في بعض مؤسسات التعليم العالي..... | ١٧٨ |
| ٦-٣ | تحديد أبعاد جودة حياة النشء والشباب..... | ١٧٩ |

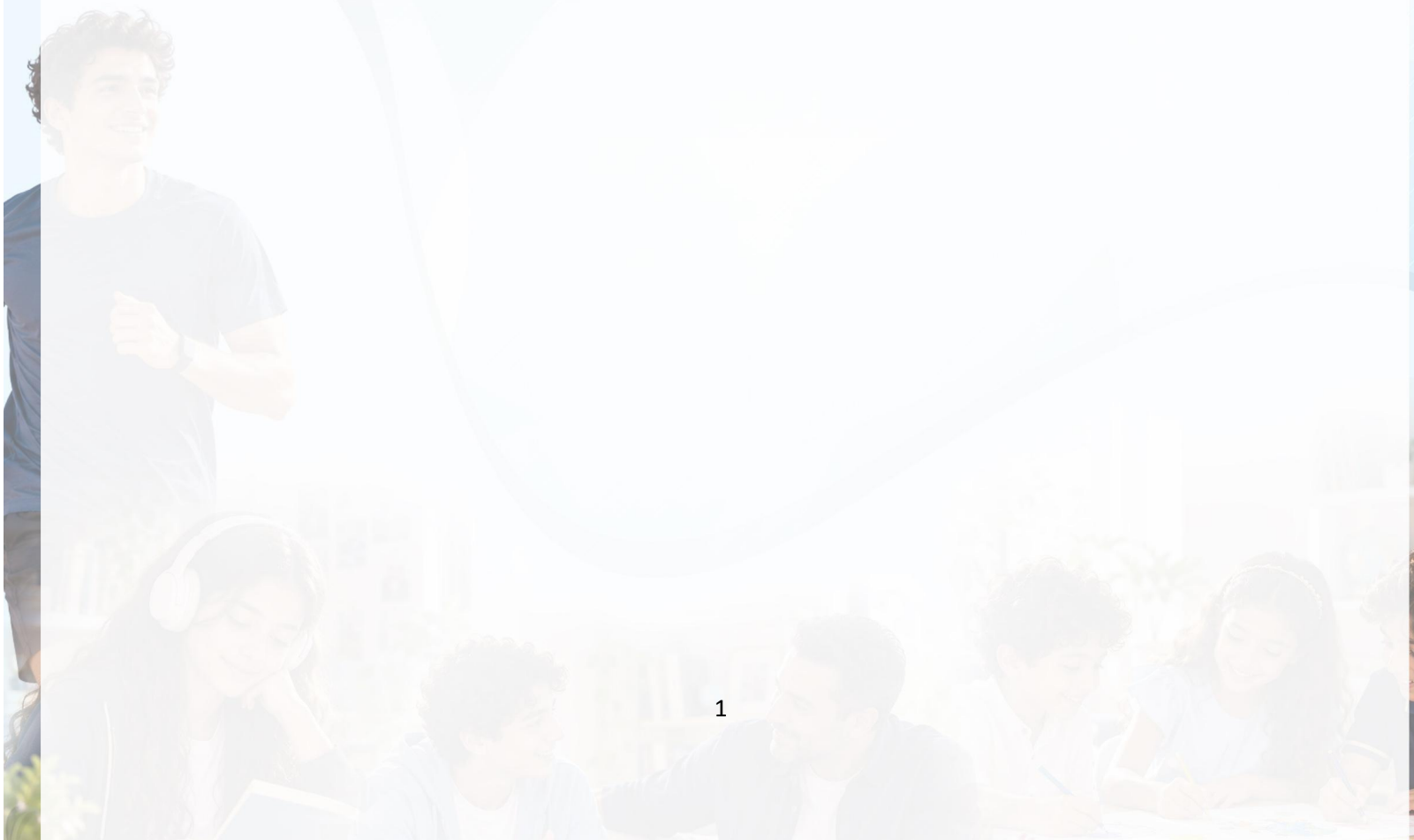
| | | |
|---|---|---|
| ٦-٣-١ | بعد الصحة والرفاهية البدنية..... | ١٨٧ |
| ٦-٣-٢ | بعد الصحة النفسية والانفعالية..... | ١٨٧ |
| ٦-٣-٣ | بعد الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الانسانية..... | ١٨٨ |
| ٦-٣-٤ | بعد الرفاهية العقلية والمعرفية..... | ١٨٨ |
| ٦-٣-٥ | بعد الرفاهية الأكاديمية والتعليمية..... | ١٨٨ |
| ٦-٣-٦ | بعد الرفاهية الرقمية ..... | ١٨٨ |
| ٦-٣-٧ | بعد الرفاهية البيئة والمكانية..... | ١٨٩ |
| **القسم السابع**<br>النهج الشامل للمؤسسات التربوية لتعزيز جودة الحياة والرفاهية | | |
| ٧ | النهج الشامل للمؤسسات التربوية لتعزيز جودة الحياة والرفاهية..... | ١٩٠ |
| **القسم الثامن**<br>الدليل لجودة حياة النشء والشباب المصرى | | |
| ٨ | الدليل لجودة حياة النشء والشباب المصري..... | ٢٢٤ |
| ٨-١ | الإطار المرجعي الوطني للدليل ..... | ٢٢٥ |
| ٨-١-١ | المرتكزات المرجعية للإطار الوطني للدليل..... | ٢٢٥ |
| ٨-١-٢ | القيم الحاكمة والمبادئ الموجهة..... | ٢٢٦ |
| ٨-١-٣ | الأبعاد السبعة لجودة حياة النشء والشباب المصري في الإطار الوطني..... | ٢٢٦ |
| ٨-١-٤ | الركائز المؤسسية لتطبيق الإطار الوطني (نموذج المؤسسة الشاملة والحوكمة).... | ٢٣٢ |
| ٨-٢ | الأدلة التطبيقية حسب المرحلة العمرية والتعليمية..... | ٢٣٤ |
| ٨-٢-١ | جودة الحياة والرفاهية لمرحلة الطفولة المبكرة ( ٤-٦)..... | ٢٣٥ |
| ٨-٢-١-١ | الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية..... | ٢٣٦ |
| ٨-٢-١-٢ | احتياجات الأطفال والتحديات الأكثر شيوعاً..... | ٢٤٤ |
| ٨-٢-١-٣ | أهداف جودة الحياة والابعاد ذات الاولوية لمرحلة الطفولة المبكرة (من ٤ - ٦)..... | ٢٤٧ |
| ٨-٢-١-٤ | المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها..... | ٢٥٢ |
| ٨-٢-١-٥ | الانشطة والتطبيقات العملية الفردية والجامعية..... | ٢٥٣ |

| | | |
|---|---|---|
| ٨-٢-١-٦ | أدوار المعلم والاسرة والإخصائي والإدارة..... | ٢٥٦ |
| ٨-٢-١-٧ | مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة..... | ٢٥٧ |
| ٨-٢-١-٨ | أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة..... | ٢٦٠ |
| ٨-٢-١-٩ | متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة..... | ٢٦٣ |
| ٨-٢-٢ | جودة الحياة والرفاهية للحلقة الأولي من مرحلة التعليم الأساسي (٦-١٢)..... | ٢٦٦ |
| ٨-٢-٢-١ | الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية..... | ٢٦٦ |
| ٨-٢-٢-٢ | احتياجات الطلاب والتحديات الأكثر شيوعاً..... | ٢٦٨ |
| ٨-٢-٢-٣ | أهداف جودة الحياة والابعاد ذات الاولوية ..... | ٢٧١ |
| ٨-٢-٢-٤ | المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها..... | ٢٧٤ |
| ٨-٢-٢-٥ | الانشطة والتطبيقات العملية الفردية والجامعية..... | ٢٧٦ |
| ٨-٢-٢-٦ | أدوار المعلم والاسرة والإخصائي والإدارة..... | ٢٧٧ |
| ٨-٢-٢-٧ | مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة..... | ٢٨٠ |
| ٨-٢-٢-٨ | أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة..... | ٢٨٢ |
| ٨-٢-٢-٩ | متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة..... | ٢٨٣ |
| ٨-٢-٣ | جودة الحياة ورفاهية الطلاب لمرحلة الإعدادي -الحلقة الثانية من التعليم الأساسى- والثانوى (١٢ - ١٨ سنة)..... | ٢٨٥ |
| ٨-٢-٣-١ | الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية للمرحلة العمرية (١٢-١٨سنة)..... | ٢٨٥ |
| ٨-٢-٣-٢ | احتياجات الطلاب والتحديات الأكثر شيوعاً في مرحلة المراهقة (١٢-١٨سنة)..... | ٢٨٧ |
| ٨-٢-٣-٣ | أهداف جودة الحياة والابعاد ذات الاولوية ..... | ٢٨٨ |
| ٨-٢-٣-٤ | المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها..... | ٢٨٨ |
| ٨-٢-٣-٥ | الانشطة والتطبيقات العملية الفردية والجامعية..... | ٢٨٩ |
| ٨-٢-٣-٦ | أدوار المعلم والاسرة والإخصائي والإدارة..... | ٢٩١ |
| ٨-٢-٣-٧ | مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة..... | ٢٩٢ |
| ٨-٢-٣-٨ | أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة..... | ٢٩٢ |

| | | |
|---|---|---|
| ٨-٢-٣-٩ | متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة..... | ٢٩٣ |
| ٨-٢-٤ | جودة الحياة ورفاهية الطلاب لمرحلة التعليم العالي (١٨ فأكثر)..... | ٢٩٤ |
| ٨-٢-٤-١ | الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية للمرحلة العمرية (١٨ فأكثر)..... | ٢٩٥ |
| ٨-٢-٤-٢ | احتياجات الشباب والتحديات الأكثر شيوعاً في مرحلة التعليم العالي (١٨ فأكثر)..... | ٢٩٧ |
| ٨-٢-٤-٣ | أهداف جودة الحياة والابعاد ذات الاولوية ..... | ٢٩٨ |
| ٨-٢-٤-٤ | المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها..... | ٢٩٩ |
| ٨-٢-٤-٥ | الانشطة والتطبيقات العملية الفردية والجامعية..... | ٣٠٠ |
| ٨-٢-٤-٦ | أدوار المعلم والاسرة والإخصائي والإدارة..... | ٣٠٠ |
| ٨-٢-٤-٧ | مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة..... | ٣٠٣ |
| ٨-٢-٤-٨ | أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة..... | ٣٠٤ |
| ٨-٢-٤-٩ | متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة..... | ٣٠٤ |
| ٨-٣ | منظومة القياس والمتابعة والتحسين..... | ٣٠٧ |
| ٨-٣-١ | مصفوفة مؤشرات الأداء الرئيسية (KPIs) لجودة الحياة الطلابية..... | ٣٠٨ |
| ٨-٣-٢ | مستويات الحوكمة والمتابعة المؤسسية (من المدرسة إلى المستوى القومي).... | ٣١١ |
| ٨-٣-٢-١ | المستوى المؤسسي (لجنة جودة الحياة والرفاهية بالمدرسة / الكلية)..... | ٣١١ |
| ٨-٣-٢-٢ | المستوى الوسيط (الإدارة التعليمية – المديرية – رئاسة الجامعة)..... | ٣١٢ |
| ٨-٣-٢-٣ | المستوى الوطني (مرصد بيانات جودة الحياة الطلابية – صندوق تطوير التعليم والوزارات المعنية)..... | ٣١٢ |
| ٨-٣-٣ | آليات التدخل السريع وحلقة التحسين المستمر (دورة التوقع والعمل والتأمل AAR)..... | ٣١٢ |
| **المراجع** | | |
| | قائمة المراجع..... | ٣١٤ |

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## الملخص التنفيذي



## الملخص التنفيذي :

يُشكل " دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري "وثيقة مرجعية وإجرائية صادرة عن صندوق تطوير التعليم، تهدف إلى إحداث تحول استراتيجي ونوعي في المنظومة التعليمية المصرية؛ و يرتكز هذا التحول على الانتقال بالبيئة المدرسية والجامعية من نمط "إدارة الأزمات والاستجابة العلاجية" إلى منظومة "الوقاية المبكرة والاستثمار في الصلابة النفسية والرفاه الشامل لتحقيق جودة الحياة."

ويأتي الدليل كاستجابة منهجية ووقائية للتحديات السلوكية والنفسية المعاصرة التي تواجه البيئة التربوية في مصر ؛ وتفرض نفسها على المجتمع المصري؛ وفي مقدمتها تصاعد الضغوط الأكاديمية والمجتمعية، والعنف المدرسي، وميول إيذاء النفس، والسلوكيات الاندفاعية، والانحراف نحو الإدمان الرقمي والمخدرات؛ وغيرها؛ وقد أثبتت الأدبيات التربوية والتقارير الصادرة عن المنظمات الدولية الحديثة أنها أعراض ناتجة عن قصور في السلامة النفسية وتراكم الضغوط البيئية غير الملباة.

وتؤكد الأدبيات الحديثة في الصحة النفسية المدرسية وتقارير المنظمات الدولية (مثل اليونيسف واليونسكو ومنظمة الصحة العالمية) أن الوصول إلى بيئة تربوية مناسبة للأجيال الجديدة لم يعد يتحقق بالوسائل العقابية وحدها، بل يتطلب معالجة الجذور النفسية والاجتماعية لتلك السلوكيات.

ولضمان تقدمنا نحو مجتمع أكثر صحةً وأمانًا واستدامةً وتماسكًا وازدهارًا، نحتاج إلى هذا الدليل ؛ كمحاولة لوضع إطار عمل موحد يساعد جميع المؤسسات على تحقيق أهداف الجمهورية الجديدة بشكل أفضل، من خلال تعزيز جودة الحياة و الرفاه للمواطن المصري.

ويوضح الهدف الثالث من أهداف التنمية المستدامة(SDGs) (الصحة الجيدة والرفاهية) والهدف الرابع (التعليم الجيد والمنصف والشامل)؛ مدى الاهتمام الدولي بتعزيز جودة الحياة والرفاهية؛ فالتعليم الجيد كأداة تحولية لتحقيق الرفاهية.

يرتكز الدليل على رؤية مصر ٢٠٣٠ والمبادرات القومية لبناء الإنسان (ومنها: "بداية جديدة"، "١٠٠ مليون صحة"، والاستراتيجيات الوطنية للطفولة المبكرة وحقوق الإنسان)، بالتكامل مع الأطر الدولية الرائدة، مثل أطر منظمة الصحة العالمية (WHO)؛ منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)؛ ومنظمة اليونسكو (UNESCO)؛ منظمة البكالوريا الدولية (IB) ؛ ومنظمة التعلم

الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (CASEL)؛ منظمة الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF) للوصول إلى إطار مرجعي وطني لجودة حياة النشء والشباب المصري في مؤسسات التعليم.

## الرؤية:

" بيئة آمنة ومُمكِّنة تضمن لكل النشء والشباب المصري وللأسرة المصرية التمتع بحقوقهم الدستورية في الرعاية المتكاملة والرفاهية الشاملة؛ و تدعم جودة الحياة وبناء الإنسان المصري بما يواكب تطلعات الجمهورية الجديدة ويحقق غايات رؤية مصر ٢٠٣٠ وأهداف التنمية المستدامة بالتعليم الجيد، والصحة والرفاه، والمساواة، والسلام والمؤسسات القوية».

## الرسالة:

«إرساء إطار مرجعي موحد وقابل للتطبيق لترسيخ ثقافة وممارسات جودة الحياة والرفاهية الشاملة للنشء والشباب المصري بمؤسسات التعليم المصرية وخارجها ، من خلال توحيد معايير الرعاية النفسية والصحية والاجتماعية والتربوية ونشرها ، وتفعيل آليات مؤسسية مجانية وميسرة للتوعية بالحقوق، وتقديم الاستشارات، والرصد المبكر والتدخل السريع والفاعل لمعالجة المشكلات والاستجابة للشكاوى والانتهاكات، وبناء قدرات الكوادر التعليمية، وتعزيز وكالة الطلاب وتمكينهم مع أسرهم كشركاء فاعلين في صنع القرار وصون الحقوق الدستورية وبناء الإنسان، بما يتكامل مع مستهدفات رؤية مصر ٢٠٣٠ وأهداف التنمية المستدامة».

## الهيكل التنظيمي العام للدليل

يتكون الدليل الاسترشادي من ثمانية أقسام كما يأتي:

القسم الأول : وتضمن تحديد الإشكالية والحاجة إلى دليل لجودة حياة النشء والشباب المصري ؛ وتم الاعتماد في هذا القسم على التقارير الرسمية والدراسات التي تناولت مظاهر التحول في المجتمع المصري ومنها ( العنف في المدارس / العنف الأسري/ التنمر / الادمان بأنواعه ؛غيرها)

القسم الثاني: وتناول جهود الدولة المصرية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية؛ وذلك من خلال استعراض مواد الدستور الصادر عام ٢٠١٤م والتي ترتبط بتحسين حياة المواطنين (المواد الخاصة بالتعليم أو بحقوق الطفل والمرأة) ؛و الاستراتيجيات والمبادرات الوطنية الداعمة لجودة الحياة والرفاهية التي أطلقتها الهيئات والوزارات المختلفة.

القسم الثالث: الإطار النظري لجودة الحياة والرفاهية ومراجعة الأدبيات؛ وتناول هذا القسم أبرز النظريات العلمية المفسرة لمراحل النمو وجودة الحياة والرفاه النفسي ومنها نظرية التحديد

الذاتي (Self-Determination Theory - Deci & Ryan) ؛ النموذج السداسي للرفاه النفسي (Carol Ryff's Model of Psychological Well-Being)؛ النموذج الإيكولوجي للنمو الإنساني (Bronfenbrenner's Ecological Systems Theory)؛ نموذج الرفاه الإيجابي PERMA (Seligman's PERMA Model)؛ نظرية التوازن الذاتي للرفاهية Wellbeing (Cummins's Subjective Homeostasis Theory)؛ نظرية إريكسون Erikson's theory لمراحل النمو لتحديد خصائص كل مرحلة وما يناسبها من أدوات لتعزيز جودة الحياة ورفاهية الطلاب.

القسم الرابع: وفيه تم عرض خبرات و ممارسات أجنبية رائدة في تعزيز جودة الحياة والرفاهية للنشء والشباب ومنها "الإرشادات لصانعي السياسات لمعالجة الرفاهية والصحة النفسية في المدارس" التي أصدرتها المفوضية الأوربية والتي أوضحت ممارسات بعض الدول الأوربية في هذا المجال (أسكتلندا/ أيرلندا/ فنلندا/ الدنمارك/ النمسا/ بولندا/ بلجيكا/ كرواتيا/ التشيك)؛ وكذلك تناول هذا القسم خبرة كل من ( سنغافورة / اليابان/ المملكة العربية السعودية / استراليا)

القسم الخامس: تم عرض أطر جودة الحياة والرفاهية للمنظمات الدولية الآتية:

منظمة الصحة العالمية (WHO) ومنها مبادرة "مساعدة المراهقين على الازدهار Helping) " (Adolescents Thrive - HAT؛ أدوات القياس والتقييم الميداني: مؤشر رفاه الطفل(WHO-5) ؛ ميثاق جنيف للرفاهية(Geneva Charter for Well-being)؛ إطار عمل منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية OECD لرفاه الطلاب (PISA Well-Being Framework) ؛ ومرصد بيانات الرفاهية التابع لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية؛ مشروع "مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠" أو بوصلة التعلم ونموذج الشمس للعمل المشترك (Sun Model of Co-agency) والذي اهتم بتحقيق التوافق البنيوي بين أبعاد رفاهية منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة؛ الاستراتيجية العالمية لليونسكو UNESCO في الصحة والرفاهية (2022–2029)؛ إطار اليونسكو للمدارس السعيدة Happy Schools؛ والمدارس المعززة للصحة" كأنماط لتحقيق جودة الحياة لطلاب المدارس؛ والمبادئ توجيهية لحماية حرية التعبير والحصول على المعلومات في حوكمة المنصات الرقمية؛ منظمة البكالوريا الدوليةIB واهتمت بتحقيق الرضا عن البيئة المدرسية سواء من جانب الطلاب أو المعلمين؛ ومنظمة التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, ) CASEL) والتي ركزت على البعد الرقمية للرفاهية والتدخلات الميسرة عبر الإنترنت لدعم الرفاهية في الطفولة والمراهقة؛ جهود منظمة الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF) وجهودها في مجال

حقوق الطفل ونموه ورفاهيته؛ونموذج الإطار البيئي لرفاهية الطفل (A Framework for Child Well-Being)

القسم السادس: وفيه تم استعراض أبعاد جودة الحياة والرفاهية من الأدبيات وتم التوصل إلى سبعة أبعاد تتضمن (بعد الصحة والرفاهية البدنية - بعد الصحة النفسية والانفعالية-بعد الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الانسانية-بعد الرفاهية العقلية والمعرفية-بعد الرفاهية الأكاديمية والتعليمية-بعد الرفاهية الرقمية ).

القسم السابع : وركز على النهج الشامل للمؤسسات التربوية لتعزيز جودة الحياة والرفاهية المحدد من المفوضية الأوروبية باعتباره نموذجاً متكاملًا يتضمن تحديد العوامل الفردية والاجتماعية والبنيوية؛ من خلال نموذج دائري متكامل ومتداخل للركائز الأساسية لمؤسسات التعليم، والتي تتضمن: المنهج الدراسي، وأجواء ومناخ المؤسسة وبيئتها؛ الشراكات مع الأسرة والمجتمع؛ أصوات المتعلمين؛ وتعليم ورفاهية العاملين في المدرسة.

القسم الثامن : يُمثل الجزء الأخير من "دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري"؛ وفيه تم تحديد الاطار المرجعي الإطار المرجعي الوطني المقترح ؛ الأدلة التطبيقية حسب المراحل العمرية من رياض الأطفال حتى المرحلة الجامعية؛ بالاضافة إلى تحديد منظومة القياس والمتابعة والتحسين.

# القسم الأول

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## الإشكالية والحاجة إلى دليل لجودة حياة النشء والشباب المصري

## ١- القسم الأول : الإشكالية والحاجة إلى دليل لجودة حياة النشء والشباب المصري

تواجه المجتمعات النامية عالمياً وإقليمياً موجات متصاعدة من التحديات المركبة التي تهدد الرفاه الاجتماعي والنفسي للأفراد؛ حيث تشير تقديرات الأمم المتحدة إلى أن أكثر من مليارات طفل (بين عمر عامين و١٧ عاماً) تعرضوا للعنف حول العالم، وتسجل منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا أعلى معدلات العقاب البدني بالمدارس، إذ يتعرض أكثر من ٩٠٪ من الأطفال لعقاب بدني مرتين على الأقل شهرياً. (هويدا عدلي رومان، ٢٠٢٥)

### ١-١ المشكلات النفسية والانفعالية:

يُعاني نحو ٢٠٪ من الأطفال والمراهقين من اضطرابات نفسية وانفعالية تشتمل على القلق، الاكتئاب، اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، الأرق، ورفض الذهاب للمدرسة. (هويدا عدلي رومان، ٢٠٢٥)

#### أفكار إيذاء النفس وتدني تقدير الذات:

تراود فكرة الانتحار وإيذاء النفس نحو ١٥٪ من الأطفال واليافعين بالبلدان النامية نتيجة التعرض للتنمر المدرسي والعقاب العنيف والضغط الأكاديمي الشديد. (محمد المهدي، ٢٠٢٥)

#### التأثر بالعنف والراحة العاطفية:

أثبتت الدراسات أن الأطفال والطلاب المعرضين لأعلى مستويات العنف والضغوط يسجلون انخفاضاً حاداً في مستويات الراحة العاطفية والتكيف الاجتماعي بنسبة تراجع بلغت ٢٠٪ إلى ٢٨٪ مقارنة بغير المعرضين، كما تسبب المشاهد التلفزيونية والمحتويات الرقمية العنيفة كوابيس ليلية وتبولاً لاإرادياً لدى ١٦٪ من الأطفال المتأثرين بالنزاعات والأزمات. ( (هويدا عدلي رومان، ٢٠٢٥)؛ (محمود علاء الدين، ٢٠٢٤) ;(unicef, 2024)

### ١-٢ المشكلات الصحية وأنماط الحياة غير الصحية:

#### تفحل الأنيميا (فقر الدم):

فقد أظهرت نتائج مسح صحة الأسرة المصرية بعام ٢٠٢٢ عن ارتفاعاً حاداً في معدل فقر الدم لدى الأطفال من عمر ٦ إلى ٥٩ شهراً ليرتفع من ٢٧٪ عام ٢٠١٤ إلى ٤٣٪ عام ٢٠٢١ (منها ٢١٪ خفيفة، ٢١٪

متوسطة، و١٪ شديدة). وترتفع الأنيميا لتبلغ ٤٧٪ في ريف صعيد مصر، و٤٩٪ في المحافظات الحدودية، و٤٦٪ لدى الشرائح الأكثر فقراً.كما تسجل الأنيميا بين الفتيات واليافعات في سن ١٠–١٩ سنة نحو ٣٣,٥٪ إلى ٣٨,٣٪. ((unicef, 2024); (Howaida Adly Roman, 2026))

## سوء التغذية:

يعاني ١٢,٨٪ إلى ١٣٪ من الأطفال دون الخامسة من التقزم (ويرتفع إلى ١٥,٢٪ بالوجه القبلي و١٦,٢٪ بريف الصعيد و١٦,٨٪ بالشريحة الأكثر فقراً). وفي المقابل، ارتفعت السمنة وزيادة الوزن لتسجل ١١,٥٪ إلى ١٦٪ لدى الأطفال دون الخامسة، و٢٣٪ إلى ٣٦٪ لدى الأطفال واليافعين، و٨٦٪ لدى النساء في سن الإنجاب، و تبلغ نسبة اختلال الوزن بالنسبة للطول ٤٥٪ لدى البنين و٤٢,٢٪ لدى البنات في سن ٥–٩ سنوات. ( (unicef, 2024); (WFP, 2024) )

كما أشارت الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ – ٢٠٢٩ أن هناك تحديات صحية وتغذوية حيث يعاني ما يقرب من ١٠ ملايين طفل مصري من خطر عدم تحقيق إمكاناتهم بسبب الفقر؛ كما أظهرت البيانات أن ١٣٪ من الأطفال أقل من ٥ سنوات يعانون من التقزم، و٤٪ من النحافة، بينما يعاني ١٢٪ من زيادة الوزن أو السمنة ولا تتجاوز نسبة الأطفال (٠-٦ أشهر) الذين يحصلون على الرضاعة الطبيعية المطلقة ٤٠,٢٪ . (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

## العجز عن دفع التكاليف العلاجية والفقر الكارثي:

تشير البيانات الوطنية إلى أن ٣٠٪ من المواطنين يعجزون عن دفع تكاليف الخدمات الطبية والعلاجية عند المرض، وتتعرض ٧٪ من الأسر سنوياً للوقوع في دائرة الفقر الكارثي جراء النفقات الصحية الطارئة. وتعمل الدولة على مجابهة ذلك عبر التوسع المرحلي في نظام التأمين الصحي الشامل (UHIS) المتواجد حالياً في ٦ محافظات (بورسعيد، الإسماعيلية، الأقصر، السويس، جنوب سيناء، وأسوان) لتغطية المحافظات بحلول ٢٠٣٢. (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١)

## ١-٣ المشكلات الاقتصادية وعدم الاستقرار المعيشي والفقر متعدد الأبعاد:

### الفقر متعدد الأبعاد (MPI) وهيكله:

طال الفقر متعدد الأبعاد ٢١٪ من سكان مصر (أكثر من مواطن من بين كل خمسة) في عام ٢٠٢٤ وفقاً للتقريرالذي صدر عن اللجنة الاقتصادية والاجتماعية لغربي آسيا التابعة للأمم المتحدة (ESCWA) والذي يحلل الفقر متعدد الأبعاد في مصر . (Ministry of Planning, the Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024)

### المساهمة القطاعية والتفاوت الجغرافي:

يسهم بُعدا "الخدمات" و"العمل" بنسبة ١٩٪ لكل منهما في إجمالي الفقر القومي، يليهما "السكن" و"التعليم" بنسبة ١٥٪ لكل منهما. وتسجل المناطق الريفية نسبة فقر متعدد الأبعاد تبلغ ٣٦,٩٪ مقارنة بالحضر (٩,٦٪) (Ministry of Planning, the Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024) ، بينما تبلغ نسبة الفقر المالي القومي ٢٩,٧٪ والفقر المدقع ٤,٥٪، وترتفع في ريف صعيد مصر لتسجل ٤٨,٢٪، ويقطن الصعيد أكثر من ٤٠٪ من الفقراء في مصر. (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١)

### التضخم الغذائي وتغير أنماط الاستهلاك:

أدى الارتفاع التراكمي بأسعار الغذاء وفق مسح المعهد الدولي لبحوث السياسات الغذائية ( IFPRI ) على ٦,٠٠٠ أسرة إلى دفع ٨٥٪ من الأسر الفقيرة وقريبة الفقر لتخفيض استهلاك اللحوم، و٧٥٪ لتخفيض استهلاك الدواجن والبيض (Howaida Adly Roman, 2026). ورغم تراجع التضخم إلى ١٠,٣٪ في ديسمبر ٢٠٢٥، فإن أثره التراكمي المرتفع بين يناير ٢٠٢٣ وأكتوبر ٢٠٢٥ يظل ضاغطاً على القوة الشرائية للأسر. (WFP, 2025)

### هشاشة الاستقلال الاقتصادي للشباب:

يهيمن القطاع غير الرسمي الذي يستوعب ٥٤,٨٪ من إجمالي القوى العاملة في مصر (ويتجاوز ٩٦٪ في الزراعة) دون عقود قانونية أو تأمين اجتماعي، مما يعوق الاستقلال المالي للشباب الخريجين. (Ministry of Planning, the Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024)

### بطالة الشباب والإناث الشابات:

بلغت نسبة بطالة الشباب (١٥–٢٩ سنة) بين عامي ٢٠١٥-٢٠١٩ ما بين ١٦,٥٪ إلى ١٧٪ قومياً. وتظهر الفجوة النوعية الحادة؛ إذ تبلغ البطالة بين الشابات الإناث من ٤٢,١٪ إلى ٤٣,٣٪ (نحو أربعة أضعاف الذكور البالغة ١٠,٤٪–١١,٢٪). ( (unicef, 2024) ; (وليد امين عبد الخالق محمد، ٢٠٢٣))

### الفجوة المهارية (Skill Mismatch):

بلغت نسبة عدم التوافق بين التخصصات التعليمية والمهن الفعلية بين عامي ٢٠١٥-٢٠١٩ إلى ٤٦,٨٪ للذكور و٤٦,٩٪ للإناث. وفي مؤشر رأس المال البشري المحدث ، سجلت مصر ٢٢ نقطة فقط من أصل ٨٧ في البعد الفرعي للتشغيل. (وليد امين عبد الخالق محمد، ٢٠٢٣) كما بلغت نسبة الشباب خارج التعليم والتدريب والعمل (NEET) في الفئة العمرية (١٥–٢٤ سنة) نحو ٢٨,٧٪ إلى ٣٠٪ قومياً (وتصل إلى ٤٢٪ بين الإناث الشابات مقابل ١٧٪ للذكور). (unicef, 2024)

### ١-٤ المشكلات التعليمية والأكاديمية والعنف المدرسي:

هناك العديد من المشكلات المرتبطة بالتعليم وذلك على الرغم من الجهود المبذولة للتطوير ؛ يمكن عرض أبرزها كما يأتي:

### الفقر التعليمي وتدهور المهارات:

يعاني ٥٦٪ من الأطفال في مصر في ختام المرحلة الابتدائية من الفقر التعليمي (Learning Poverty) وهو العجز عن قراءة وفهم نص بسيط يناسب سن الأطفال (WBG & UNESCO, 2024). وفي اختبار PIRLS الدولي للقراءة لعام ٢٠٢١، أحرزت مصر متوسط ٣٧٨ درجة فقط (المركز ٥٦ من بين ٥٧ دولة) وفشل ٥٥٪ من طلاب الصف الرابع في تحقيق الحد الأدنى المعياري للمهارات.(unicef, 2024) ؛ وهناك فجوات في تعليم الطفولة المبكرة (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩.، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩) بلغت نسبة الأطفال (٤-٦ سنوات) المقيدين في رياض الأطفال العامة ٣٠٪ فقط، مما يعكس فجوة في الوصول إلى التعليم ما قبل الابتدائي.

### كثافة الفصول والدروس الخصوصية:

تبلغ كثافة الفصول في الابتدائي الحكومي متوسط ٥٠ إلى ٥٣,٢ طالباً بالفصل (بمعدل ٣٥,٧ طالب لكل معلم)، و٤٨ إلى ٥٠,٥ بالإعدادي.(unicef, 2024) وترتفع الكثافة لتسجل ٥٦ طالباً بالفصل في أسيوط، و٥٥ طالباً في الجيزة والمنيا والقليوبية. وأدى تدني كفاءة المدارس العامة إلى تحول الدروس الخصوصية لإجبار مالي يلتهم دخل الأسرة.(Howaida Adly Roman, 2026)

### التسرب وفجوة القيد الثانوي:

تبلغ نسبة الأطفال خارج المدرسة بالثانوي ١٢,٢٪ قومياً (وتصل إلى ١٤,٣٪ بريف الجمهورية، و١٩,٩٪ بريف الصعيد، و٢٦,٦٪ للإناث بالمحافظات الحدودية)، وتبلغ نسبة الانتقال للثانوي العام في الريف ٢٦,٨٪ مقابل ٦٣,٩٪ بالحضر. (unicef, 2024)

### العنف المدرسي والعقاب البدني والتنمر:

تشير بيانات اليونيسف والمجلس القومي للطفولة والأمومة في أكتوبر ٢٠١٨ إلى أن ٧٠٪ من الطلاب (في سن ١٣–١٥ سنة) في مصر تعرضوا لشكل من أشكال التنمر من قِبَل أقرانهم في المدارس (المجلس القومي للطفولة والأمومة، يونيسف مصر، ٢٠١٨) ، وتقع ٧٠٪ من بلاغات التنمر الرسمية داخل أروقة المدارس. (محمد فتحي حصان، ٢٠٢٤)كما يتعرض أكثر من ٩٠٪ من الأطفال لممارسات العقاب البدني والتأديب العنيف بالمدارس والبيئات التعليمية. (محمود علاء الدين، ٢٠٢٤).

و يتسبب التنمر والعنف المدرسي في تراجع التحصيل العلمي، الخوف والتوتر عند الذهاب للمدرسة، الانطواء، تفاقم القلق والشعور بالحقارة وعجز الذات، وقد يدفع الأطفال في بعض الحالات للتفكير في الانتحار أو محاولته (المجلس القومي للطفولة والأمومة، يونيسف مصر، ٢٠١٨) . هذا وقد أقر المشرع المصري القانون ١٨٩ لسنة ٢٠٢٠ (المادة ٣٠٩) لتجريم التنمر. (جمهورية مصر العربية، ٢٠٢٠)

### ١-٥ المشكلات الأسرية والاجتماعية:

تُعدّ الاضطرابات الأسرية والعنف المنزلي من أبرز العوامل المباشرة التي تهدد الاستقرار النفسي والاجتماعي، لما تتركه من آثار سلبية في شعور الأفراد بالأمان، وفي قدرتهم على التكيف وبناء علاقات أسرية ومجتمعية صحية؛ ومن أبرزها ما يأتي:

### أساليب التأديب الأسرية العنيفة:

تظهر المسوح الوطنية أن ٨١٪ إلى ٨٣٪ من الأطفال (١–١٤ سنة) يتعرضون لأساليب تأديب أسرية عنيفة شهرياً (٥٩٪ عنف بدني، ٢٨٪ عنف بدني شديد كالضرب على الوجه، و٨٠٪ عنف نفسي واعتداء لفظي)، بينما يقتصر التأديب الإيجابي غير العنيف على ٩٪ فقط. (UNICEF, 2023)

### العنف الموجه ضد النساء والزوجات:

كشفت البيانات الوطنية أن ٣١٪ من النساء السابق لهن الزواج تعرضن لآشكال من العنف الأسري من الزوج، وبلغت نسبة التعرض للضرب والعنف البدني لدى الشابات (١٥–٢٤ سنة) ٢٥,٤٪، والعنف النفسي ٢٠,٢٪ . بينما معدلات العنف ضد الزوجة في الريف تسجل ٣٢,٦٪ مقابل ٢٨,٤٪ بالحضر، وتصل إلى أعلى مستوياتها لدى الشريحة الأكثر فقراً بمؤشر الثروة بنسبة ٣٩,٢٪. (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١) ؛ و كشفت المسوح أن ٩٣٪ من الأسر تستخدم أساليب عنفية في تأديب الأطفال (مثل الصراخ أو الضرب)، وبلغت نسبة ختان الإناث بين الفتيات (٠-١٩ سنة) ١٤٪ وتفتقر التشريعات المصرية إلى نصوص صريحة تجرم كافة أشكال العنف ضد الأطفال (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩ ,. ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

### هشاشة الأسر المعيلة:

ترأس النساء نحو ١٨٪ من الأسر المصرية، وتصل نسبة الفقر بينهن إلى ١٣٪ وسط أعباء اقتصادية ونظرات اجتماعية ضاغطة. ( (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١) ; (Ministry of Planning, the (Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024)

### تأثير تعاطي المخدرات والكحول:

ترتفع احتمالية ممارسة العنف الجسدي والنفسي بمقدار ٦ إلى ١٨ مرة لدى الأزواج الذين يتعاطون المواد المخدرة والمشروبات الكحولية مقارنة بغيرهم. (أميرة شاهر عبد الحميد، سارة محمد السيد، ٢٠٢٦)

### ظاهرة ختان الإناث:

أظهر المسح الصحي للأسرة المصرية أن ٨٩,٥٪ من السيدات في الفئة العمرية (١٥–٤٩ سنة) بالريف تعرضن لختان الإناث، وتصل النسبة إلى ٩٤٪ بين الفتيات في بعض المحافظات كصعيد مصر (أسيوط). (أحمد محمد رضوان، أسماء محمد مجدي، ٢٠٢٦)

### ١-٦ المشكلات الرقمية والتكنولوجية:

أدى التحول المتسارع نحو الفضاء الرقمي وتزايد استخدام الهواتف الذكية والألعاب الإلكترونية إلى بروز أنماط مستحدثة من المهددات الأسرية والنفسية؛ ويمكن تناولها كما يأتي:

### التنمر الإلكتروني والتحرش الرقمي:

كشفت الدراسات الوطنية المسحية أن ٥٨٪ من الإناث في مصر تعرضن للتحرش الإلكتروني، وأن ٥٠٪ من الفتيات يتعرضن للتسلط الرقمي بكثافة أعلى من الشارع. هذا وقد تسبب المضايقات والابتزاز الرقمي آثاراً نفسية وعاطفية لدى ٤٢٪ من الإناث، وفقدان الثقة بالنفس وتراجع تقدير الذات لدى ٤٢٪، ومشاكل دراسية لدى ١٨٪، وشعوراً بعدم الأمان الجسدي لدى ٢٤٪. (حنان حسن حسين عطية، ٢٠٢٦)

كما كشفت نتائج دراسة أممية أن واحدة من كل ٣ نساء متعرضات للعنف الرقمي، وينعكس العنف ضدها واقعياً في المجتمع حيث تُستغل المواد الرقمية كأداة للابتزاز والسيطرة على الزوجات خلال النزاعات الزوجية وفترات الطلاق. (هند فؤاد السيد، ٢٠٢٥)

### مخاطر الذكاء الاصطناعي والتنشئة الرقمية:

أبرز ما جاء في تقرير Kaspersky كاسبرسكي (٢٠٢٤) صادر عن شركة كاسبرسكي Kaspersky للحلول الأمنية وحمل عنوان( "Growing Up Online"النشأة على الإنترنت أو في العالم الرقمي)، أن في مصر ١٦٪ من الأطفال والمراهقين وقعوا ضحايا للتنمر الإلكتروني، مما أدى إلى انخفاض تقدير الذات لدى ٥٧٪ منهم، والإصابة بالأعراض الاكتئابية لدى ٥٠٪ من العينة؛ كما يمارس ٧٧٪ منهم ألعاباً غير ملائمة لعمرهم، ويشاهد ٤١٪ محتوى عنيفاً بالصدفة، ويشعر ٣٧٪ بالغضب عند إغلاق الهاتف، وتشكل مدة البقاء على الإنترنت سبباً رئيسياً للخلافات الأسرية بنسبة ٥٩٪؛ و يحرص الآباء في مصر

على حماية أطفالهم على الإنترنت من خلال إبلاغ الأطفال بالمخاطر مسبقًا (٥٩٪)، والتحكم في وقت تواجد الطفل على الإنترنت (٤٧٪)؛ وبالنسبة للتبعات النفسية كانت مصر من أعلى الدول التي تظهر فيها عواقب التنمر بوضوح؛ إذ عانى 57%من الأطفال من انخفاض تقدير الذات، و 50%من أعراض الاكتئاب، بالإضافة إلى إصابة 33% منهم بفقدان الشهية العصبي(Anorexia . (Kaspersky, 2024, p. 45)

### الفجوة الرقمية وحرمان الخدمات:

أظهر الدليل الوطني للفقر متعدد الأبعاد أن ٤٥,١٪ من المصريين يعانون من عدم القدرة على الوصول للإنترنت في بعض الخدمات. (Ministry of Planning, the Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024)

### إدمان تطبيقات المراهنات والألعاب الإلكترونية العنيفة:

كشفت أبحاث مجلة بحوث الإعلام الرقمي أن الانخراط في ألعاب المراهنات والتطبيقات الرقمية يولد سلوكيات إدمانية، واضطرابات انفعالية، وأفكاراً سلبية، وسلوكاً عدوانياً، وفوبيا اجتماعية، وتدهوراً في التحصيل الدراسي والعلاقات الأسرية. (فايدة عبدالدايم، ٢٠٢٥)

### الاستغلال الجنسي للأطفال عبر الإنترنت:

قفزت الحالات المبلغ عنها عالمياً للاعتداء والاستغلال الجنسي للأطفال عبر الإنترنت بنسبة ٨٧٪ بين عامي ٢٠١٩ و٢٠٢٣ لتتجاوز ٣٢ مليون حالة، كما تشكل ألعاب إنترنت الأشياء والأجهزة الذكية المتصلة بالشبكة مخاطر اتصال غير مرغوب فيه مع الأطفال. (محمود الطباخ، ٢٠٢٤)

## ١-٧ المشكلات البيئية و مشكلات التمييز والإقصاء الاجتماعي وعدم تكافؤ الفرص:

### التكلفة الصحية للتلوث:

يكبد تلوث الهواء بالجسيمات الصلبة الدقيقة ($PM_{2.5}$) في القاهرة الكبرى الدولة سنوياً نحو ٤٧ مليار جنيه (١,٣٥٪ من الناتج المحلي الإجمالي) متسبباً في ١٢,٦٠٠ وفاة مبكرة سنوياً. وتبلغ التكلفة الصحية لنقص خدمات مياه الشرب والصرف الصحي المأمونة نحو ٣٩ مليار جنيه سنوياً (١,١٤٪ من الناتج المحلي). (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١)

### إدارة المخلفات الصلبة:

تنتج منطقة القاهرة الكبرى ٩,٥ مليون طن مخلفات بلدية سنوياً، ولا تتعدى النسبة المعالجة وتدويرها ١٥٪ والمدفونة صحياً ٢١٪. (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١)

### التفاوت المكاني الجغرافي:

تبلغ نسبة الفقر متعدد الأبعاد بالريف ٣٦,٩٪ مقابل ٩,٦٪ بالحضر. (Ministry of Planning, the Ministry of Social Solidarity, UNICEF, & OPHI, 2024)

### إقصاء المرأة من القوى العاملة والتفاوت الزراعي:

تقتصر مشاركة المرأة المصرية في القوى العاملة على ١٤,٢٪ إلى ١٦,٨٪ (أو ٢١٪) فقط، وتعمل النساء الريفيات بنسب مرتفعة في المزارع الأسرية دون أجر ويواجهن تفاوتاً في المعاملة المالية. (أحمد محمد رضوان، أسماء محمد مجدي، ٢٠٢٦)

### إقصاء الأشخاص ذوي الإعاقة:

تُظهر البيانات وجود تفاوت حاد في المدارس وفصول الدمج بين الحضر والريف (٤,١٠٧ فصول بالحضر مقابل ١,٠٢٣ فقط بالريف). (وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية، ٢٠٢١) ويسجل معدل البطالة بين ذوي الإعاقة ضعف المعدل المسجل بين الأصحاء.

وفي ١٨ ديسمبر ٢٠٢١ صدر القانون رقم ١٥٦ لسنة ٢٠٢١ بتعديل بعض أحكام قانون الأشخاص ذوي الإعاقة رقم ١٠ لسنة ٢٠١٨ من أجل تغليظ عقوبة المتنمرين على ذوي الإعاقة، ونص التعديل على إضافة مادة جديدة نصت على أن يُعاقب المتنمر بالشخص ذي الإعاقة بالحبس والغرامة، فتكون العقوبة هي الحبس مدة لا تقل عن سنتين وبغرامة لا تقل عن خمسين ألف جنيه، ولا تزيد على مائة ألف جنيه، أو بإحدى هاتين العقوبتين. (محمد فتحي حصان، ٢٠٢٤)

وفي إطار ما سبق، ينطلق صندوق تطوير التعليم (EDF) التابع لرئاسة مجلس الوزراء في جمهورية مصر العربية من مسؤوليته الوطنية في الاستثمار في رأس المال البشري وتحسين البيئات التعليمية والمجتمعية، بما يتسق مع أهداف رؤية مصر ٢٠٣٠. ومن هذا المنطلق، يأتي إعداد " الدليل

الاسترشادي المقترح لجودة الحياة الطلابية" استجابة للحاجة إلى مرجعية توعوية وإرشادية ووقائية متكاملة، تسهم في ترسيخ الوعي والممارسات الإيجابية لدى الطلاب والمعلمين وأولياء الأمور والشباب الخريجين ومؤسسات التنمية الاجتماعية. وتزداد أهمية هذا الدليل في ضوء تعدد العوامل المؤثرة في الرفاهية وتداخلها؛ إذ لا يمكن عزل قضايا الفقر متعدد الأبعاد، والأنيميا، والفقر التعليمي، والتنمر المدرسي، والعنف الرقمي، وبطالة الإناث، وتلوث البيئة عن بعضها، نظراً إلى أن كل عامل منها قد يفاقم الآخر، بما ينعكس على الصحة النفسية والجسدية، والتحصيل الدراسي، والاستقرار الاجتماعي، وفرص الاندماج والعمل.

كما يستجيب الدليل لفجوة مجتمعية في فهم مفهوم الرفاهية، الذي لا ينبغي اختزاله في الرعاية الصحية أو مستوى الدخل، بل يتعين تناوله بوصفه مفهوماً شاملاً يضم الصحة النفسية، والبيئة الآمنة، والتغذية السليمة، والمهارات الرقمية، والاندماج الاجتماعي، والقدرة على التكيف. ومن ثم، يهدف الدليل إلى دعم الانتقال من الاستجابة للأزمات بعد وقوعها إلى تبني نهج وقائي يقوم على التنشئة الإيجابية، والحد من التنمر والعنف والعقاب البدني، وتعزيز أنماط الحياة الصحية والمستدامة، مع توفير إطار تطبيقي موحد تستفيد منه المؤسسات التعليمية والاجتماعية والطلاب والمعلمون والأخصائيون وأسرهم في التعامل مع التحولات الحياتية، وتنمية المرونة النفسية والمجتمعية، والاستعداد للانتقال إلى سوق العمل، وبناء مواطنة فاعلة ومسؤولة.

# القسم الثاني

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## جهود الدولة المصرية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية

## ٢- جهود الدولة المصرية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية

تركز رؤية مصر ٢٠٣٠ م على الارتقاء بجودة حياة المواطن المصري وتحسين مستوى معيشته في مختلف نواحي الحياة وذلك من خلال التأكيد على ترسيخ مبادئ العدالة والاندماج الاجتماعي ومشاركة كافة المواطنين في الحياة السياسية والاجتماعية؛ يأتي ذلك جنبًا إلى جنب مع تحقيق نمو اقتصادي مرتفع، احتوائي ومستدام وتعزيز الاستثمار في البشر وبناء قدراتهم الإبداعية من خلال الحث على زيادة المعرفة والابتكار والبحث العلمي في كافة المجالات؛ وتعطي رؤية مصر ٢٠٣٠ أهمية لمواجهة الآثار المترتبة على التغيرات المناخية من خلال وجود نظام بيئي متكامل ومستدام يعزز المرونة والقدرة على مواجهة المخاطر الطبيعية؛ كما تركز الرؤية على حوكمة مؤسسات الدولة والمجتمع من خلال الإصلاح الإداري وترسيخ الشفافية؛ ودعم نظم المتابعة والتقييم وتمكين الإدارات المحلية؛ وتأتي كل هذه الأهداف المرجوة في إطار ضمان السلام والأمن المصري وتعزيز الريادة المصرية إقليميًا ودوليًا.

وتعزيز جودة الحياة والرفاهية جزء أساسي من اهتمام الدولة المصرية لتمكين الأطفال والشباب من تحقيق كامل إمكانياتهم والمساهمة في التنمية الاجتماعية والثقافية والاقتصادية لمصر؛ وبواجه المجتمع المصري مجموعة واسعة من التحديات التي تؤثر على الرفاهية وجودة الحياة؛ تعزيز جودة الحياة لأطفالنا وشبابنا مسؤولية مشتركة للمجتمع ويهم الجميع.

وجهود الدولة المصرية مستمرة ومتواصلة لتعزيز جودة الحياة والرفاهية ومواجهة التحديات و تُمثل مخرجات وتوصيات "منتدى مصر المرتبطة بالتعليم وحماية وإتاحة حقوق ذوي الإعاقة" وخطوة لتحويل مفاهيم جودة الحياة والرفاهية النظرية إلى تدابير إجرائية ومعايير تطبيقية ملموسة .ويبرز هذا التكامل من خلال تركيز المنتدى على إزالة العوائق الهيكلية وتطبيق آليات الإتاحة الشاملة— سواء في البنى التحتية والمباني التعليمية أو المنصات الرقمية والبيئات الخدمية—بما يضمن تعزيز الاستقلالية الفردية والكرامة الإنسانية بكافة المؤسسات؛ مما يسهم استدماج هذه الرؤى في تحسين مناخ التعلم والعمل، ورفع مستويات السلامة النفسية والشعور بالانتماء، وتوفير البيئات الميسرة والمدمجة التي تكفل تحقيق أعلى مستويات جودة الحياة والرفاهية للمتعلمين والكوادر التعليمية على حدٍ سواء. (منتدى مصر ٢٠٢٦، ٢٠٢٦)

وتم التأكيد خلال المنتدى أن من المستهدفات تحسين جودة الحياة في كافة أنحاء الجمهورية، وكذا الجهود المبذولة لتطوير المدن الكبرى وعواصم المحافظات في ١٣ محافظة، فضلًا عن الانجازات المحققة في مجال القضاء على العشوائيات؛ وفي هذا الإطار، تمت الإشارة إلى أنه تم إنشاء ٦١ مدينة جديدة. وتناولت الجلسة كذلك مشروع تطوير القاهرة الخديوية، والجهود المبذولة لتطوير قطاع مياه الشرب، بما في ذلك تنفيذ ٥٢٢ مشروع في هذا الإطار؛ كما تم استعراض الجهود المبذولة لتطوير قطاع الصرف الصحي، والموقف التنفيذي لمشروعات الإسكان المنتهية وتلك الجارية، والتي شملت حتى الآن إنشاء ١,٩٦ مليون وحدة سكنية جديدة. (منتدى مصر ٢٠٢٦، ٢٠٢٦)

و تشهد مصر جهودًا واسعة وممتدة لتحقيق رفاهية الطفل وجودة حياته الشاملة (الصحية، النفسية، الاجتماعية، والتعليمية)، وتعتبر هذه الجهود جزءاً من "رؤية مصر ٢٠٣٠" والاستراتيجيات القومية لبناء الإنسان؛ ويُمكن تناولها كما يأتي:

### ٢-١ مواد الدستور المرتبطة بجودة الحياة والرفاهية

بناءً على دستور جمهورية مصر العربية (٢٠١٩)، إليك المواد المرتبطة بمفاهيم جودة الحياة والرفاهية، والتي تتناول الحقوق الأساسية، الرعاية الصحية، التعليم، السكن الملائم، البيئة، والعدالة الاجتماعية: (دستور جمهورية مصر العربية ، ٢٠١٩)

#### ٢-١-١ مواد الدستور المصري

المادة (٨): تنص على أن يقوم المجتمع على التضامن الاجتماعي، وتلتزم الدولة بتحقيق العدالة الاجتماعية وتوفير سبل التكافل الاجتماعي بما يضمن الحياة الكريمة لجميع المواطنين.

المادة (١٧): تكفل الدولة توفير خدمات التأمين الاجتماعي والضمان الاجتماعي بما يضمن حياة كريمة للمواطنين في حالات العجز عن العمل، الشيخوخة، والبطالة.

المادة (١٨): تنص على حق كل مواطن في الصحة وفي الرعاية الصحية المتكاملة وفقاً لمعايير الجودة، وتلتزم الدولة بإقامة نظام تأمين صحي شامل لجميع المصريين.

المادة (١٩): تنص على أن التعليم حق لكل مواطن هدفه بناء الشخصية المصرية وتوفيره وفقاً لمعايير الجودة العالمية.

المادة (٢٠): تلتزم الدولة بتشجيع التعليم الفني والمهني وفقاً لمعايير الجودة العالمية.

المادة (٢١): تكفل الدولة توفير التعليم الجامعي وتطويره وفقاً لمعايير الجودة العالمية.

المادة (٢٢): تؤكد على رعاية حقوق المعلمين وأعضاء هيئة التدريس بما يضمن جودة التعليم.

المادة (٢٧): يهدف النظام الاقتصادي إلى تحقيق الرخاء في البلاد من خلال التنمية المستدامة والعدالة الاجتماعية، ورفع مستوى المعيشة، وتقليل البطالة، والقضاء على الفقر.

المادة (٤٦): تنص على أن لكل شخص الحق في بيئة صحية سليمة، وحمايتها واجب وطني، والاستخدام الرشيد للموارد لتحقيق التنمية المستدامة.

المادة (٧٨): تكفل الدولة للمواطنين الحق في المسكن الملائم والآمن والصحي بما يحفظ الكرامة الإنسانية ويحقق العدالة الاجتماعية، ووضع خطط لتحسين نوعية الحياة للمواطنين وتطوير العشوائيات وصحة المجتمع.

المادة (٧٩): تنص على حق كل مواطن في غذاء صحي وكاف، وماء نظيف، وتأمين الموارد الغذائية بشكل مستدام.

المادة (٨٠): تكفل رعاية الطفل وتنميته الوجدانية والمعرفية، وتوفير مأوى آمن ورعاية صحية وأسرية.

المادة (٨١): تلتزم الدولة بضمان حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة والأقزام صحياً واقتصادياً واجتماعياً وثقافياً وترفيهياً ورياضياً وتعليمياً.

المادة (٨٣): تلتزم الدولة بضمان حقوق المسنين صحياً، واقتصادياً، واجتماعياً، وثقافياً، وترفيهياً، وتوفير معاش مناسب يكفل لهم حياة كريمة.

٢-١-٢ قانون الطفل المصري رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦ (جمهورية مصر العربية، قانون رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦، ١٩٩٦)وتعديلاته؛ فقد نص على أن يكفل القانون للطفل الحق في التنشئة الصحيحة في إطار من الحرية والكرامة الإنسانية؛ يمنح الطفل الحق في الاسم والجنسية، ويقرر الأولوية لحماية مصلحة الطفل الفضلى في كافة القرارات والإجراءات؛ وبالنسبة للرعاية الصحية والوقائية يضمن القانون حقوق الطفل الصحية منذ الولادة من خلال تنظيم عمليات التوليد، وإلزامية قيد المواليد، وتوفير التطعيمات الوقائية المجانية ضد الأمراض المعدية؛ كما يستحدث "البطاقة الصحية" لمتابعة الحالة الصحية والنمائية للطفل دورياً طوال مرحلة التعليم قبل الجامعي؛ مع فرض رقابة صارمة على حماية أغذية الرضع

والأطفال ومنع الإضافات الضارة لضمان سلامتهم الجسدية؛ كما تناول الرعاية الاجتماعية والنمائية وذلك بالنص على تنيظم إنشاء دور الحضانة ونوادي الطفل لتوفير بيئة تربوية واجتماعية وثقافية تهدف إلى تنمية مواهب الأطفال وتهدئتهم نفسياً وبدنياً؛ وتوفير نظام "الأسر البديلة" ومؤسسات الرعاية للأطفال المحرومين من الرعاية الأسرية لتعويضهم عما فقدوه من عطف وحنان؛ مع اقرار معاشاً شهرياً للأطفال الأيتام ومجهولي الأب والأطفال في حالات التصدع الأسري لضمان الحد الأدنى من الاستقرار المادي؛ وبالنسبة للتعليم وبناء القدرات (جودة الحياة المعرفية)؛ أكدعلى حق كل طفل في التعليم المجاني بمدارس الدولة، بهدف تكوينه علمياً وثقافياً ونفسياً وبدنياً لتطوير قدراته إلى أقصى طاقة ممكنة؛ وتنظيم مرحلة "رياض الأطفال" لضمان التنمية الشاملة والمتكاملة للأطفال قبل سن المدرسة الابتدائية؛ والذي نص القانون على

حظر تشغيل الأطفال قبل بلوغ ١٤ عاماً لضمان حقهم في التعليم والنمو السليم، ويضع قيوداً صارمة على ظروف وساعات عمل الأطفال المسموح بتشغيلهم موسمياً بما لا يضر بصحتهم؛ ودعم رفاهية الطفل من خلال رعاية الأم العاملة (إجازات الوضع ورعاية الطفل وفترات الرضاعة) وإلزام المنشآت الكبرى بتوفير دور حضانة لأبناء العاملات؛ وبالنسبة لرعاية وتأهيل الأطفال ذوي الإعاقة فقد كفل للطفل المعاق حق التمتع برعاية خاصة واجتماعية ونفسية وصحية تنمّي اعتماده على نفسه وتيسر اندماجه المجتمعي، مع توفير خدمات التأهيل والأجهزة التعويضية مجاناً؛ وفيما يخص لثقافة والبيئة الآمنة فقد كفل إشباع حاجات الطفل الثقافية والفنية وحمايته من التعرض للمنفورات أو المطبوعات والمصنفات التي تخاطب غرائزه أو تشجعه على الانحراف، وحظر حضورهم العروض الفنية المحظورة عليهم؛ وأخيراً فيما يرتبط بالمعاملة الجنائية وحماية المعرضين للانحراف بتبنينهجاً إصلاحياً وتربوياً في التعامل مع الأطفال المعرضين للانحراف أو المخالفين للقانون (من خلال محاكم ونيابات متخصصة للأحداث)، معتمداً على تدابير إصلاحية (كالتبليغ، التسليم، الاختبار القضائي، أو الإيداع في مؤسسات الرعاية) بدلاً من العقوبات القاسية، بما يضمن إعادة دمجهم في المجتمع وتحقيق مصلحتهم الفضلى.

٢-١-٣ "لائحة التحفيز التربوي والانضباط المدرسي بمرحلة التعليم ما قبل الجامعي "الصادرة بالقرار الوزاري رقم (١٥٠) بتاريخ ٤ سبتمبر ٢٠٢٤ وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني (وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني، ٢٠٢٤)

وتحددت أهداف اللائحة في تحقيق الانضباط الذاتي والإرشاد التربوي للطلاب، وجعل الانضباط أولوية تسبق أي عملية أخرى؛ و توفير بيئة مدرسية آمنة وخالية من العنف والدعم النفسي للطلاب والمعلمين؛ مع تعزيز السلوكيات الإيجابية والحد من المشكلات الطلابية بطرق علمية وتربوية بعيداً عن الإساءة.

وبجانب الإطار التشريعي والقوانين توجد العديد من الاستراتيجيات والمبادرات الوطنية المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية؛ يُمكن تناول أبرزها كما يأتي:

### ٢-٢ الاستراتيجيات والمبادرات الوطنية الداعمة لجودة الحياة والرفاهية

تتبنى مصر منظومة متعددة المحاور لدعم الطفل، لا تقتصر على الرعاية الاجتماعية، بل تشمل الصحة والتغذية والتعليم والحماية من العنف والاستغلال، وتنمية الطفولة المبكرة، والدعم النقدي، ورعاية الأطفال فاقدي الرعاية الأسرية؛ وتعمل هذه المنظومة من خلال المجلس القومي للطفولة والأمومة، ووزارات التضامن الاجتماعي، والصحة والسكان، والتربية والتعليم والتعليم الفني، والشباب والرياضة، والعدل والداخلية، إلى جانب الجمعيات الأهلية والجهات الدولية، وفي مقدمتها منظمة الأمم المتحدة للطفولة "يونيسف"؛ ويستند الإطار الوطني إلى الدستور المصري، وقانون الطفل رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦ وتعديلاته، واتفاقية حقوق الطفل، فضلًا عن الاستراتيجيات الوطنية وخطط التنمية المستدامة. ويعد المجلس القومي للطفولة والأمومة الآلية الوطنية المعنية باقتراح السياسات العامة الخاصة بالطفولة والأمومة ومتابعة تنفيذها . (الهيئة العامة للاستعلامات بوابتك إلى مصر، ٢٠٢٦)

٢-٢-١ الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة: أطلقها المجلس القومي للطفولة والأمومة بالشراكة مع منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف - مصر).والوزارات المعنية، وتركز على رعاية وتنمية الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة (من ٠ إلى ٦ سنوات) وتوفير بيئة داعمة لنموهم النفسي والعقلي والبدني؛ الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر(2029 – 2024) المجلس القومي للطفولة والأمومة (NCCM) ؛ و اعتمدت الاستراتيجية على منهجية تشاركية شاملة (Mixed-method) شملت مراجعة الأدبيات، ورش العمل مع الخبراء، والاجتماعات التشاورية مع كافة الشركاء القومي للطفولة (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩.، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

و استندت الاستراتيجية إلى "إطار رعاية التنشئة" (Nurturing Care Framework) الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية واليونيسف والبنك الدولي عام ٢٠١٨، والذي يرتكز على خمسة مكونات متكاملة: الصحة، التغذية، التعلم المبكر، حماية الطفل، والحماية الاجتماعية (المجلس القومي للطفولة والأمومة، ٢٠٢٤، ص ٢٥). كما تبنت "نموذج المنظومة البيئية" ( Bronfenbrenner's Ecological System Model) لتوضيح تأثير البيئة المحيطة بالطفل (الأسرة، المجتمع، السياسات الاقتصادية والاجتماعية) على نمائه (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩،، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

وتحددت رؤية الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة: "يحقق جميع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة إمكاناتهم بالكامل، ليصبحوا مراهقين أصحاء فاعلين وبالغين مهرة، مما يمكنهم المشاركة في تحقيق التنمية المستدامة في مصر، والتمتع بالرخاء والعدل".

الهدف العام: "تمكين جميع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة من البقاء والنماء والوصول إلى أقصى إمكاناتهم".

واسترشدت الاستراتيجية بمبادئ: التكامل والتنسيق، الاستناد إلى الأدلة، المساءلة، التكيف مع المتغيرات، الاستدامة، الإنصاف والمساواة، نهج دورة الحياة، والتركيز على الأسرة والطفل (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩،، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

وتحدد محاور الاستراتيجية الستة كما يأتي: (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩،، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)




شكل (١) محاور الاستراتيجية الوطنية للطفولة المبكرة في مصر

المحور الأول: ركز على البيئة السياسية الداعمة لإقرار السياسات والتشريعات الداعمة للرعاية، وتجريم العنف والإهمال ضد الأطفال، وتوسيع التغطية الصحية والتغذية؛ المحور الثاني: الحوكمة الرشيدة: بأن تكون تنمية الطفولة المبكرة أولوية وطنية، ووضع آليات للتنسيق والمتابعة الفعالة بين الجهات المختلفة محلياً ووطنيا؛ المحور الثالث: الثقافة والإعلام: الاهتمام تعزيز القيم الإيجابية ومهارات الأبوين، ودعم البنية الأساسية للثقافة ومجالات الفنون والمحتوى الموجه للأطفال؛ والمحور الرابع: تقديم الخدمات متعددة القطاعات (نهج دورة الحياة): وتم تقسيمها : المراهقون (١٠-٢٤ سنة): الصحة الإنجابية والتوعية بمخاطر الزواج المبكر؛ فترة الحمل والألف يوم الأولى: دعم مبادرة الألف يوم، الرعاية الصحية، والرضاعة الطبيعية؛ الأطفال (٢-٦ سنوات): توسيع الحضانات ورياض الأطفال، تطبيق معايير الجودة، والمنهج الوطني للتعلم المبكر.

المحور الخامس: المعارف والبيانات:بناء نظم بيانات قومية موثوقة وإنشاء منصة وطنية للمعلومات الخاصة بتنمية الطفولة؛ المحور السادس: التمويل المستدام: ضمان استدامة الموارد المالية وتوافر الكوادر البشرية المؤهلة عبر آليات تمويل مبتكرة وتتبع دقيق للنفقات.

كما حددت الاستراتيجية أدوار الأطراف المعنية (الحوكمة والتشبيك)؛ وأن لكل جهة لضمان التنفيذ الفعال (الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩.، ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩)

أ- مجلس الوزراء والبرلمان: إقرار التشريعات والسياسات الداعمة.

ب- المجلس القومي للطفولة والأمومة: التنسيق والإشراف العام ووضع إطار المتابعة.

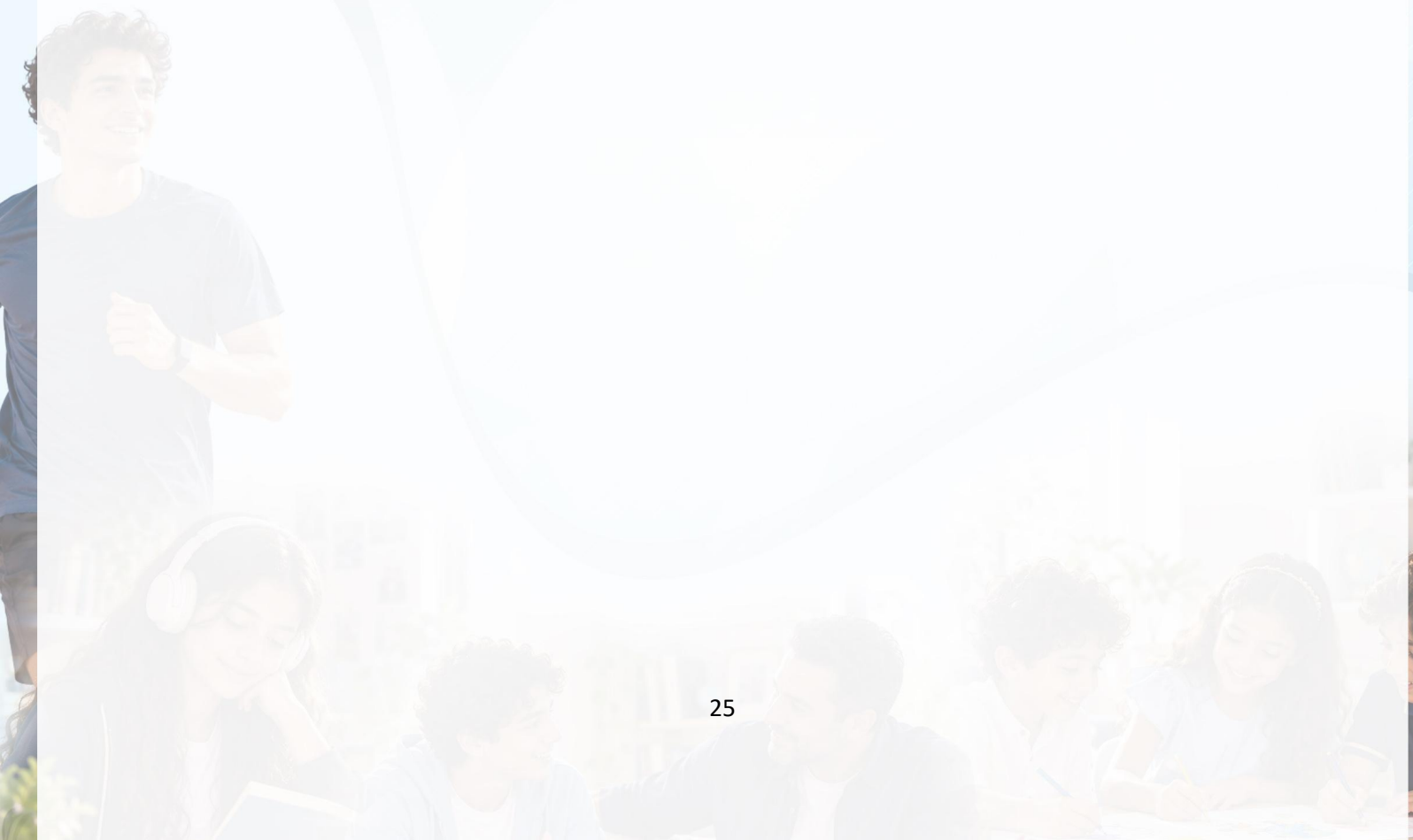
ت- وزارة التضامن الاجتماعي: وضع معايير جودة الحضانات ومناهجها.

ث- وزارة التربية والتعليم: إتاحة الوصول لرياض الأطفال ووضع معايير التعلم المبكر.

ج- وزارة الصحة والسكان: تقديم خدمات صحة الأم والطفل والفحص المبكر للإعاقة.

ح- وزارة الثقافة: وضع السياسات الثقافية ودعم إنتاج فنون الطفل.

خ- القطاع الخاص والمنظمات غير الحكومية: تقديم خدمات فعالة من حيث التكلفة والاستثمار في الحلول المبتكرة.



## ٢-٢-٢ الإستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان في جمهورية مصر العربية (٢٠٢١ - ٢٠٢٦)




شكل (٢) الاستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان

تُعد الإستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان في جمهورية مصر العربية (٢٠٢١ - ٢٠٢٦) (اللجنة العليا الدائمة لحقوق الإنسان، ٢٠٢١) أول إستراتيجية وطنية متكاملة ومستدامة في مجال حقوق الإنسان؛ و تهدف إلى النهوض بكافة الحقوق المدنية، والسياسية، والاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، وترسيخ قيم المساواة، وتكافؤ الفرص، وعدم التمييز.

واعتمدت الإستراتيجية على رؤية شاملة تُنفذ عبر أربعة محاور أساسية تتكامل فيما بينها:

المحور الأول: الحقوق المدنية والسياسية؛ يركز على تعزيز الحق في الحياة والسلامة الجسدية، وحماية الحرية الشخصية وضوابط الحبس الاحتياطي، وضمانات المحاكمة المنصفة والعدالة الناجزة، ومعاملة السجناء وتأهيلهم؛ يتضمن أيضاً حماية حرية التعبير، وحرية التجمع السلمي، وحرية التنظيم (الجمعيات الأهلية، النقابات، والأحزاب)، فضلاً عن حرية الدين والمعتقد، والحق في الخصوصية.

المحور الثاني: الحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية: يهدف إلى الارتقاء بالخدمات الأساسية وتحسين مستوى المعيشة، ويشمل: الحق في الصحة (والتأمين الصحي الشامل والمبادرات الرئاسية)، الحق في التعليم والبحث العلمي، الحق في العمل ومعايير العمل اللائق؛ يتضمن كذلك الحق في الضمان الاجتماعي (مثل برنامج "تكافل وكرامة" ومبادرة "حياة كريمة")، الحق في الغذاء، الحق في مياه الشرب الآمنة والصرف الصحي، الحق في السكن اللائق (وتطوير العشوائيات)، والحقوق الثقافية وحماية التراث.

المحور الثالث: حقوق الإنسان للمرأة، والطفل، والأشخاص ذوي الإعاقة، الشباب، وكبار السن :ركز على الفئات الأولى بالرعاية، مستهدفاً تمكين المرأة سياسياً واقتصادياً واجتماعياً وحمايتها من كل أشكال العنف، وضمان حقوق الطفل وبقاءه ونموه وحمايته من الاستغلال؛ وتناول أيضاً دمج وتمكين الأشخاص ذوي الإعاقة (وتفعيل قانونهم وكود الإتاحة)، رعاية الشباب وتأهيلهم لسوق العمل، وتعزيز حقوق كبار السن وتوسيع مظلة الحماية الاجتماعية والصحية لهم.

المحور الرابع: التثقيف وبناء القدرات في مجال حقوق الإنسان: ويعنى بنشر ثقافة حقوق الإنسان وعقد الحملات التوعوية، إدماج مكون حقوق الإنسان في المراحل التعليمية المختلفة ومناهج التدريس، وتدريب أعضاء هيئة الشرطة، الجهات والهيئات القضائية، والعاملين بالجهاز الإداري للدولة.

## ٢-٣ المبادرات الرئاسية




شكل (٣) المبادرات القومية المرتبطة بجودة الحياة والرفاهية

تولت الدولة المصرية في السنوات الأخيرة اهتماماً غير مسبوق بالارتقاء بمستوى حياة المواطنين وتحقيق التنمية المستدامة والعدالة الاجتماعية، وانعكس ذلك بوضوح في إطلاق سلسلة من المبادرات القومية الكبرى. استهدفت هذه المبادرات تغطية كافة جوانب الحياة الأساسية — كالصحة، والتعليم، والرعاية الاجتماعية، وتنمية الطفولة، وحقوق الإنسان — لتشكل معاً مظلة متكاملة تهدف إلى توفير "حياة كريمة" تضمن الرفاهية والكرامة الإنسانية لجميع فئات المجتمع المصري؛ ومنها ما يأتي:

### ٢-٣-١ المبادرة الرئاسية علاج أمراض سوء التغذية للأطفال في المدارس (علاج أمراض سوء التغذية للأطفال في المدارس، ٢٠٢٦)




شكل (٤) مبادرات رئيس الجمهورية(المبادرات، ٢٠٢٦)

وتتحدد أهداف المبادرة في:

- الكشف المبكر عن أمراض السمنة والانيميا عند الأطفال والاهتمام بالصحة العامة لأطفال المدارس.
- تم الكشف عن ١٥ حوالي مليون طالب وطالبة في الفئة العمرية من ٦:١٢ سنة في أكثر من ٢٢ ألف مدرسة.

وتهدف الحملة إلى الكشف عن الأمراض الأتية:

- الأنيميا ويتم الكشف عنها عن طريق أخذ نقطة دم ووضعها على كاشف يحدد وجود الانيميا من عدمها.
- التقزم (قصر القامة) ويتم الكشف عنها عن طريق قياس طول الطفل ومقارنته بمعدلات النمو الطبيعية لعمر الطفل على منحنيات النمو.
- سمنة الأطفال وبتم الكشف عنها عن طريق قياس وزن وطول الطفل وقياس كتلة الجسم ومقارنة القياس بالمعدلات الطبيعية لعمر الطفل على منحنيات النمو؛ ويشمل كل المدارس

الحكومة، الخاصة واللغات؛ وبناء على النتيجة يتم تحويل الطفل المصاب إلى لجان الإحالة بالتأمين الصحي للعلاج بالمجان

كما أطلقت وزارة الصحة والسكان في ديسمبر ٢٠٢٤ مبادرة الكشف المبكر عن اضطرابات طيف التوحد ضمن حملة ١٠٠ مليون صحة، بهدف الكشف والتدخل المبكر للأطفال من سن ١٨ شهرًا إلى ٥ سنوات، مع تدريب الأطباء وأطقم التمريض على أدوات الفحص المبكر، وتقديم خدمات التشخيص والعلاج مجانًا.

في يناير ٢٠٢٥ مبادرة "عيون أطفالنا.. مستقبلنا" للكشف المبكر عن أمراض ضعف وفقدان الإبصار بين تلاميذ المدارس الابتدائية وتحويل الحالات التي تحتاج إلى العلاج مجانًا، ضمن سلسلة المبادرات الرئاسية في مجال صحة الطفل. (جمهورية مصر العربية، ٢٠٢٥)

### ٢-٣-٢ مبادرات المجلس القومي للطفولة والأمومة (المبادرات، ٢٠٢٦)

كما قدم المجلس القومي للطفولة والأمومة والذي يُعد الالية الوطنية المعنية بالطفل والأم لأحكام ويتولى اقتراح السياسات العامة في مجال الطفولة والأمومة، وله يتخذ ما يراه لازماً لتحقيق الغرض الذي قام من أجله، وذلك وفقا للقانون رقم ١٨٢ لسنة ٢٠٢٣ بشأن إعادة تنظيم المجلس القومي للطفولة والأمومة.

وتتحدد رؤيته في " حق كل طفل مصري" بدون تمييز" في الحماية والرعاية والكرامة الإنسانية، من منظور حقوق الأسرة المصرية بصفة عامة، وحقوق الأمومة بصفة خاصة."

وهذه الرؤية تتوافق بشكل كامل مع الاهتمام بتعزيز جودة الحياة والرفاهية للأطفال

كما تُعبر رسالته أيضًا على هذا الاهتمام " رؤية جديدة للطفولة والأمومة من خلال إنفاذ دستور مصر الجديد ٢٠١٤ وقانون الطفل رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦ والمعدل برقم ١٢٦ لسنة ٢٠٠٨، والاتفاقيات الدولية ذات الصلة،لتحقيق العدالة الاجتماعية، والمساواة وعدم التمييز، وتكافوء الفرص، وتجفيف منابع الفقر والعوز من أجل ضمان حقوق الطفل والأم في مصر"

وتتنوع خدمات المجلس في تقديم الدعم القانوني؛ الدعم النفسي؛ الإبلاغ عن حالات العنف؛ بلاغ سلامة الألعاب والمنصات؛طلب استشارة؛ خدمات التوعية؛ وتقديم برامج التدريب؛ وإطلاق مبادرات وحملات

ويعمل المجلس القومي للطفولة والأمومة وفقاً لدوره المنوط به على محور الوقاية وذلك من خلال تنفيذ عدد من المبادرات التوعوية التي تساهم في تطوير الفرد والمجتمع؛ ومن هذه المبادرات ما يأتي:




شكل (٥) مبادرات المجلس القومي للطفولة والأمومة

مبادرة صاحبوهم تكسبوهم: مبادرة أطلقها المجلس القومي للطفولة والأمومة في مصر، وتهدف إلى دعم الأهالي ومقدمي الرعاية في تنشئة الأطفال من خلال تقديم استشارات تربوية حول أساليب التربية الإيجابية؛ تندرج هذه المبادرة ضمن المبادرة الرئاسية "بداية جديدة لبناء الإنسان.

حملة "بأمان" لحماية الأطفال من سوء استخدام الإنترنت: وأطلقها المجلس بالتعاون والشراكة مع وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات ومنظمة يونيسف، حملة "بأمان" لتوفير بيئة رقمية آمنة للأطفال وحمايتهم من سوء استخدام الإنترنت؛ ؛ و تأتي هذه الحملة كأحد محاور مبادرة "صاحبوهم

تكسبوهم" في إطار بناء الإنسان المصري من أجل التأكيد على دور التوعية في تعزيز الحماية الاجتماعية وضمن المبادرات التي يقوم بتنفيذها المجلس القومي للطفولة والأمومة ؛ وتهدف الحملة إلى حماية الأطفال والنشء من بعض المخاطر الجسيمة التي قد تهدد سلامتهم وأمانهم

المبادرة الوطنية لتمكين الفتيات دوّي: أهم الخطوات التي تقوم بها مبادرة 'دوّي' لتمكين الفتيات هي عن طريق خلق بيئة مساندة آمنة فيها مساحة للتعبير عن النفس بحرية. 'دوّي' أيضًا تدعم الفتيات وتوفر لهن مهارات ومعارف أساسية لتطوير أنفسهن؛ من خلال القصص والتجارب، التي شاركها أبطال وبطلات المبادرة، وتساعد المجتمع على تغيير نظرته للفتيات، وعلى تقبل أرائهن وحقوقهن بصورة أكبر؛ ومبادرة "صوتك مسموع" واحدة من أهداف 'دوّي' الرئيسية هي توفير مساحة آمنة للفتيات والفتيان للمشاركة والتعبير عن تجاربهم وخبراتهم وقصصهم. الهدف الرئيسي لمشاركة القصص هو أن يصبح للفتيات صوت مسموع داخل عائلاتهن ومجتمعاتهن.

حملة أهلا بالصيف: حملة صيفية ينفذها المجلس القومي للطفولة والأمومة تحت رعاية محافظة الأسكندرية، وبالتعاون والشراكة مع الهلال الأحمر المصري، ومنظمة الأمم المتحدة للطفولة "يونيسف" وعدد من الشركاء والجهات التنفيذية والمجتمع المدني، خلال شهري يوليو وأغسطس سبتمبر، تستهدف الوصول إلى الأطفال والأسر في أماكن تجمعهم الصيفية من خلال أنشطة توعوية وترفيهية وتنموية في بيئة آمنة وجاذبة.

مبادرة واعي وغالي: أطلقها المجلس بالتعاون مع مؤسسة سيف إيجيبت؛ وهدفت إلى حماية الأطفال من كافة أشكال العنف والإساءة والاستغلال؛ صون حقوق الطفل وتوفير بيئة آمنة له؛ تمكين المجتمع من خلال توعية عملية وعلمية مبسطة؛ توفير أدوات عملية للأهالي والمعلمين والأطفال لتعزيز مهارات الحماية الذاتية؛ وذلك من خلال : تنظيم ندوات ولقاءات حوارية مع الأطفال؛ تنظيم ورش عمل للأطفال لتعزيز مهارات الأمان الشخصي؛ لقاءات توعوية للأسر لتعزيز ثقافة الحماية والتربية الإيجابية؛ تدريبات موجهة للمعلمين على أساليب الدعم النفسي والاكتشاف المبكر.

وتتكامل المنظومة التشريعية والمبادرات الرئاسية لتشكل حجر الزاوية في توجه الدولة المصرية نحو ترسيخ مفاهيم "جودة الحياة" و"الرفاهية الاجتماعية الشاملة"؛ حيث لم تتوقف الجهود الوطنية عند حدود النصوص القانونية والبرامج الخدمية المباشرة، بل امتدت لتشمل رؤية مصر ٢٠٣٠، والتي تضع

الإنسان المصري في قلب عملية التنمية المستدامة؛ ويرتكز هذا التوجه الوطني على تحسين المؤشرات المعيشية والصحية والتعليمية للأسر المصرية، وتطوير البنية التحتية والبيئية في الريف والحضر على حدٍّ سواء، فضلاً عن توسيع شبكات الحماية الاجتماعية والعدالة التوزيعية، بما يضمن تمكين كافة الفئات — ولا سيما الأطفال والشباب والنساء — من التمتع بحياة كريمة تعزز الرفاه النفسي والاجتماعي، وتتكافل فيها جهود مؤسسات الدولة مع كافة الشركاء لمواكبة المعايير الدولية لرغد العيش والازدهار البشري.

ويتطلب تحقيق الرؤية المحددة في سياسة الدولة المصرية المرتبطة بتحسين الرفاهية وجودة الحياة للمواطنين تعاون خدمات المؤسسات التربوية وأصحاب المصلحة والشركاء الآخرين، ويسعى صندوق تطوير التعليم من خلال دليل الرفاهية وجودة الحياة للتطبيق العملي؛ حيث يشمل هذا الدليل الأبعاد الرئيسية للرفاهية في المؤسسات التربوية المختلفة ومؤشرات النجاح في كل منها ، و الممارسات الفعالة لتوجيه المؤسسات؛ بالإضافة إلى ذلك؛ تم تطوير مجموعة من الموارد لدعم المؤسسات التربوية المختلفة في هذا العمل المهم.




شكل (٦) خط نجدة حماية الطفل (المجلس القومي للطفولة والأمومة، ٢٠٢٦)

أطلق المجلس القومى للطفولة والأمومة (المجلس القومي للطفولة والأمومة، ٢٠٢٦) فـي ٢٩ يونيو ٢٠٠٥ خط نجدة الطفل "١٦٠٠٠" ليكون آلية مجانية ومتاحة وتملك الاستدامة لتلقى إتصالات وبلاغات تعرض الأطفال لانتهاكات، لحماية فئة الأطفال المعرضين للخطر وذلك بتوفير مظلة لحمايتهم فى جميع الظروف التى قد يتعرض فيها الطفل للخطر، وإعادة تأهيله للاندماج فى المجتمع من خلال نهج حقوقي للطفل.

و استهدف إنشاء الخط في كونه وسيلة لرصد أوضاع الطفولة فى مصر، و وسيلة لجمع البيانات ووضع السياسات والتدخلات المتعلقة بالطفولة.

وقد اكتسب الخط وضعية قانونية باعتباره أحد أهم آليات الحماية الوطنية للأطفال بالنص عليه فى المادة ٩٧ من قانون الطفل رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦ والمعدل بالقانون رقم ١٢٦ لسنة ٢٠٠٨، كما نص عليه في القانون رقم ١٨٢ لسنة ٢٠٢٣ بشأن إعادة تنظيم المجلس القومي للطفولة والأمومة، وذلك وفقاً للمادة ١٢ والتي نصت على "ينشأ بالمجلس إدارة عامة لنجدة الطفل، تختص بتلقي الشكاوى من الأطفال والبالغين ، ومعاجلتها بما يحقق سرعة إنقاذ الطفل من كل عنف أو خطر أو إهمال.

وقد خطى المجلس القومي للطفولة والأمومة خطوات واسعة نحو تفعيل منظومة حماية قومية للطفل ممثلة في لجان حماية الطفولة العامة والفرعية بالمحافظات والمنشأة بموجب قانون الطفل المعدل برقم ١٢٦ لسنة ٢٠٠٨ بما يمثل تفعيلاً هاماً ودعماً كبيراً لعمل خط نجدة الطفل "١٦٠٠٠"؛ بما يساعد علي أداء خط نجدة الطفل لدوره كمنظومة جديدة للحماية المجتمعية للطفل على المستوى اللامركزى.

# القسم الثالث

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## الإطار النظري لجودة الحياة والرفاهية ومراجعة الأدبيات

## ٣- الإطار النظري لجودة الحياة والرفاهية ومراجعة الأدبيات

يعود اهتمام الإنسان بمفهوم "الرفاهية" إلى آلاف السنين، بدءًا من المفاهيم الأصلية المعقدة ؛ وصولًا إلى الإغريق القدماء ؛ وقد صمد مفهوم الرفاهية أمام اختبار الزمن، ولا يزال محورًا أساسيًا في العلوم الاجتماعية المعاصرة؛ ويُعد الاهتمام برفاهية الإنسان وجودة الحياة جوهر العلوم الاجتماعية الحديثة، ومن ثمّ بدأت هذه العلوم حياتها كشكل من أشكال المعرفة المُخصصة رسميًا للنهوض بالرفاهية..(Jarden & Roache, 2023)

وانطلاقاً من جذورها في اليونان القديمة، هناك مجالان رئيسيان لأبحاث الرفاهية: كيف يشعر الناس تجاه حياتهم وكيف يعمل الناس في حياتهم؛ ويرتبط مفهوم الرفاهية بالشعور الرضا عن الحياة وتتعلق معالجة المشاعر بكيفية تعامل الفرد مع المشاعر السلبية، ومدى تكرار شعوره بالقلق والتوتر والحزن؛ كما يتناول هذا الجانب ما إذا كان الفرد يميل إلى التفكير المطول في الصعوبات أو الشعور بالحزن؛ الرفاهية الشخصية مدى شعور الفرد بالترابط مع الآخرين من حوله؛ و كيف يتعامل معهم ، وكيف يتفهم اهتمام الآخرين به وأنه ذوو قيمة(What is wellbeing?, 2026) .

منذ سبعينيات القرن العشرين وحتى اليوم، تسللت رؤية النيوليبرالية للأسواق والاقتصاد تدريجياً إلى الثقافات والتعليم ودور المواطنة، وأصبحت الفكرة أن رفاهية الشخص وجودة الحياة مرتبطة بالاستهلاك وامتلاك الأشياء والبضائع ونتيجة لذلك، هناك تشبع بالنماذج المرتبطة بالسوق في العديد من مجالات الحياة الإنسانية والاجتماعية والسياسية؛ و كثيراً ما يبحث الناس في هذا السياق عن السعادة والرفاهية في المنتجات الجديدة، والأسواق الجديدة، والأفكار الجديدة، ويُعتبر التنافس مصدرًا للتقدم الاجتماعي مما أدى إلى ظهور مشكلات عديدة تؤثر على الأطفال والشباب . (Maggio, Ginevra, Santilli, Nota, & Soresi, 2021)

وكثيرًا ما يُربط مفهوم "جودة الحياة" بالفخامة أو الوفرة المادية، إلا أن الجوهر الحقيقي لرفاهية المواطن يعتمد بالأساس على التوازن الداخلي والصحة النفسية، ووجود بيئة داعمة، واستقرار العلاقات الإنسانية، واتباع عادات يومية صحية؛ إن القدرة على إدارة الضغوط، والشعور بالانتماء، واستشعار المعنى والهدف من التعلم والحياة ، تُعد المقومات الفردية والحقيقية التي تبني إنساناً متزنًا ومبدعًا، بصرف النظر عن الإمكانيات الاقتصادية أو خلفيته المادية.

وينبع الشعور بالرفاهية من أفكار وأفعال وتجارب الفرد، والتي يمكنك التحكم في معظمها؛ فعلى سبيل المثال، عندما نفكر بإيجابية، نميل إلى التمتع برفاهية عاطفية أكبر؛ وعندما نسعى إلى بناء علاقات اجتماعية إيجابية ، نميل إلى التمتع برفاهية اجتماعية أفضل؛ وعندما نفقد وظائفنا، أو نكرهها، نميل إلى الشعور برفاهية أقل في مكان العمل.

وتُعرّف منظمة الصحة العالميةWorld Health Organization ( WHO) الصحة النفسية بأنها "حالة من الرفاهية يدرك فيها الفرد قدراته، ويستطيع التعامل مع ضغوط الحياة الطبيعية، ويعمل بإنتاجية وكفاءة، ويساهم في مجتمعه".

كما تُعرف منظمة الصحة العالمية الصحة والرفاهية باعتبارهما حالة متكاملة من السلامة البدنية والنفسية والاجتماعية، لا تقتصر على مجرد غياب المرض أو العجز. وانطلاقًا من هذا التصور الشامل، شهد المجال التعليمي تحولًا مفاهيميًا مهمًا؛ فلم يعد نجاح المؤسسة التعليمية يُقاس بالتحصيل الأكاديمي وحده، بل أصبح يُقاس أيضًا بقدرتها على تعزيز رفاهية المتعلمين وجودة حياتهم، ودعم صحتهم النفسية والجسدية، وتنمية علاقاتهم الاجتماعية، وتوفير بيئة آمنة وشاملة ومحفزة على التعلم. (Fumiko Shibuya et al, 2025)

الرفاهية حالة إيجابية يمر بها الأفراد والمجتمعات؛ يُعدّ، شأنه شأن الصحة، مورداً للحياة اليومية تحدده الظروف الاجتماعية والاقتصادية والبيئية؛ ويشتمل الرفاه على جودة الحياة وقدرة الأفراد والمجتمعات على المساهمة في العالم بشعور يملؤه المعنى والهدف؛ ويدعم التركيز على الرفاه تتبع التوزيع العادل للمورد، والازدهار الشامل، والاستدامة؛ ويمكن تحديد رفاه المجتمع من خلال المدى الذي يكون فيه مرناً، ويبني القدرة على العمل، ويكون مستعداً لتجاوز التحديات. (Health Promotion Glossary of Terms 2021, 2021)

ويعرّف قاموس أكسفورد ( well-being, 2026)الرفاهية بأنها " حالة الشعور بالراحة والصحة والسعادة "؛ مع ذلك، من المهم إدراك أن الرفاهية مفهوم أوسع بكثير من مجرد السعادة اللحظية؛ فبينما تشمل السعادة، فإنها تشمل أيضًا جوانب أخرى، مثل مدى رضا الأفراد عن حياتهم بشكل عام، وشعورهم بأن حياتهم لها هدف، مع شعورهم بالسيطرة؛ ويمكن فهم الرفاهية على أنها كيف يشعر الناس وكيف يعملون، على المستويين الشخصي والاجتماعي، وكيف يقيمون حياتهم ككل.

كما تُعرف جودة الحياة والرفاهية (Well-being) في أدبيات السياسات التنموية وعلم النفس والصحة العامة باعتبارها حالة تكاملية ممتدة تتجاوز مجرد غياب الأمراض أو الحرمان المادي ، إذ تشمل الرفاه النفسي والعاطفي، والصحة البدنية والتغذوية، والأمان الاقتصادي والاجتماعي، السلامة البيئية والمدرسية، والاندماج المجتمعي الفاعل عبر كافة مراحل العمر (هويدا عدلي رومان، ٢٠٢٥).

ومن منظور علم النفس النقدي، ينبثق الرفاه النفسي من تفاعل قوى متعددة تؤثر على كيفية تلبية الاحتياجات البشرية على المستويات الفردية، و العلائقية (التفاعلية)، والمجتمعية ؛ ويمكن القول إن أعلى درجات العافية والرفاه تتحقق عندما يستفيد كل من الأفراد ومجتمعاتهم ككل من تلبية احتياجاتهم على كافة المستويات؛ وفي حين يركز فهم الرفاه في علم النفس التقليدي على الفرد بوصفه وحدة التحليل الأساسية، وتُعد تصوراته أو مشاعره المصادر الرئيسية لتقييم الرفاه، فإن علم النفس النقدي يلفت الانتباه إلى دور الظروف البيئية وظروف العدالة أو الظلم. (Evans, 2014)

كما يمكن تعريف الرفاهية (Well-being) بأنها حالة إيجابية تُكفَل فيها الاحتياجات والتطلعات الفردية والعلائقية والجمعيّة للأفراد والمجتمعات ؛ وقد عُرّف الرفاه، أو العافية (Wellness)، بطرق مختلفة من قِبل علماء النفس، والفلاسفة، وصانعي السياسات، واقتصاديين، ومختصي الصحة العامة؛ ومن منظور علم النفس النقدي، ينشأ الرفاه من خلال التلبية المتزامنة والمتوازنة للاحتياجات الموضوعية والذاتية المتنوعة للأفراد والعلاقات والمؤسسات والمجتمعات. ويشير مفهوم "التلبية المتزامنة والمتوازنة" إلى أن احتياجات الأفراد والأنظمة التي يتفاعلون معها يجب أن تتقدم في وقت واحد وفي حالة توازن؛ إذ إن أي نقص في أي عنصر من عناصر "بيئة الرفاهية" قد يؤثر على مستوى التلبية في الأجزاء الأخرى؛ وتتمثل الاحتياجات الموضوعية في تلبية المتطلبات المادية والبدنية اللازمة للبقاء والنمو، مثل الغذاء، والمأوى، والملبس؛ بينما تتمثل الاحتياجات الذاتية في الرعاية العاطفية والنفسية المطلوبة للازدهار. وتتسق هذه الرؤية الأكثر شمولاً للرفاهية مع الأطر المفهومية المتكاملة لتعزيز الصحة، والتي تؤكد على القيم المتكاملة لتقرير المصير، والمشاركة، وبناء القدرات المجتمعية، والمحددات الهيكلية، والعدالة الاجتماعية. (Evans, 2014)

"يمكن تعريف رفاه الأطفال والتفكير فيه وقياسه بطرق مختلفة .ويتفق العديد من الخبراء على أن رفاه الأطفال يتمثل في جوهره في عيش الأطفال حياة طيبة، و«الأداء الجيد»، ووصولهم إلى كامل إمكاناتهم بأفضل ما تواتيهم القدرات."

وبعض الباحثين، يتجذر لديهم مفهوم رفاهية (الأطفال) أساساً في حالاتهم العقلية وما يفكرون فيه ويشعرون به تجاه حياتهم؛ حيث لا تكتسب العوامل الأخرى أهميتها إلا بالقدر الذي تغذي تلك الحالات العقلية؛ أما بالنسبة لآخرين، فيتعلق رفاه الأطفال بدرجة أكبر بما إذا كانت احتياجاتهم الأساسية أو حقوقهم مُلباة، أو ما إذا كانوا يطورون المهارات والقدرات التي سيحتاجون إليها في مراحل لاحقة من حياتهم.

تتكون الرفاهية من العديد من الجوانب المترابطة بما في ذلك النشاط، المسؤولية، التواصل، الصمود، التقدير، الاحترام والوعي.

والرفاهية الحقيقية تعني "قدرة الإنسان على العيش في بيئة آمنة وصحية، يتمتع فيها بحقوقه، ويجد فيها التوازن النفسي والاجتماعي والذاتي"

تتحقق الرفاهية عندما يدرك الشخص إمكاناته، ويكون قادرًا على التكيف مع ضغوط الحياة العادية، ويعتني بصحته الجسدية، ولديه شعور بالهدف والانتماء والاتصال بمجتمع أوسع. إنها طريقة حياة مرنة وتحتاج إلى الرعاية طوال الحياة. (World Health Organization, 2001)

ويُعد مفهوم "الرفاهية " مفهوماً معقداً ومتعدداً الأبعاد(Multi-dimensional) ، حيث تتنازع في تعريفه وتأطيره مدارس فكرية وعلمية مختلفة (كالطبي، والنفسي، والاقتصادي، والسوسيولوجي)؛ وغالباً ما يُقسم أكاديمياً إلى قطاعات رئيسية تشمل الرفاهية المادي، والصحة البدنية، والرفاهية الاجتماعي والعاطفية، والتعليم والتطور المعرفي؛ بشكل عام، ولذلك يُعتبر مفهوم الرفاهية متعدد الأبعاد، ولا يقتصر على الصحة النفسية فحسب، بل يشمل أيضًا الجوانب الجسدية والاقتصادية والاجتماعية والعاطفية التي تشمل العمل والحياة والرضا في مجالات محددة.

وعلى الرغم من وجود العديد من التعريفات للرفاهية؛ إلا أن هناك اتفاق على أن للرفاهية متعددة الأبعاد وتستفيد من رؤى علم النفس والفلسفة وعلم الاجتماع ؛ الرفاهية لا تعني فقط غياب التوتر أو المشاعر السلبية في الحياة أو غياب الصعوبات النفسية؛ ومن المهم توضيح أن الجميع قد يمرون

بمراحل من الضعف ويحتاجون إلى العناية في بعض مراحل حياتهم؛ جميع الأطفال والشباب قد يكونون ضعفاء في مراحل مختلفة من نموهم، وقد يختلف شعورهم بالرفاهية من وقت لآخر؛ فتعزيز جودة الحياة و الرفاهية عملية تستمر مدى الحياة.

وعندما تصبح البيئة المحيطة بالفرد ( المدرسة /الجامعة / المنزل/ النادي/ .....) مصدرًا رئيسًا للضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية، فإن ذلك قد يحد من قدرة الفرد على الاستفادة الكاملة من فرص التعلم المتاحة لهم؛ ولا تقتصر آثار هذه المشكلة على الرفاهية الشخصية للأفراد ومستوى رضاهم عن الحياة، بل تمتد لتؤثر في فرصهم المستقبلية في الحياة، وفي صحتهم ومكانتهم الاجتماعية، فضلًا عن احتمالات تعرضهم للتهميش الاجتماعي، وانعكاس ذلك على محيطهم الاجتماعي والأسري.

يسعى هذا الدليل إلى التغلب على قصور شائع في قياس رفاهية الطفل، ألا وهو التعامل مع أبعاد رفاهية الطفل المختلفة - الرفاهية المادية، والصحة البدنية، والرفاهية الاجتماعية والعاطفية والثقافية، والتطور المعرفي والرفاهية التعليمية - كما لو كانت منفصلة أو مستقلة عن بعضها البعض. يجب فهم الرفاهية ككل متكامل لأن أبعادها تتطور جنبًا إلى جنب.

### ١-٣ الأطر والنظريات العلمية المفسرة لجودة الحياة والرفاهية النفسية.

توجد العديد من النظريات العلمية العالمية الكبرى التي فسرت جودة الحياة (Quality of Life) والرفاه النفسية والاجتماعية ؛ يمكن تناولها كما يأتي:

#### ١-١-٣ نظرية التحديد الذاتي (Self-Determination Theory - Deci & Ryan)

(Ryan & Deci, 2017)

تُعد نظرية التحديد الذاتي التي طورها إدوارد ديسي وريتشارد رايان (Deci & Ryan) من أبرز النظريات المؤطرة لجودة الحياة؛ تفترض النظرية أن رفاه المراهق وجودة حياته تعتمدان بالكامل على إشباع ثلاث حاجات نفسية أساسية:

- الحاجة إلى الاستقلالية :(Autonomy) إحساس المراهق بأنه مبادر وصاحب إرادة في اتخاذ قراراته وسلوكياته اليومية دون إكراه.

- الحاجة إلى الكفاءة :(Competence) الشعور بالفاعلية والقدرة على إنجاز المهام الأكاديمية والشخصية وتجاوز الصعوبات بنجاح.
- الحاجة إلى الانتماء والارتباط :(Relatedness) بناء علاقات إنسانية دافئة وآمنة مع الأسر والأقران والمعلمين، والتأكد من وجود سند اجتماعي داعم.

### ٣-١-٢ النموذج السداسي للرفاهية النفسية (Carol Ryff's Model of Psychological Well-Being)

قدمت عالمة النفس كارول ريف (Carol Ryff) إطاراً سداسياً متكاملاً لجودة الحياة النفسية، يُمكّن التربويين من تقييم رفاهية المراهق عبر ستة أبعاد جوهرية:

- القبول بالذات :(Self-Acceptance) اتخاذ موقف إيجابي تجاه الذات وتقبل التغيرات الجسدية والنفسية السابقة والحالية.
- النمو الشخصي :(Personal Growth) الشعور بالتطور المستمر وانفتاح المراهق على تجارب جديدة تصقل شخصيته.
- الغرض في الحياة :(Purpose in Life) امتلاك أهداف وتطلعات مستقبلية تعطي معنى للوجود والمسعى اليومي.
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين :(Positive Relations) إقامة صداقات وثيقة تقوم على الثقة والتعاطف والتبادلية.
- السيطرة البيئية :(Environmental Mastery) القدرة على إدارة الضغوط والتعامل الكفء مع المتطلبات المدرسية والأسرية.
- الاستقلالية :(Autonomy) قدرة المراهق على التنظيم الذاتي وتقييم ذاته بمعايير شخصية مستقلة عن التبعية المطلقة للغير.

### ٣-١-٣ النموذج الإيكولوجي للنمو الإنساني(Bronfenbrenner's Ecological Systems Theory)

يطرح أوري برونفنبرينر (Urie Bronfenbrenner) نموذجاً شبكياً يفسر جودة حياة المراهق بوصفها نتاجاً للتفاعل الدينامي عبر خمسة أنظمة بيئية متداخلة:

- النظام الميكرو :(Microsystem) البيئات المباشرة للمراهق (الأسرة، الفصل الدراسي، الرفاق المقربون).

- النظام الميزوي :(Mesosystem) طبيعة العلاقات والتفاعل بين البيئات المباشرة (مثل مستوى التواصل بين الأسرة والمدرسة).
- النظام الإكسوي :(Exosystem) البيئات الخارجية التي لا يتعامل معها المراهق مباشرة ولكن تؤثر فيه (مثل ظروف عمل الوالدين والخدمات الصحية المجتمعية).
- النظام الماكرو :(Macrosystem) القيم الثقافية، السياسات التعليمية، والأعراف الاجتماعية الكبرى.
- النظام الكرونولوجي :(Chronosystem) البعد الزمني والأحداث التاريخية أو الأزمات الانتقالية (مثل الجائحات أو التحولات التقنية).

### ٣-١-٤ نموذج الرفاهية الإيجابي PERMA (Seligman's PERMA Model)

في إطار علم النفس الإيجابي، يحدد مارتن سيلجمان (Martin Seligman) خمسة عناصر تُشكل عمارة الرفاهية والسعادة لدى المراهقين:

- المشاعر الإيجابية :(Positive Emotions - P) الشعور بالأمل، والامتنان، والبهجة والتفاؤل بمستقبل أفضل.
- الاندماج :(Engagement - E) الانغماس التام في الأنشطة الأكاديمية أو الهوايات) حالة التدفق الذهني.(Flow
- العلاقات الإيجابية :(Relationships - R) بناء شبكات دعم اجتماعي حامية ومحفزة.
- المعنى :(Meaning - M) الشعور بالانتماء لغاية أسمى وتطبيق مهارات الخدمة المجتمعية.
- الإنجاز :(Accomplishment - A) السعي المستمر لتحقيق الأهداف وتطوير الكفاءة الذاتية.

### ٣-١-٥ نظرية التوازن الذاتي للرفاهية(Cummins's Subjective Wellbeing Homeostasis Theory)

توضح نظرية روبرت كامينز (Robert Cummins) كيف تحافظ المنظومة النفسية للمراهق على توازن عاطفي استجابي ثنائي؛ حيث تعمل الآليات التكيفية الداخلية (الكفاءة الذاتية، التفاؤل، والضبط الذاتي) كـ "ثرموستات نفسي" يُعيد المراهق إلى حالة الاستقرار بعد التعرض للأزمات، شريطة عدم تجاوز الضغوطات الخارجية للحد الأقصى لطاقة الصمود.

### ٣-١-٦ الإطار الخماسي لمنظمة الصحة العالمية واليونيسف لرفاهية المراهقين (WHO/UNICEF Adolescent Well-Being Framework, 2024/2025)

يعتمد هذا الإطار العالمي المحدث على خمسة مجالات مترابطة لتحديد جودة حياة المراهق:

- الصحة الجيدة والتغذية :سلامة البدن، التغذية المتوازنة، والنوم الكافي.
- الأمان والبيئة الحامية :الحماية من العنف، والتنمر، والمخاطر البيئية والتقنية.
- التعليم واكتساب القدرات :تطوير المهارات الحياتية والأكاديمية القابلة للنقل.
- الانتماء والقيمة الذاتية :الشعور بالتقبل، والهوية، والاتصال بالمجتمع.
- المرونة وتمكين الحقوق :بناء الصمود، والمشاركة الفاعلة، وممارسة الاستقلالية.

### ٣-١-٧ نظرية إريكسون Erikson's theory (Cherry & Susman, 2026)

تُحدد نظرية إريكسون Erikson's theory ثماني مراحل للنمو، تتميز كل منها بصراع جوهري يُشكل الشخصية والهوية؛ يؤدي حل الصراعات بنجاح إلى نمو سليم، بينما قد تُعيق الصراعات غير المحلولة النمو المستقبلي؛ ولا تزال مراحل إريكسون أداة مؤثرة لفهم كيفية نمو الأفراد على مدار حياتهم؛ وترجع أهمية هذه النظرية لأنها تناولت النمو طوال حياة الإنسان، وليس فقط خلال مرحلة الطفولة؛ كما أكدت على أهمية العلاقات الاجتماعية في تشكيل الشخصية والنمو في كل مرحلة من مراحل النمو.

تُحدد مراحل النمو عند Erik Erikson's stages إريك إريكسون ثماني فترات رئيسية في نمو الإنسان، تمتد من الطفولة إلى أواخر مرحلة البلوغ؛ تتضمن كل مرحلة صراعًا نفسيًا محوريًا يُشكل الهوية والنمو، مثل الثقة مقابل عدم الثقة، والهوية مقابل اضطراب الأدوار. تُساعد هذه النظرية في تفسير كيفية تأثير التجارب والعلاقات الاجتماعية على شخصية الأفراد بمرور الوقت؛ واستندت نظرية إريكسون إلى مبدأ التخلق المتتالي ؛ ويشير هذا المبدأ إلى أن الناس ينمون وفق تسلسل يحدث بمرور الوقت وفي سياق مجتمع أكبر.




شكل (٦) سمات المراحل الثمانية للنمو النفسي الاجتماعي وفق نظرية إريكسون Erikson's theory

(Cherry & Susman, 2026)

المراحل الثمانية للنمو النفسي الاجتماعي وفق نظرية إريكسون Erikson's theory: (Cherry & Susman, 2026)

المرحلة الأولى : الثقة مقابل عدم الثقة (مرحلة الرضاعة من الولادة إلى ١٨ شهرًا)

المرحلة الثانية : الاستقلالية مقابل الخجل والشك (سنوات الطفولة المبكرة من ١٨ شهرًا إلى ثلاث سنوات)

المرحلة الثالثة : المبادرة مقابل الشعور بالذنب (سنوات ما قبل المدرسة من ثلاث إلى خمس سنوات)

المرحلة الرابعة : العمل مقابل الدونية أو الشعور بالنقص (السنوات الدراسية من السادسة إلى الحادية عشرة) .

المرحلة الخامسة : الهوية مقابل الارتباك (سنوات المراهقة من ١٢ إلى ١٨)

المرحلة السادسة : العلاقات الودودة مقابل العزلة (سنوات الشباب من ١٨ إلى ٤٠ عامًا)

المرحلة السابعة : الإنتاجية مقابل الركود (منتصف العمر من ٤٠ إلى ٦٥ عامًا)

المرحلة الثامنة : النزاهة مقابل اليأس (مرحلة الشيخوخة من سن ٦٥ إلى الوفاة)

## ٢-٣ مراجعة الأدبيات

تُشير الأدبيات إلى أن طلاب الجامعات غالبًا ما يُبلّغون عن مستويات متوسطة إلى منخفضة من جودة الحياة، مع كون الصحة النفسية أكثر المجالات تضرراً.((Da Silva, 2023) (Li, 2022) (Rahman, 2025). وتُعدّ هذه الفئة أكثر عرضة للضغوط الأكاديمية والانتقالات الحياتية والضغوط المالية، وهي عوامل ترتبط ارتباطًا مباشرًا بتدهور الرفاهية.( Wagner,) (Ali, 2024) (Moussa-Chamari, 2024) (Henao Periañez, 2026) (2025)

المحددات الرئيسية عبر مجالات الحياة

جدول (١) ملخص المحددات متعددة المجالات المؤثرة في جودة حياة الطلاب

| البُعد | العوامل المرتبطة | الأثر على جودة حياة الطالب |
|---|---|---|
| أعراض الاكتئاب | التوتر، الإرهاق المعرفي، اضطراب المزاج | انتشار م pooled يبلغ ٢٧٪، ويُضعف المجالات النفسية والاجتماعية بشدة( Da Silva, 2023) (Moussa-Chamari, 2024) |
| جودة النوم | الأرق، التعرّض للشاشات، اضطراب الجدول | من أقوى المنبئات بانخفاض الصحة الجسدية والنفسية ( (Moussa-Chamari, 2024) (Rahman, 2025)) |
| النشاط البدني | قلة الحركة، ساعات الدراسة الطويلة | ارتباط ضعيف لكنه إيجابي بالحيوية والأداء الوظيفي (Abrantes, 2021) |
| الدعم الاجتماعي | علاقات الأقران، الترابط الأسري | يخفف الضيق ويرفع الرضا العام عن الحياة (Abdullah, 2021) |
| العوامل الأكاديمية | الكفاءة الذاتية، العبء الدراسي، الرضا عن الأداء | يرتبط مباشرة بالصحة المُدركة وتقدير الذات (Ali, 2024) |

الضغوط النفسية والأكاديمية

يُعدّ الانتقال إلى التعليم العالي مرحلة انتقالية محفوفة بالضغوط النفسية والاجتماعية التي تُضعف الرفاهية ( (Wagner, 2025) ;(Moussa-Chamari, 2024); (Rahman, 2025).

وقد أظهر تحليل تلوي أن معدل انتشار أعراض الاكتئاب يبلغ 27% بين طلاب المدارس والجامعات، وهو ما يرتبط بانتظام بانخفاض جودة الحياة . (Da Silva, 2023) وتؤدي المتطلبات الأكاديمية والخوف من ضعف الأداء والتوتر المستمر إلى الإرهاق الجسدي والاحتراق النفسي. (Ali, 2024) ;(Moussa-Chamari, 2024) ) وفي دراسة متعددة المراكز في مصر، ارتبط الرضا عن الأداء الأكاديمي ارتباطًا دالًا بارتفاع الدرجات في جميع مجالات أداة منظمة الصحة العالمية(Ali, 2024) ، بينما يعاني طلاب التخصصات عالية الكثافة كالطب من ضيق نفسي أعلى مقارنة بأقرانهم في التخصصات غير الطبية.((Ali, 2024); (Moussa-Chamari, 2024) )

وإلى جانب العبء الأكاديمي، تُعدّ الموارد النفسية كتقدير الذات والتفاؤل من المحددات الجوهرية للرفاهية الذاتية .((Rahman, 2025); (Sany, 2021)) و يُعدّ تقدير الذات المرتفع من أقوى المنبئات الفردية بالصحة الجسدية والنفسية ( .((Rahman, 2025); (Ramón-Arbués, 2022))وعلى النقيض، فإن عدم الاستقرار المالي والقلق بشأن الديون المستقبلية وانعدام الاستقلالية في تنظيم الوقت تُضعف الأبعاد النفسية لجودة الحياة المرتبطة بالصحة. (Henao Periañez, ;(Moussa-Chamari, 2024)) 2026))

العادات الحياتية والبيئة الجامعية

تؤثر عوامل نمط الحياة بما فيها الراحة والحركة والمساحة المادية تأثيرًا كبيرًا في المجالات الجسدية والبيئية لحياة الطالب .((Rahman, 2025); (Gür, 2024); (Henao Periañez, 2026))

- ضعف نظافة النوم والأرق يُضعفان الأداء الجسدي والطاقة النهارية والتصورات الصحية العامة ( .(Rahman, 2025); (Moussa-Chamari, 2024); (Alharbi, 2026))

- يرتبط النشـــاط البدني المنتظم إيجابيًا بالحيوية والرفاهية النفســـية عبر الأفواج الدولية ( (Rahman, 2025); (Abrantes, 2021).
- تُشـــكّل البنية التحتية للحرم الجامعي والمســـاحات الترفيهية وترتيبات الســـكن الجيدة الرضـــا البيئي واستمرار الطالب . (Gür, 2024)
- ترتبط العادات الغذائية المتوازنة ارتباطًا مباشرًا بالصـــحة المُدركة الأعلى لدى الشـــباب (Ramón-Arbués, 2022); (Bou-Hamad, 2023).

وتُوثّق الأدبيات تباينات ديموغرافية أيضًا؛ فقد أشـارت دراسـات متعددة إلى درجات جودة حياة أدنى لدى الطالبات مقارنة بالطلاب، لا سيما في المجالات الجسدية والنفسية) (Ramón- (Rahman, 2025); (Arbués, 2022)، في حين لم يظهر الجنس كعامل مميّز في دراسات أخرى .(Ali, 2024) كما يُبلّغ الطلاب المنتمون إلى فئات هشّـــة، كذوي الخلفيات المهاجرة أو المقيمين بمفردهم، عن رفاهية نفســـية منخفضـــة بشـــكل ملحوظ .(Wagner, 2025)) (Ramón-Arbués, 2022); ) وتعمل إدارة الوقت الفعّالة وأنظمة الدعم الجامعي النشـــطة كعوامل حماية مهمة ضـــد هذه الضـــغوط (Abdullah, 2021); (Wagner, 2025); (Bou-Hamad, 2023)).وإجمالًا، تتشـــكّل جودة حياة الطالب من تفاعل معقّد بين المرونة النفسية والبيئة المؤسسية والسلوكيات الصحية ( (Alharbi, 2026); (Li, 2022)).

جودة الحياة لدى طلاب الجامعات في مختلف الدول

تتفاوت مستويات جودة الحياة بين طلاب الجامعات تفاوتًا واضحًا حسب بلد الإقامة ومستوى دخل الأسرة، إذ تختلف الأبعاد التي يحققون فيها أعلى وأدنى الدرجات من دولة إلى أخرى (Cruz, 2018); ) (Ramón-Arbués, 2022); (Rahman, 2025)).وتُعزى هـذه الفروق إلى اختلاف الأنظمـة التعليميـة والتوقعات الثقافية والوضـع الاجتماعي والاقتصـادي) (Henao Periañez, 2026); (Rahman, 2025); ((Khadra, 2025)).

مقارنة إقليمية بين الدول

جدول ( ٢ ) :تباين مجالات جودة الحياة بين الأفواج الطلابية في مختلف الدول

| الدولة / المنطقة | العينة | أبرز النتائج |
|---|---|---|
| إسبانيا | 868طالبًا | 66.2%قيّموا جودة حياتهم إيجابيًا؛ أعلى الدرجات في الصحة الجسدية وأدناها في النفسية(Ramón-Arbués, 2022) |
| مصر | 1930طالبًا | أعلى الدرجات في المجالين النفسي والاجتماعي، وأدناها في البيئي؛ والطلاب غير الطبيين تفوّقوا على أقرانهم الطبيين (Ali, 2024) |
| بنغلاديش | 417طالبًا | أعلى الدرجات في العلاقات الاجتماعية (٦٢٫٩٣٪) وأدناها في الصحة النفسية (58.17%) (Rahman, 2025) |
| السودان | 349طالبًا في العلوم الصحية | جودة حياة متوسطة (67.5%)؛ أعلى الدرجات في الصحة الجسدية (٦٩٫٣٪) وأدناها في البيئية (62.9%) (Galgam, 2025) |
| ماليزيا | 316طالبًا | الدرجات النفسية والاجتماعية أدنى من معايير عامة السكان، بينما كانت الجسدية والبيئية مماثلة(Abdullah, 2021) |
| لبنان | 329طالبًا | متوسط الدرجة ٧٦٫٠٣؛ ارتبطت التدين والدخل الصحي والنظام الغذائي الصحي إيجابيًا بجودة الحياة(Bou-Hamad, 2023) |
| كوريا الجنوبية (طلاب دوليون) | 261طالبًا | أعلى الدرجات في العلاقات الاجتماعية (٥٦٫٨٨)؛ والطلاب فوق ٢٥ عامًا سجّلوا درجات أعلى في جميع المجالات (Achangwa, 2022) |
| تركيا | 685طالبًا | الرضا عن الحياة الجامعية والمساحات التعليمية كان الأكثر تأثيرًا في جودة الحياة(Gür, 2024) |
| تركيا (إغدير) | 415طالبًا | متوسط درجة جودة الحياة ٣٫٠٤ من ٥(Aydar, 2026) |
| السعودية | 198طالبًا | جودة النوم الأفضل والصحة الذاتية الممتازة ارتبطتا إيجابيًا بجودة الحياة(Alharbi, 2026) |
| إيران | 632طالبًا | الصحة العامة والرضا عن الحياة كانا أقوى المنبئات بجودة الحياة (Sany, 2021) |
| كولومبيا | 614طالبًا | أداة EUROHIS-QOL أظهرت أداءً سيكومتريًا مُرضيًا في السياق اللاتيني (Henao Periañez, 2026) |

الفروق الثقافية والهجرة

أظهرت دراسة مقارنة بين المجر والأردن أن الطلاب الأردنيين، سواء داخل الأردن أو في المجر، سجّلوا رضا أعلى عن الحياة من أقرانهم المجريين، مما يشير إلى أن الخلفية الثقافية تؤثر في الرفاهية بغض النظر عن الموقع الجغرافي ؛ (Khadra, 2025) وفي ألمانيا، أظهر الطلاب من ذوي الخلفيات المهاجرة أدنى مستويات الصحة النفسية (β = -26.1) مقارنة بأقرانهم الألمان . (Wagner, 2025) وفي دراسة شملت تسع دول، كان للعمر وبلد الإقامة ودخل الأسرة تأثير متعدد المتغيرات دال إحصائيًا على أبعاد جودة الحياة .(Cruz, 2018)

المحددات المشتركة عبر الحدود

رغم التباين الإقليمي، تبقى بعض المحددات ثابتة عالميًا. ففي نموذج المعادلات البنيوية الذي شمل ٣٣٨٠ طالبًا من أربع قارات، كان للاكتئاب أقوى أثر سلبي مباشر على المجال النفسي- (β = 0.60)والعلاقات الاجتماعية (β = -0.41) . (Moussa-Chamari, 2024) ويُقدَّر انتشار أعراض الاكتئاب بنحو 27% بين الطلاب عالميًا .((Da Silva, 2023) ) كما يرتبط النشاط البدني ارتباطًا ضعيفًا لكنه إيجابي بجودة الحياة عبر الدراسات الدولية.(Abrantes, 2021) (R = 0.60)

- تُشير مراجعة سردية إلى أن مجال الصحة النفسية هو الأدنى درجات لدى طلاب الجامعات، وأن العوامل المؤثرة تشمل الديموغرافيا والفسيولوجيا والنفسية والسلوك ونمط الحياة والعوامل الأكاديمية . (Li, 2022)
- في مقارنة خمس دول أوروبية (سلوفاكيا والتشيك وبولندا والمجر وإسبانيا)، تُطرح مسألة ما إذا كانت هناك فروق بين دول أوروبا الوسطى وإسبانيا، وأي المنبئات مشتركة بينها. (Petrovič, 2025)
- في باكستان، قيّم ٦٢,٢٪ من طلاب الطب جودة حياتهم كجيدة، لكن ٤٦,٨٪ فقط كانوا راضين عن صحتهم (Rahman, 2025) ، بينما في فيتنام سجّل طلاب طب الأسنان درجات أدنى، لا سيما الإناث (Rahman, 2025).

- في نيوزيلندا، أبلغ الطلاب الدوليون عن جودة حياة اجتماعية وبيئية أدنى، وفي الصـين كان طلاب السنة الثالثة الأدنى في الصحة النفسية . (Rahman, 2025)

كما تُظهر هذه الأدبيات أن جودة حياة الطلاب تتشـكّل من تفاعل بين الضـغوط النفسـية والعوامل المؤسـسية والظروف الاقتصادية المحلية، مع بقاء الصحة النفسية والنوم والدعم الاجتماعي من أكثر المحددات ثباتًا عبر السياقات. ;(Henao Periañez, 2026) ) (Li, 2022)

كما تناولت دراسات أخرى الرفاهية في البيئة المدرسية ورفاهية المعلمين ؛ ومنها :

دراسة (Avola, Soini-Ikonen, & Jyrkiäinen, 2025) بعنوان " التدخلات الموجهة لتعزيز الرفاهية المهنية للمعلمين والحد من الاحتراق النفسي: مراجعة نطاقية "؛ وهدفت إلى استكشاف سبل للحد من الاحتراق النفسي ودعم الرفاهية المهنية للمعلمين؛ و حدد ت المراجعة النطاقية (Scoping Review) محتويات وخصائص ونتائج التدخلات الاستراتيجية الموجهة لتعزيز رفاهية المعلمين والحد من احتراقهم النفسي؛ واعتمدت على استخدام قاعدتي بيانات (Education Research Complete و ERIC)؛ ومن بين ٩٥٨ دراسة، تم الاقتصار على 46 دراسة وفق معايير الاستبعاد؛ وهذه الدراسات تناولت التدخلات الموجهة لدعم رفاهية المعلمين أو الحد من احتراقهم النفسي ؛وشملت البيانات ٧٣٦٩ مشاركاً من ١٥ دولة حول العالم ؛ ومن بين الدراسات الـ ٤٦، اعتمدت ١٤ دراسة على المناهج المختلطة، و٤ دراسات على المناهج الكيفية، في حين استخدمت ٢٨ دراسة المناهج الكمية؛ وتركز محتوى التدخلات بشكل أساسي على تحسين الرفاهية الفردية، مع دمج بعض أنشطة العمل الجماعي/المجتمعي؛ وأسفر تحليل المحتوى الكيفي عن طيف واسع من أنشطة التدخل، شملت: النشاط البدني، واليقظة الذهنية والتأمل، والتطوير المهني، والتقنيات القائمة على العلاج النفسي، وممارسات الامتنان، بالإضافة إلى مجموعة من الأنشطة المختلطة؛ وتُمثل هذه المراجعة تطبيقاً لنموذج PERMA-H في علم النفس الإيجابي لتوحيد هذا المجال المتباين من بحوث تدخلات رفاهية المعلمين. وجاءت محتويات نموذج PERMA-H متوافقة إلى حد كبير مع محتويات التدخلات، مع التركيز على الاندماج (E)، والمشاعر الإيجابية (P)، والعلاقات (R)، والصحة (H). وقد أسهمت تدخلات الامتنان، والتدخلات القائمة على العلاج، ونشاط اللياقة البدنية، ومعظم تدخلات اليقظة الذهنية والتأمل، والتطوير المهني والأنشطة المختلطة، إيجابياً في تعزيز رفاهية المعلمين. وبشكل عام،

تُسلط المراجعة الضوء على تنوع المناهج والأطر النظرية المُستخدمة لمعالجة رفاهية المعلمين، والتي يمكن لنموذج PERMA-H أن يجمعها تحت إطار موحد.

دراسة (Arkan & Bal, 2025) بعنوان" العلاقة بين مهارات القراءة والكتابة لدى طلاب المرحلة المدرسية والرفاهية الرقمية: مراجعة منهجية" فحص هذه المراجعة المنهجية العلاقة بين مهارات القرائية (Literacy Skills) والرفاهية الرقمية (Digital Well-being) لدى طلاب المدارس؛ لقد أحدثت التكنولوجيا الرقمية تحولاً جذرياً في التعليم والحياة اليومية، مِمَّا خلق فرصاً وتحديات في الوقت ذاته؛ ويُعد فهم كيفية تأثير مهارات القرائية على قدرة الطلاب على التعامل مع البيئات الرقمية بأمان وفاعلية أمراً حاسماً للسياسات والممارسات التعليمية؛ اتبعت الدراسة إرشادات دليلPRISMA 2020 ، وشملت البحث في خمس قواعد بيانات WoS ، Scopusg، ERICg، EBSCO Teacher Reference Centerg، و H.W. Wilson للحصول على المقالات المعتمدة والمحكّمة ذات الصلة؛ ومن بين ٧٩٨ مقالاً في المسح الأول، استوفت ١٧ دراسة معايير الاشتمال؛ وخضعت الدراسات للتقييم باستعمال أداة التقييم النقدي للمناهج المختلطة (MMAT) لقياس الجودة المنهجية، وحُللت البيانات موضوعياً لتحديد أنماط العلاقة بين مهارات القرائية والرفاهية الرقمية؛ وتوصلت نتائج التحليل عن أربعة نقاط رئيسية :ترتبط الكفايات الرقمية ارتباطاً إيجابياً بالرفاهية، وهناك علاقة قوية بين مهارات القرائية والرفاهية الرقمية لدى طلاب التعليم الأساسي (K-12)؛ مِمَّا يعزز الصحة النفسية ويقلل من السلوكيات العدوانية عبر الإنترنت؛ تؤثر العوامل الديموغرافية على الرفاهية الرقمية، حيث أظهرت الإناث مستويات وعي أعلى؛ وتُسهم التدخلات التعليمية التي تعتمد على التعلم القائم على الألعاب والواقع المعزز بفاعلية في تحسين القرائية الرقمية والرفاهية؛ تنشأ المخاطر عبر الإنترنت عادةً من البيئات الاجتماعية القريبة بدلاً من الغرباء، مِمَّا يتطلب تحقيق توازن بين الفوائد الاجتماعية للتكنولوجيا وآثار الإفراط في استخدامها؛ ضرورة توفير تدريب شامل للمعلمين لدعم النمو الرقمي الصحي للطلاب.

دراسة (Kuzik, et al., 2025) بعنوان" "مراجعة منهجية وتحليل بعدي للعقد الأول من تحليلات البيانات التركيبية للسلوكيات الحركية على مدار ٢٤ ساعة، والصحة، والرفاهية لدى الأطفال في سن المدرسة"؛ هدفت هذه المراجعة المنهجية والتحليل البعدي (Meta-analysis) فحص العلاقة بين السلوكيات الحركية والصحة والرفاهية لدى الأطفال في سن المدرسة (ارتباط السلوكيات الحركية مثل :النوم، والسلوك الخامل، والنشاط البدني الخفيف[LPA] ، والنشاط البدني المتوسط إلى الشديد

([MVPA]بالعديد من المخرجات الصحية ومخرجات الرفاهية) ؛ وذلك من خلال تجميع الدراسات المرتبطة بالموضوع على مدار العقد الأول من القرن الـ٢١ ؛ وتم البحث في قواعد البيانات عن الدراسات المحكّمة التي تفحص العلاقات وفق منهجية (CoDA) بين السلوكيات الحركية والصحة أو الرفاهية لدى الأطفال في سن المدرسة (من ٥ ٥.إلى ١٧ 9.سنة؛ وكانت جميع مخرجات الصحة والرفاهية مؤهلة للاشتمال، وكذلك جميع طرق إبلاغ نتائج(CoDA) ؛ وأُجريت تحليلات بعدية (Meta-analyses) حيثما أمكن ذلك؛ وجاءت النتائج متوافقة تدعم فوائد النشاط البدني المتوسط إلى الشديد (MVPA) علاوة على ذلك، أيدت بعض الأدلة توصيات الخطوط الإرشادية للسلوك الحركي على مدار ٢٤ ساعة والمتعلقة بزيادة ساعات النوم وتقليل السلوك الخامل؛و أكدت على الأهمية المُلِحة للحفاظ على المستويات المحدودة الحالية التي يكتسبها الأطفال من هذا النشاط لتحسين صحة الأطفال ورفاهيتهم.

دراسة (Kimiecik, Kimiecik, & Storey , 2025 )وعنوانها " الذات أثناء اللعب: استكشاف الأصول النمائية الجوهرية للرفاهية النفسية الإيجابية" وهدفت إلى استكشاف الأصول النمائية للرفاهية النفسية الإيجابية (PPWB) من خلال منظور نمائي لمسار الحياة، وتحديد الآليات والخصائص الفطرية الأساسية (الذات التعبيرية المتمثلة في التدفق، والاستقلالية، والبيوفيليا، واليودايمونيا) التي تنشأ وتتطور عبر جودة الرعاية الوالدية وتجارب اللعب في مرحلتي الطفولة والمراهقة، لإنتاج شعور داخلي مستدام بأن الحياة تسير على ما يرام طوال مسار الحياة؛ وتوصلت إلى أن جودة الرعاية الوالدية تلعب الممارسات الوالدية الداعمة (مثل الدعم العاطفي، وتوفير التحدي المعتزز للقدرات، ودعم استقلالية الأبناء) دوراً محورياً في تغذية وتطوير الأبعاد الأربعة للذات التعبيرية؛ أثبتت الدراسة أن تكامل الذات التعبيرية من خلال اللعب والرعاية الجيدة في مرحلتي الطفولة والمراهقة يُنتج شعوراً مستداماً بالرفاهية يعمل كمظلة حماية نفسية.

دراسة (Jurić, Krstulović , & Mišurac, 2026)؛ عنوانها "الرفاه المهني للمعلمين في العصر الرقمي: دور الكفاءات الرقمية والإجهاد التكنولوجي"؛ هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين الكفاءات الرقمية، والإجهاد التكنولوجي technostress، والسلامة المهنية للمعلمين؛ حيث أنه في ظلّ تزايد رقمنة التعليم، يواجه المعلمون متطلبات تكنولوجية متنامية قد تؤثر على سلامتهم المهنية؛ وقد أُجريت الدراسة على عينة من معلمي المرحلة الابتدائية باستخدام استبيانات مُعتمَدة. وتم تحليل

البيانات باستخدام الإحصاء الوصفي، وتحليل ارتباط بيرسون، والانحدار المتعدد؛ وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءات الرقمية والضغوط التكنولوجية، فضلاً عن وجود علاقة إيجابية بين الكفاءات الرقمية والرفاهية المهنية .وقد ثبت أن الكفاءات الرقمية تُمثل مُنبئاً إيجابياً هاماً للرفاهية المهنية، بينما لم تُسهم الضغوط التكنولوجية بمُساهمة مستقلة ذات دلالة؛ كما وُجدت فروق في مستوى الضغوط التكنولوجية تبعاً لسنوات الخبرة العملية للمعلمين؛ وأوصت الضوء على أهمية تعزيز الكفاءات الرقمية كمورد أساسي للحفاظ على الرفاهية المهنية للمعلمين في بيئة رقمية.

دراسة (Vieira & Faria, 2026 ) بعنوان" "دور اليقظة الذهنية والذكاء العاطفي في رفاهية المراهقين والتحصيل الدراسي بالمرحلة الثانوية" وهدفت إلى تحديد كيفية ارتباط اليقظة الذهنية بالتحصيل الدراسي والرفاهية لدى المراهقين، وما إذا كانت هذه العلاقة تتوسّطها (تتأثر بـ) متغيّر الذكاء العاطفي (EI)؛ وإلى جانب فحص العلاقة بين هذه البنيات، و تم اختبار تأثيرات التفاعل المعدّلة (Moderation) للجنس أيضاً. شملت عينة الدراسة ٥٩٧ مراهقاً برتغالياً تتراوح أعمارهم بين ١٥ و١٧ عاماً (متوسط العمر = ١٦,٩؛ الانحراف المعياري = ١,١١؛ ٤٩,٩٪ من الذكور)، وهم مسجلون في التعليم الثانوي، حيث استكملوا مقاييس ذاتية التقرير لليقظة الذهنية (CAMM)، والذكاء العاطفي (TEIQue-ASF)، والرفاهية (SWLS) بنسخها البرتغالية؛ أكدت النتائج وجود علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين اليقظة الذهنية والذكاء العاطفي. وأشارت تحليلات الانحدار إلى أن تأثير اليقظة الذهنية على الرفاهية وعلى النتائج المدرسية انخفض عند إضافة الذكاء العاطفي إلى النموذج، مما يؤكد فرضية الوساطة؛ كما أظهرت النتائج علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والرفاهية. وفي المقابل، لم يُبلغ المراهقون ذوو السمات الأعلى في اليقظة الذهنية عن نتائج مدرسية أفضل أو رفاهية أكبر. ولم يُلاحظ وجود اختلافات تُذكر عبر الجنسين؛ تم مناقشة النتائج في ضوء المزايا المحتملة لإدراج الكفاءات الاجتماعية والعاطفية في البيئات التعليمية كعنصر مكمل للمنهج الدراسي.

دراسة (Zietse, et al., 2026) بعنوان " "المرونة النفسية اليومية: مراجعة منهجية لأدوات القياس وعلاقتها بالرفاهية والصحة النفسية في دراسات التقييم اللحظي" هدفت إلى معرفة كيفية تعافي الأفراد من ضغوطات الحياة اليومية، وعلاقة ذلك بالمتغيرات النفسية والاجتماعية الأخرى والرفاهية والصحة النفسية، تم اجراء مراجعة منهجية للدراسات المتعلقة بالمرونة اليومية — أي التعافي من

الضغوطات اليومية — باستخدام منهجية (أخذ عينات الخبرة / ESM التقييم اللحظي)؛ من بين ٣٦ دراسة اشتملت عليها المراجعة، بحثت ١١ دراسة المرونة اليومية لدى فئة الشباب (بعمر ١٠٫٩ إلى ٢٤٫٧ سنة)، و٢٥ دراسة لدى عينات من البالغين. وتحددت المرونة اليومية إما من خلال عبارات التقرير الذاتي المُعدلة عن مقاييس السمات (١٧ دراسة)، أو من حيث التعافي العاطفي من الضغوطات اليومية (٢٠ دراسة)؛ تعكس القدرة المبلّغ عنها ذاتياً على التعافي من الضغوطات اليومية الخبرات الذاتية للتكيف مع الضغوط، بينما يرصد التعافي من الضغوط اليومية العملية الديناميكية للمرونة، ولكنه ما يزال غير مدروس بشكل كافٍ لدى الشباب؛ وارتبطت المرونة اليومية بمتغيرات نفسية واجتماعية متعددة، شملت جودة نوم أفضل ومستوى أعلى من التفاؤل؛ علاوة على ذلك، أظهر الأفراد الذين يعانون من مشكلات في الصحة النفسية باستمرار أوقات تعافٍ أطول بعد التعرض للضغوط اليومية؛ وبشكل عام، تُبرز دراسات أخذ عينات الخبرة (ESM) أن المرونة اليومية يمكن أن تساعد في تحديد الأفراد المعرضين لخطر الإصابة بمشكلات الصحة النفسية، وقد تُسهم هذه النتائج في تسهيل تقديم التدخلات المبكرة في الوقت المناسب.

دراسة (Rattanaburi, Ketwan, & Hernandez, 2026) وعنوانها " التوازن بين العمل والحياة، والصحة النفسية، والطموحات المهنية لدى جيل زد: تأثير بيئات العمل الرقمية، والمرونة النفسية، وتأثير وسائل التواصل الاجتماعي "؛ و تُعنى هذه الدراسة ببحث تجارب التوازن بين الحياة العملية والشخصية، والرفاه النفسي، والتطلعات المهنية لأفراد جيل الزد (Generation Z) في بيئات العمل الرقمية مثل العمل الافتراضي والعمل الحر، وذلك في إطار تصاعد تأثير وسائط التواصل الاجتماعي على التطلعات المهنية؛ ورغم تزايد مشاركة أبناء جيل الزد في بيئات العمل الرقمية، إلا أن الدراسات الميدانية التي تناولت تأثيرات هذه البيئات على الرفاه النفسي والطموحات المهنية ما تزال محدودة؛ واعتمدت الدراسة منهجية البحث الكيفي الظاهراتي (الفينومنولوجي)، وتّمّ إجراء مقابلات شبه منظمة مع عينة تكونت من ٣٠ طالباً؛ و هدف التحليل الموضوعي لهذه المقابلات إلى تحقيق فهم أفضل لتجارب الطلاب في أهدافهم المهنية، وقضايا التوازن بين العمل والحياة، وآليات التكيف والمواجهة داخل بيئة العمل الافتراضية؛ وأظهرت النتائج وجود علاقة تناقضية لدى العاملين الرقميين في مراحل حياتهم المهنية المبكرة بين تفضيلهم للاستقلالية والمرونة في وظائفهم، وتزايد مستوى قلقهم بشأن الأمان الوظيفي، وفرص النمو المهني، والحدود الواضحة بين الحياة المهنية والشخصية،

والإجهاد الرقمي؛ وتشمل التحديات التي يواجهها هؤلاء العاملون الرقميون ضرورة التواجد الدائم والمتواصل عبر الإنترنت، بالإضافة إلى الإجهاد الرقمي؛ كما كشفت النتائج أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في التطوير المهني للعاملين الرقميين في المراحل المبكرة يُعد سلاحاً ذو حدين؛ إذ يقدم فرصاً مهنية، و في الوقت ذاته بيئة ذات تنافسية مرتفعة وتوقعات متزايدة لتسريع وتيرة النمو المهني.

دراسة (Chue, Yeo, Nie , & Chang, 2026)عنوانها" دراسة طولية لرفاهية الطلاب في مدارس سِنغافورة الثانوية باستخدام إطار عمل بِيْرما "(PERMA) وهدفت إلى فحص مسار واتجاهات التغير في رفاهية الطلاب عبر سنوات المرحلة الثانوية في سنغافورة (باستخدام إطار عمل "بيرما" PERMA)، مع التركيز بشكل خاص على رصد فروق النوع الاجتماعي (الذكور والإناث) خلال هذه الفترة العمرية، وتقديم رؤى حول تأثير السياق التعليمي والثقافي الذي يجمع بين الامتحانات الوطنية التنافسية والتركيز على التطوير الشامل للطلاب؛ والدراسة طولية (Longitudinal Study) تم تطبيقها على مدار ثلاث سنوات دراسية متتالية (من الصف الأول الثانوي حتى الصف الثالث الثانوي)؛ وتم استخدام مقياس-m) (PERMA-Profilerالمعدّل لقياس عناصر الرفاهية الخمسة (المشاعر الإيجابية، الاندماج، العلاقات الإيجابية، الإحساس بالمعنى، والشعور بالإنجاز)؛ وتوصلت إلى وُجود انخفاض ملحوظ ذو دلالة إحصائية في جميع عناصر الرفاهية (PERMA) لدى الطلاب (ذكوراً وإناثاً) عند الانتقال من السنة الأولى إلى السنة الثانية، ويرجع ذلك غالباً لتحديات التكيف مع بيئة المرحلة الثانوية وضغوطها الأكاديمية والاجتماعية؛ ثم استقرار أو التحسن الطفيف من الثاني إلى الثالث الثانوي فقد ظلت معظم عناصر الرفاهية مستقرة نسبياً في السنة الثالثة، مع ملاحظة ارتفاع ملحوظ في المشاعر الإيجابية والعلاقات الإيجابية لدى الذكور فقط خلال هذه الفترة؛ وأوصت بضرورة تصميم برامج إرشادية وتدخلات مبكرة لتخفيف صدمة الانتقال من المرحلة الابتدائية إلى الثانوية (أو خلال السنة الأولى والثانية) للحد من تراجع الرفاهية والمشاعر الإيجابية لدى الطلاب.

# القسم الرابع

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## خبرات و ممارسات أجنبية رائدة في تعزيز جودة الحياة والرفاهية للنشء والشباب

## ٤- خبرات و ممارسات أجنبية رائدة في تعزيز جودة الحياة والرفاهية للنشء والشباب

### ٤-١ المفوضية الأوروبية




شكل (٧) بعض مبادرات الرفاهية المفوضية الأوروبية

أصدرت المفوضية الأوروبية "الإرشادات لصانعي السياسات لمعالجة الرفاهية والصحة النفسية في المدارس" والتي تم تطويرها من قبل مجموعة الخبراء التابعة للجنة حول بيئات التعلم الداعمة

للمجموعات المعرضة للتأخر في التحصيل ولدعم الرفاهية في المدرسة. وهي مستندة إلى الإطار المستند إلى الأدلة "نهج شامل على مستوى المدرسة للصحة النفسية والرفاهية في المدارس" وتتماشى مع المنطق والأسلوب المتبع في توصية المجلس بشأن مسارات النجاح المدرسي، واستراتيجية الاتحاد الأوروبي لحقوق الطفل وغيرها من الأطر المقترحة من قبل المنظمات الدولية، مثل منظمة الصحة العالمية" World Health Organization (WHO) (WHO) المدارس والأنظمة المعززة للصحة" المنفذة بالشراكة مع صندوق الأمم المتحدة للطفولة ومنظمة اليونسكو UNESCO ، ومشروع منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية" (OECD) التعليم من أجل المجتمعات الشاملة" وإطار اليونسكو "المدارس السعيدة". كما تتماشى الإرشادات مع المبادئ الواردة في اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل، ونهج مجلس أوروبا تجاه الرفاهية، وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة ٢٠٣٠ UN 2030 Sustainable Development Goals (SDGs) .

وأكدت المفوضية الأوروبية على أن الإرشادات ينبغي تكييفها لكي تناسب كل دولة من دول الاتحاد الأوروبي ؛ وذلك إدراكًا منها أ أنه رغم أن دول الاتحاد الأوروبي تشترك في العديد من التحديات والتوصيات لدعم الرفاهية، إلا أن أنظمة التعليم تختلف كثيرًا؛ ولذلك فالارشادات غير ملزمة بالكامل ولكن تهدف إلى تقديم توجيهات عملية ومباشرة لصانعي السياسات.

إدراكًا من المفوضية الأوروبية للقضايا المرتبطة بتعزيز جودة الحياة والرفاهية كثفت جهودها من خلال توصية المجلس لعام ٢٠٢٢ حول مسارات النجاح المدرسي؛ كخطوة رائدة في مجال التعليم الأوروبي، وتهدف مبادرة مسارات النجاح المدرسي إلى تحسين نتائج التعليم لجميع المتعلمين، بغض النظر عن أوضاعهم الشخصية وخلفياتهم، مع الاعتراف بالعلاقة الجوهرية بين الرفاهية والنجاح في المدرسة.

مبادرة "مسارات النجاح المدرسي" (Pathways to School Success) توصية استراتيجية اعتمدها مجلس الاتحاد الأوروبي والمفوضية الأوروبية في عام ٢٠٢٢، بهدف إصلاح سياسات التعليم وتعزيز الشمول والعدالة داخل منطقة التعليم الأوروبية(EEA) ؛ ومواجهة بعض التحديات في الاتحاد الأوروبي التي تعيق التقدم التعليمي ؛ و منها: نقص المهارات الأساسية: يفتقر ٣٠٪ من المراهقين في سن ١٥ عامًا إلى الكفاءات الكافية في الرياضيات، ويعاني ربعهم من تدني الأداء في القراءة أو العلوم (مسح منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية PISA، ٢٠٢٢)؛ التسرب المبكر: لم يُكمل حوالي ٣,١

مليون شاب في الاتحاد الأوروبي تعليمهم وتدريبهم (Eurostat ، ٢٠٢٢). السلامة في المدرسة: أفاد طالب واحد من كل عشرة طلاب بعدم شعوره بالأمان في المدرسة، وأفاد ٢٠٪ من الطلاب بتعرضهم للتنمر.... وتم تحديد تعزيز الرفاه والصحة النفسيةكأحد الأهداف الاستراتيجية لهذه المبادرة يتحقق بحلول ٢٠٣٠م دمج بيئات التعلم الآمنة والمعززة للتمكين لمعالجة التنمر والحد من الفجوات التعليمية؛ حيث تُعدّ المدارس ركيزة أساسية لتعزيز الصحة النفسية والرفاهية لدى الشباب، إذ يقضون فيها أوقاتاً طويلة خلال سنوات نموهم؛ ولذلك، يُمثّل الاهتمام برفاهية كلٍّ من الطلاب والمعلمين جوهرَ منطقة التعليم الأوروبية. (European Education Area Quality education and training for all, 2026)

وأكدت المفوضية الأوروبية على أن الرفاهية تتعلق بجودة الحياة المدرسية، وبيئات التعلم، والمناخ المدرسي المبني على الاحترام، والعلاقات بين المتعلمين وزملائهم، وبين المتعلمين ومعلميهم، وبين المعلمين أنفسهم. هذه كلها هياكل تُعنى بكيفية غرس التعاطف والرحمة والنزاهة والمرونة وحل المشكلات واحترام الآخرين، وكذلك الشعور بالانتماء والأمان، وتعمل على تعزيزها بشكل مستمر. الرفاهية تتعلق أيضًا برفاهية المعلمين والمربين، وتمكين المتعلمين ومعلميهم من التعبير عن آرائهم، والمشاركة الفعّالة في عملية اتخاذ القرار في الأمور التي تؤثر عليهم، والمساهمة في مجتمعهم. المدرسة هي خطوة أساسية لدخول الشباب إلى المجتمع، ويجب ألا يتم تناول الرفاهية والرعاية على حساب الجودة والتميز في التعليم، والعكس صحيح.

وتشير الأرقام الأخيرة إلى أن رفاهية الأطفال والمراهقين قد انخفضت بشكل مستمر إلى مستويات مقلقة؛ فالطلاب اليوم يبلغون عن نتائج صحة عقلية أسوأ – متأثرة بعوامل مثل ضغط المدرسة، صورة الجسم، الاستخدام غير الآمن لوسائل التواصل الاجتماعي، والتنمر – مقارنة بالأجيال السابقة، إلى جانب اتجاه تنازلي في التحصيل الدراسي. (European Union, 2024 )

تبنت عدد من الدول الأوروبية ممارسات رائدة لتعزيز الرفاهية المدرسية، يمكن عرض أبرزها على النحو التالي:

دعم قانون الأطفال والشباب (أسكتلندا) لعام ٢٠١٤ (القانون) تنفيذ نهج "احرص على ألا يُترك طفل خلف الركب Getting it right for every child (GIRFEC) " إلا أن بعض أحكام القانون المتعلقة بخدمة الشخص المُسمَّى ومشاركة المعلومات تعرضت للطعن أمام المحكمة العليا في عام ٢٠١٧.

وقررت الحكومة الاسكتلندية في عام ٢٠١٩ أن أفضل طريقة لتعزيز وترسخ نهج GIRFEC بشكل أكبر تتمثل في اعتباره أساساً للسياسات، بالشراكة مع شركاء التسليم المحليين، وذلك من خلال المساعدة العملية والتوجيه والدعم؛ لذلك، التزمت الحكومة الإسكتلندية بتطوير سياسة جديدة وتوجيهات عملية توفر الثقة والوضوح والدعم العملي لتنفيذ نهج GIRFEC، مدعومة بمشاركة معلومات ضرورية وذات صلة ومتناسبة. (Getting it right for every child, 2025)

### أيرلندا: بيان وإطار عمل سياسة الرفاهية:

وضعت أيرلندا "بياناً وإطار عمل لسياسة الرفاهية"، وهو التزام صريح باعتبار الرفاهية هدفاً رئيسياً للتعليم. ويُبرز إطار العمل دور المدارس والحكومة في تعزيز الرفاهية، مع توفير إرشادات ومجموعة متنوعة من الموارد للمدارس والمعلمين وأولياء الأمور، إلى جانب نظرة عامة على دعم التطوير المهني المستمر. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الأولى (تهيئة مناخ مدرسي إيجابي) والتوصية الرابعة (إعداد المعلمين) (European Union, 2024 ) .

### فنلندا: قانون رفاهية الطلاب:

يتناول موضوع الرفاهية في المناهج الأساسية الوطنية الفنلندية (NCC) جميع مستويات التعليم. وقد صدر أحدث تجديد تشريعي — وهو قانون رفاهية التلاميذ والطلاب لعام ٢٠٢٢ — ليتناول موضوع رفاهية الطالب من منظور وقائي يدعم المجتمع المدرسي بأكمله، ويشمل مراعاة آراء الطالب عند اعتماد أي تدابير تتعلق بهم، مع الأخذ في الاعتبار عمر الطالب ومستوى نموه وقدراته الشخصية الأخرى. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الأولى (مناخ مدرسي إيجابي) والتوصية العاشرة (الإنصاف والشمول)

يتلخص التشريع الفنلندي في كونه إطاراً قانونياً شاملاً يضمن حق جميع الطلاب في مختلف المراحل التعليمية في الحصول على خدمات رفاهية صحية ونفسية واجتماعية مجانية، مع تحويل مفهوم الرفاهية إلى ثقافة عمل وقائية ومجتمعية داخل المؤسسة التعليمية؛ وأبرز المحاور الرئيسية للقانون(Student Welfare Act, 2013) :

الرفاهية كمسؤولية جماعية :(Communal Welfare) ينص القانون على أن رعاية رفاه الطالب ليست مهمة أخصائي منفرد، بل واجب يومي ومسؤولية مشتركة لجميع الكوادر العاملة في المدرسة.

الخدمات الفردية المتخصصة :يضمن القانون لكل طالب الحق في الحصول المباشر والمجاني على خدمات ممرض/طبيب المدرسة، الأخصائي النفسي المدرسي، المرشد الاجتماعي، والمرشد الأكاديمي.

الوقاية والتدخل المبكر :يُركز القانون بشكل أساسي على البيئة الوقائية وتوفير الدعم في المراحل المبكرة للحد من نشوء المشكلات النفسية أو الاجتماعية.

خطة الرفاهية المدرسية :يُلزم التشريع كل مؤسسة تعليمية بوضع خطة عمل مكتوبة لمتابعة الرفاهية وتشكيل فرق عمل متعددة التخصصات بالتنسيق مع أولياء الأمور والجهات الصحية.

### الدنمارك: سياسة الرفاهية في جميع مستويات التعليم:

تغطي سياسة الرفاهية في الدنمارك جميع مستويات التعليم، ويحدد المفهوم الدنماركي ثلاثة جوانب رئيسية للرفاهية: الرفاهية النفسية والجسدية، والتقييم الذاتي للطالب لكفاياتهم (ولا سيما الفعالية الذاتية والمرونة والكفايات الاجتماعية)، ومدى دعم بيئة الطالب (بما في ذلك الآباء والأقران والمعلمون) لهم وإلهامهم. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الثانية (دمج التربية الاجتماعية والعاطفية (European Union, 2024 )

### النمسا: مبادرة "المدرسة كفضاء للرفاهية":

تُعد مبادرة "المدرسة كفضاء للرفاهية" (Wohlfühlsche Schule) مبادرة مشتركة بين وزارة التعليم وصندوق النمسا الصحية (Fonds Gesundes Österreich)؛ وتهدف إلى تعزيز الرفاهية والمرونة والصحة النفسية؛ وفي هذا الإطار، يتلقى المعلمون تدريباً في مجال تعزيز الصحة النفسية ودعم المدارس؛ ومن المبادرات المشتركة الأخرى بين وزارة التعليم ووزارة الصحة في النمسا "نقطة خدمة تعزيز الصحة في المدارس" (GIVE)، التي توفر للمدارس المواد والأدوات وورش العمل المتعلقة بتعزيز

الصحة. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الثالثة (الشراكات التعاونية) والتوصية التاسعة (التطوير المهني) (European Union, 2024 )

### بولندا: أسبوع الصحة النفسية:

اختُتم "أسبوع الصحة النفسية" (٢١-٢٨ فبراير ٢٠٢٤) بالمؤتمر الوزاري المشترك "الصحة النفسية للأطفال — أفضل الحلول"، وأُطلق مشروع "دعم إتاحة التعليم للأطفال والشباب"، الذي يشارك في تمويله الصندوق الاجتماعي الأوروبي (ESF+). وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الثالثة (الشراكات التعاونية) والتوصية الحادية عشرة (خدمات الدعم النفسي) (European Union, 2024 )

### بلجيكا: نظام توجيه فعال للمعلمين المبتدئين:

قدّمت المفوضية الأوروبية الدعم الفني لوزارة التعليم والتدريب الفلمنكية (بلجيكا) لإنشاء نظام توجيه فعال للمعلمين المبتدئين؛ بهدف معالجة التسرب المبكر من المهنة، وضمان مسارات وظيفية أفضل للمعلمين على المدى الطويل. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الرابعة (إعداد المعلمين) (European Union, 2024 )

### ألمانيا: دورة إلزامية في التفكير الإيجابي:

تنفذ جامعة إرفورت دورة إلزامية حول التفكير الإيجابي في إعداد المعلمين والتجارب الميدانية. وتهدف هذه الدورة — المقدمة عبر الإنترنت — إلى تعزيز الرفاهية الشاملة، سواء العامة أو المتعلقة بالعمل، للطلاب المعلمين طوال فترة تجربة تربوية ميدانية مدتها ١٥ أسبوعاً. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الرابعة (إعداد المعلمين) والتوصية التاسعة (التطوير المهني) ( European Union, 2024)

### أوروبا: شبكة القيادة التربوية الأوروبية (ELNE):

شبكة القيادة التربوية الأوروبية (ELNE) هي شبكة جديدة ممولة من الاتحاد الأوروبي، تضم أكثر من ٦٠ منظمة شريكة من ٢٦ دولة، بما في ذلك شبكات على المستوى الأوروبي وجامعات، إلى جانب مؤسسات وطنية وإقليمية ومحلية. وتكرّس هذه الشبكة جهودها لتعزيز القيادة التربوية

التعاونية في قطاع التعليم والتدريب. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الخامسة (قادة المدارس) (European Commission, 2022).

### أيرلندا: خطة العمل لمكافحة التنمر (Cineáltas):

أطلقت أيرلندا خطة العمل لمكافحة التنمر "Cineáltas" (التي تعني "اللطف" باللغة الأيرلندية) للفترة ٢٠٢٣-٢٠٢٧، وهي سلسلة من التدابير التي تهدف إلى تعزيز تطوير مدارس شاملة يشعر فيها الأطفال والشباب والموظفون بالانتماء والأمان والترابط والدعم. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية السادسة (بيئة مدرسية آمنة) (European Union, 2024 )

### أوروبا: استراتيجية "إنترنت أفضل للأطفال" ومراكز الإنترنت الآمنة (SICs):

توفر شبكة مراكز الإنترنت الأكثر أماناً (SICs) على المستوى الوطني أنشطة توعوية وتدريبية للطلاب والبالغين، وتدير خطوط مساعدة هاتفية للإبلاغ عن التنمر الإلكتروني والابتزاز الجنسي والتحريض الجنسي والتهديدات الأخرى عبر الإنترنت. وتُعدّ هذه المراكز شبكة يشارك في تمويلها الاتحاد الأوروبي، وتقدم على المستوى الوطني أنشطة توعوية وتدريبية في المدارس وخارجها. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية السابعة (الرفاهية في العصر الرقمي) (European Union, 2024 )

### البرتغال: المرسوم القانوني ٦/٥٤:

يعالج المرسوم القانوني البرتغالي رقم ٦/٥٤ الإدماج بوصفه عملية تعالج الاحتياجات والإمكانات المتنوعة لجميع الطلاب، ويدعو المدارس إلى إرساء ثقافة تضمن فرص التعلم لكل طالب، وتقدّر التنوع، وتعزز المساواة وعدم التمييز في التعليم. وقد قدمت المفوضية الأوروبية الدعم الفني لرصد تنفيذ هذا المرسوم. وتتجلى هذه الممارسة في التوصية العاشرة (الإنصاف والشمول) (European Union, 2024 )

### كرواتيا: برنامج Help YES:

ينفذ المعهد الكرواتي للصحة العامة برنامج "Help YES"، الذي يزود المعلمين بالأدوات اللازمة لعملهم اليومي في المدرسة، ويقدم الدعم في مجال الصحة النفسية للأطفال والشباب عند الحاجة. ويوفر البرنامج المعرفة الأساسية حول الصحة النفسية، والمهارات اللازمة للتعرف على مشكلات

الصحة النفسية، ومعلومات حول كيفية طلب المساعدة المهنية من خلال خطوات "الاقتراب – الدعم – التعزيز" (P3). وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الحادية عشرة (خدمات الدعم النفسي) ( European Union, 2024)

### التشيك: مبادرة Na Rovinu:

أطلقت المبادرة الوطنية لمكافحة وصمة العار "Na Rovinu" في عام ٢٠١٧ في إطار إصلاح نظام الرعاية الصحية النفسية، وقد حققت نجاحاً كبيراً على مدار السنوات السبع الماضية. وتدعم المبادرة الوقاية والتثقيف في مجال الصحة النفسية، وتسعى جاهدة لضمان حصول كل شخص على فرص لتجربة الرفاهية في جميع مجالات الحياة؛ وتتجلى هذه الممارسة في التوصية الحادية عشرة (خدمات الدعم النفسي)

( European Union, 2024)

## ٤-٢ خبرة سنغافورة في جودة الحياة والرفاهية في مؤسسات التعليم

تمثل خبرة سنغافورة في جودة الحياة والرفاهية داخل مؤسسات التعليم نموذجًا متكاملًا يربط بين السياسات التعليمية وبناء الإنسان وتنمية المجتمع. وتضطلع وزارة التربية والتعليم السنغافورية (MOE)بالدور الرئيس في صياغة السياسات التعليمية وتنفيذها، بما يشمل هيكل التعليم والمناهج وطرائق التدريس وأساليب التقويم، إلى جانب الإشراف على المدارس الممولة حكوميًا ومعهد التعليم الفني والمعاهد التقنية والجامعات. (Ministry of Education Singapore , 2026)

وتنطلق الوزارة من رؤية تعتبر أن مستقبل الأمة يتشكل من خلال إعداد أفرادها، وأن ثروة المجتمع الحقيقية تتمثل في مواطنيه وما يمتلكونه من التزام تجاه الوطن والمجتمع، وقدرة على المثابرة والتفكير والإنجاز والتفوق؛ ومن هذا المنطلق، لا تقتصر العملية التعليمية في سنغافورة على نقل المعرفة وتحقيق التحصيل الأكاديمي، بل تهدف أيضًا إلى بناء شخصية متوازنة، قادرة على التكيف والتعلم المستمر والمشاركة الإيجابية في الحياة العامة

وتؤكد فلسفة وزارة التعليم السنغافورية (٢٠٢٦) (Ministry of Education Singapore , 2026)أن ما يتلقاه الأطفال من تربية في المنزل وتعليم في المدرسة يترك أثرًا مباشرًا في تشكيل المجتمع خلال الأجيال

القادمة. ولذلك تسعى السياسات التعليمية إلى الاستفادة من خبرات الماضي، وفهم تحديات الحاضر، والاستعداد لفرص المستقبل، مع التركيز على التجديد المستمر في القيادة والمواطنة. وفي هذا السياق، توفر الوزارة تعليمًا متوازنًا ومتكاملًا يساعد الطلبة على تحقيق كامل إمكاناتهم، ويعزز صحتهم النفسية والاجتماعية والجسدية، ويرعاهم ليصبحوا متعلمين مدى الحياة ومواطنين صالحين، مدركين لمسؤولياتهم تجاه الأسرة والمجتمع والوطن.

ومما سبق ذكره تظهر جودة الحياة والرفاهية في مؤسسات التعليم السنغافورية بوصفهما جزءًا أساسيًا من الرسالة التعليمية، وليست جانبًا منفصلًا أو برنامجًا هامشيًا. فالمدرسة مطالبة بتطوير المعرفة والمهارات والقيم، وفي الوقت نفسه توفير بيئة داعمة تساعد الطلبة على النمو المتكامل، وبناء الثقة والمرونة والانتماء، والاستعداد للمشاركة الفاعلة في مستقبل الأمة.

سياسات وممارسات وزارة التربية والتعليم في جودة الحياة والرفاهية لدولة سنغافورة:

تتبنى وزارة التربية والتعليم في سنغافورة نهجًا وقائيًا ومبكرًا وشاملًا لتعزيز الصحة النفسية والرفاهية، انطلاقًا من أن جودة حياة الطلبة وحسن حالهم النفسي لا يتشكلان بعامل واحد، بل يتأثران بعاداتهم اليومية، وعلاقاتهم الاجتماعية، وخبراتهم الحياتية، ومستوى الدعم الذي توفره الأسرة والمدرسة والمجتمع من حولهم (Strengthening mental health and well-being for all, 2026)

وكما أن الصحة الجسدية تمر بمراحل من القوة والضعف، فإن الصحة النفسية كذلك تتسم بالديناميكية، وقد يمر جميع الطلبة بتقلبات أو ضغوط في أوقات مختلفة. ومن شأن العلاقات الإيجابية، وتنمية استراتيجيات التكيف الصحي، وتقديم الدعم المناسب في الوقت المناسب، أن تساعدهم على مواجهة تحديات الحياة والتعامل مع الضغوط وبناء المرونة النفسية.

وتنظر وزارة التعليم بسنغافورة (Strengthening mental health and well-being for all، ٢٠٢٦)إلى دعم الصحة النفسية والرفاهية الطلابية باعتباره مسؤولية تشاركية تتقاسمها المدرسة والأسرة والطالب والمجتمع. إذ تعمل المدارس على توفير بيئات تعليمية آمنة وحاضنة وداعمة، يشعر فيها الطلبة بالقبول والانتماء، كما تزوّدهم بالمعارف والمهارات التي تمكنهم من فهم مشاعرهم وإدارة ضغوطهم والتعامل مع التحديات وطلب المساعدة عند الحاجة. وتتولى الأسرة ومقدمو الرعاية تعزيز هذه الجهود في المنزل من خلال الرعاية والإصغاء والتوجيه وبناء علاقات إيجابية مع أبنائهم، بينما

يشارك الطلبة بصورة فاعلة في رعاية رفاهيتهم الشخصية، وتبنّي العادات الصحية، والاستفادة من مصادر الدعم المتاحة لهم.

ومن خلال تكامل هذه الجهود، يُمكَّن كل طفل من تنمية كفاءته وثقته بذاته ومرونته النفسية، بما يساعده على النمو المتوازن والازدهار وتحقيق إمكاناته في المدرسة والحياة.

وينظم نهج وزارة التعليم في مجال الصحة النفسية والرفاهية (Strengthening mental health and well-being for all، ٢٠٢٦) حول ثلاثة مرتكزات أساسية، تتكامل فيما بينها لتوفير دعم شامل ومستدام للطلاب:

- تعزيز الصحة النفسية والرفاهية لجميع الطلبة: بحيث يكون كل طالب مجهز بالمعرفة والمهارات والتجارب الداعمة لتعزيز صحته النفسية ورفاهيته.
- تمكين نظام بيئي للدعم: حيث يكون لكل كل مدرسة نظام دعم لتحديد الطلاب الذين قد يحتاجون إلى المساعدة، وتقديم الدعم حسب احتياجاتهم.
- الشراكة مع أولياء الأمور والوكالات المجتمعية والجهات الحكومية: تتعاون المدارس مع أولياء الأمور والمنظمات المجتمعية والوكالات الحكومية لتعزيز الدعم لصحة الطلاب النفسية ورفاهيتهم.




شكل ( ٨ ) نهج وزارة التعليم بسنغافورة في مجال الصحة النفسية والرفاهية (Strengthening mental health and well-being for all, 2026)

وتكمن قوة النموذج في أنه لا يحصر الرفاهية في جلسات الإرشاد، بل يدمجها في المنهج، والعلاقات اليومية، والأنشطة، وإدارة الأعباء الأكاديمية، ومسارات الإحالة إلى الخدمات المتخصصة.

تعزيز الصحة النفسية والرفاهية لجميع الطلاب: (Strengthening mental health and well-being for all، ٢٠٢٦)

تتبع وزارة التعليم السنغافورية نهجًا وقائيًا لتعزيز الصحة النفسية والرفاهية للطلاب من خلال المنهج الدراسي وبيئة المدرسة والتجارب اليومية، ويطور الطلاب المهارات والعلاقات والدعم اللازمين لمواجهة التحديات وطلب المساعدة عند الحاجة.

إدماج الرفاهية في المنهج الدراسي:

تُدرّس التربية للصحة النفسية ضمن منهج التربية على الشخصية والمواطنة من المرحلة الابتدائية حتى ما قبل الجامعة؛ ويتعلم الطلبة بناء المرونة، واستخدام استراتيجيات التكيف الصحي، والتعاطف مع

الآخرين، والتعرف إلى علامات الضيق النفسي، ومعرفة متى وأين وكيف يطلبون المساعدة، ويمكن القول أنهاممارسة مهمة لأنها تحول الرفاهية إلى مهارة تربوية عامة وليست خدمة موجهة فقط إلى الطلبة الذين يواجهون مشكلات.

التعامل مع الرفاهية الرقمية باعتبارها جزءًا من الرفاهية العامة:

تقدم المدارس تعليمًا للعافية السيبرانية، يركز على الاستخدام الآمن والمسؤول للتكنولوجيا، وبناء العادات الرقمية الصحية، ومقاومة التنمر الإلكتروني والتأثيرات الضارة على الإنترنت، واتخاذ قرارات رشيدة في البيئة الرقمية. كما تتعاون المدارس مع أولياء الأمور لترسيخ هذه العادات في المنزل.

تجارب تطوير الطلاب:

تولي المدارس أهمية كبيرة للتجارب التعليمية التي تتم خارج نطاق الصف الدراسي، باعتبارها ممارسات أساسية لتعزيز رفاهية الطلبة وحسن حالهم النفسي والاجتماعي. ويشارك الطلبة في مجموعة متنوعة من تجارب تطوير الطلبة (SDE)، من أبرزها الأنشطة اللامنهجية والمشتركة(CCA) ، ومعسكرات التعلم بالمغامرة في الهواء الطلق، وبرنامج القيم في العمل(VIA) .

وتوفر هذه التجارب مواقف تعليمية واقعية يمارس فيها الطلبة مواجهة التحديات والتغلب على الصعوبات بالتعاون مع أقرانهم. فقد يواجهون عقبات خلال المعسكرات الجماعية، أو يحتاجون إلى المثابرة أثناء التدريبات المكثفة للأنشطة اللامنهجية، أو يوظفون ما تعلموه من مهارات الصمود والتكيف والرفاهية في التعامل مع المواقف اليومية.

ولا تقتصر قيمة هذه الخبرات على تنمية المهارات، بل تسهم أيضًا في تعزيز جودة الحياة المدرسية؛ فمن خلال التجارب المشتركة يكتشف الطلبة اهتماماتهم ومواطن قوتهم، ويكوّنون صداقات إيجابية، ويطورون علاقاتهم الاجتماعية، ويعمقون شعورهم بالانتماء إلى المدرسة والمجتمع.

كما تساعد هذه البرامج الطلبة على تنمية الفاعلية الشخصية والاستقلالية، وتحمل مسؤولية تعلمهم، والمشاركة في اتخاذ القرارات، وتطوير مهارات التفكير السليم وحل المشكلات، فضلًا عن تعزيز قيم التعاون والاحترام والعناية بالآخرين. وبذلك تصبح الأنشطة المدرسية الممتدة مجالًا عمليًا لبناء الثقة بالنفس، والمرونة النفسية، والشعور بالمعنى والانتماء.

دعم الطلبة في التعامل مع التحديات الأكاديمية:

تنظر المدارس إلى التعلم بوصفه عملية تتطلب الجهد والمثابرة والقدرة على التعامل مع التحديات، مع الحرص في الوقت نفسه على ألا تتحول المتطلبات الأكاديمية إلى مصدر مستمر للضغط النفسي؛ ولذلك تُصمم الواجبات والمهام التعليمية وفق أهداف تعلم واضحة، وتحرص المدارس على أن تكون هادفة وقابلة للإدارة، كما تضع سياسات للواجبات المنزلية وتراجعها بصورة منتظمة، مع مراعاة أثرها في تعلم الطلبة ورفاهيتهم.

ويُعد التقويم جزءًا أساسيًا من عملية التعلم، لأنه يساعد الطلبة على فهم مستوى تقدمهم، وتحديد جوانب القوة ومجالات التحسين، والاستفادة من التغذية الراجعة لمعالجة فجوات التعلم. وفي حين يُعد الشعور بدرجة محدودة من القلق أو التوتر قبل التقييمات أمرًا طبيعيًا، تعمل وزارة التربية والتعليم والمدارس على إبقاء متطلبات التقويم ضمن حدود معقولة وقابلة للتحمل، وتوفير الدعم المناسب للطلبة الذين يعانون من قلق الاختبارات أو الضغوط الأكاديمية.

ومن خلال منهج التربية على الشخصية والمواطنة(CCE) ، إلى جانب الخبرات والممارسات المدرسية الأخرى، يتعلم الطلبة استراتيجيات عملية لإدارة التوتر، والتعامل مع الإخفاقات والانتكاسات، وتنمية الصمود والمرونة النفسية، والنظر إلى التحديات بوصفها فرصًا للتعلم والنمو؛ كما تُشجع المدارس الطلبة على اللجوء إلى البالغين الموثوقين، مثل المعلمين والمرشدين وأفراد الأسرة، عندما يشعرون بالإرهاق أو عدم القدرة على التعامل مع الضغوط بمفردهم.

توفير فرص النشاط البدني والدعم الصحي:

توفر المدارس مجموعة متنوعة من فرص النشاط البدني، تشمل دروس التربية البدنية، والأنشطة اللامنهجية والمشتركة، واللعب الحر أو غير المنظم، إلى جانب برامج مدرسية أخرى تشجع على الحركة والنشاط.

ويُعد النشاط البدني المنتظم أحد المكونات المهمة للرفاهية الشاملة؛ فهو يدعم الصحة الجسدية، ويساعد الطلبة على إدارة التوتر، وتحسين المزاج، وتعزيز تقدير الذات والثقة بالنفس. كما أن ممارسة الأنشطة البدنية بصورة جماعية تتيح للطلبة فرصًا للتفاعل الاجتماعي، وبناء العلاقات الإيجابية، وتنمية مهارات التعاون والتواصل.

ومن ثم، لا تُعامل الرياضة والنشاط البدني بوصفهما مجالين منفصلين عن التعلم، بل باعتبارهما ممارستين تربويتين تسهمان في حماية الصحة النفسية وتعزيز الرفاهية، من خلال تقوية العلاقات بين الأقران، وتنمية الشعور بالانتماء، ومساعدة الطلبة على بناء حياة مدرسية أكثر توازنًا ونشاطًا وإيجابية.

بيئة مدرسية راعية ومُمكِّنة لتعزيز جودة الحياة والرفاهية:

تخلق المدارس بيئات آمنة وحنونة يشعر فيها الطلاب بالقبول والاتصال. العلاقات الإيجابية والشعور بالانتماء هما عاملان حماية مهم للصحة النفسية والقدرة على التحمل، وتخصص المدارس وقتا للمعلمين للتعرف على طلابهم، وبناء علاقات إيجابية، والاطمئنان على رفاهيتهم. يتواصل معلمو الصف مع الطلاب من خلال التفاعلات اليومية، والأنشطة الصفية، والمحادثات المخصصة.

كما تطبق المدارس هياكل منظمة لدعم الأقران، انطلاقًا من أن الطلبة يمكن أن يكونوا شركاء فاعلين في تعزيز رفاهية بعضهم بعضًا؛ ويتعلم جميع الطلبة، من خلال منهج التربية على الشخصية والمواطنة والخبرات المدرسية المختلفة، أهمية العناية بالآخرين، واحترام مشاعرهم، ومساندتهم، وتشجيعهم على طلب الدعم من البالغين الموثوقين.

وتختار المدارس عددًا من الطلبة ليكونوا قادة دعم الأقران(PSL) ، وتوفر لهم تدريبًا إضافيًا على مهارات الاستماع الفعال، والتعاطف، وتقديم الدعم الملائم لأعمار زملائهم، مع الالتزام بحدود دورهم بوصفهم داعمين وميسّرين لطلب المساعدة، وليسوا بديلًا عن المعلمين أو المرشدين النفسيين.

وتتكامل هذه الجهود في بناء ثقافة مدرسية قائمة على الرعاية والتضامن والمسؤولية المشتركة، بحيث تصبح الرفاهية جزءًا من الحياة اليومية في المدرسة، ويشعر كل طالب بأنه مقبول، ومسموع، ومدعوم، وقادر على النمو والتعلم والازدهار.

تمكين نظام بيئي للدعم في المدارس (Ministry of Education Singapore , 2026)

تعمل كل مدرسة على بناء منظومة دعم متكاملة تهدف إلى التعرف المبكر إلى الطلبة الذين قد يحتاجون إلى المساندة، وفهم طبيعة احتياجاتهم، وتقديم التدخل المناسب في الوقت المناسب. وتقوم هذه المنظومة على مبدأ أساسي مفاده أن دعم رفاهية الطلبة لا ينبغي أن يبدأ بعد تفاقم المشكلة، بل من خلال المتابعة المستمرة، والرصد المبكر، وتدرج مستويات الدعم وفق احتياجات كل طالب.

التعرف المبكر وتقديم الدعم:

عززت وزارة التعليم تدريجيا محو الأمية النفسية للمعلمين من خلال التطوير المهني. المعلمون مجهزون للتعرف على علامات الضيق، وتقديم الإرشاد والدعم الأوليين، وإحالة الطلاب الذين يحتاجون إلى مزيد من المساعدة، مثل مستشار المدرسة.

وتوفر المدارس فرصًا منتظمة للمعلمين للاطمئنان على رفاهية الطلاب؛ وتشمل:

مراجعات منتظمة: في بداية كل فصل دراسي، يُخصص وقت للمعلمين لبناء مجتمع الصف والاطمئنان على الطلاب، ويتم تزويد المعلمين بموارد وأدوات عملية (مثل استبيانات وأنشطة التحقق من رفاهية الطلاب) لمساعدتهم على فهم رفاهية طلابهم بشكل أفضل وتحديد من قد يستفيدون من محادثة متابعة أو دعم أقرب، و تساعد هذه الأنشطة أيضا في بدء النقاشات حول الرفاهية وتعزيز التزام الصف بالاهتمام ببعضهم البعض.

دعم الأقران: يتم إنشاء هياكل دعم الأقران في كل مدرسة وتحديد قادة الدعم الزملائي وتدريبهم ليكون أذناً صاغية لأصدقائهم وتشجيع طلب المساعدة مبكرا، كما يعلم جميع الطلاب الدعم من الأقران في التعليم الثانوي للاعتناء ببعضهم البعض وتشجيع الأقران في الضيق على طلب المساعدة من بالغين موثوقين، مثل الآباء أو المعلمين أو مستشاري المدارس.

تقديم الدعم وفقا لاحتياجات الطلاب:

- يُقدم المعلمون الدعم الأولي للطلاب وقد يتم إحالة الطلاب الذين يحتاجون إلى دعم إضافي إلى مستشاري المدارس.
- كل مدرسة لديها مستشار مدرسي أو اثنان داخليان وغرف استشارية مخصصة توفر بيئة آمنة وخاصة وملائمة للدعم.
- مستشارو المدارس هم محترفون مدربون يدعمون الطلاب الذين يواجهون تحديات اجتماعية أو عاطفية أو سلوكية أو نفسية. ويساعدون الطلاب على تطوير استراتيجيات لإدارة مشاعرهم، والتعامل مع التحديات، وبناء القدرة على الصمود والرفاهية.

- قد يُحال الطلاب الذين يحتاجون إلى دعم أكثر كثافة إلى متخصصين في الصحة النفسية المجتمعية، مثل فرق الاستجابة والتدخل المبكر والتقييم في الصحة النفسية المجتمعية (REACH)أو المستشفيات لمزيد من التدخل. تعمل المدارس عن كثب مع هؤلاء المهنيين وأولياء الأمور، حيثما كان ذلك مناسبا، لدعم استمرارية الرعاية لطلابنا.
- يلتزم مستشارو المدارس بمعايير الإرشاد الأخلاقي لوزارة التعليم ويحافظون على سرية المعلومات التي يشاركها الطلاب.
- يتم إبلاغ الطلاب بحدود السرية قبل بدء الإرشاد. عندما تكون هناك مخاوف بشأن سلامة أو رفاهية الطالب، قد يتم مشاركة المعلومات ذات الصلة مع الأطراف المختصة بناء على الحاجة إلى المعرفة، لضمان حماية الطالب ودعمه.

ما يمكن للطلبة القيام به لتعزيز المرونة والرفاهية:

تتأثر الصحة النفسية والرفاهية بعوامل متعددة، من بينها العادات اليومية، والعلاقات الاجتماعية، والخبرات الحياتية، وشبكات الدعم المحيطة بالطالب إلى جانب المساندة التي تقدمها المدرسة والأسرة والمجتمع، ويستطيع الطلبة أداء دور فاعل في رعاية حسن حالهم النفسي والاجتماعي، وتنمية قدرتهم على التكيف مع التحديات ومواجهة الضغوط عن طريق بناء روتين يومي صحي، المحافظة على التواصل والعلاقات الداعمة الإيجابية، توظيف مهارات التكيف، المشاركة الفاعلة، وطلب المساعدة في وقت مبكر.

الشراكة مع أولياء الأمور والوكالات المجتمعية والجهات الحكومية: (Ministry of Education Singapore , 2026)

تتعاون المدارس مع أولياء الأمور والمنظمات المجتمعية والوكالات الحكومية لتعزيز الدعم لصحة الطلاب النفسية ورفاهيتهم.

الشراكة مع أولياء الأمور:

يؤدي أولياء الأمور ومقدمو الرعاية دورًا محوريًا في دعم الصحة النفسية والرفاهية لأبنائهم؛ فالعلاقات اليومية القائمة على الرعاية والاهتمام والتوجيه تساعد الأطفال على فهم مشاعرهم وتنظيمها، وتنمية قدرتهم على الصمود، والتعامل مع التحديات والضغوط بطريقة إيجابية.

ويستفيد الطلبة بصورة أكبر عندما تعمل المدرسة والأسرة في إطار من الشراكة والتواصل المستمر؛ وبالنسبة إلى الطلبة الذين يحتاجون إلى دعم إضافي، تتعاون المدرسة بصورة وثيقة مع الآباء ومقدمي الرعاية، ومع المتخصصين في الصحة النفسية المجتمعية عند الحاجة، لضمان حصول الطالب على الرعاية المناسبة واستمرار الدعم بين المنزل والمدرسة والجهات المختصة.

وفي إطار هذا التوجه، تعمل وزارة التربية والتعليم فيسنغافورة ، بالتعاون مع الجهات الشريكة، على مساندة الآباء ومقدمي الرعاية من خلال مجموعة من الموارد والمبادرات، من أبرزها (Ministry of Education Singapore , 2026) :

برنامج «التربية من أجل الرفاهية»، الذي يقدم إرشادات عملية تساعد الآباء على تقوية علاقتهم بأبنائهم، وتعزيز رفاهيتهم، ودعمهم في التعامل مع تحديات العصر الرقمي.

- مبادرة «التربية مع وزارة التربية والتعليم»، التي توفر للآباء موارد تربوية موجزة وعملية عبر منصة إنستغرام.
- مستودع الموارد التربوية على بوابة أولياء الأمور، الذي يتيح مجموعة من المواد والإرشادات التي تساعد الأسرة على دعم تعلم الأبناء وصحتهم النفسية.
- الشراكة مع مجموعات دعم أولياء الأمور(PSG) ، التي تسهم في بناء مجتمعات من الآباء وتبادل الخبرات والممارسات الداعمة للأطفال.
- التعاون مع لجنة وجمعية أولياء الأمور في دعم المدارس(COMPASS) ، بهدف تزويد مجتمعات الآباء بالأدوات والنصائح العملية التي تعزز مشاركتهم في دعم المدارس والطلبة.

وتؤكد هذه الممارسات أن الأسرة ليست طرفًا متلقيًا للخدمات فقط، بل شريك أساسي في بناء رفاهية الطالب، وتعزيز قدرته على التكيف والنمو، وضمان تكامل الرعاية والدعم بين البيت والمدرسة والمجتمع.

الشراكة مع الوكالات المجتمعية والجهات الحكومية:

لا تقتصر مسؤولية دعم الصحة النفسية والرفاهية الطلابية على المدرسة والأسرة، بل تمتد لتشمل مؤسسات المجتمع والجهات الحكومية المتخصصة، التي تمثل جزءًا أساسيًا من شبكة الدعم

المتكاملة المقدمة للأطفال والشباب؛ ومن هذا المنطلق، تتعاون وزارة التربية والتعليم بصورة مستمرة مع مختلف الجهات الحكومية والشركاء المجتمعيين، بهدف ضمان حصول كل طالب على نوع الدعم الذي يتناسب مع احتياجاته ودرجة تعقيدها.

ويُعد نموذج الرعاية الطبقية الوطني للصحة النفسية أحد المجالات الرئيسة لهذا التعاون؛ ويقوم هذا النموذج على تنظيم خدمات الدعم وفق مستويات متدرجة من الرعاية، بحيث يحصل الفرد على التدخل المناسب تبعًا لشدة احتياجه وتعقيده، بدءًا من الدعم الأساسي والوقائي، وصولًا إلى الخدمات المتخصصة عند الضرورة. كما يسهم النموذج في بناء مسارات إحالة أكثر وضوحًا وتنسيقًا بين المدارس ومقدمي الخدمات الصحية والمجتمعية، بما يعزز استمرارية الرعاية ويقلل من احتمالية انقطاع الدعم.

وفي هذا الإطار، تعمل فرق الاستجابة والتدخل المبكر والتقييم في الصحة النفسية المجتمعية (REACH)بالتعاون مع المدارس والأسر، على تقديم خدمات التقييم والتدخل للطلبة الذين يحتاجون إلى دعم يتجاوز نطاق الإرشاد المدرسي المعتاد. وتساعد هذه الفرق على فهم احتياجات الطالب بصورة أكثر دقة، وتحديد مستوى التدخل الملائم، وتقديم المساندة المتخصصة في الوقت المناسب.

وعندما تستدعي حالة الطالب مزيدًا من التدخل، تتعاون المدرسة مع الوالدين أو مقدمي الرعاية قبل ربط الطالب بخدمات الصحة النفسية المجتمعية أو بالمستشفيات المناسبة. ويضمن هذا النهج أن تتم الإحالة بصورة تشاركية ومدروسة، وأن يستمر التواصل بين المدرسة والأسرة والجهات المتخصصة، بما يوفر للطالب رعاية متكاملة تراعي سلامته النفسية والاجتماعية والتعليمية.

### ٤-٣ خبرة اليابان في جودة الحياة والرفاهية في مؤسسات التعليم

تؤكد الأطر الوطنية الحديثة للسياسة التعليمية في اليابان أن الرفاهية وجودة الحياة داخل المؤسسات التعليمية لا تتحققان بصورة تلقائية، بل تتطلبان إدارة مؤسسية متكاملة للصحة، وسياسات تعليمية قائمة على الأدلة، وتوفير كوادر متخصصة قادرة على دعم الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية للمتعلمين والعاملين على حد سواء (Fumiko Shibuya et al, 2025)، ومن هذا المنظور، تُعدّ المدرسة بيئة أساسية لتشكيل جودة حياة الطلاب؛ إذ لا يقتصر دورها على تقديم المعرفة والتحصيل الأكاديمي، بل يمتد إلى تعزيز الصحة النفسية، وبناء الشعور بالأمان والانتماء، وتنمية العلاقات الاجتماعية الإيجابية.

وعلى الرغم من أن المتطلبات القانونية اليابانية تضع معايير وطنية مرتفعة تمثل حدًا أدنى لضمان الصحة والسلامة المدرسية، فإن التوجهات الحديثة تتجاوز مفهوم الوقاية الصحية التقليدية نحو مقاربة أكثر شمولًا للرفاهية وجودة الحياة. وتتجلى هذه المقاربة في تنامي الاهتمام بالصحة النفسية للمراهقين، وتوسيع خدمات الإرشاد النفسي والاجتماعي، وتعزيز الثقافة التنظيمية الداعمة داخل المدارس، بما يسهم في توفير بيئة تعليمية آمنة ومحفزة وقادرة على الاستجابة للاحتياجات المتنوعة للطلاب (Fumiko Shibuya et al, 2025). وبذلك، تربط اليابان بين جودة الحياة التعليمية وبين قدرة المؤسسة على توفير شروط متكاملة للصحة والدعم النفسي والمشاركة والعلاقات الإنسانية الإيجابية.

وفي السياق الياباني، ينعكس هذا التحول في انتقال السياسات التعليمية من التركيز الضيق على النتائج الأكاديمية إلى تبني رؤية أكثر تكاملًا للمدرسة بوصفها بيئة داعمة لنمو الطالب المتوازن. فالتعليم لا يهدف إلى إكساب المتعلم المعارف والمهارات فحسب، بل يسعى كذلك إلى تمكينه من بناء علاقات إيجابية، وتنمية الثقة بالنفس، وتحقيق الذات، والشعور بالانتماء والمشاركة، واكتساب القدرة على عيش حياة صحية وذات معنى. ومن ثم، أصبحت الرفاهية التعليمية مدخلًا أساسيًا لتحسين جودة حياة الطلاب والمجتمع، وتعزيز قدرة المؤسسات التعليمية على الإسهام في بناء مجتمع أكثر إنصافًا وتماسكًا واستدامة. (The Tokyo Foundation, 2024)

واعتمدت اليابان على «بوصلة التعلّم ٢٠٣٠» الصادرة عن منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية ( OECD Learning Compass 2030) أن تحقيق الرفاهية المستدامة لا يقتصر على توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمتعلمين، بل يتطلب تمكينهم من ممارسة الفاعلية الذاتية (Agency)، وتنمية قدرتهم على التكيف مع المتغيرات، وتحمل المسؤولية عن تعلمهم وقراراتهم ومشاركتهم في الحياة العامة. (The Tokyo Foundation, 2024)

ولا تنظر البوصلة إلى المهارات الأكاديمية والرفاهية النفسية والاجتماعية بوصفهما مجالين متعارضين أو هدفين منفصلين، بل تراهما مكوّنين متكاملين في عملية النمو الشامل. فامتلاك المعارف والمهارات الأكاديمية يعزز قدرة المتعلم على فهم ذاته وبيئته واتخاذ قرارات واعية، في حين تسهم الصحة النفسية والاجتماعية والشعور بالأمان والانتماء في تحسين دافعيته للتعلم وقدرته على التفاعل الإيجابي مع الآخرين. ومن ثم، يشكل التكامل بين التعلم الأكاديمي والرفاهية أساسًا لتحقيق

النمو الفردي، ودعم الرفاهية الجماعية (Collective Well-being)، وبناء مجتمعات أكثر قدرة على التعاون والتكيف والاستدامة. (The Tokyo Foundation, 2024)

أفضل السياسات والممارسات للرفاهية في المؤسسات التعليمية في دولة اليابان:

الخطة المبدئية الرابعة لترقية التعليم (٢٠٢٣) ومفهوم "التوازن والتناغم": (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

اعتمد مجلس الوزراء الياباني في ١٦ يونيو/حزيران ٢٠٢٣ الخطة الأساسية الرابعة لتعزيز التعليم (The Fourth Basic Plan for the Promotion of Education) بوصفها إطارًا استراتيجيًا موجّهًا لإدارة منظومة التعليم وتطوير سياساتها في اليابان. ولا تقتصر أهمية الخطة على تحديد أهداف إجرائية للتعليم، بل تتمثل أيضًا في تبنيها رؤية شاملة تجعل الرفاهية محورًا أساسيًا في صنع السياسة التعليمية.

وترتكز هذه الرؤية على تحسين (النموذج الياباني للرفاهية القائم على التوازن والانسجام) (Japanese Way of Well-being Based on Balance and Harmony)؛ أي بناء رفاهية لا تقوم على الإنجاز الفردي أو التحصيل الأكاديمي بمعزل عن السياق الاجتماعي، بل تتحقق من خلال التكامل بين النمو الشخصي، والصحة النفسية والجسدية، وتحقيق الذات من جهة، والتعاون، والإيثار، والروابط الاجتماعية، والمساهمة في المجتمع من جهة أخرى.

وبذلك، تقدم الخطة تصورًا استراتيجيًا للتعليم يتجاوز التركيز التقليدي على نقل المعرفة والمهارات، ليربط جودة التعليم بجودة حياة المتعلمين والمعلمين والمجتمع. كما تنظر إلى المؤسسة التعليمية بوصفها بيئة قادرة على تنمية أفراد مستقلين ومتعاونين، وتعزيز شعورهم بالأمان والانتماء، وتمكينهم من بناء حياة ذات معنى، والإسهام في تحقيق رفاهية المجتمع واستدامته.

وتعرّف الخطة الأساسية الرابعة لتعزيز التعليم الرفاهية بأنها حالة متكاملة من الصحة الجسدية والنفسية والاجتماعية، ولا تختزلها في غياب المرض أو تحقيق الراحة الآنية، بل تنظر إليها بوصفها رفاهية مستدامة تمتد آثارها إلى المستقبل، وتتضمن الإحساس بالهدف والمعنى في الحياة. كما تُعد الرفاهية مفهومًا شاملًا يجمع بين شعور الأفراد بالسعادة والإنجاز من جهة، وتوافر بيئات ومجتمعات ومؤسسات قادرة على توفير شروط السعادة والإنجاز من جهة أخرى. (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

ويقوم التصور الياباني للرفاهية على تحقيق التوازن والانسجام بين بُعدين متكاملين.

- يتمثل البعد الأول في العناصر الموجهة نحو الإنجاز (Achievement-oriented elements): وتشمل الثقة بالنفس، وتحقيق الذات، واكتساب المعارف والمهارات، والشعور بالإنجاز، والوعي بالمسار المهني، وفهم التنوع، والقدرة على تطوير الإمكانات الفردية في بيئة تعليمية داعمة.
- أما البعد الثاني فيتمثل في العناصر التعاونية أو التضامنية (Cooperative elements): وتشمل التعاون، والإيثار، والروابط الإيجابية داخل المدرسة والمجتمع، والشعور بالمساهمة الاجتماعية، فضلًا عن السعادة في الحاضر والمستقبل للفرد وللأشخاص المحيطين به، والصحة النفسية والجسدية، والشعور بالأمان والطمأنينة.

ومن هذا المنطلق، لا ترى الخطة تعارضًا بين رفاهية الطلاب وتحصيلهم الدراسي، بل تؤكد أن التحصيل الأكاديمي وبيئة التعلم والبيئة الأسرية والروابط مع المجتمع تمثل جميعها عناصر مترابطة تسهم في دعم رفاهية الفرد وجودة حياته. ولذلك، لا ينبغي أن يقتصر العمل التربوي على تنمية المعارف والمهارات الأكاديمية، بل يجب أن يمتد إلى تطوير المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى الأطفال، وتعزيز ما يُعرف بالقدرات غير المعرفية، مثل التعاون، والمثابرة، وتنظيم الذات، والتعاطف، والقدرة على التكيف.

كما تستهدف الخطة بناء قاعدة من الأدلة المستندة إلى البيانات من أجل رصد الرفاهية النفسية والاجتماعية للطلاب وتقويمها، بما في ذلك متابعة تصوراتهم الذاتية للسعادة، والثقة بالنفس، والانتماء، والعلاقات مع الآخرين، والشعور بالأمان والمعنى. وتؤكد في الوقت نفسه أن السعادة الفردية ورفاهية المتعلم تمثلان أساسًا لا يجوز التضحية بهما تحت ضغط المتطلبات التنظيمية أو الاعتبارات المؤسسية؛ إذ ينبغي أن تُنظَّم المؤسسة التعليمية بما يخدم نمو الفرد وكرامته، لا أن يتحول الفرد إلى وسيلة لخدمة المؤسسة.

وبناءً على ذلك، تجعل الخطة تحقيق رفاهية الأفراد والمجتمع غاية أساسية للعملية التعليمية، من خلال مواصلة البناء على مرتكزات الخطط التعليمية السابقة، وتعزيز تعليم يمكّن جميع المتعلمين من التواصل الفاعل مع المجتمع المحلي والمجتمع الأوسع والمجتمع الدولي. وبهذا، يصبح التعليم وسيلة

لتحقيق النمو الفردي، وبناء العلاقات الإنسانية، وتنمية المشاركة الاجتماعية، وتحسين جودة حياة المتعلمين والمجتمع بصورة مستدامة.

إصلاح نمط عمل المعلمين (Work Style Reform of Schools):

تدرك الحكومة اليابانية أن تعزيز رفاهية الأطفال والطلاب لا يمكن أن يتحقق بمعزل عن ضمان رفاهية المعلمين والعاملين في المدرسة؛ فالمعلم الذي يعمل في بيئة مهنية آمنة وداعمة يكون أكثر قدرة على بناء علاقات تربوية إيجابية، والاستجابة لاحتياجات المتعلمين، وتوفير مناخ تعليمي يعزز الصحة النفسية وجودة الحياة المدرسية. وانطلاقًا من توصيات المجلس المركزي للتعليم التابع لوزارة التعليم والثقافة والرياضة والعلوم والتكنولوجيا اليابانية (MEXT)، أطلقت الحكومة سياسة «إصلاح نمط العمل في المدارس» (Work Style Reform of Schools) لمواجهة ظاهرة ساعات العمل الطويلة والعبء المهني المفرط الذي يواجهه المعلمون. (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

وتقوم هذه السياسة على مجموعة من التدابير المؤسسية والمهنية، من أبرزها: (The Ministry of Education, 2017)

تنظيم ساعات العمل الإضافية: وضعت الوزارة إرشادات تهدف إلى ألا تتجاوز ساعات العمل الإضافية للمعلمين ٤٥ ساعة شهريًا، مع تعزيز متابعة ساعات الحضور والانصراف والاستفادة من الأنظمة الرقمية في رصد أوقات العمل وتحليلها، بما يساعد على الوقاية من الإجهاد المهني وتحسين إدارة الوقت.

تطبيق نموذج «المدرسة القائمة على الفريق» (Team School): يهدف هذا النموذج إلى الانتقال من اعتماد المدرسة على المعلم بصورة منفردة إلى توزيع المسؤوليات بين فريق متعدد التخصصات. ويشمل ذلك تعزيز الاستعانة بموظفي الدعم الإداري، والمستشارين النفسيين المدرسيين ( School Counselors)، والأخصائيين الاجتماعيين المدرسيين (School Social Workers)، وغيرهم من المتخصصين؛ وذلك لتخفيف الأعباء غير التدريسية عن المعلمين وتمكينهم من التركيز على مهامهم التعليمية والتربوية الأساسية.

تحسين ظروف العمل والدعم المهني: تتجه السياسة إلى توفير بيئة عمل تساعد المعلمين على أداء أدوارهم بكفاءة وطمأنينة، من خلال تحسين أنظمة الدعم، وتطوير التعاون بين العاملين، والحد من الأعباء الإدارية والتنظيمية التي لا ترتبط مباشرة بالتدريس.

ولا تنظر السياسة اليابانية إلى رفاهية المعلمين باعتبارها منفعة مهنية خاصة، بل تعدّها عنصرًا أساسيًا في بناء مدرسة داعمة لرفاهية المتعلمين. ومن ثم، ينبغي أن تكون المدرسة بيئة يستطيع فيها المعلمون:

- ملاحظة نمو الأطفال وتطورهم والشعور بأهمية دورهم في هذا النمو.
- بناء علاقات قائمة على الثقة مع أولياء الأمور والمجتمعات المحلية.
- الشعور بالأمان النفسي داخل مكان العمل.
- العمل في بيئة إيجابية تحفز التعاون والإنجاز والرضا المهني.

كما تؤكد السياسة ضرورة ضمان رفاهية جميع أفراد المجتمع المدرسي، بما في ذلك المعلمون والموظفون الإداريون وموظفو الدعم. فكلما تحسنت ظروف العمل والعلاقات المهنية داخل المدرسة، أصبحت المؤسسة أكثر قدرة على الحفاظ على أساس تعليمي مستقر وبيئة تعلم إيجابية. وينعكس ذلك بصورة مباشرة على رفاهية المتعلمين، ثم يمتد أثره إلى رفاهية الأسر والمجتمع المحلي. (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

مما سبق يتضح أن المقاربة اليابانية تقوم على مبدأ مفاده أن رفاهية المعلم شرط مؤسسي لتحقيق رفاهية الطالب، وأن إصلاح نمط العمل في المدارس ليس مجرد إجراء إداري لتقليل ساعات العمل، بل سياسة تربوية تهدف إلى تحسين جودة الحياة المهنية للمعلمين، ورفع جودة البيئة التعليمية، وتعزيز النمو الشامل للمتعلمين.

خطة كوكولو( COCOLO) لمواجهة التغيب المدرسي المزمن والعزوف عن المدرسة

في إطار توجهها نحو تعزيز الرفاهية التعليمية وضمان جودة الحياة المدرسية لجميع المتعلمين، أطلقت وزارة التعليم والثقافة والرياضة والعلوم والتكنولوجيا اليابانية (MEXT) في مارس ٢٠٢٣ خطة كوكولو (COCOLO Plan)؛ ويشير اسم الخطة إلى توفير أماكن تعلم مريحة ومخصصة ومحسّنة ( Comfortable,

Customized and Optimized Locations of Learning). وهي خطة وطنية لمواجهة العزوف عن المدرسة والتغيب المدرسي المزمن، وضمان استمرار تعلم الطلاب دون ترك أي منهم خلف الركب، وذلك خصوصاً بعد أن كشفت التقارير لسنة ٢٠٢١ عن وصول عدد الطلاب المتغيبين بشكل مزمن في المدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية إلى نحو ٣٠٠ ألف طفل من بينهم ٤٦ ألفًا تغيبوا لمدة ٩٠ يومًا أو أكثر دون تلقي استشارة أو توجيه من جهات متخصصة داخل المدرسة أو خارجها (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

وتنطلق الخطة من رؤية تعتبر أن التغيب المدرسي لا ينبغي التعامل معه بوصفه مشكلة انضباطية فحسب، بل بوصفه مؤشرًا على حاجة الطالب إلى بيئة تعليمية أكثر أمانًا ومرونة واستجابة لاحتياجاته النفسية والاجتماعية والتعليمية؛ فاستمرار الغياب قد يحرم الطالب من فرص التعلم، ومن تنمية المهارات الأكاديمية والاجتماعية، ومن بناء علاقات إيجابية مع أقرانه ومعلميه، الأمر الذي قد يؤثر في رفاهيته الحالية وفي اندماجه المستقبلي في المجتمع.

وتهدف خطة كوكولو إلى بناء نظام اجتماعي وتربوي متكامل يضمن الفرص التعليمية لجميع الأطفال، من خلال تعزيز التعاون بين المدارس، والمجتمعات المحلية، والأسر، والمدارس الحرة، والمؤسسات والمنظمات الأخرى ذات الصلة. ويعكس هذا التوجه انتقال السياسة التعليمية اليابانية من نموذج موحد للتعلم إلى نموذج أكثر شمولًا يراعي تنوع مسارات الطلاب وظروفهم، ويضع رفاهية المتعلم وحقه في التعليم في مركز التدخل التربوي (Naoko Tochibayashi, 2025).

وفي إطار تنفيذ الخطة، تعمل الحكومة اليابانية على إنشاء مدارس التعليم المتنوع، وهي مؤسسات تعليمية صُممت للاستجابة لاحتياجات الطلاب الذين يواجهون صعوبات في الاندماج في أنماط التعليم المدرسي التقليدي. وتمنح هذه المدارس الطلاب المؤهلات الدراسية نفسها التي تمنحها المدارس النظامية عند التخرج، لكنها توفر في الوقت ذاته بيئة تعليمية أكثر مرونة ودعمًا، بما يسمح بتكييف أساليب التعلم وتنظيمه وفق احتياجات الطالب وقدرته على الحضور والمشاركة، وتستهدف الحكومة إنشاء ٣٠٠ مدرسة من مدارس التعليم المتنوع في مختلف أنحاء اليابان. واعتبارًا من فبراير ٢٠٢٥، ستبلغ عدد المدارس العاملة ٢١ مدرسة حكومية و١٤ مدرسة خاصة في مراحل التعليم الابتدائي والإعدادي والثانوي.(Naoko Tochibayashi, 2025)

وتوضح إحدى مدارس التعليم المتنوع في المرحلة الإعدادية بمدينة سابورو كيفية ترجمة هذا التوجه إلى ممارسة تربوية. إذ تعتمد المدرسة جدولًا دراسيًا منظمًا يتضمن أوقاتًا محددة لبداية اليوم الدراسي ونهايته، وفترات للحصص، وقاعات مخصصة للتعلم. غير أنها لا تفرض هذا الجدول على الطلاب بصورة جامدة، بل تمنحهم قدرًا من المرونة يتيح لهم التعلم وفق وتيرتهم الخاصة، وفي بيئات يشعرون فيها بالراحة والأمان النفسي. ويساعد هذا التنظيم المرن على إعادة بناء علاقة الطالب بالمدرسة تدريجيًا، وتقليل الضغوط المرتبطة بالحضور، وتعزيز شعوره بالقدرة والانتماء. (Naoko Tochibayashi, 2025)

كما تقدم المدرسة جلسات فردية للتأمل والمراجعة والحوار مع المعلمين، تتيح للطلاب التعبير عن تجاربهم ومشاعرهم، وفهم الصعوبات التي يواجهونها، والمشاركة في تحديد أهدافهم التعليمية. وتستخدم كذلك أنشطة تفاعلية، من بينها الألعاب، لمساعدة الطلاب على تنمية مهاراتهم الاجتماعية ومهارات التواصل، وتعزيز قدرتهم على التعاون والتفاعل مع الآخرين في بيئة غير مهددة، وتكتسب هذه الممارسات أهميتها من كونها لا تركز على إعادة الطالب إلى المدرسة بأي وسيلة، بل تسعى إلى تهيئة شروط العودة الآمنة والمستدامة إلى التعلم. فالبيئة التعليمية الداعمة ينبغي أن تراعي الإيقاع الفردي للطالب، وتحترم احتياجاته النفسية، وتوفر له فرصًا حقيقية للمشاركة والنجاح وبناء العلاقات. (Naoko Tochibayashi, 2025)

ومن ثم، تسهم خطة كوكولو ومدارس التعليم المتنوع في تعزيز الرفاهية وجودة الحياة التعليمية من خلال: (Basic Plan for the Promotion of Education, 2023)

- ضمان حق الطلاب المتغيبين أو العازفين عن المدرسة في التعلم.
- توفير بيئات تعليمية آمنة وداعمة نفسيًا.
- إتاحة مسارات تعلم مرنة تراعي الفروق الفردية.
- تخفيف الضغوط المرتبطة بالنظام المدرسي التقليدي.
- تنمية المهارات الاجتماعية والانفعالية ومهارات التواصل.
- إعادة بناء شعور الطالب بالانتماء والثقة بالنفس.
- تعزيز التعاون بين المدرسة والأسرة والمجتمع والمؤسسات الداعمة.

ويتضح مما سبق أن خطة كوكولو COCOLO تمثل تحولًا مهمًا في التعامل مع التغيب المدرسي المزمن في اليابان؛ إذ تنتقل من التركيز على الامتثال الإجباري للحضور إلى بناء بيئات تعليمية متعددة ومرنة تضع سلامة الطالب النفسية، وكرامته، وحقه في التعلم، ورفاهيته وجودة حياته في صميم السياسة والممارسة التربوية.

## ٤-٤ خبرة المملكة العربية السعوديةفي مجال جودة الحياة والرفاهية :

تتحول رؤية السعودية ٢٠٣٠ إلى واقع في مجتمع نابض بالحياة. (رؤية ٢٠٣٠، ٢٠٢٦)

فالمجتمع المتماسك السعيد هو أهم أسس الازدهار الاقتصادي لمجتمع مواطنه مسؤول، وجذوره راسخة تستند على قيم الإسلام السمحة والفخر بالوطن، مع الاعتزاز بالتراث والثقافة السعودية، في بيئة توفير خيارات ترفيه على مستوى عالمي، ونمط حياة مستدام، وأنظمة رعاية صحية واجتماعية فعالة، حيث تتميز المملكة بثقافتها الغنية، ووحدتها الوطنية وعقيدتها الإسلامية، كما تفخر المملكة على مدار العصور بضيافة الحجاج وإبراز قيمها للعالم.

تأتي الرفاهية الصحية والنفسية والاجتماعية في أولويات رؤية السعودية ٢٠٣٠ ولهذا من صميمها أن يتمتع الجميع بجودة حياة عالية وصحية، وبيئة عامرة، من أجل تكوين مجتمع بنيانه متين، مع الالتزام بتعزيز التنمية الاجتماعية من خلال تقوية الروابط الأسرية، وبناء شخصيات قوية من خلال التعليم، وإنشاء أنظمة رعاية صحية واجتماعية متطورة.

تسعى رؤية السعودية ٢٠٣٠ من خلال هذه الجهود، إلى الوصول إلى مجتمع حيوي ليكون الأساس لاقتصاد مزدهر ووطن طموح.

أطلق برنامج جودة الحياة عام ٢٠١٨م؛ كأحد برامج تحقيق رؤية السعودية ٢٠٣٠م ؛ برنامج يعنى بتحسين جودة حياة الفرد والأسرة من خلال تهيئة البيئة المناسبة لدعم واستحداث خيارات جديدة تُعزز مشاركة المواطن والمقيم والزائر في الأنشطة الثقافية والترفيهية؛ والرياضية والسياحية و الأنشطة الأخرى التي تساهم في تعزيز جودة حياة الفرد والأسرة، وتوليد الوظائف، وتنويع النشاط الاقتصادي وتعزيز مكانة المدن السعودية في ترتيب أفضل المدن على مستوى العالم ؛ ويتضمن البرنامج العمل على جميع قطاعات ( قطاع الرياضة ؛

قـــطاع الـثقافة والـتـراث ؛ قطاع الترفيه والهوايات ؛ قـــطـــاع الـــســـيـاحـــة ؛ قطاع التصميم الحضري؛ قـــــــطـــــاع الأمن). (خطة تنفيذ برنامج جودة الحياة ، ٢٠٢٣)

لقد أحدث برنامج جودة الحياة تحولاً ملحوظاً في الحياة اليومية في المملكة العربية السعودية؛ فقد تحولت دولة كانت تفتقر إلى بنية تحتية ترفيهية عامة تقريباً في عام ٢٠١٦ م، إلى دولة تستضيف آلاف الفعاليات سنوياً، كان التحول الثقافي عميقاً؛ وقد ساهم ركن الترفيه في البرنامج، المدعوم بإطار المواسم السعودية، في وضع جدول فعاليات على مدار العام، مما غيّر جذرياً كيفية قضاء سكان المملكة العربية السعودية لأوقات فراغهم؛ السكان في النشاط البدني متأخراً بشكل ملحوظ، حيث يبلغ حوالي ٢٥٪ فقط، مما يعكس صعوبة تغيير عادات ممارسة الرياضة في مجتمع يعتمد على السيارات ويعيش في مناخ حار؛ ويستمر الاستثمار في البنية التحتية الرياضية، من حدائق ومسارات للمشي وركوب الدراجات ومراكز لياقة بدنية مجتمعية، ولكنه بحاجة إلى مزيد من التوسع؛ تم إطلاق الاستراتيجية الوطنية للألعاب والرياضات الإلكترونية باستثمار مدعوم من صندوق الاستثمارات العامة بقيمة ٣٨ مليار دولار أمريكي، مما يضع المملكة العربية السعودية كمركز عالمي للألعاب. (محطة فاندربيلت للتحول الوطني في المملكة العربية السعودية ، ٢٠٢٦)

شهد الاهتمام بالنشاط البدني في المملكة العربية السعودية تحولاً جذرياً منذ عام ٢٠١٦؛ فبعد أن كانت نسبة الشباب الذين يمارسون التمارين الرياضية بانتظام أسبوعياً لا تتجاوز ١٣٪ - وتعد واحدة من أدنى النسب في مجموعة العشرين - ضاعفت المملكة نسبة المشاركة إلى أكثر من الضعف لتصل إلى ٢٩٪ بحلول عام ٢٠٢٤م؛ ويعكس هذا التحسن تدخلات سياسية منسقة شملت البنية التحتية والمعايير الثقافية والدعم المؤسسي؛ شهدت البنية التحتية تطوراً هائلاً، حيث تم إنشاء أو تجديد أكثر من ٩٠٠ منشأة رياضية جديدة، تشمل مراكز لياقة بدنية مجتمعية، وملاعب كرة قدم، ومضامير جري، ومجمعات رياضية متعددة الأغراض. وقد نظم الاتحاد السعودي للرياضة للجميع، الذي تأسس عام ٢٠١٨، فعاليات رياضية جماهيرية واسعة النطاق، من بينها مسيرات خيرية، وفعاليات ركوب الدراجات، وتحديات لياقة بدنية، استقطبت ملايين المشاركين سنويا؛ كما ساهم إدخال التربية البدنية الإلزامية في جميع المدارس - بما فيها مدارس البنات التي كانت غائبة تاريخياً - في ترسيخ ممارسة النشاط البدني بين الفئات العمرية الأصغر؛ وشهدت مشاركة الإناث في الرياضة نمواً تجاوز ٣٢٠٪ منذ عام ٢٠١٦،

مدفوعاً برفع القيود المفروضة على الرياضة النسائية، وترخيص الصالات الرياضية المخصصة للنساء، ومشاركة المرأة السعودية في المسابقات الدولية.

ربما يكون التحول الثقافي أكثر أهمية من الاستثمار في البنية التحتية. فقد كان النشاط البدني يُستهان به تاريخياً في المجتمع السعودي، نظراً لظروف المناخ الحار، والتصميم الحضري الذي يعتمد على السيارات، والأعراف الثقافية التي تحدّ من ممارسة الرياضة في الهواء الطلق؛ وقد تحدّت رؤية ٢٠٣٠ م هذه العوائق بشكل مباشر من خلال حملات التوعية العامة، وإنشاء بيئات رياضية مظللة ومكيفة، والترويج للنماذج الرياضية الملهمة؛ كما ساهم نجاح الرياضيين السعوديين في المنافسات الدولية، واستضافة المملكة لأحداث رياضية كبرى، بما في ذلك سباقات الفورمولا ١، ومباريات بطولة العالم للملاكمة، وبطولات كرة القدم، في رفع مكانة النشاط البدني في المجتمع.

وتُقاس معدلات النشاط البدني كأحد مظاهر جودة الحياة لدى الشباب من خلال المسح الصحي الذي تُجريه الهيئة العامة للإحصاء، بالإضافة إلى مسوحات تكميلية للمشاركة الرياضية تُجريها وزارة الرياضة. ويتتبع هذا المؤشر نسبة السكان الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و٣٤ عامًا والذين يمارسون ما لا يقل عن ١٥٠ دقيقة من النشاط البدني متوسط الشدة أسبوعيًا، بما يتوافق مع إرشادات منظمة الصحة العالمية. تُجمع البيانات من خلال مسوحات منزلية تمثيلية على المستوى الوطني، بأحجام عينات تتجاوز ٢٥,٠٠٠ مستجيب. أُعيد تصميم أداة المسح في عام ٢٠١٩ لتتوافق مع استبيان منظمة الصحة العالمية العالمي للنشاط البدني(GPAQ) [1] ، مما حسّن من إمكانية مقارنتها بالمعايير الدولية؛ ويتم التحقق من صحة البيانات المُبلغ عنها ذاتيًا بمقارنتها ببيانات استخدام المرافق وبيانات الأجهزة القابلة للارتداء، إن وُجدت.

وفي إطار التنمية المستدامة تسعى وزارة التعليم إلى تحقيق رؤيتها في التنمية المستدامة للوصول إلى تنمية تحقق متطلبات الحاضر بكفاءة دون تهديد فرص الأجيال القادمة بتوفير احتياجاتهم وتطلعاتهم؛ وبمعنى آخر تحقيق تنمية تغذي الاقتصاد وتبني الأجيال وتحسن جودة الحياة دون تهديد

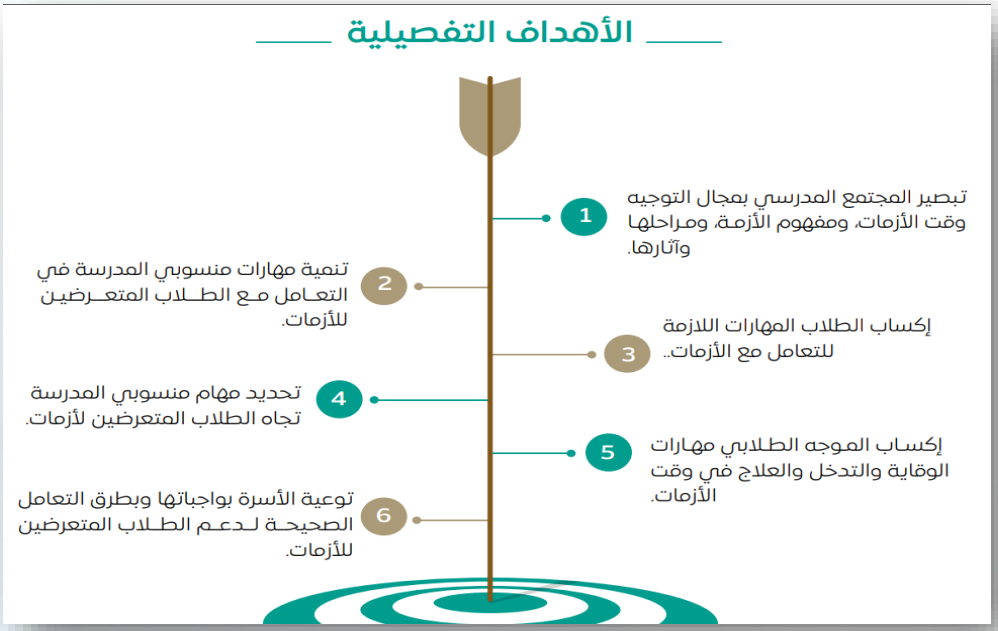
[1]- أداة طوّرتها منظمة الصحة العالمية (WHO) لتقييم مستويات النشاط البدني والسلوك الخامل لدى البالغين؛ **ويهدف إلى** مراقبة النشاط البدني في المجتمعات ودراسة عوامل الخطر للأمراض غير السارية.

الموارد الطبيعية والبيئية في المملكة. وهذه لمحة مبسطة لأهداف وتطلعات وجهود الوزارة في العمل على محاور التنمية المستدامة. (التنمية المستدامة، ٢٠٢٦)

وقد أولت وزارة التعليم في إطار رؤية المملكة وبرنامج جودة الحياة اهتمامًا كبيراً برفاهية الطلاب ويتمثل ذلك في جهود قسم التوجيه الطلابي كما يأتي:

برنامج تعزيز السلوك الإيجابيالذي يهتم بالجانب الأخلاقي للطالب؛ فهو الثروة الحقيقية للوطن في حاضره ومستقبله، وتسعى جاهدة إلى تعزيز الشخصية المتوازنة الطموحة وبنائها والعمل على ترسيخ مفاهيم القيم السلوكية الإيجابية لديه، وصولاً به إلى الإنسان الواعي الواثق بنفسه والمدرك لقضايا مجتمعه وأمته؛ ومن هذا المنطلق سعت وزارة التعليم ممثلة في الإدارة العامة للتوجيه الطلابي على إيجاد برنامج لتعزيز السلوك الايجابي يكون هدفاً من أهداف العملية التعليمية والتربوية . ونظرا لأهمية المدرسة كونها المحضن الثاني للأبناء بعد الأسرة، فهي تتحمل مسؤوليات تربوية وتعليمية، لغرس السلوك الإيجابي وتعزيزه، والارتقاء بالسلوكيات الحسنة، وتعهدها بالتشجيع والرعاية الدائمة على نحو يضمن استمرارها ونماءها، بحيث تصبح جزءا لا يتجزأ من شخصية الطالب؛ وقد تم تحديث دليل برنامج تعزيز السلوك الإيجابي ؛ حيث عدلت القيم لتصبح تسع قيم كما ورد في برنامج تنمية القدرات البشرية (٢٠٢١)، على أن يتم الإعلان عنها من بداية العام ويعمل على غرسها وتعزيزها طوال العام الدراسي. (وزارة التعليم، ٢٠٢٥)

دليل التوجيه وقت الازمات وهدفه العام رفع مستوى المرونة النفسية للطلاب، ورفع القدرة على مواجهة ما قد يتعرضون له من أزمات محتملة، وتقديم المساعدة النفسية للحالات التي تعرضت لأزمة ومتابعتها ووقايتها والحد من الآثار الضارة للأزمة؛ أما الأهداف التفصيلية فيوضحها الشكل التالي:




شكل (٩) الأهداف التفصيلية لدليل التوجيه وقت الازمات وزارة التعليم .(2025) .*دليل التوجيه وقت الأزمات* . الرياض: الادارة العامة للتوجيه الطلابي.ص٦

دليل الاستخدام الآمن للإنترنت والألعاب الإلكترونية يهتم بوقاية الطاب والطالبات من مخاطر التقنية والألعاب الإلكترونية والاستفادة من الجانب الإيجابي من الانترنت والألعاب الإلكترونية فيما ينمي الفكر الناقد لدى الطلاب والطالبات ويخدم العملية التعليمية، ولتبصير المجتمع المدرسي والأسرة بالأساليب الوقائية المناسبة للحماية من مخاطر الانترنت والألعاب الإلكترونية . (وزارة التعليم، ٢٠٢٥)

دليل "المجلس الطلابي "الصادر عن وزارة التعليم (وكالة التعليم العام - الإدارة العامة للتوجيه الطلابي لعام ١٤٤٥هـ)؛ لتشكيل هيئة استشارية تتكون من طلبة التعليم العام والهيئة التعليمية بالمدرسة، لتحقيق المشاركة الطلابية الفاعلة في القرارات التربوية والتعليمية بما يتوافق مع الأنظمة المعمول بها؛ الهدف العام يتحدد في تعزيز مشاركة الطلبة في القرارات التربوية والتعليمية داخل المدرسة؛ ومن الأهداف الفرعية تعزيز التواصل الفعال بين الطلبة، المعلمين، والقيادات التربوية، وإشراكهم في صناعة القرار؛ تنمية القدرات الإبداعية، الابتكارية، ومهارات التفكير الناقد

وحل المشكلات لدى الطلبة؛ ومن مهامه إعداد الخطة التنفيذية للأنشطة، رصد الاحتياجات المدرسية واقتراح الحلول، المساهمة مع لجنة التوجيه والإرشاد في معالجة المشكلات، دراسة مقترحات وتطلعات الطلبة لتحسين العملية التعليمية، وتحفيز المتميزين سلوكياً وتحصيلياً؛ والقيم التي يسعى المجلس إلى تنميتها الاحترام والتسامح، التعاون والتواصل، الابتكار والإبداع، الانضباط، والانتماء المدرسي. (وزارة التعليم ، ٢٠٢٥)

البرنامج الإرشادي لخفض العنف وفيه تم تناول مفهوم العنف والتنمر وأدوار ومسئوليات أفراد المجتمع المدرسي؛ وينبغي أن تتكامل أعمال لجنة التوجيه بالمدرسة مع أعمال الموجه الطلابي؛ ضرورة تشجيع الطلبة على البوح بما يدور في أذهانهم من أفكار وما يختلج في مشاعرهم من انفعالات؛ نفيذ لقاءات وورش عمل للعاملين في المدرسة من معلمين ونحوهم في المجالات التالية :ـ خصائص نمو الطلبة واحتياجاتهم؛ أساليب الوقاية والكشف عن حالات العنف وكيفية التعامل مع الطلبة المعتدين ؛ و أساليب التعزيز والعقاب؛ كما يتضمن البرنامج وسائل وأساليب مختلفة للتعامل مع الطلبة المعتدين ومن وقع عليهم الاعتداء. (وزارة التعليم، ٢٠٢٥)

دليل التوجيه المهني والمقصود به جميع الإجراءات التي يتم تنفيذها من أجل مساعدة الطالب على اختيار مهنة معينة مناسبة والاستعداد لها، ويتضمن ذلك تقديم معلومات كافية عن المهن من حيث طبيعتها ومطالبها وتقويم ميول الطالب وقدراته باستخدام خبرات مصممة لهذه الغايات؛ حيث تركز رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ على تنمية القدرات البشرية وإعداد الناشئة للمستقبل من خلال اعداد الطلاب وتهيئتهم للمستقبل الدراسي والمهني الذي يتناسب مع قدراتهم وميولهم واستعداداتهم واتجاهاتهم، باعتبار التعليم الركيزة الأساسية التي تعتمد عليها الدول للاستثمار ؛ و يتم ذلك من خلال خدمات التوجيه المهني المقدمة لهم في مدارس التعليم العام، التي بدورها توجه الطالب للتعرف على نفسه وميوله وأهدافه ونواحي القوة والضعف لديه؛ فتساعده على اختيار مهنة تناسبه، وعلى إعداد نفسه لها والتقدم فيها؛ ويهدف الدليل إلى تعزيز الانتماء الوطني؛ تحسين جاهزية الشباب لدخول سوق العمل؛ غرس قيم الإيجابية والمرونة وثقافة العمل الجاد. (وزارة التعليم، ٢٠٢٤)

دليل توعوي للحد من التنمر ( نحو بيئة تربوية أمنة) انطلاقا من أهداف وزارة التعليم وتطلعاتها الاستراتيجية لخلق بيئة مدرسية آمنة مناطة بالمسؤولية العظيمة إزاء تربية النشء وتعليمهم

ووقايتهم من كل ما يعترض توافقهم النفسي والتربوي والاجتماعي، أعدت وزارة التعليم ممثلة في الإدارة العامة للتوجيه الطلابي هذا الدليل التوعوي للحد من ظاهرة التنمر في المدارس متضمنا مفهوم التنمر ومحدداته، وتأثيراته السلبية على الطلبة، والاستراتيجيات الوقائية والعلاجية الملائمة، بما يسهم في رفع مستوى الوعي لدى منسوبي المدرسة والطلبة وأولياء أمورهم بأهمية مواجهة التنمر المدرسي، وتعزيز ثقافة الاحترام والتسامح والاحترام المتبادل في البيئة المدرسية. (وزارة التعليم، ٢٠٢٤)

وهناك العديد من الجهود تترتبط بجودة الحياة والرفاهية للطلاب؛ مما يؤكد على اهتمام المملكة العربية السعودية بهذا الموضوع لأهميته في تربية النشئ وتقدم المجتمع.

### ٤-٥ خبرة استراليا في مجال جودة الحياة والرفاهية :

في عام ٢٠٢٣م؛ أطلقت الحكومة الأسترالية إطاراً وطنياً بعنوان "قياس ما يهم" لوضع مؤشرات وأولويات جديدة لرفاهية البلاد؛ يهدف هذا الإطار إلى توجيه عملية صنع القرار في مختلف الهيئات الحكومية.

طرحت وزارة الخزانة الأسترالية النسخة الأولى من هذا الإطار في يوليو ٢٠٢٣؛ وتهدف المؤشرات المرتبطة به إلى استكمال المقاييس التقليدية -مثل الناتج المحلي الإجمالي ومعدلات التوظيف- وإتاحة مواءمة أفضل بين الأهداف الاقتصادية والاجتماعية على المستويين الوطني والمحلي؛ ويأتي هذا الإطار استكمالاً لمبادرات سابقة، مثل "إطار الرفاه (Wellbeing Framework) "الصادر عن وزارة الخزانة، و"مقاييس التقدم في أستراليا (Measures of Australia's Progress) "التي أعدها مكتب الإحصاء الأسترالي.

وقد استند تطوير هذا الإطار إلى عملية تشاور عامة، شاركت فيها جهات معنية متنوعة، بما في ذلك مجموعات مجتمعية وأعضاء في البرلمان؛ كما تم التركيز بشكل خاص على الحوار مع فئات مثل الشعوب الأصلية(First Nations people) ، وذلك لتحديد محاور الرفاه ذات الصلة.

وتستند عملية اختيار أبعاد ومؤشرات الإطار الأسترالي إلى جهود دولية سابقة، مثل "إطار الرفاه" الخاص بمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)، وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة UN Sustainable Development Goals.

ويُحدد الإطار خمسة محاور للرفاهية: الصحة، والأمن، والاستدامة، والتماسك الاجتماعي، والازدهار. ولتقييم هذه المحاور، يتضمن الإطار ٥٠ مؤشرًا للرفاهية الحالية والمستقبلية، بما في ذلك مقاييس ذاتية مثل الرضا عن الحياة؛ و تُعرض هذه المؤشرات الخمسون على لوحة معلومات متاحة للجميع، ويتم تحديثها سنويًا؛ و تُمكّن لوحة المعلومات المستخدمين من تحليل البيانات المتاحة حسب الجنس والعرق والعمر.




شكل (١٠) محاور الرفاهية الخمسة للاطار الوطني الاسترالي للرفاهية

مجتمع يتمتع بالصحة: مجتمع يشعر فيه الأفراد بالعافية والراحة؛ ويتمتعون بصحة بدنية ونفسية جيدة، ويستطيعون الوصول إلى الخدمات عند الحاجة إليها، ويمتلكون المعلومات اللازمة لاتخاذ إجراءات تهدف إلى تحسين صحتهم. (Healthy, 2026)

مجتمع آمن: مجتمع يعيش فيه الأفراد بسلام، ويشعرون بالأمان، ويتمتعون بالاستقرار المالي وإمكانية الحصول على السكن(Secure, 2026) .

مجتمع مستدام: مجتمع يستخدم الموارد الطبيعية والمالية بأسلوب مستدام، ويعمل على حماية البيئة وإصلاحها، ويبني القدرة على الصمود لمواجهة التحديات(Sustainable, 2026) .

مجتمع متماسك: مجتمع يدعم الروابط مع الأسرة والأصدقاء والمجتمع، ويقدّر التنوع، ويعزز الشعور بالانتماء والثقافة(Cohesive, 2026) .

مجتمع مزدهر: مجتمع يمتلك اقتصاداً قوياً وديناميكياً، ويستثمر في مهارات الأفراد وتعليمهم، ويوفر فرصاً واسعة للتوظيف ووظائف آمنة ذات أجور مجزية.(Prosperous, 2026)

**الإدماج والعدالة والإنصاف**

الرضا العام عن الحياة

| صحي | آمن | مستدام | متماسك | مزدهر |
|---|---|---|---|---|
| **صحي طوال الحياة**<br>• متوسط العمر المتوقع<br>• الصحة النفسية<br>• انتشار الحالات المزمنة | **العيش بسلام والشعور بالأمان**<br>• الشعور بالأمان<br>• خبرات العنف<br>• خبرات الطفولة من الإساءة<br>• الأمان عبر الإنترنت<br>• الأمن الوطني<br>• الوصول إلى العدالة | **حماية وإصلاح وإدارة وإدارة البيئة**<br>• خلفض الانبعاثات<br>• جودة الهواء<br>• المناطق المحمية<br>• التنوع البيولوجي<br>• استخدام الموارد وتوليد النفايات | **تخصيص الوقت للعائلة والمجتمع**<br>• الوقت للاستجمام والتفاعل الاجتماعي<br>• الروابط الاجتماعية<br>• المشاركة الإبداعية والثقافية | **اقتصاد ديناميكي يتشارك الازدهار**<br>• الدخل القومي للفرد<br>• الإنتاجية<br>• دخل الأسرة وثروتها<br>• عدم المساواة في الدخل والثروة<br>• الابتكار |
| **الوصول المنصف إلى خدمات الصحة والرعاية الجودة**<br>• الوصول إلى الخدمات الصحية<br>**الوصول المنصف إلى خدمات الصحة والرعاية والرعاية ذات الجودة**<br>• الوصول إلى الخدمات الصحية<br>• الوصول إلى خدمات الرعاية والدعم | **امتلاك الأمن المالي والوصول إلى السكن الأساسية**<br>• التشرد<br>• صلاحية السكن للعيش<br>**امتلاك الأمن المالي والوصول إلى السكن**<br>• توفير الاحتياجات الأساسية<br>• التشرد<br>• صلاحية السكن للعيش | **أمة صامدة ومستدامة**<br>• الاستدامة المالية<br>• الصمود الاقتصادي<br>• الصمود المناخي | **تقدير التنوع، والانتماء والثقافة**<br>• خبرات التمييز<br>• قبول التنوع<br>• تحدث لغات الأمم الأولى<br>• الشعور بالانتماء | **الوصول إلى التعليم وتنمية المهارات والتعلم طوال الحياة**<br>• تنمية الطفولة<br>• مهارات القراءة والكتابة والحساب في المدرسة<br>• التحصيل التعليمي<br>• تنمية المهارات<br>• الاستعداد الرقمي |
| | | | **الثقة في المؤسسات**<br>• الثقة في الآخرين<br>• الثقة في المؤسسات الرئيسية<br>• الثقة في الخدمات العامة الأسترالية<br>• الثقة في الحكومة الوطنية<br>• التمثيل في البرلمان | **فرص واسعة للتوظيف ووظائف آمنة وذات أجر جيد**<br>• الأجور<br>• فرص العمل<br>• توسيع الوصول إلى العمل<br>• الرضا الوظيفي<br>• وظائف آمنة |

شكل (١١) مؤشرات الاطار الوطني الاسترالي للرفاهية يتضمن خمس أبعاد

ويهدف الإطار والمؤشرات إلى تعميق فهم أحوال الأستراليين، ودعم مناقشات أكثر استنارة حول ما يجب فعله لتحسين حياتهم، والمساهمة في تحسين عملية صنع السياسات على جميع مستويات الحكومة؛ ومن المقرر تنقيحه بانتظام من خلال جهود التشاور العام المتكررة.

تستند محاور هذا الإطار إلى ١٢ بُعداً تصف جوانب مختلفة من محاور الرفاه، وإلى ٥٠ مؤشراً رئيسياً لرصد التقدم وتتبعه، وهي مؤشرات ستخضع للتحديث بمرور الوقت؛ وقد وقع الاختيار على هذه المؤشرات نظراً لتوفر بيانات متسقة وقابلة للمقارنة وموثوقة بشأنها، مع مراعاة اتساقها المنطقي مع المؤشرات المعتمدة بالفعل ضمن الاستراتيجيات والخطط القائمة

وعلى غرار دول أخرى حول العالم، تتسم مقاربة أستراليا في "قياس ما يهم" (Measuring What Matters) بطابع تكراري ومستمر؛ إذ سيتم تطويرها من خلال الحوار المتواصل مع المجتمع، ومواكبة التطورات في أساليب جمع البيانات ورصدها؛وفي إطار هذه العملية، سنستقبل الآراء والملاحظات حول وتيرة إصدار هذا البيان.

# القسم الخامس

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## المرجعيات والأطر الدولية لجودة الحياة والرفاهية

## ٥- المرجعيات والأطر الدولية لجودة الحياة والرفاهية

### بعض الأطر ومبادرات ومجموعات مؤشرات مختارة لرفاهية الطفل على الصعيدين الوطني والدولي:

(Measuring What Matters for Child Well-being and Policies, 2021)

جدول (٣) يوضح بعض الأطر ومبادرات ومجموعات مؤشرات مختارة لرفاهية الطفل على الصعيدين الوطني والدولي:

| الدولة | مبادرة/نشاط القياس | المنظمة | استراتيجية السياسة المترابطة | التاريخ | الأبعاد | المؤشرات |
|---|---|---|---|---|---|---|
| أنشطة قياس رفاهية الطفل على مستوى الدول | | | | | | |
| الولايات المتحدة الأمريكية | أطفال أمريكا: المؤشرات الوطنية الرئيسية للرفاهية | المنتدى الفيدرالي المشترك بين الوكالات المعني بإحصاءات الطفل والأسرة | ــــــــــ | تأسس عام ١٩٩٧ مستمر في اصدار سلسلة التقارير السنوية حتى الآن | 7 | 41 |
| أيرلندا (NSCWBI) | حالة أطفال الأمة / المجموعة الوطنية لمؤشرات رفاهية الطفل | وزارة الأطفال والمساواة والإعاقة والاندماج والشباب الأيرلندية | ــــــــــ

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| أستراليا (KNICHDW) | أطفال أستراليا / المؤشرات الوطنية الرئيسية لصحة الطفل ونموه ورفاهيته | المعهد الأسترالي للصحة والرعاية الاجتماعية | ــــــ

| أنشطة قياس رفاهية الطفل عبر الحدود الوطنية | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| عابر للحدود الوطنية | فقر الأطفال من منظور شامل: نظرة عامة على رفاهية الطفل في الدول الغنية | اليونيسف (برنامج الشراكة من أجل السلام والعدالة) | -_____ | 2007 | 6 | 40 |
| عابر للحدود الوطنية | تحسين أوضاع الأطفال | منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (DBFC) | -_____ | 2009 | 6 | 21 |
| عابر للحدود الوطنية | كيف هي الحياة بالنسبة للأطفال؟ | منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (HILFC) | -_____ | 2015 | 10 | 28 |
| عابر للحدود الوطنية | عوالم التأثير: فهم العوامل التي تشكل رفاهية الطفل في الدول الغنية | اليونيسف (WOI) | -_____ | 2020 | 7 | 31 |

### ١-٥ منظمة الصحة العالمية (WHO): الصحة والرفاهية والصحة النفسية.

انطلاقاً من التزامها برفاهية جميع الناس واسترشادها بالعلم، تقود منظمة الصحة العالمية WHO وتدعم الجهود العالمية لمنح الجميع، في كل مكان، فرصة متساوية للعيش حياة صحية .

وقد تأسست منظمة الصحة العالمية عام ١٩٤٨، وهي وكالة تابعة للأمم المتحدة تربط الدول والشركاء والشعوب لتعزيز الصحة والحفاظ على سلامة العالم وخدمة الفئات الضعيفة - حتى يتمكن الجميع في كل مكان من تحقيق أعلى مستوى من الصحة World Health Organization ) . (Who we are, 2026)

وتعتمد منظمة الصحة العالمية في تعريفها للصحة على الدستور التأسيسي للمنظمة الصادر عام ١٩٤٨م؛ والذي ينص على أن الصحة هي "حالة من الرفاه الكامل جسمياً وعقلياً واجتماعياً، وليست مجرد عدم وجود المرض أو العجز". وقد تطور هذا المفهوم ليصبح أكثر شمولية في مسرد مصطلحات تعزيز الصحة الصادر عن المنظمة عام ٢٠٢١، حيث يُعرَّف الرفاه (Well-being) بأنه حالة إيجابية يعيشها الأفراد والمجتمعات، وتُعد موصولة بالجودة العامة للحياة والقدرة على المساهمة الفعالة في المجتمع وفقاً لغايات وأهداف ذات معنى؛ ويتوزع رفاه المراهقين وفق الأطر المفهومية للمنظمة على خمسة أبعاد رئيسية تشمل: الصحة الجيدة والتغذية المثالية، الاتصال والتصادي والقيم الإيجابية، المساهمة في المجتمع والأمان والبيئة الداعمة، التعلم والمهارات والقابلية للتوظيف، بالإضافة إلى القدرة على التكيف والمرونة النفسية. (Health Promotion Glossary of Terms 2021, 2021)

ويُعدّ مقياس منظمة الصحة العالمية (WHO-5) استبيانًا قصيرًا يتألف من خمسة أسئلة مصاغة بصيغة إيجابية، وهو قادر على رصد تأثير المرض على الصحة النفسية للفرد؛ وقد أثبت هذا المقياس فعاليته في رصد التغيرات في الصحة النفسية لدى الأفراد المصابين بأمراض مختلفة حول العالم.

وقد أصبح مؤشر منظمة الصحة العالمية للرفاهية (WHO-5)، المكون من خمسة بنود، أحد أكثر الاستبيانات استخدامًا لتقييم الرفاهية النفسية الذاتية؛ منذ نشره لأول مرة عام ١٩٩٨م. (The World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5), 2024)

ومع ذلك، قد يكون تعريف الرفاهية أمرًا صعبًا-كما سبق الإشارة -حيث يختلف تعريفها غالبًا باختلاف التخصص، وكثيرًا ما يتم الخلط بينها وبين مواضيع ذات صلة مثل السعادة أو جودة الحياة المرتبطة بالصحة.

تعمل منظمة الصحة العالمية مع الدول الأعضاء والشركاء لتعزيز الرفاه في سياق الصحة العالمية وأهداف التنمية المستدامة السبعة عشر؛ حيث يُعدّ الرفاه محركاً أساسياً لتماسك السياسات في مختلف القطاعات، ويشجع على العمل الفعّال؛ كما يُسهم تعزيز الرفاه المجتمعي في بناء مجتمعات نشطة وقادرة على الصمود ومستدامة على المستويات المحلية والوطنية والعالمية، مما يُمكّنها من الاستجابة للتهديدات الصحية الحالية والناشئة، مثل جائحة كوفيد-١٩ والكوارث البيئية.

وترتكز رؤية منظمة الصحة العالمية على معالجة النطاق الشامل للمحددات الصحية (Determinants of Health)، والتي تشمل العوامل الشخصية والاجتماعية والاقتصادية والبيئية التي تحدد متوسط العمر الصحي للأفراد والمجتمعات. وتوضح أدبيات المنظمة المعنية بتعزيز الصحة أن العوامل البيئية والتجارية تؤثر بشكل مباشر على فرص نمو الأطفال والمراهقين؛ حيث تتداخل المحددات الاجتماعية مثل الفقر، عدم المساواة، والتعرض للنزاعات والتشريد مع الفرص التعليمية والرعاية الصحية لتحدد مستويات الرفاه النفسي والجسدي. وبناءً عليه، تُشدد المنظمة على نهج "الصحة في جميع السياسات (Health in All Policies - HiAP) "لضمان مراعاة الآثار الصحية في كافة القرارات الحكومية والقطاعية، بما يضمن تحقيق العدالة الصحية وإزالة الفوارق غير العادلة بين الفئات المجتمعية المختلفة.

ويمكن تناول جهود منظمة الصحة العالمية في جودة الحياة والرفاهية في النقاط الآتية:

### ١-١-٥ المبادرة العالمية "مساعدة المراهقين على الازدهار (HAT) "والأطر الاستراتيجية

في إطار جهودها الشاملة لحماية الصحة النفسية للنشء وتقليل السلوكيات الخطرة، أطلقت منظمة الصحة العالمية بالشراكة مع اليونسيف مبادرة وحزمة أدوات "مساعدة المراهقين على الازدهار .(Helping Adolescents Thrive - HAT) "وتهدف هذه المبادرة إلى تعزيز الصحة النفسية الإيجابية، والوقاية من الاضطرابات النفسية، والحد من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر بما في ذلك إيذاء الذات والانتحار وتعاطي المواد المخدرة. وتتقاطع هذه المبادرة مباشرة مع أهداف التنمية

المستدامة للأمم المتحدة لعام ٢٠٣٠، ولا سيما المقصد ٣,٤ المعني بتخفيض الوفيات المبكرة الناجمة عن الأمراض غير السارية وتعزيز الصحة النفسية والرفاه، ومؤشر خفض معدلات الانتحار (المؤشر ٣,٤,٢)، فضلاً عن اتساقها مع خطة العمل الشاملة للصحة النفسية لـ منظمة الصحة العالمية (٢٠١٣–٢٠٣٠) ودليل العمل الخارجي المعجل لصحة المراهقين.(AA-HA!)

وتستند مبادرة (HAT) إلى النموذج البيئي الاجتماعي (Social Ecological Model)، والذي يوضح ضرورة التدخل على مستويات متكاملة تشمل الفرد، الأسرة، المدرسة، والمجتمع المحلي، مع مراعاة الأبعاد الثقافية والاجتماعية؛ وتتألف المبادرة من أربع استراتيجيات رئيسية مترابطة مدعومة بأسلوبين تنفيذيين عابرين للقطاعات:

جدول (٤)المبادرة العالمية "مساعدة المراهقين على الازدهار" (HAT) والأطر الاستراتيجية

| الاستراتيجية / المحور التنفيذي | هدف الاستراتيجية وآلية العمل | الأمثلة والبرامج المعتمدة من المنظمة |
|---|---|---|
| الاستراتيجية الأولى: تطبيق القوانين والسياسات | وضع وإنفاذ الأطر التشريعية والسياساتية لحماية الصحة النفسية وحقوق الأطفال والمراهقين وفق أطر الاتفاقيات الدولية. | اتفاقية حقوق الطفل (CRC) وملاحظاتها العامة (رقم ٤ ورقم ٢٠)، اتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة(CRPD) ، وقوانين تقييد وسائل الانتحار والمواد السامة. |
| الاستراتيجية الثانية: خلق بيئات داعمة ومُعززة | تحسين جودة البيئات الفيزيائية والاجتماعية والرقمية في المدارس والمجتمعات لتوفير الأمان والاندماج. | مبادرة المدارس المعززة للصحة (٨ معايير عالمية)، برنامج SEHER في الهند، برنامج القيادات الأقران (Sources of Strength)، والمساحات الصديقة للأطفال والمراهقين في الطوارئ (مثل تجربة نيبال). |
| الاستراتيجية الثالثة: دعم مقدمي الرعاية | تعزيز معارف ومهارات الوالدين ومقدمي الرعاية لبناء علاقات | برنامج "الوالدية من أجل صحة مديدة (Parenting for Lifelong Health - PLH Teen)، برنامج " |

| | | |
|---|---|---|
| | إيجابية وإلغاء أساليب العقاب القاسي. | "الأسر القوية(Strong Families) "، وبرامج التحويلات النقدية غير المشروطة) مثل برنامج مالاوي SCTP). |
| الاستراتيجية الرابعة: التدخلات النفسية الاجتماعية | تقديم تدخلات نفسية واجتماعية مسندة بالبينات على مستويات عامة، موجهة، ومحددة للمراهقين. | برنامج الوعي بالصحة النفسية (YAM)، برنامج المهارات المبكرة لليافعين لتجاوز الضغوط(EASE) ، تطبيق STARS الرقمي، وبرنامج (SHINE)في إقليم شرق المتوسط. |
| المحور التنفيذي الأول: التعاون متعدد القطاعات | الربط بين القطاعات الصحية والتعليمية والاجتماعية والعدلية والقطاع الخاص لضمان استدامة البرامج. | الأطر الوطنية للتنسيق متعدد القطاعات وتحديد الأدوار بين حاملي الواجب (Duty-bearers) وأصحاب الحقوق-Rights) holders). |
| المحور التنفيذي الثاني: المتابعة والتقييم(M&E) | جمع البيانات لقياس المدخلات والعمليات والمخرجات والأثر مع تصنيف البيانات حسب السن والجنس. | مؤشرات قياس الصحة النفسية للمراهقين على مستوى السكان (MMAP)، ومبادرة العمل العالمي لقياس صحة المراهقين (GAMA). |

تؤكد استراتيجيات المنظمة على ضرورة تصميم كافة البرامج والتدخلات النفسية والاجتماعية بحيث تكون ملائمة ندمائياً وتراعي القدرات المتطورة للمراهقين(Evolving Capacities) ، مع ترسيخ مبادئ المشاركة الفعالة للشباب ومقدمي الرعاية في مراحل التخطيط والتنفيذ والتقييم، وضمان الوصول إلى الفئات الأكثر هشاشة وتهميشاً مثل ذوي الإعاقة، الأيتام، المراهقين المحرومين من التعليم، والذين يعيشون في ظروف الأزمات الإنسانية والنزاعات المسلحة.

### ٢-١-٥ أدوات القياس والتقييم الميداني: مؤشر رفاهية الطفل(WHO-5)

تُولي منظمة الصحة العالمية أهمية بالغة لتطوير أدوات قياس علمية وبسيطة لتقييم الرفاه النفسي للأطفال والمراهقين ميدانياً؛ ويُعد "مؤشر رفاه الطفل" (WHO-5 Child Well-being Index) من أبرز الأدوات الذاتية المقيسة للرفاه النفسي التي طورها المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية في أوروبا عام ١٩٩٨م (The World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5), 2024)؛ وذلك لاستخدامها مع الأطفال والمراهقين من سن التاسعة فما فوق؛ وقد خضعت هذه الأداة للعديد من الدراسات والتكييفات الميدانية الدولية، بما في ذلك التعديلات المبسطة التي أجرتها "مبادرة الكاكاو الدولية" (International Cocoa Initiative - ICI) والتي أثبتت ملاءمة الأداة للأطفال واليافعين في الفئة العمرية من ٥ إلى ١٧ عاماً في مجتمعات زراعة الكاكاو في كوت ديفوار وغانا.

يتكون المؤشر من خمس عبارات إيجابية تصِف حالة الرفاه النفسي والشعور الإيجابي خلال الأسبوعين الماضيين، ويُطلب من الطفل تحديد مدى تكرار شعوره بتلك الحالات عبر سلم إجابات خماسي متدرج يشمل: (كل الوقت، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). وتتضمن العبارات الخمس الأسئلة التالية:

- "لقد شعرتُ بأنني بخير وبحالة جيدة.(I have felt good) "
- "لقد شعرتُ بالهدوء والاسترخاء.(I have felt calm and relaxed) "
- "لقد شعرتُ بأنني مفعم بالحيوية والنشاط والصحة (I have felt full of energy and healthy).
- "استيقظتُ وأنا أشعر بالانتعاش والراحة.(I woke up feeling fresh and rested) "
- "قمتُ بالعديد من الأشياء التي تثير اهتمامي خلال اليوم (I did a lot of things that interested me during the day).

وتكمن أهمية مؤشر (WHO-5) في أنه يُستخدم كأداة تنبؤية قياسية للكشف عن أعراض الاكتئاب والضغط النفسي، فضلاً عن قياس أثر التدخلات الاجتماعية والتعليمية على رفاه الأطفال، ودراسة العلاقة بين الرفاه النفسي والظروف البيئية والاجتماعية المحيطة مثل الانتظام في المدارس أو التعرض لعمالة الأطفال والظروف المعيشية القاسية. ويتم تحليل البيانات المجمعة عبر حساب المجموع الكلي للإجابات وضربه في معامل محدد للحصول على درجة نهائية تتراوح من ٠ إلى ١٠٠ (حيث تعكس الدرجات الأعلى مستويات رفاه أعلى)، أو باستخدام نموذج الاستجابة للمفردة (Item

Response Theory - IRT)في العينات الكبيرة لتوفير دقة وإحصاءات دقيقة تعكس القدرة التمييزية لكل عبارة من عبارات المؤشر. (The World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5), 2024)

### ٥-١-٣ الأطر الميثاقية العالمية الموجهة لرفاهية الطفل والصحة العامة

تعمل منظمة الصحة العالمية مع الدول الأعضاء والشركاء لتعزيز الرفاه في سياق الصحة العالمية وأهداف التنمية المستدامة السبعة عشر؛ حيث يُعدّ الرفاه محركاً أساسياً لتماسك السياسات في مختلف القطاعات، ويشجع على العمل الفعّال؛ كما يُسهم تعزيز الرفاه المجتمعي في بناء مجتمعات نشطة وقادرة على الصمود ومستدامة على المستويات المحلية والوطنية والعالمية، مما يُمكّنها من الاستجابة للتهديدات الصحية الحالية والناشئة، مثل جائحة كوفيد-١٩ والكوارث البيئية.

وترتبط جهود منظمة الصحة العالمية الموجهة للأطفال والمراهقين بمسار تاريخي متكامل من المواثيق والإعلانات الدولية الصادرة عن المؤتمرات العالمية لتعزيز الصحة. وقد شكل "ميثاق أوتاوا لتعزيز الصحة" الصادر عام ١٩٨٦ م؛ نقطة تحول تحولية حاسمة عبر حديده لخمس مجالات عمل استراتيجية تمثلت في:

بناء سياسات عامة صحية، خلق بيئات داعمة للصحة، تقوية العمل المجتمعي، تطوير المهارات الشخصية، وإعادة توجيه الخدمات الصحية. وتُعد هذه المحاور المرجعية الأساس لكافة برامج ودلائل المنظمة المعاصرة الخاصة برعاية النشء

### ٥-١-٤ ميثاق جنيف للرفاهية (ميثاق جنيف للصحة والرفاه، ٢٠٢١)

اتفق أكثر من ٥٠٠٠ مشارك في المؤتمر العالمي، الذين اجتمعوا افتراضياً وفي جنيف بسويسرا، على ميثاق جنيف للرفاه؛ يستند هذا الميثاق إلى ميثاق أوتاوا لتعزيز الصحة وإرث تسعة مؤتمرات عالمية حول تعزيز الصحة. ويؤكد على ضرورة الالتزامات العالمية لتحقيق نتائج صحية واجتماعية عادلة الآن وللأجيال القادمة، دون الإضرار بصحة كوكبنا. وسيدفع هذا الميثاق صانعي السياسات وقادة العالم إلى تبني هذا النهج والالتزام باتخاذ إجراءات ملموسة.

وفي امتداد لهذه الجهود، يمثل "ميثاق جنيف للرفاه" الصادر عن المؤتمر العالمي العاشر لتعزيز الصحة (٢٠٢١) إطاراً توجيهياً حديثاً يعزز الانتقال نحو إنشاء "مجتمعات الرفاه .(Well-being Societies) "

ويؤكد ميثاق جنيف على التكامل الرأسي والأفقي بين صحة الإنسان وصحة كوكب الأرض (Planetary Health)، متطلباً تحقيق التزام سياسي واجتماعي شامل يعتمد على التغطية الصحية الشاملة(Universal Health Coverage - UHC) ، وتوفير الرعاية الصحية الأولية (Primary Health Care - PHC)، والتمويل المستدام للمبادرات الاجتماعية، مع تمكين المجتمعات المحلية والأطفال والشباب ليكونوا شركاء فاعلين في صياغة واتخاذ القرارات التي تمس حياتهم ومستقبلهم.

ويُمثّل "ميثاق جنيف للصحة والرفاه (Geneva Charter for Well-being) "الصادر عن منظمة الصحة العالمية إطاراً مرجعياً واستراتيجياً عالمياً، تم اعتماده خلال المؤتمر العالمي العاشر لتعزيز الصحة المنعقد افتراضياً بمدينة جنيف في الفترة من ١٣ إلى ١٥ ديسمبر ٢٠٢١؛ ويهدف الميثاق إلى إعادة توجيه السياسات التنموية العالمية ونظم الصحة العامة نحو وضع "الرفاه" والعدالة الاجتماعية والتضامن البيئي في قلب التنمية المستدامة؛ ويُعرَّف اقتصاد الرفاه (Well-being Economy) في ميثاق جنيف للصحة والرفاه بأنه نموذج اقتصادي وتنموي يهدف إلى جعل صحة الإنسان، والرفاه، والعدالة الاجتماعية، والتضامن البيئي المحرك الرئيسي والهدف الأسمى للسياسات العامة والقرارات الاقتصادية

يسعى الميثاق إلى التحول من الأنظمة التي تقتصر على علاج الأمراض إلى بناء "مجتمعات رفاه" مستدامة تضمن صحة الإنسان وسلامة الكوكب؛ ويُشدد الميثاق على أن صحة البشر لا يمكن فصلها عن النظام البيئي، مما يستوجب الاستجابة للتغيرات المناخية وتدهور البيئة برؤية متكاملة

ويُحدد ميثاق جنيف مجالات عمل محورية لتحقيق التغيير الهيكلي والمستدام:




شكل (١٢) ميثاق جنيف للرفاهية

- تأسيس "اقتصاد الرفاه :(Well-being Economy) "إعادة توجيه الاستثمارات والسياسات المالية والإنفاق العام لدعم الصحة العامة والعدالة الاجتماعية وحماية البيئة، بدلاً من التركيز الحصري على النمو الاقتصادي قصير الأجل.
- الصحة في جميع السياسات :(Health in All Policies) صياغة سياسات عامة متكاملة عبر القطاعات الحكومية والمجتمعية المختلفة (التعليم، البيئة، العمل، الاقتصاد) تضمن تقييم الأثر الصحي لكل سياسة وتوجه تنموي.
- تعزيز الرعاية الصحية الأولية الأنظمة الصحية المرنة :التوسع في التغطية الصحية الشاملة، ودعم الرعاية الأولية، وبناء قدرات الأنظمة الصحية للتصدي للأزمات والطوارئ المستقبلية بإنصاف.
- التشجيع على التحول الرقمي الأخلاقي :تسخير التكنولوجيا والابتكار الرقمي والذكاء الاصطناعي لخدمة الصحة العامة، مع ضمان الحوكمة الأخلاقية، وحماية خصوصية البيانات، وتقليص الفجوة الرقمية بين المجتمعات.

- العدالة والإنصاف الاجتماعي :الحد من التفاوتات الصحية والاجتماعية، وحماية الفئات الأكثر هشاشة، وضمان التوزيع العادل للموارد والخدمات الأساسية.

بحسب ميثاق جنيف للصحة والرفاه، يُعتبر التغير المناخي وتدهور البيئة من أكبر المخاطر التي تهدد صحة الإنسان وسلامته والمكاسب الصحية المستدامة .

ويتلخص تأثير التغير المناخي ورؤية الميثاق في المحاور التالية:

- الترابط الوثيق بين صحة الإنسان وصحة الكوكب:(Planetary Health)
- يؤكد الميثاق أن صحة البشر مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بصحة كوكب الأرض والنظم البيئية ولا يمكن الفصل بينهما.
- يهدد التغير المناخي وتدهور التنوع البيولوجي المقومات الأساسية للصحة والرفاه، كالمياه الصالحة للشرب، والهواء النقي، والأمن الغذائي، والسلامة البيئية.
- مضاعفة التفاوتات وعدم العدالة الصحية:
- يوضح الميثاق أن الآثار الناجمة عن التغير المناخي والتدهور البيئي تؤثر بشكل غير متناسب على الفئات والمجتمعات الأكثر هشاشة وضعفاً.
- يفرض هذا التفاوت التزاماً أخلاقياً وسياسياً بتحقيق العدالة البيئية والصحية، وتعزيز قدرة الأنظمة والمجتمعات على الصمود أمام الأزمات المناخية.
- الحاجة إلى الانتقال لنماذج "اقتصاد الرفاه:"
- يرى الميثاق أن مواجهة التغير المناخي لحماية الصحة تستوجب التحول من النماذج الاقتصادية القائمة على التلوث والاستهلاك المفرط إلى اقتصاد رفاه يراعي الحدود البيئية للكوكب.
- يتطلب ذلك إعادة توجيه الاستثمارات والسياسات المالية نحو حماية الطبيعة، وتقليل الانبعاثات، ودعم الاستدامة البيئية طويلة الأجل.
- إدماج العمل المناخي في جميع السياسات العامة:
- يُشدد الميثاق على ضرورة صياغة سياسات متكاملة عبر مختلف القطاعات (البيئة، الاقتصاد، الطاقة، الصحة) تجعل الحفاظ على البيئة والاستجابة للتغير المناخي جزءاً رئيساً من استراتيجيات الصحة العامة والرفاه الاجتماعي

وتتحدد الأبعاد الرئيسية للميثاق ونقاطه الجوهرية على النحو التالي:

آليات الحوكمة والمساءلة

- قياس التقدم الشامل :تطوير مؤشرات حوكمة جديدة لقياس الرفاه وجودة الحياة والعدالة البيئية، بدلاً من الاعتماد الأوحد على الناتج المحلي الإجمالي.(GDP)
- تمكين المجتمعات والشباب :إدماج المجتمعات المحلية والشباب والمنظمات الأهلية في عملية صنع القرار والتخطيط والقيادة الصحية.
- الشراكات متعددة القطاعات :تعزيز التعاون بين الحكومات، والقطاع الخاص، والمؤسسات الأكاديمية، والمنظمات الدولية لتحقيق أهداف الميثاق.

المشاركة والدعم الدولي

شهد المؤتمر مشاركة واسعة تجاوزت 4500مشارك يمثلون الحكومات، والمنظمات الدولية، والخبراء الأكاديميين، وممثلي المجتمع المدني والشبكات الشبابية حول العالم، مما يعكس التزاماً دولياً كبيراً بتطبيق مخرجات الميثاق.

وتتحدد أبرز مرتكزات ومقومات اقتصاد الرفاه بحسب الميثاق في النقاط التالية:

- إعادة توجيه الاستثمارات والسياسات المالية :التحول من التركيز الحصري على النمو المادي قصير الأجل إلى توجيه الإنفاق العام والاستثمارات نحو القطاعات التي تعزز الصحة، والتعليم، والرعاية الاجتماعية، وحماية الطبيعة.
- تجاوز مؤشر الناتج المحلي الإجمالي :(GDP) اعتماد ومقاييس جديدة لقياس التطور والنجاح الاقتصادي تستند إلى مؤشرات جودة الحياة، والرفاه الإنساني، والتوازن البيئي، بدلاً من الاقتصار على المقاييس المالية والإنتاجية التقليدية.
- الالتزام بالحدود البيئية لكوكب الأرض :ربط التنمية الاقتصادية بالاستدامة البيئية، والابتعاد عن النماذج التنموية القائمة على التلوث والاستهلاك المفرط للموارد الطبيعية للحفاظ على صحة الكوكب والأجيال القادمة.

- تحقيق العدالة الاجتماعية وتقليص التفاوتات :ضمان التوزيع العادل للموارد والخدمات الأساسية، وتوجيه الدعم والإنفاق الاجتماعي لحماية الفئات الأكثر هشاشة وضعفاً في المجتمع.
- إدماج الأثر الصحي والبيئي في السياسات الاقتصادية :تقييم القرارات والسياسات الاستثمارية والمالية بناءً على مدى إسهامها في تعزيز الصحة العامة والحد من مخاطر التدهور البيئي والأزمات المناخية

وبحسب ميثاق جنيف للصحة والرفاه، يُعد الشباب والمجتمعات المحلية الركيزة الأساسية والقوة المحركة لتنفيذ الميثاق وتحقيق أهدافه على أرض الواقع، حيث يُنظر إليهم كشركاء قياديين وفاعلين في إحداث التغيير وليس مجرد مستفيدين سلبيين من الخدمات

ويتحدد دور الشباب والمجتمعات المحلية وفقاً لميثاق جنيف في المحاور التالية:




شكل (١٣ ) دور الشباب والمجتمعات المحلية في تحقيق الازدهار وفق ميثاق جينف

القيادة والمشاركة في صنع القرار:

يشدد الميثاق على إدماج الشباب والمجتمعات المحلية ومنظمات المجتمع المدني بشكل مباشر في عمليات التخطيط، وصياغة السياسات الصحية، واتخاذ القرارات على كافة المستويات

تمكين الشبكات الشبابية والمبادرات المجتمعية لتقود التحول نحو مجتمعات الرفاه والتضامن البيئي

التصميم المشترك والعمل المحلي:(Co-design & Local Action)

إتاحة الفرصة للمجتمعات المحلية لتصميم وتنفيذ الحلول والمبادرات الصحية والبيئية التي تتناسب مع احتياجاتها وواقعها، مع توفير الموارد والدعم اللازمين لها

قيادة الحملات المجتمعية التي تهدف إلى حماية البيئة، وتعزيز الصحة العامة، والحد من عوامل الخطر المناخية

التضامن بين الأجيال وترسيخ العدالة الاجتماعية:

تعزيز التضامن بين الأجيال لمواجهة التحديات الممتدة مثل التغير المناخي والتفاوتات الصحية بين الفئات المختلفة

تمثيل أصوات الشباب والفئات الأكثر هشاشة وضمان وصول مطالبهم واحتياجاتهم إلى صناع القرار لضمان العدالة في توزيع الموارد والخدمات

الابتكار وتسخير التكنولوجيا:

قيادة الابتكارات المجتمعية واستخدام الحلول الرقمية والتكنولوجية بشكل أخلاقياً ومستدام لمعالجة المشكلات الصحية والبيئية في المجتمعات

المساءلة وبناء الشراكات:

إقامة شراكات فاعلة ومستمرة بين الشباب، والمجتمعات المحلية، والحكومات، والمنظمات الدولية لمتابعة تنفيذ الميثاق وضمان الالتزام بمخرجاته

وتؤكد منظمة الصحة العالمي على أن النهوض برعاية وصحة الطفل والمراهق لا يمكن أن يتحقق إلا من خلال نهج حكومي ومجتمعي شامل (Whole-of-government and Whole-of-society approach).ويتطلب هذا النهج حوكمة رشيدة تنظم الأدوار والمسؤوليات بين القطاعات العامة والخاصة والأهلية، مع التركيز على ترسيخ العدالة الصحية (Health Equity) وإزالة التمييز بكافة أشكاله قائم على الجنس، السن، الإعاقة، الوضع الاقتصادي، أو الموقع الجغرافي؛ إن التقدير الشامل لهذه المواثيق والبرامج يوفر للدول والأجهزة التنفيذية خارطة طريق عملية لتطوير وتكييف المبادرات الوطنية بما يلبي الاحتياجات الميدانية الخاصة للأطفال والمراهقين ويضمن ازدهارهم واستدامة صحة المجتمعات.

ختاماً، يتضح من عرض جهود منظمة الصحة العالمية في أن رؤيتها لا تقتصر على مجرد علاج الأمراض، بل تقدم إطاراً استراتيجياً متكاملاً وشاملاً يربط بين الصحة النفسية، جودة الحياة، اقتصاد الرفاه، والعدالة البيئية عبر أدوات قياس علمية معتمدة مثل مؤشر (WHO-5) ومبادرات رائدة مثل "مساعدة المراهقين على الازدهار" (HAT)؛ وتكمن أبرز مميزات جهود المنظمة في استنادها إلى نماذج بيئية واجتماعية قابلة للتطبيق، وتعزيزها لنهج "الصحة في جميع السياسات" (HiAP)، فضلاً عن تمكين الشباب والمجتمعات المحلية كشركاء فاعلين في صنع القرار.

### ٢-٥ منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية Organization for Economic Co-operation and Development (OECD) في الرفاهية

يستعرض هذا الجزء جهود منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية الأطر المفاهيمية والتحليلية والسياساتية الصادرة عن منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD) في مجالات الرفاهية والشمول الاجتماعي وتطوير سياسات الطفولة والتعليم.

ومنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD) منظمة دولية تعمل على بناء سياسات أفضل لحياة أفضل؛ تستند إلى خبرة ورؤى تمتد لأكثر من ٦٠ عامًا لصياغة سياسات تعزز الازدهار والفرص، وترتكز على المساواة والرفاه؛ و نعمل عن كثب مع صانعي السياسات وأصحاب المصلحة والمواطنين لوضع معايير دولية قائمة على الأدلة، ولإيجاد حلول للتحديات الاجتماعية والاقتصادية والبيئية. (OECD, 2026)

وتُعرّف منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية الرفاه الذاتية في إرشاداتها التخصصية المحدثة بأنه الحالات النفسية والعقلية الإيجابية، متضمنةً التقييمات المعرفية والعاطفية الشاملة التي يجريها الأفراد على حياتهم، إلى جانب استجاباتهم الانفعالية للخبرات والتجارب اليومية.

و تتعدى جهود منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD) مجرد تقديم أطر نظرية؛ حيث تلعب المنظمة دوراً محورياً عالمياً في تحويل مفهوم "الرفاهية وجودة الحياة" من مجرد فكرة فلسفية إلى أدوات إحصائية وسياسات عامة قابلة للتطبيق.

وتُعتبر المنظمة رائدة عالمياً في تطوير منهجيات وأطر العمل الخاصة بقياس وتعزيز الرفاهية للوصول إلى ما يُعرف بمرحلة "ما بعد الناتج المحلي الإجمالي(Beyond GDP) "، بهدف وضع الإنسان والعدالة والاستدامة في قلب السياسات العامة؛ ويمكن توضيح ذلك كما يأتي:

### ١-٢-٥ إطر عمل OECD للرفاهية

يوجد إطارين عمل للرفاهية لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية

إطار عمل الرفاهية العام :(OECD Well-being Framework) وتم إطلاقه عام ٢٠١١م استجابة مباشرة لأزمات اقتصادية واجتماعية وفكرية أثبتت عدم كفاية المؤشرات الاقتصادية التقليدية؛ ويُعد إطاراً شاملاً يغطي أكثر من ٨٠ مؤشراً للرفاه الحالي، بالإضافة إلى تقييم ٤ أنواع من الموارد المستقبلية (رأس المال الطبيعي، البشري، الاجتماعي، والاقتصادي).

إطار عمل OECD لرفاه الطلاب(Borgonovi & Pál, 2016) (PISA Well-Being Framework)

إطار تعليمي فرعي يركز حصرياً على الطلاب في سن ١٥ عاماً داخل البيئة المدرسية وخارجها؛ يُعرف إطار المنظمة رفاه الطلاب بأنه" الأبعاد المعرفية والنفسية والاجتماعية والبدنية والمادية اللازمة للطلاب ليعيشوا حياة سعيدة ومستعدة للمستقبل ."ويتكون الإطار من خمسة أبعاد رئيسية:

- الرفاهية المعرفية .(Cognitive Well-being) تركز على المهارات المعرفية والأسس التي تمكّن الطالب من التعلم مدى الحياة والمشاركة الفعالة في المجتمع. وتشمل

التحصيل في القراءة والرياضيات والعلوم، بالإضافة إلى مهارات حل المشكلات ومعتقدات الطالب حول كفاءته الذاتية

- الرفاهية النفسية (Psychological Well-being) تتعلق بالحالة العقلية والعاطفية للطالب ونظرته الإيجابية لنفسه ومستقبله. وتقيس مؤشرات مثل الرضا العام عن الحياة، ودافعية الإنجاز، والطموحات المهنية، ومستوى القلق المرتبط بالدراسة والاختبارات.
- الرفاهية الاجتماعية (Social Well-being) تقيّم جودة علاقات الطالب وتفاعلاته مع المحيطين به في البيئة التعليمية والأسرية؛ وتشمل الشعور بالانتماء للمدرسة، ودعم المعلمين والأهل، والتعاون مع الزملاء، ومدى التعرض للتنمر المدرسي.
- الرفاهية البدنية (Physical Well-being) تهتم بصحة الطالب الجسدية وأنماط حياته اليومية التي تدعم نموه السليم. وتغطي ممارسة الرياضة والنشاط البدني داخل المدرسة وخارجها، إلى جانب العادات الغذائية الصحية مثل الانتظام في تناول وجبة الإفطار
- الرفاهية المادية والبيئية (Material & Environmental Well-Being) تشير إلى توفر الموارد والظروف المعيشية الأساسية التي تضمن للطالب حياة كريمة وبيئة مناسبة للدراسة؛وتشمل الوضع الاقتصادي والاجتماعي للأسرة، وتوفر الأدوات التعليمية، ومساحة هادئة للمذاكرة في المنزل.




شكل (١٤) أبعاد الرفاه في اطار منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية PISA

وقد استخدمت منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية أبعاد إطارها الخاص بالرفاه لتوضيح كيفية تداخل النتائج الاقتصادية والاجتماعية والبيئية مع الصحة النفسية؛ فالأشخاص الذين يعانون من تدهور في صحتهم النفسية يميلون إلى أن يكونوا أسوأ حالاً في معظم جوانب رفاههم الأخرى؛ على سبيل المثال، مقارنةً بعامة السكان، فإن الأشخاص المعرضين لخطر المعاناة النفسية هم أكثر عرضةً بمرتين تقريبًا لأن يكونوا في أدنى سلم توزيع الدخل، أو أن يكونوا عاطلين عن العمل، أو أن يكونوا غير راضين عن كيفية قضاء وقتهم؛ كما أن خطر شعورهم بالوحدة يزيد بأكثر من أربعة أضعاف.

جدول (٥) الفرق بين اطار الرفاهية العام واطار رفاهية الطلاب PISA

| وجه المقارنة | إطار الرفاهية العام ( OECD Well-being Framework) | إطار رفاهية الطلاب (PISA Well-Being Framework) |
|---|---|---|
| الفئة المستهدفة | عامة السكان والأسر والمجتمعات في الدول الأعضاء والشريكة. | الطلاب في سن ١٥ عاماً في مراحل التعليم النظامي. |
| الهدف الأساسي | قياس التقدم المجتمعي "ما وراء الناتج المحلي الإجمالي" وتوجيه السياسات العامة والميزانيات. | تقييم مدى دعم المدرسة والأسرة لنمو الطالب أكاديمياً واجتماعياً ونفسياً. |

| | | |
|---|---|---|
| عدد الأبعاد | ١١ بُعداً للرفاهية الحالية بالإضافة إلى ٤ موارد للاستدامة المستقبلية. | ٥ أبعاد رئيسية تركز على حياة الطالب وتعلمه. |
| أبرز الأبعاد | الدخل والثروة، العمل، السكن، الصحة، المعرفة والمهارات، جودة البيئة، التوازن بين العمل والحياة، الروابط الاجتماعية، المشاركة المدنية، الأمان، والرفاهية الذاتية. | الرفاهية المعرفية، الرفاهية النفسية، الرفاهية البدنية، الرفاهية الاجتماعية، والرفاهية المادية. |
| الأداة الرئيسية | تقرير "كيف هي الحياة؟" (How's Life?) ومؤشر الحياة الأفضل (Better Life Index). | استبيانات الطلاب وأولياء الأمور والمدارس المصاحبة لاختبارات PISA الدولية. |

### ٢-٢-٥ مركز الرفاهية والشمول والاستدامة وتكافؤ الفرص (WISE) Centre on Well-Being, Inclusion, Sustainability and Equal Opportunity (WISE, 2026)

مركز متخصص داخل منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية ؛ تأسس في عام ٢٠٢٠م لينسق الجهود الدولية لقياس وتطوير سياسات الرفاه والشمل الاجتماعي والتكيف مع التحولات الرقمية والبيئية؛ ويقوم مركز WISE بتوليد بيانات جديدة ونهج سياساتية لتحسين الظروف المعيشية للناس ونوعية حياتهم، مع مراعاة أولويات السياسة الحالية والتحديات العالمية، بدءًا من ضغوط تكلفة المعيشة وحتى التحولات الديموغرافية والرقمية؛ كما يتعاون مركز WISE مع عدد من أصحاب المصلحة من المجتمع المدني والأوساط الأكاديمية والقطاع الخاص والمنظمات الدولية العاملة على قضايا تتعلق بالرفاهية والشمول والاستدامة(WISE, 2026) .

و يُمثّل المركز المظلة المؤسسية والبحثية الحالية لإدارة هذه المبادرة وتطويرها؛ فبينما أُطلقت المبادرة في عام ٢٠١١م كجهد ريادي للمنظمة لإعادة صياغة مؤشرات التقدم البشري وقياس الرفاهية عبر أبعاد تتجاوز الناتج المحلي الإجمالي (Beyond GDP)،

ويُمثّل إطار عمل الرفاهية لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD Well-being Framework) النواة الفلسفية والمرجعية المنهجية العليا والنواه التي تنبثق منها كافة المبادرات والمراكز المتخصصة داخل المنظمة The OECD Well-being Framework؛ ويحتل هذا الإطار موقع الصدارة

والركيزة الأساسية لمركز (WISE)؛ حيث يُعد النموذج التحليلي الشامل الذي يربط بين الحاضر والمستقبل عبر قياس أكثر من ٨٠ مؤشراً للرفاه الحالي (Current Well-being) بالتوازي مع تقييم أربعة رؤوس أموال محورية تضمن استدامة هذا الرفاه مستقبلاً، وتتمثل في : (رأس المال الطبيعي، والبشري، والاجتماعي، والاقتصادي) The OECD Well-being Framework Overview.

وتتكامل الجهود البحثية داخل منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD) من خلال العلاقة الوظيفية والمفهومية المتبادلة بين مركز الرفاهية والشمول والاستدامة وتكافؤ الفرص (WISE)وإطار عمل برنامج التقييم الدولي للطلاب (PISA) لرفاهية الطلاب Measuring subjective well-being across OECD countries . حيث يُمثل مركز (WISE) الجهة المرجعية والمظلة التحليلية المسؤولة عن معالجة وتوظيف البيانات الضخمة التي يجمعها مسح (PISA) المتعلقة بالجانب النفسي والاجتماعي والعاطفي للمراهقين (في سن ١٥ عاماً) Parental Emotional Support and Adolescent Well.

وتعتبر سلسلة تقارير كيف الحياة؟ :"How's Life?" تقارير إحصائية دورية رئيسية تقيس تطور الرفاه والتفاوتات الاجتماعية والمرونة في مواجهة الأزمات الاقتصادية وتكاليف المعيشة؛ وتُعنى هذه التقارير بتقديم رصد كمّي ونوعي شامل يتجاوز المؤشرات الاقتصادية التقليدية مثل الناتج المحلي الإجمالي، لتقيس بدقة تطور أبعاد الرفاه الحالي والمستقبلي عبر دول المنظمة وتعتبر من مخرجات الدورية لمركز (WISE)؛ وتكتسب هذه السلسلة أهمية بالغة في السياق الأكاديمي والسياسي؛ نظراً لتركيزها على تشريح 'التفاوتات الاجتماعية الهيكلية'، وقياس مستويات 'المرونة المجتمعية' (Resilience)وقدرة الأفراد على مواجهة الصدمات وتكاليف المعيشة الناشئة عن الأزمات الاقتصادية المعاصرة

ويُعد تقرير 'قياس ما يهمّ لرفاهية الطفل وسياساته '(2021) أحد أبرز المخرجات البحثية الاستراتيجية التي أصدرها مركز (WISE) تلبيةً لمتطلبات تطوير البنية التحتية لبيانات الطفولة؛ ويضع التقرير "(Measuring What Matters for Child Well-being and Policies, 2021)الأساس لتحسين قياس رفاهية الطفل وتوفير بيانات أفضل لدعم سياسات أفضل في هذا المجال؛ ويحدد التقرير إطارًا طموحًا لقياس رفاهية الطفل، موضحًا جوانب حياة الأطفال التي ينبغي قياسها وكيفية قياسها، لتحسين

رصد رفاهيتهم؛ كما يحدد أولويات تطوير بيانات الطفل، ويكشف عن الثغرات الرئيسية في هذا المجال، بهدف تحفيز تطوير البنية التحتية لبيانات الطفل.

وأكد التقرير على أنه يحق للأطفال التمتع بالرفاهية؛ وكأي شخص آخر، فإن جودة حياتهم الحالية مهمة في حد ذاتها؛ فللأطفال الحق في أن يشعروا بالحب والتقدير والدعم والرعاية؛ ولهم الحق في الحصول على أفضل صحة ممكنة، وأفضل تعليم ممكن، وعيش طفولة ممتعة اليوم، ؛ مع التأكيد على أن الطفولة تمثل أيضاً فترة حرجة للنمو والتطور، وما يفعله الأطفال ويتعلمونه ويشعرون به ويختبرونه يعد أمراً بالغ الأهمية، ليس فقط لليوم بل ولمستقبلهم أيضاً؛ تترك ظروف المعيشة في الطفولة والسبل التي يتطور بها الأطفال بصمات عميقة يمكنها التأثير على حياتهم لسنوات قادمة؛ وتشهد أدلة دامغة على أهمية رفاه الأطفال في تشكيل شخصياتهم، وسلوكياتهم، وما يقومون به عندما يصبحوا بالغين. (Measuring What Matters for Child Well-being and Policies, 2021, p. 11)

ويتطلب وضع سياسات جيدة للأطفال توفر بيانات عميقة وسليمة تغطي مجموعة من المجالات؛ بما في ذلك مستويات المعيشة المادية للأطفال، وصحتهم البدنية والنفسية، وحياتهم الاجتماعية، وتعلمهم وتتعليمهم؛ و البيانات المتعلقة بالبيئات والمحيطات التي يعيش فيها الأطفال — أسرهم، ومدارسهم، ومجتمعاتهم المحلية، وأحياهم — أهمية بالغة أيضاً .

وتُدرك حكومات منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية OECD بشكل متزايد الأهمية البالغة للطفولة ورفاهيتها؛ فعلى مدى العقود القليلة الماضية، وضعت العديد من الحكومات استراتيجيات وأطر سياسات وطنية شاملة تهدف إلى تعزيز رفاهية الطفل وتوفير أفضل بداية ممكنة له في الحياة؛ وتشمل هذه الاستراتيجيات إطار عمل "نتائج أفضل، مستقبل أكثر إشراقًا" في أيرلندا ؛ واستراتيجية نيوزيلندا لرفاهية الطفل والشباب ومؤخرًا الاستراتيجية الوطنية للطفل في فنلندا.

وهدف التقرير إلى الدفع قدماً بأجندة بيانات الأطفال بغية توجيه تطوير سياسات أفضل لرفاهية الأطفال؛ فهو يضع الأساس لتحسين قياس رفاهية الأطفال، ويحدد إطاراً مفاهيمياً جديداً "طموحاً" لقياس رفاه الأطفال، مبيناً جوانب حياة الأطفال التي يجب قياسها من أجل المراقبة المثلى لرفاههم .كما يحدد أولويات تطوير بيانات الأطفال ويحدد الفجوات الرئيسية في البيانات، وذلك بهدف

تحفيز التحسينات في البنى التحتية لبيانات الأطفال. (Measuring What Matters for Child Well-being and Policies, 2021, p. 3)

حيث تتطلب السياسات الجيدة لحماية الطفل بيانات دقيقة عنه؛ ويتطلب تطوير سياسات رفاهية الطفل معلومات معمقة وموثوقة حول مجموعة واسعة من المجالات، بما في ذلك مستويات معيشة الأطفال المادية، وصحتهم البدنية والنفسية، وحياتهم الاجتماعية، وتعلمهم وتعليمهم؛ كما أن البيانات المتعلقة بالبيئات التي يعيش فيها الأطفال - أسرهم، ومدارسهم، ومجتمعاتهم، وأحيائهم - مهمة أيضاً، حيث تتزايد الأدلة على أهمية ذلك وقد ساهم العدد المتزايد من الدراسات الاستقصائية ومجموعات البيانات الخاصة بكل بلد في القيام بشيء مماثل.

وهدف التقرير إلى الدفع قدماً بأجندة بيانات الأطفال بغية توجيه تطوير سياسات أفضل لرفاهية الأطفال؛ فهو يضع الأساس لتحسين قياس رفاهية الأطفال، ويحدد إطاراً مفاهيمياً جديداً "طموحاً" لقياس رفاه الأطفال، مبيناً جوانب حياة الأطفال التي يجب قياسها من أجل المراقبة المثلى لرفاههم .كما يحدد أولويات تطوير بيانات الأطفال ويحدد الفجوات الرئيسية في البيانات، وذلك بهدف تحفيز التحسينات في البنى التحتية لبيانات الأطفال.

فهناك أدلة دامغة على أهمية الرفاهية في مرحلة الطفولة في تشكيل شخصياتنا وتحديد المسار المستقبلي؛ فرفاهية الطفل تُؤثر على رفاهيتنا في جميع مراحل الحياة، وتتجلى في الصحة ، وفرص العمل، والحياة الأسرية، والعلاقات الاجتماعية.

ويمكن لسياسات رفاهية الطفل، بدءًا من دعم الأسرة والتعليم والرعاية في مرحلة الطفولة المبكرة، وصولًا إلى السكن والتعليم والخدمات الصحية والمرافق الثقافية والترفيهية، أن تُحدث تأثيرًا بالغًا على فرص الأطفال في الازدهار والنمو؛ حيث تُسهم في تحقيق تكافؤ الفرص، وتضمن لجميع الأطفال - بغض النظر عن خلفياتهم وظروفهم المعيشية - أن يُنمّوا قدراتهم إلى أقصى حد، وأن ينعموا بنعم الحياة.

ويُعد كل من سلسلة تقارير "كيف الحياة؟ (How's Life?) "وتقرير "قياس ما يهمّ لرفاهية الطفل وسياساته "(2021) من المخرجات البحثية الأساسية لمركز WISEالتابع لمنظمة الـOECD ، ويستندان

إلى فلسفة قياس الرفاه المستدام، إلا أنهما يختلفان بشكل جوهري من حيث الفئة المستهدفة، ودورية الصدور، والهدف الاستراتيجي؛ ويوضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (٦) الفرق بين سلسلة تقارير "كيف الحياة؟ (How's Life?) "وتقرير "قياس ما يهمّ لرفاهية الطفل وسياساته"(2021)

| أوجه المقارنة | سلسلة تقارير "كيف الحياة؟ " (How's Life?) | تقرير "قياس ما يهمّ لرفاهية الطفل(2021) " |
|---|---|---|
| طبيعة المخرَجات | تقرير دوري رئيسي (Flagship Periodic Report)يصدر بانتظام | تقرير استراتيجي وتأسيسي صدر لمرة واحدة |
| الفئة المستهدفة (النطاق) | المجتمع ككل؛ يقيس رفاهية كافة الأفراد والأسر بمختلف فئاتهم العمرية | الأطفال والناشئة حصرياً؛ يركز على الطفولة المبكرة والمراهقة وسياقاتها الأسرية |
| الهدف الأساسي | رصد وتتبع الأداء الحاضر ومقارنة مستويات الرفاه والتفاوتات والمرونة بين الدول | بناء وتطوير المنهجية؛ يضع إطاراً لقياس رفاهية الطفل ويكشف الثغرات الإحصائية لبناء البنية التحتية للبيانات |
| المخرَج التطبيقي المرتبط به | يرتبط بـ مؤشر الحياة الأفضل (Better Life Index)ولوحات قياس رفاهية الدول العامة | مخرَجاً استراتيجياً وتأسيسياً موجهاً حصرياً لفئة الطفولة؛ حيث لا يقتصر دورة على الرصد، بل يهدف بالأساس إلى وضع إطار مفاهيمي طموح يحدد فجوات البيانات، ويؤسس للبنية التحتية والمعايير المنهجية التي بنيت عليها لاحقاً "بوابة رفاهية الطفل" التابعة للمركز ويُمثّل الحجر الأساس الذي بنيت عليه "بوابة رفاهية الطفل " |

### ٥-٢-٣ مرصد بيانات الرفاهية (Well-being Data Monitor) : التابع لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية

منصة رقمية أطلقها مركز WISE لجمع كافة مؤشرات المبادرة (أكثر من ٨٠ مؤشرًا) بناءً على إطار الرفاهية للمنظمة ؛ وتعمل على تسهيل الوصول إليها في مكان واحد؛ وتساعد أطر الرفاه الحكومات على رصد التقدم المجتمعي وتوجيه القرارات السياسية عبر أبعاد متعددة تهم الناس والكوكب والأجيال القادمة.

وتسمح المنصة بتبادل الخبرات والسياسات :(KEP Platform) ويُ شرف عليها مركز WISE Centre بالمنظمة لتوفير قاعدة بيانات تطبيقية لدعم الدول في دمج بيانات الرفاهية ضمن صنع السياسات والموازنات الحكومية.

كما تم استحداث بوابة بيانات رفاهية الطفل وتُعتبر مركز منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية للبيانات المقارنة المتعلقة برفاهية الطفل تم إنشاء هذه البوابة باستخدام أحدث البيانات المتاحة من قواعد بيانات المنظمة ومجموعة من الدراسات الاستقصائية الدولية الرائدة للأطفال وبرامج جمع البيانات، وتحتوي على أكثر من ٣٠٠ مقياس مقارن لنتائج رفاهية الطفل ومحركاتها الناجمة عن بيئات الأطفال. تتوفر البيانات، حيثما أمكن، لجميع أعضاء منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية وشركائها، والدول المرشحة للانضمام إلى المنظمة، والدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي. (OECD Child Well-being Data Portal, 2026)

### ٥-٢-٤ مشروع "مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠"

مشروع "بوصلة التعليم ٢٠٣٠"، قدمت المنظمة من خلاله نموذجاً رياديا يربط بين نماء الفرد وازدهار كوكب الأرض، مؤكدةً أن تمكين الأجيال القادمة بالمعرفة والمهارات والقيم لا ينفصل عن تعزيز صحتهم النفسية والبدنية ورفاههم المستدام لمواجهة تعقيدات المستقبل

وذلك باعتبار أن تقييمات التنمية الحديثة لم تعد تقيس مدى تقدم الأمم بمجرد معدلات النمو الاقتصادي المادي والناتج المحلي الإجمالي، بل باتت ترتكز بصورة جوهرية على مفهوم "الرفاهية الشاملة" وجودة حياة الأفراد؛ وفي هذا السياق، برزت منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)

كأحد أبرز المنظمات الدولية لإعادة هندسة سياسات التعليم والتنمية، وذلك من خلال الانتقال من النظرة التقليدية الضيقة إلى آفاق رحبة تستهدف بناء مجتمعات مستدامة وعادلة.




شكل (١٥) إطار بوصلة التعلم لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية ٢٠٣٠

بوصلة التعلم لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية ٢٠٣٠ إطار تعليمي متطور يحدد رؤية طموحة لمستقبل التعليم؛ و تدعم الأهداف الأوسع للتعليم وتوفر نقاط توجيه نحو المستقبل الذي نريده: الرفاه الفردي والجماعي.

ويُقدّم هذا الإطار رؤية شاملة لما سيحتاجه الطلاب للنجاح في عام ٢٠٣٠ وما بعده، مثل تمكين الطلاب، ورفاهيتهم، وأنواع الكفاءات (المعرفة، والمهارات، والاتجاهات، والقيم)؛ وإطار عالمي، قابل للتكييف مع السياق المحلي.

تم اعتماد استعارة بوصلة التعلم للتأكيد على حاجة الطلاب إلى تعلم كيفية التنقل بأنفسهم عبر سياقات غير مألوفة، وإيجاد وجهتهم بطريقة هادفة ومسؤولة، بدلاً من مجرد تلقي تعليمات أو توجيهات ثابتة من معلميهم.

"يستخدم مشروع مستقبل التربية والمهارات التابع لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD Future of Education and Skills project) مؤشر الحياة الأفضل الخاص بالمنظمة، والذي يحدد ١١ عاملاً تسهم في تحقيق الرفاهية؛ وتتضمن هذه العوامل جوانب اقتصادية مثل الوظائف والدخل والسكن، إلى جانب عوامل أخرى تؤثر في جودة الحياة مثل التوازن بين العمل والحياة، والتعليم، والأمان، والرضا عن الحياة، والصحة، والمشاركة المدنية، والبيئة، والمجتمع .وتساعد رفاهية الأفراد في بناء رأس المال الاقتصادي والبشري والاجتماعي والطبيعي — والذي بدوره يعزز رفاهية الأفراد على مر الوقت) .المصدر: منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية. - OECD Learning Compass 2030 Glossary, 2024)

وتطرح وثائق مشروع "مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠ "الصادرة عن منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD) تأصيلاً أكاديمياً وشاملاً لمفهوم الرفاهية (Well-being) باعتبارها الغاية والوجهة الأسمى لعملية التعلم، وذلك عبر محاور ومكونات بوصلة التعلم ٢٠٣٠ (OECD Learning Compass 2030)

وتهدف منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية(OECD) ، من خلال مشروع مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠م ؛ إلى إعادة هيكلة أنظمة التعليم العالمية لتلبية متطلبات المستقبل السريع والمتغير. يركز المشروع على تطوير بوصلة التعلم ٢٠٣٠ م ؛ كإطار تفاعلي شامل يتجاوز المناهج التقليدية ليركز على الرفاهية الفردية والجماعية واستدامة الكوكب. يعتمد هذا الإطار على الأساسيات الجوية، والكفاءات التحويلية، ودعم وكالة الطالب والوكالة المشتركة بالتعاون مع المعلمين والمجتمع. كما يسلط الضوء على أهمية دورة الترقب والعمل والالتئام (الانعكاس) لتمكين المتعلمين من التعامل مع التحديات الحديثة مثل الذكاء الاصطناعي والتغير المناخي؛ وباستخدام لغة مشتركة ومرنة، تسعى هذه المبادرة إلى إعداد الطلاب ليس فقط لسوق العمل المتطور، بل ليكونوا عناصر تغيير فاعلين ومسؤولين في بناء مستقبل أفضل ومستدام للجميع.

الإطار المفاهيمي والوجهة الأسمى لبوصلة التعلم ٢٠٣٠: الرفاه الفردية والجماعية

يُعرّف الإطار التعليمي لبوصلة التعلم ٢٠٣٠ الرفاهية الفردية والجماعية (Individual and Collective Well-being)بوصفها "نقاط التوجيه (Points of orientation) "والهدف النهائي الذي يسعى التعليم لإعداد الطلاب لنحوه وتشكيله في المستقبل.

انتقل المفهوم التاريخي للرفاهية المجتمعية من الاقتصار على النمو الاقتصادي والازدهار المادي إلى مفهوم موسع يشمل جودة الحياة (Quality of life) والاستدامة البيئية والاجتماعية

وتوضح وثائق بوصلة التعلم ٢٠٣٠ (OECD Learning Compass 2030) أن الإطار التعليمي صُمم لمساعدة الطلاب على تحقيق الرفاه الفردي والجمعي على المستوى العالمي، وذلك بالتعاون الوثيق مع شركاء الأمم المتحدة.

جدول (٧) التوافق بين أبعاد رفاهية منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة وفقًا لمشروع بوصلة التعلم

| أبعاد الرفاهية-(OECD Well being Dimensions) | أهداف التنمية المستدامة المقابلة(UN SDGs) | الارتباط بينهما |
|---|---|---|
| ١- الوظائف والأجور(Jobs) | الهدف ٨ :العمل اللائق ونمو الاقتصاد الهدف ٩ :الصناعة والابتكار والبنية التحتية | تمكين المتعلمين من اكتساب مهارات القرن الحادي والعشرين للإنتاجية والابتكار الشامل. |
| ٢-الدخل والثروة(Income) | الهدف ١ :القضاء على الفقر الهدف ٢ :القضاء على الجوع الهدف ١٠ :الحد من أوجه عدم المساواة | الحد من الفجوات الاقتصادية وتوفير الحماية المادية والتوزيع العادل للموارد. |
| ٣- الإسكان(Housing) | الهدف ١ :القضاء على الفقر الهدف ٣ :الصحة الجيدة والرفاه | توفير السكن البيئي الصحي والآمن كشرط أساسي للاستقرار العائلي والنفسي. |
| ٤- التوازن بين العمل والحياة (Work-Life Balance) | الهدف ٣ :الصحة الجيدة والرفاه الهدف ٥ :المساواة بين الجنسين | ضمان العدالة بين الجنسين في توزيع أعباء العمل ورعاية الأسرة والصحة النفسية. |

| | | |
|---|---|---|
| | الهدف ٨ :العمل اللائق ونمو الاقتصاد | |
| ٥- الأمن والسلامة الشخصية (Safety) | الهدف ١٦ :السلام والعدل والمؤسسات القوية | الحماية من العنف وبناء مجتمعات قائمة على سيادة القانون والأمان الشخصي. |
| ٦- الرفاهية الذاتية والرضا عن الحياة(Life Satisfaction) | يتصل ويتقاطع مع كافة الأهداف الـ ١٧ | يُشكل المخرج التراكمي الشامل لتحقيق كافة غايات التنمية المستدامة. |
| ٧- الحالة الصحية(Health) | الهدف ٣ :الصحة الجيدة والرفاه | الوقاية الصحية والتوعية البدنية والنفسية كشرط لا غنى عنه للتعلم والازدهار. |
| ٨- المشاركة المدنية والحوكمة (Civic Engagement) | الهدف ٥ :المساواة بين الجنسين الهدف ١٦ :السلام والعدل والمؤسسات القوية | تعزيز ديمقراطية التعليم، والمواطنة الفاعلة، والتمكين الشامل لكافة الفئات. |
| ٩- الجودة البيئية(Environment) | الهدف ٦ :المياه النظيفة الهدف ٧ :طاقة نظيفة الهدف ١٢ : الاستهلاك والإنتاج المسؤولان الهدف ١٣ :العمل المناخي الهدف ١٤ :الحياة تحت الماء الهدف ١٥ :الحياة في البر | تنمية "الوكالية البيئية" واستشعار المسؤولية البشرية تجاه الطبيعة والكوكب. |
| ١٠- التعليم والمهارات (Education) | الهدف ٣ :الصحة الجيدة والرفاه الهدف ٤ :التعليم الجيد الهدف ٥ :المساواة بين الجنسين | التركيز الخاص على الغاية ٤,٧ المتعلقة بالتعليم من أجل المواطنة العالمية والاستدامة. |
| ١١- المجتمع والروابط الاجتماعية (Community) | الهدف ١١ :مدن ومجتمعات محلية مستدامة الهدف ١٧ :عقد الشراكات لتحقيق الأهداف | بناء شبكات الدعم والتعاون المجتمعي والشراكات العالمية لتحقيق الخير العام. |

الآليات البيداغوجية لبنية بوصلة التعلم في قيادة المتعلم نحو الرفاهية

تتكامل مكونات بوصلة التعلم ٢٠٣٠ لتزود الفرد بالقدرات والأدوات اللازمة لتوجيه مسار حياته ومحيطه نحو الرفاهية الشاملة؛ وتتألف البوصلة من سبعة عناصر رئيسية مترابطة.

الأسس الجوهرية (Core Foundations) والصحة كشرط حتمي

تُعرف بوصلة التعلم الأسس الجوهرية بأنها الشروط والمهارات والمعارف والمعايير الأساسية المقررة كمتطلبات سابقة لجميع أنواع التعلم التخصصي والتطبيقي. وتتوزع على ثلاثة محاور رئيسية:

- الأسس المعرفية :(Cognitive Foundations) وتشمل القراءة والكتابة (Literacy) والمهارات الحسابية(Numeracy) ، والتي تتطور في عصر الذكاء الاصطناعي لتشمل الثقافة الرقمية (Digital Literacy) وثقافة البيانات.(Data Literacy)
- الأسس الصحية :(Health Foundations) تُشدد الوثيقة على أن الصحة البدنية والعقلية والنفسية ليست مجرد مخرج جانبي، بل هي ركيزة جوهرية أساسية للتعلم . فمن خلال التوعية الصحية(Health Literacy) ، يكتسب المتعلم المعرفة والدافعية والقدرة على تقييم وتطبيق المعلومات الصحية لتبني سلوكيات مستدامة تحافظ على عافيته ورعايته الذاتية طوال حياته.
- الأسس الاجتماعية والوجدانية :(Social and Emotional Foundations) وتتضمن التنظيم الذاتي للإنفعالات، والتعاطف، والافتتاح العقلي، والتواصل الأخلاقي والقيمي.

الوكالة الطلابية والوكالة المشاركة(Student Agency & Co-agency)

تُعرف الوكالية الطلابية (Student Agency) بأنها إيمان الطالب بقدرته وإرادته على التأثير الإيجابي في حياته والعالم من حوله، وقدرته على وضع الأهداف، والتأمل، والتصرف بمسؤولية لإحداث التغيير؛ تعتمد الوكالية على الدافعية الذاتية، والأمل، والكفاءة الذاتية(Self-efficacy) ، وعقلية النمو (Growth Mindset).

وتؤكد الوثائق أن الوكالة لا تعني الاستقلالية المعزولة أو الخيار الفردي المطلق؛ فالإنسان يتعلم وينمو ضمن سياق اجتماعي؛ ومن هنا يبرز مفهوم "الوكالة المشتركة (Co-agency) "كعلاقة تفاعلية داعمة ومتبادلة بين الطالب وأقرانه، ومعلميه، وأسرته، ومجتمعه المحيط.

يوضح نموذج الشمس للوكالة المشتركة (Sun Model of Co-agency) [1] التدرج المفهومي لمستويات مشاركة المتعلم مع الكبار والمجتمع من العزل إلى الشراكة الكاملة:

جدول (٨) الوكالة الطلابية والوكالة المشاركة(Student Agency & Co-agency)

| درجة المشاركة | توصيف حالة المشاركة | النمط التفاعلي ومستوى مشاركة المتعلم |
|---|---|---|
| 0 | الصمت(Silence) | الكبار يسيطرون بالكامل، مع غياب صوت المتعلم تماماً. |
| 1 | التلاعب(Manipulation) | استخدام الشباب لدعم قضايا يدعي الكبار أنها صادرة من الشباب. |
| 2 | الديكور(Decoration) | إشراك الشباب بشكل صوري لتجميل الفعاليات والمبادرات. |
| 3 | الرمزية الشكليّة(Tokenism) | إعطاء خيارات صورية للمتعلم دون منح فاعلية حقيقية في المضمون. |
| 4 | مكلفون /محاطون (Assigned but Informed) | إسناد أدوار محددة للمتعلمين مع توضيح الأهداف دون إشراكهم في صنع القرار. |
| 5 | قيادة الكبار مع مدخلات الطلاب (Adult-led with Student Input) | استشارة الطلاب في مشاريع يصممها ويديرها ويقررها الكبار. |
| 6 | صنع القرار المشترك بقيادة الكبار (Shared Decision Making, Adult-led) | مشاركة الطلاب الفاعلة في اتخاذ القرارات لمشاريع يبدأها الكبار. |
| 7 | مبادرة وقيادة الشباب-(Young People initiated & Directed) | مبادرة الشباب وتوجيههم للمشاريع مع تقديم الكبار للدعم والاستشارة. |

[1] - **نموذج الشمس للعمل المشترك (Sun Model of Co-agency)** هو إطار مفاهيمي تم تطويره في عام ٢٠١٨ من قبل مجموعة التركيز الطلابية التابعة لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (وهي فريق من الشباب المشاركين في مبادرة "مستقبل التعليم والمهارات ٢٠٣٠" التابعة للمنظمة)؛ وهو تعديل لـــ "سلم مشاركة الشباب" الكلاسيكي لروجر هارت (١٩٩٢/١٩٩٧)، صُمّم هذا النموذج لتوضيح التفاعل الديناميكي، وجودة التواصل، والتشارك في السلطة بين الطلاب والبالغين (مثل المعلمين، قيادات المدارس، أولياء الأمور، والمجتمعات) في قيادة المبادرات التعليمية.

ويحمل النموذج شعار **"يكون الضوء أكثر إشراقاً عندما نشع معاً"**، حيث يصوغ مفهوم "العمل المشترك" عبر طيف يتراوح بين الاستبعاد الكلي/عدم مشاركة الشباب، وصولاً إلى الشراكة الكاملة والمتكافئة مع البالغين.

| | | |
|---|---|---|
| 8 | مبادرة الشباب وصنع القرار المتساوي (Young People-initiated, Shared Decisions) | شراكة متكافئة بين الشباب والكبار في التخطيط والقيادة وصنع القرار. |

الكفاءات التحويلية(Transformative Competencies)

- لتجاوز التحديات المعقدة، يحتاج المتعلم إلى كفاءات أعلى قادرة على التكيف والتحويل في مختلف مجالات الحياة:
- خلق قيمة جديدة :(Creating New Value) الابتكار لا يقتصر على الجانب الاقتصادي، بل يشمل تطوير أفكار وحلول ومعارف جديدة تُعزز التماسك الاجتماعي والرفاه البيئي وتتحدى الوضع القائم برؤية مستدامة.
- تسوية التوترات والمعضلات :(Reconciling Tensions and Dilemmas) القدرة على التعامل مع الأفكار والمطالب المتعارضة (مثل التوفيق بين النمو الاقتصادي والحماية البيئية، أو بين الحرية الفردية والعدالة الاجتماعية)، والتفكير المنظومي المعقد.
- تحمل المسؤولية :(Taking Responsibility) النضج الأخلاقي والتأمل الذاتي لتقييم نتائج الأفعال والقرارات بناءً على الأهداف الأخلاقية والمجتمعية والبيئية) ويبرز ذلك في برامج التعلم المعايشي كأكاديمية البيوت الزجاجية.(Greenhouse Academy

القيم والاتجاهات(Attitudes and Values)

تُشكل القيم والاتجاهات البوصلة الأخلاقية التي تُوجه خيارات الأفراد وقراراتهم نحو الرفاهية.

وتصنف الوثيقة القيم إلى أربع فئات رئيسية:

- القيم الشخصية :(Personal Values) المتعلقة ببناء الهوية الفردية والسعي ونحو حياة ذات معنى ورسالة.
- القيم الاجتماعية :(Social Values) وتتعلق بالعلاقات بين الأفراد والتماسك المجتمعي، مثل الصدق، والتعاطف، والعدالة الاجتماعية (كما في تجربة برنامج قيم المجتمع الاستوني).

- القيم الإنسانية الجامعة :(Human Values) وهي القيم التي تتسامى فوق الحدود والثقافات الوطنية والموثقة في الإعلانات الدولية (مثل الكرامة الإنسانية، الحرية، والمواطنة العالمية).
- القيم المجتمعية والمواطنية :(Societal & Civic Values) المتصلة بمرجعيات الشعوب واستدامة الديمقراطية وسيادة القانون.

دورة التوقع والعمل والتأمل(Anticipation-Action-Reflection - AAR Cycle)

تُمثل دورة (AAR) المحرك الإجرائي والتكراري للتعلم المستمر وتصحيح المسار نحو الرفاه:

مرحلة التوقع :(Anticipation) استشراف المستقبل، وفهم النتائج القصيرة والطويلة الأمد للأفعال القرارية، وتوسيع الرؤى المنظومية.

مرحلة العمل :(Action) اتخاذ أفعال واعية ومسؤولة وموجهة نحو تحقيق الهدف والخير العام.

مرحلة التأمل :(Reflection) الفحص النقدي للنتائج والممارسات لتطوير التفكير وتجويد القرارات المستقبلية.

التطبيقات السياساتية والتوجيهات المنهجية لإعادة تصميم المناهج

تختتم وثائق مشروع منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية بالتركيز على الانتقال من التنظير المفهومي إلى التطبيق العملي والمؤسسي في المنظومات التعليمية. فمع إطلاق المرحلة الثانية (Phase II: Teaching for 2030)من المشروع، انتقل التركيز من "التعلم لعام ٢٠٣٠" إلى "التدريس لعام ٢٠٣٠".

وتستند هذه المرحلة إلى الحقائق والسياسات التالية:

إعادة تعريف دور المعلم :بالرغم من تسارع الأدوات التكنولوجية والذكاء الاصطناعي في نقل المعارف، يظل المعلم الركن الأساسي كمرشد وموجه وميسر للروابط الإنسانية الاجتماعية والوجدانية، وهو العُنصر الحاسم في تفعيل الوكالية المشتركة لدى الطلاب.

تدميج الكفاءات دون إثقال المناهج :لتفادي ظاهرة إثقال المناهج الدراسية (Curriculum Overload)، توصي منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية بعدم إضافة مواد مستقلة لكل كفاءة

مستحدثة (مثل التوعية المالية أو الكفاءة العالمية)، بل بتدميج هذه المهارات بشكل عرضي وتكاملي ضمن المواد الأساسية القائمة (كالعلوم، الفنون، الرياضيات، واللغات).

التقويم والتغذية الراجعة من أجل الرفاه :البوصلة ليست إطاراً للتقويم المعياري الضيق، بل إطار هادئ يُشجع التعلم التكويني القائم على المشاريع الحقيقية والتطبيقات الواقعية) مثل مشروع البيوت الزجاجية(Greenhouse Academy ، مما يمنح المتعلمين فرصاً ملموسة لممارسة الكفاءات التحويلية وبناء رفاههم الذاتي والمجتمعي.

## ٥-٣ جهود منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة اليونسكو (UNESCO): بيئات التعلم الآمنة والشاملة والتعليم من أجل الرفاهية.

تحتل قضية "الرفاهية وجودة الحياة" مكانة مركزية في صلب رسالة منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو)، إذ لا تفصل المنظمة بين التنمية البشرية المستدامة وبين تحقيق جودة حياة مستدامة وشاملة للأفراد والمجتمعات؛ وإدراكاً منها بأن الرفاهية ليست مجرد رفاه مادي أو اقتصادي بحت، بل مفهوم متعدد الأبعاد يتشابك فيه التعليم، والعلوم، والثقافة، والاتصال، تتبنى اليونسكو مقاربة شمولية تهدف إلى تمكين الإنسان من العيش بكرامة، وتنمية طاقاته الكامنة، وتحقيق "الازدهار" في الحاضر والمستقبل.

### ١-٣-٥ الإطار الفلسفي والمعياري لجهود منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة اليونسكو

ويستند الإطار الفلسفي والمعياري لجهود منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة اليونسكو في جودة الحياة والرفاهية إلى رؤيتها لصون وتنمية جودة الحياة والرفاهية إلى قناعة راسخة مفادها أن التعليم والصحة والرفاه النفسي والاجتماعي تمثل كلاً متكاملاً لا يقبل التجزئة، وأن الاستثمار في الإنسان يتطلب تهيئة الظروف الشاملة التي تمكنه من التعلم والازدهار العاطفي والاجتماعي والبدني. ويمتد هذا التوجه الفلسفي عبر مسار تاريخي عريق شهد صياغة صكوك معيارية وتأسيسية محورية، بدءاً من تقرير "تعلم لتكون" (تقرير فور) الصادر عام ١٩٧٢ والذي أعاد تعريف غايات التعليم نحو التنمية المتكاملة لشخصية الإنسان، مروراً بتقرير "التعليم: ذلك الكنز المكنون" (تقرير ديلور) عام ١٩٩٦ الذي كرس ركيزة "تعلم لتعيش معاً"، وصولاً إلى التقرير العالمي لمستقبل التربية والتعليم لعام ٢٠٢١ المعنون "إعادة تصور مستقبلنا معاً: عقد اجتماعي جديد للتربية

والتعليم"، والذي أكد على ضرورة بناء أنظمة تعليمية عادلة ومستدامة تجعل من الرفاهية حقاً أساسياً وهدفاً أسمى للتعلم مدى الحياة؛ قمة تحويل التعليم(TES) 2022م والتي تم فيها تجديد التزام أكثر من ٨٠ دولة بإدماج الصحة النفسية والرفاهية في خطط قطاع التعليم.

وفي هذا السياق، تم تحديد ركائز أساسية تتكامل فيما بينها لتعزيز جودة الحياة؛ فمن خلال التعليم الجيد المنصف، وتسعى المنظمة إلى بناء مهارات القرن الحادي وإرساء دعائم التعلم مدى الحياة الذي يسهم في الارتقاء بالمستوى المعرفي والنفسي والاجتماعي للأفراد .ومن خلال العلوم الطبيعية والاجتماعية، تعمل اليونسكو على حماية البيئة، والحد من مخاطر التغير المناخي، وفهم التفاعلات الإنسانية لضمان بيئات عيش صحية وآمنة .إضافة إلى ذلك، تلعب الثقافة والتراث دوراً جوهرياً في صياغة الهوية، وتعزيز التماسك الاجتماعي، ودعم الشعور بالانتماء، وهو ما يُعد ركيزة أساسية للرفاه النفسي والعاطفي .وبذلك، تقدم اليونسكو إطاراً استراتيجياً متكاملاً يتجاوز مجرد سد الاحتياجات الأساسية نحو بناء مجتمعات معرفية عادلة ومستدامة تنعم بالاستقرار وجودة الحياة الحقيقية.

وتتجذر جهود المنظمة في منظومة الإجماع الدولي والأطر المعيارية الملزمة وغير الملزمة التي اعتمدتها الأمم المتحدة، حيث يتقاطع عمل اليونسكو في مجال الرفاهية بشكل مباشر مع أجندة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠. وتتجلى هذه التقاطعات الهيكلية في دعم تحقيق الهدف الثالث من أهداف التنمية المستدامة (SDG 3) المعني بضمان الصحة الجيدة والرفاهية للجميع، والهدف الرابع (SDG 4)الداعي إلى ضمان التعليم الجيد المنصف والشامل وتعزيز فرص التعلم مدى الحياة، والهدف الخامس (SDG 5) المتعلق بتحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين النساء والفتيات. كما ترتبط هذه الجهود ارتباطاً وثيقاً بقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة رقم ٣٠٩/٦٥ المعنون "السعادة: نحو نهج شامل للتنمية"، والذي اعترف بعدم كفاية المؤشرات الاقتصادية المحتكرة بمفردها لقياس التطور البشري، ودعا إلى إدراج الرفاهية والسعادة ضمن أولويات السياسات العامة الدولية.

### ٢-٣-٥ الاستراتيجية العالمية لليونسكو في الصحة والرفاهية (٢٠٢٢م-٢٠٢٩م)

تُشكل استراتيجية اليونسكو بشأن التعليم من أجل الصحة والرفاهية للفترة (٢٠٢٢م–٢٠٢٩م) خارطة طريق شاملة ومحدثة لتوجيه عمل المنظمة والشركاء الدوليين نحو بناء نُظم تعليمية قادرة على

الصمود والاستجابة للتحديات الصحية والاجتماعية المعاصرة. وقد جاء التحديث الجديد لهذه الاستراتيجية على خلفية الدروس المستفادة من جائحة كوفيد-١٩، التي أدت إلى إغلاق المدارس وحرمان مئات الملايين من الأطفال والشباب من البيئة المدرسية الداعمة والبنية الاجتماعية الواقية، ما أدى إلى تزايد معدلات القلق والاضطرابات النفسية وتراجع التحصيل العلمي. وتؤكد الاستراتيجية على وجود علاقة تآزرية تبادلية؛ فالتعليم الجيد يعزز المخرجات الصحية السليمة، والصحة والرفاهية تشكلان شرطاً مسبقاً لا غنى عنه لتحقيق التحصيل الأكاديمي والانتظام المدرسي . (اليونسكو، استراتيجية اليونسكو بشأن التعليم من أجل الصحة والرفاهية (٢٠٢٢–٢٠٢٩): عالم يزدهر فيه جميع المتعلمين، ٢٠٢٢)

وترتكز الاستراتيجية العالمية على تحقيق ثلاثة نتائج استراتيجية مترابطة يعزز بعضها بعضاً: (اليونسكو، استراتيجية اليونسكو بشأن التعليم من أجل الصحة والرفاهية (٢٠٢٢–٢٠٢٩): عالم يزدهر فيه جميع المتعلمين، ٢٠٢٢)

- النتيجة الاستراتيجية الأولى :دعم جميع المتعلمين بنُظم صحية مدرسية مرنة تُعزز صحتهم البدنية والنفسية ورفاههم، من خلال اعتماد نهج المدرسة بأكملها (Whole-School Approach)، ودمج مفاهيم التغذية السليمة، وتكريس النشاط البدني والرياضة، وتطوير برامج الوقاية من الأمراض غير السرية وتعاطي المواد المحظورة، وإعداد خطط التأهب للطوارئ الصحية
- النتيجة الاستراتيجية الثانية :تمكين جميع المتعلمين من خلال تقديم تثقيف جنسي شامل (CSE)عالي الجودة ومحول للجندر ومستند إلى حقوق الإنسان والمهارات الحياتية، بما يسهم في الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري (HIV) والعدوى المنقولة جنسياً والحمل غير المقصود، وهو ما يمثل حاجزاً رئيسياً أمام استكمال الفتيات لتعليمهن.
- النتيجة الاستراتيجية الثالثة :ضمان استفادة جميع المتعلمين من بيئات تعليمية آمنة وشاملة وخالية من كافة أشكال العنف والتنمر، بما في ذلك التنمر الإلكتروني، والعنف القائم على النوع الاجتماعي، والوصم والتنمر المدرسي

تعتمد اليونسكو في تنفيذ استراتيجيتها على تفعيل التحالفات متعددة القطاعات والأطراف، وفي مقدمتها إطار "تركيز الموارد على الصحة المدرسية الفعالة (FRESH) "والشراكة الدولية "الارتقاء بالصحة والتغذية المدرسية الفعالة" المبرمة بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية(WHO) ، وصندوق الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف)، وبرنامج الأغذية العالمي(WFP) ، والبنك الدولي، والشراكة العالمية من أجل التعليم .(GPE) وتتجسد هذه الجهود الإقليمية في برنامج اليونسكو الرائد في أفريقيا جنوب الصحراء المعروف باسم "حقوقنا، حياتنا، مستقبلنا(03) "، والذي يقدم أنموذجاً متكاملاً لتحسين نواتج الصحة والتعليم والمساواة بين الجنسين للمراهقين والشباب . (اليونسكو، استراتيجية اليونسكو بشأن التعليم من أجل الصحة والرفاهية (٢٠٢٢–٢٠٢٩): عالم يزدهر فيه جميع المتعلمين، ٢٠٢٢)

وقد أصدرت منظمة اليونسكو بالتعاون مع اليونيسيف ومنظمة الصحة العالمية مذكرة موجزة للحكومات تشمل خمس ركائز أساسية لتعزيز وحماية الصحة النفسية والرفاهية النفسية والاجتماعية في المدارس وبيئات التعلّم؛ وذلك من خلال مذكرة موجزة موجّهة لصانعي السياسات والحكومات الوطنية والمهتمين بالصحة النفسية والتعليم، وحددت فيها بعض التوصيات الرئيسية في مجال السياسات من أجل تعزيز أنظمة التعليم لحماية وتعزيز الصحة النفسية والرفاهية النفسية والاجتماعية للأطفال والشباب بما في ذلك ذلك دعم معلّميهم ومقدّمي الرعاية . (اليونسكو، دليل استرشادي :ادماج الصحة والرفاهية في سياسات وتخطيط قطاع التعليم، ٢٠٢٥)

وأكد الدليل الاسترشادي (اليونسكو، دليل استرشادي :ادماج الصحة والرفاهية في سياسات وتخطيط قطاع التعليم، ٢٠٢٥) اعتبار الركائز التالية باعتبارها مكونات أساسية للصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في سياسة مؤسسات التعليم التي يجب على الحكومات دمجها في السياسات والخطط والميزانيات الحالية لقطاع التعليم، بما في ذلك تنفيذ المزيد من التدخلات الموجّهة للاطفال الذين يعانون من تأخر في النمو ولديهم إعاقات.




شكل (١٦) ركائز اليونسكو الخمسة لتعزيز الصحة النفسية في المدارس

٥-٣-٣ إطار اليونسكو للمدارس السعيدة: نموذج تحويلي لجودة التعليم والرفاهية (اليونسكو، لماذا يحتاج العالم إلى مدارس سعيدة؟ تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم.، ٢٠٢٥)

تُعد مفاهيم "المدارس السعيدة (Happy Schools) "و"المدارس المعززة للصحة-(Health " (Promoting Schools)من أبرز المقترحات المؤسسية الحديثة التي تقترب بشكل مباشر وملموس من مفهوم "الرفاهية وجودة الحياة(Well-being and Quality of Life) "، لا سيما عندما يتعلق الأمر

بالأطفال والنشء؛ فهذه المدارس لا تقتصر مهمتها على التحصيل الأكاديمي فقط، بل تمتد لتشمل بناء بيئة متكاملة تحتضن الجوانب الجسدية، والنفسية، والاجتماعية للطلاب.

فيما يلي توضيح لدور كل منهما وكيفية ارتباطهما العضوي بالرفاهية وجودة الحياة، مع الاستناد إلى التوجهات الدولية ذات الصلة (مثل أطر منظمة اليونسكو ومنظمة الصحة العالمية):

تُجسد مبادرة "المدارس السعيدة (Happy Schools Initiative) "إحدى أبرز الابتكارات المفهومية والعملية التي تقودها اليونسكو لإعادة توجيه أنظمة التعليم نحو جعل السعادة والرفاهية وسيلة وهدفاً للتعلم الجيد في آن واحد؛ وتستند المبادرة إلى قاعدة أدلة علمية متزايدة تؤكد أن الطلاب الأكثر سعادة يتعلمون بشكل أفضل، وأنه لا يوجد تضاد بين تحقيق الرفاه الشخصي والتميز الأكاديمي؛ وقد بدأت المبادرة كمشروع إقليمي أطلقه مكتب اليونسكو في بانكوك عام ٢٠١٤، قبل أن تقرر المنظمة توسيع نطاقها عالمياً وتطوير "الإطار العالمي للمدارس السعيدة" الصادر في نسخته المحدثة الشاملة لعام ٢٠٢٥م.

على مستوى النظام، إذا كان المناخ السائد في المدرسة يبعث على التوتر العصبي، ويسوده الطابع العقابي، والإفراط في المنافسة، وله طبيعة إقصائية، فقد يكابد الطالب ضعف الصحة النفسية وارتفاع معدلات القلق واالكتئاب؛ ويؤدي ضعف الصحة النفسية والرفاه إلى زيادة نسبة التغيب عن المدرسة أو إلى التسرب الكامل

حيث يميل الشباب الذين يعانون من القلق واالكتئاب إلى تجنب المدرسة؛ ومن المرجح أن يتغيب الطلاب الذين يتعرضون إلى التسلط بشكل متكرر عن المدرسة، في حين أن الطلاب الذين يقدّرون المدرسة ويستمتعون بمناخ إيجابي يكونون أقل عرضة للتغيب كما أن البقاء بعيداً عن المدرسة لفترة طويلة يمكن أن يؤدي بدوره إلى مزيد من التدهور في الصحة النفسية ؛ وعلى النقيض من ذلك، فإن الطالب الذين يقدّرون المدرسة ويتمتعون بمناخ تأديبي أكثر إيجابية يكونون أقل عرضة للتغيّب عن المدرسة أو تركها.

وقد قدمت منظمة اليونسكو نموذجاً شاملاً يربط بشكل عضوي وتكاملي بين الرفاه النفسي والاجتماعي والسعادة داخل البيئة المدرسية وبين جودة التعلم ومخرجاته المستدامة؛ بدلاً من الرؤية

الكلاسيكية التي اختزلت جودة التعليم في معدلات التحصيل الأكاديمي المباشر والاختبارات المعيارية عالية المخاطر، مقترحة بدلاً من ذلك.

وانطلق الاهتمام بالرفاهية في مؤسسات التعليم من خلال تشخيص "أزمة مزدوجة" تعاني منها أنظمة التعليم المعاصرة حول العالم؛ وهي:

أزمة التعلم: تراجع مستويات التحصيل، ونقص المعلمين الحاد (حاجة العالم إلى ٤٤ مليون معلم)، ووجود ملايين الأطفال خارج أسوار المدارس.

أزمة الرفاه: ارتفاع مستويات القلق والتعاسة والاكتئاب والاحتراق المهني والإنهاك بين الطلاب والمعلمين، وتفشي ظواهر التنمر والعنف المدرسي.

ويستند إطار اليونسكو للمدارس السعيدة إلى تفكيك دقيق لمفهوم "السعادة" في التربية، حيث يفرق بين اتجاهين فلسفيين رئيسيين:

- السعادة المتعية :(Hedonic Happiness) وتشير إلى المتعة اللحظية والسرور اليومي والانفعالات الإيجابية المباشرة داخل الفصل الدراسي؛ وعلى الرغم من أهميتها في تخفيف التوتر، إلا أنها غير كافية بمفردها لتشكيل بيئة تعلم عميقة.
- السعادة الأوديمونية :(Eudaimonic Happiness) [1]وتشير إلى السعادة القائمة على تحقيق الذات، الشعور بالمعنى والغاية، النمو الشخصي، والازدهار الإنساني الكامل (Human Flourishing) ويركز إطار اليونسكو على هذا البعد الازدهاري لضمان بناء استقلالية الطالب وشغفه بالتعلم مدى الحياة .

الأسس المعيارية الدولية (الإطار القانوني والحقوقي):

- قرار الجمعية العامة للأمم المتحدة :(65/309) المعنون *"السعادة: نحو نهج شامل للتنمية"*، والذي دعا إلى تجاوز مؤشرات الناتج المحلي الإجمالي واعتماد مقاييس أوسع للرفاه والتنمية البشرية .
- الإعلان العالمي لحقوق الإنسان :ضمان الحق في التعليم المجاني وعالي الجودة .

[1] - كلمة **إيودايمونيا** )باليونانية (**εὐδαιμονία** :مصطلح يوناني قديم يُترجم حرفياً إلى» الروح الطيبة «أو «حسن الحال»، ويُقصد به في الفلسفة **الازدهار البشري**، أو **الرفاهية**، أو **السعادة الحقيقية**

- اتفاقية حقوق الطفل :(UNCRC) حماية حقوق الأطفال في التنمية، وعدم التمييز، والحماية من العنف، والحصول على أوقات اللعب والترفيه .
- توصيات اليونسكو المنظمة لمهنة التعليم والسلام :توصية عام ١٩٦٦ بشأن وضع المعلمين، وتوصية عام ١٩٧٤ بشأن التعليم من أجل السلام وحقوق الإنسان والمواطنة العالمية .
- أهداف التنمية المستدامة :(SDGs) الارتباط الوثيق بالهدف الثالث (الصحة الجيدة والرفاه) والهدف الرابع (التعليم الجيد والمنصف والشامل) .

الركائز الأربع والمعايير الإثنا عشر لإطار المدارس السعيدة

يتكون الإطار العالمي لليونسكو من أربع ركائز أساسية تتوزع عليها إثنا عشر معياراً تفصيلياً تُشكل الدليل العملي لتطوير البيئات المدرسية كما يأتي: (اليونسكو، لماذا يحتاج العالم إلى مدارس سعيدة؟ تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم.، ٢٠٢٥)

جدول (٩) الركائز الأساسية لإطار المدارس السعيدة

| الركائز | المعايير التفصيلية المكونة للركيزة | الأهداف والآليات التنفيذية |
|---|---|---|
| الأشخاص(People) | المعيار ١: العلاقات الداعمة والودية<br>المعيار ٢: الرفاه والصحة النفسية والبدنية<br>المعيار ٣: المواقف والصفات الإيجابية | بناء ثقافة مدرسية قائمة على التعاطف، التقدير المتبادل، مكافحة التنمر والعنف، والحد من الإنهاك المهني للمعلمين (Burnout). |
| العملية(Process) | المعيار ٤: عبء العمل المتوازن والمناهج<br>المعيار ٥: طرق التدريس المبهجة والجذابة<br>المعيار ٦: التقييمات الشاملة والداعمة | الحد من التكدس المعرفي، تفعيل أساليب التعلم النشط والقائم على اللعب، والانتقال من التقييم العالي المخاطر إلى التقييم التكويني. |

| | | |
|---|---|---|
| المكان(Place) | المعيار ٧: البيئة البيئية والمرفقية الآمنة<br>المعيار ٨: مساحات التعلم الوظيفية والشاملة<br>المعيار ٩: البيئة المجتمعية والمفتوحة | توفير بنية تحتية صحية وآمنة، دمج المساحات الخضراء، تصميم فصول مرنة تتسع لكافة ذوي الإحتياجات، والاستفادة من تقنيات الرقمية الآمنة. |
| المبادئ(Principles) | المعيار ١٠: الثقة والمسؤولية الجماعية<br>المعيار ١١: الشمول والتنوع وتكافؤ الفرص<br>المعيار ١٢: الاستقلالية والتمكين وصوت المتعلم (الطالب) | تعزيز الحوكمة التشاركية، احتضان التنوع الثقافي والاجتماعي، وإعطاء الطلاب والمعلمين دوراً قيادياً في إتخاذ القرارات المدرسية. |

لم يأتِ إطار اليونسكو للمدارس السعيدة من فراغ ، بل اعتمد على ثلاثة أبعاد من المرجعيات التأسيسية:

- أبحاث علوم الأعصاب والتعلم :تُثبت الدراسات العصبية الحديثة أن القشرة المخية قبل الجبهية (Prefrontal Cortex) المسؤولة عن الوظائف التنفيذية والتفكير التحليلي تعتمد بشكل حيوي على الجهاز الحوفي (Limbic System) المسؤول عن العواطف؛ وبالتالي فإن القلق والتوتر المزمن يعطل قدرة الدماغ على معالجة المعلومات وتخزينها .
- علم النفس الإيجابي ونظرية تقرير المصير :الاستناد إلى نموذج `PERMA`[1]ونظرية Ryan & Deci ريان وديسي (Self-Determination Theory) التي تؤكد أن تحفيز المتعلم يتطلب تلبية ثلاثة احتياجات نفسية أساسية: الكفاءة(Competence) ، الاستقلالية (Autonomy)، والانتماء(Relatedness) .

[1] - نموذج PERMA إطار عمل علمي في مجال علم النفس الإيجابي P - Positive Emotions (المشاعر الإيجابية)؛ E - Engagement (الانسجام والتدفق)؛ R - Relationships(العلاقات الاجتماعية)؛ M - Meaning (المعنى والهدف)؛ A - Accomplishment (الإنجاز)

- أجندة التنمية المستدامة :(SDG 4) تحقيق الهدف الرابع من أهداف التنمية المستدامة لضمان التعليم الجيد والمنصف والشامل للجميع وتعزيز فرص التعلم مدى الحياة.

توزيع الأدوار والمسؤوليات التشاركية

يتطلب تحويل المدرسة إلى مدرسة سعيدة يتمتع طلابها بجودة الحياة والرفاهية تضافر جهود كافة الأطراف الفاعلة في المنظومة التعليمية وفق أدوار مكملة؛ وذلك كما يأتي:

جدول (١٠) أدوار الأطراف الفاعلة في المدارس السعيدة

| الأطراف الفاعلة | الأدوار |
|---|---|
| الطلاب | المشاركة الفعالة في صياغة قواعد الفصل، ممارسة التعاطف والدعم لمقرنائهم، وإيصال صوتهم واحتياجاتهم عبر مجالس الطلبة. |
| المعلمون | تبني أساليب تدريس تفاعلية ومبهجة، مراعاة الفروق الفردية، والاهتمام بالصحة النفسية والرفاه الشخصي والمهني. |
| القيادة المدرسية | إيجاد بيئة عمل قائمة على الثقة والتقدير، توفير الموارد والتدريب المستمر، والحد من الأعباء الإدارية غير الضرورية. |
| الأسر والمجتمع المحلي | الشراكة الإيجابية مع المدرسة، تعزيز قيم الاحترام والتعاطف في المنزل، والمشاركة في الأنشطة المدرسية المجتمعية. |
| صناع السياسات والإدارات التعليمية | إعادة تصميم المناهج لتخفيض التكدس المعرفي، تطوير نظم تقييم متوازنة، وتخصيص الميزانيات الكافية للبنية التحتية والرفاهية. |

وقد أثبتت التطبيقات الميدانية للإطار مرونته وقابليته للتكييف في مختلف السياقات، بما في ذلك سياقات الأزمات والصراعات؛ حيث نجحت اليونسكو بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم اليمنية ومؤسسة العون للتنمية عام ٢٠٢٢ في تطبيق المشروع في اليمن لتقديم دعم نفسي وتربوي منخفض التكلفة للأطفال المتأثرين بالنزاع. وفي البرتغال، جرى ترخيص الأداة الاستقصائية التشخيصية للمدارس السعيدة وإدراجها ضمن المنصة الرقمية الوطنية، وإطلاق مبادرة "ختم المدرسة السعيدة"

للتأكيد على التزام المدارس بالرفاهية المدرسية، مع تزويد المعلمين والإداريين بأدوات مثل أداة (WEBMAT)لقياس وتتبع مؤشرات الصحة النفسية والرفاهية المدرسية

### ٥-٣- ٤ المدارس المعززة للصحة في تحقيق جودة الحياة

تُعرف المدارس المعززة للصحة (وهي مبادرة مشتركة بين منظمة الصحة العالمية واليونسكو) بأنها البيئة التي تتبنى سياسات وبرامج مستمرة لحماية وتعزيز صحة وسلامة جميع أعضاء المجتمع المدرسي:

تُعرف المدارس المعززة للصحة (وهي مبادرة مشتركة بين منظمة الصحة العالمية واليونسكو) بأنها البيئة التي تتبنى سياسات وبرامج مستمرة لحماية وتعزيز صحة وسلامة جميع أعضاء المجتمع المدرسي:

- الدمج بين الصحة البدنية ونمط الحياة السليم:

  لا تقتصر على حصص التربية الرياضية التقليدية، بل تشمل توفير التغذية السليمة، والتحقق من جودة المرافق الصحية والبيئة المادية للمدرسة (مثل النظافة، التهوية، والإضاءة الجيدة)، مما ينعكس مباشرة على الوقاية من الأمراض والاعتلالات البدنية.

- بناء مرونة الطلاب الصحية والنفسية:

  تزود الطلاب بالمعارف والمهارات اللازمة لاتخاذ قرارات صحية طوال حياتهم (مثل التوعية بالتغذية، النشاط البدني، والوقاية من المخاطر)، مما يحسن جودة حياتهم المستقبلية.(Well-becoming)

- الربط بين البيئة المدرسية والمجتمع المحلي:

  تدمج المدرسة المعززة للصحة العائلات والمجتمع المحلي في خطط الرعاية الصحية والدعم، لضمان استمرارية الممارسات الصحية في المنزل والبيئة المحيطة (وهو ما يتسق مع المنهج الإيكولوجي للرفاهية).

### ٥-٣-٥ حوكمة المنصات الرقمية وسلامة الفتيات والرفاهية في العصر الرقمي

في ظل التحول الرقمي المتسارع وهيمنة وسائل التواصل الاجتماعي، وسعت اليونسكو نطاق عملها في جودة الحياة والرفاهية لتشمل الفضاء الرقمي، حرصاً منها على حماية الأطفال والشباب من المخاطر المستجدة مثل خطاب الكراهية، والتغليط الإعلامي، والتنمر الإلكتروني، والانتهاكات الخوارزمية للخصوصية. وفي هذا السياق، أصدرت المنظمة عام ٢٠٢٣م "المبادئ التوجيهية لحماية حرية التعبير والحصول على المعلومات في حوكمة المنصات الرقمية"، والتي تمت صياغتها عبر مشاورات عالمية شارك فيها أكثر من ١٠,٠٠٠ صاحب مصلحة من ١٣٤ دولة . (اليونسكو، مبادئ توجيهية لحماية حرية التعبير والحصول على المعلومات في حوكمة المنصات الرقمية : نهج متعدد الأطراف ، ٢٠٢٣)

تحدد المبادئ التوجيهية خمسة مبادئ ناظمة لمسؤوليات المنصات الرقمية: (اليونسكو، مبادئ توجيهية لحماية حرية التعبير والحصول على المعلومات في حوكمة المنصات الرقمية : نهج متعدد الأطراف ، ٢٠٢٣)

- العناية الواجبة بحقوق الإنسان :إجبار المنصات على إجراء تقييمات منتظمة للأثر على حقوق الإنسان والجندر وتطوير آليات التخفيف .
- الالتزام بالمعايير الدولية :دمج حقوق الإنسان في تصميم المنصات وإدارة وتدقيق المحتوى والخوارزميات لمنع التمييز وتضخيم الكراهية .
- الشفافية والانفتاح :الإفصاح عن سياسات إشراف المحتوى والخوارزميات والإعلانات الموجهة .
- إتاحة الأدوات للمستخدمين :تمكين المستخدمين بلغاتهم الوطنية وتعزيز أدوات التثقيف والدراية الإعلامية والمعلوماتية .
- المساءلة أمام أصحاب المصلحة :توفير آليات تظلم وانتصاف فعالة وسريعة للمستخدمين عند إزالة المحتوى أو تقييده .

أثبت جهود اليونسكو المتمثلة في الأدبيات والاستراتيجيات والأدوات المعيارية التي أعدتها مع والشركاء الدوليون أن جودة الحياة والرفاهية ليستا مجرد رفاهية موضوعية أو خيار تكميلي، بل هما ركيزتان أساسيتان لقيام تعليم جيد، منصف، وشامل؛ لقد أحدثت المنظمة نقلة نوعية في المفاهيم التربوية الدولية من خلال الانتقال من القياس الأحادي للتحصيل الأكاديمي المرتكز على الدرجات

والاختبارات إلى نهج المدارس المعززة للصحة والمدارس السعيدة التي تجعل من السعادة والرفاه النفسي والاجتماعي وسيلة وهدفاً للتعلم الجيد. إن تفعيل هذه الأطر الشاملة عبر التخطيط القطاعي، والسياسات المدرسية، وحوكمة البيئات الرقمية والمادية، وتضافر جهود القطاعات التعليمية والصحية والاجتماعية، يُعد الشرط الحاسم لضمان تمكين كل متعلم من الازدهار، وبناء مجتمعات قادرة على الصمود والسلام والتنمية المستدامة.

## ٤-٥ منظمة البكالوريا الدولية (IB) في مجال جودة الحياة والرفاهية

لقد تعاونت منظمة البكالوريا الدولية IB ومركز أبحاث الرفاهية في جامعة أكسفورد Research Centre at the University of Oxfordفي سلسلة تقارير تركز على الرفاهية في المدارس؛ وتم نشر تقريرين أساسيين، 'الرفاهية في التعليم في مرحلة الطفولة والمراهقة' و'الرفاهية لمعلمي المدارس'، ويوفران معلومات مفصلة عن نهج البكالوريا الدولية تجاه الرفاهية؛ وتقدم هذه التقارير فهم مفصل للرفاهية في المدارس وأبعادها.

والهدف من هذه التقارير التدخل لجعل المدارس أكثر تفصيلًا لعوامل رفاهية الشباب؛ ويحتوي كل تقرير على أبحاث علمية، وتدخلات، وطرق قياس، ونقاش حول عامل محدد من عوامل الرفاهية. تختلف مستويات الأدلة العلمية بين المواضيع المطروحة في هذه التقارير، وأحد الأهداف الرئيسية لهذه التقارير تلخيص ما نعرفه حاليًا عن الموضوع وما العمل الذي يحتاج إلى إنجازه لاحقًا؛ في النهاية، نهدف إلى أن تصبح هذه التقارير جزءًا من مستودع رقمي قائم على الأدلة يمكن للمدارس استخدامه لقياس ومراقبة ودعم رفاهية الشباب.

وتم نشر تقرير (Well-being in education in childhood and adolescence)بعنوان "Well-being in education in childhood and adolescence" عام ٢٠٢٢م

وركز هذا التقرير على الرفاهية الذاتية، وتحديداً كيف يُقيّم الشاب حياته في المدرسة؛ ومن منظور حديث يركز على الطالب، من الضروري مراعاة وجهات نظر الشباب أنفسهم، والتي غالباً ما تختلف عن وجهات نظر البالغين.

يتضمن تعريف الرفاهية المستخدم في هذا التقرير ثلاثة مجالات رئيسية للرفاهية الذاتية: الرضا عن الحياة، والمشاعر، والمعنى أو الغاية؛ وعلى وجه الخصوص، يقترح الباحثون تعريفًا خاصًا بالمدرسة للرفاهية. "تعزز هذه المدرسة رفاهية جميع الطلاب. ونحن نُعرّف الرفاهية بأنها رضا طلابنا عن حياتهم المدرسية، وخوضهم تجارب إيجابية في المدرسة، وشعورهم بمشاعر إيجابية تجاهها، وإيمانهم بأن ما يفعلونه فيها يُؤتي ثماره"...

ويشير هذا النهج الذاتي للرفاهية إلى أن التجربة الإيجابية أو التقييم الإيجابي للشاب الخير الأسمى الذي يجب السعي إليه، وهو المؤشر الأهم بالنسبة له.

وحدد التقرير أهم النتائج المستخلصة من مراجعة الأدبيات في النقاط الآتية:

- تُعدّ مرحلتي الطفولة والمراهقة من أهم المراحل النمائية التي يمكن فيها تطبيق التدخلات النفسية في مجالات مثل الصحة النفسية؛ ولا تقتصر فوائد هذه التدخلات على تحسين حياة الأطفال فحسب، بل تمتد لتشمل التأثير على عمليات النمو المعرفي لإعدادهم لمرحلة البلوغ.
- فوائد استغلال وقت المدرسة وأموالها ومواردها لتحسين رفاهية الطلاب؛ لا تقتصر فوائد هذه التحسينات على الطلاب فحسب، بل قد يكون لها أيضاً أثرٌ محفز على نتائج إيجابية أخرى (على الصعيد الفردي والاجتماعي والأكاديمي)، وقد تؤثر إيجاباً على حياة الشباب في المستقبل مع نضوجهم ودخولهم مرحلة البلوغ.
- يُعدّ الأداء النفسي مؤشراً معقداً للرفاهية، وهناك حاجة إلى مزيد من الأدلة البحثية قبل التوصل إلى استنتاجات قاطعة بشأن العناصر المؤثرة فيها. ومن المجالات الواعدة ذات الصلة: المرونة النفسية، وتقدير الذات، والتفاؤل، وعقلية النمو، وضبط النفس، والتنظيم العاطفي، وإيجاد المعنى أو الغاية.
- تُؤثر التفاعلات الأسرية بشكل كبير على رفاهية الشباب، وهي، على وجه الخصوص، العامل الأهم بالنسبة للأطفال؛ ورغم أن المدارس والمبادرات لا تملك سيطرة تُذكر على البيئة المنزلية، إلا أنها تستطيع تقديم التوجيه والمعلومات لأولياء الأمور حول كيفية دعم رفاهية أطفالهم.

- يُعدّ مناخ المدرسة عاملاً مؤثراً على الطلاب والمعلميت على حدّ سواء، ويؤثر على العديد من العوامل الأخرى المؤثرة في رفاهيتهم؛ ومن المهم أن يشعر الطلاب بالأمان في بيئة المدرسة، وأن تربطهم علاقات طيبة بالمعلمين.
- يُعدّ التعلّم التعاوني في الصف الدراسي بالغ الأهمية للرفاهية؛ و يستفيد الشباب من رؤية أنفسهم كجزء من فريق؛ ويمكنهم الاستفادة من المنافسة عندما تكون جماعية وليست فردية.
- التشاور مع المجتمع المحلي وإشراكه في وضع استراتيجيات الرفاه التي ينبغي على المجتمع المدرسي تبنيها والترويج لها؛ ويمكن أن يشمل أصحاب المصلحة المجتمعيون أولياء الأمور ومقدمي الرعاية، والطلاب، والموظفين، والمجتمع المحلي الأوسع. ومن الأهمية بمكان أن يشمل التشاور آراء الطلاب وأن يتبنى نهجًا يركز على مصلحة الطفل.
- ينبغي إضفاء الطابع الرسمي على سياسات واستراتيجيات الرفاهية، وينبغي أن يكون لأي تدخل يتم تنفيذه إرشادات واضحة، وينبغي أن يعرف العاملون المجالات التي يتحملون مسؤوليتها بشكل فردي.
- لا يوجد تعارض بين الرفاهية والأداء الأكاديمي؛ ببساطة: الطلاب الأكثر سعادة متعلمون أفضل. يمكن للمدارس أن تثق في استخدام الوقت والموارد لتحسين رفاهية الطلاب، مع العلم أن هذا سيؤدي على الأرجح إلى تحسينات في التحصيل الدراسي.

وتناول تقرير آخر (Zhou, Taylor, Boyle, DeBorst, & De Neve, 2025) بعنوان "الرفاهية في عالم رقمي: التدخلات الميسرة عبر الإنترنت لدعم الرفاهية في الطفولة والمراهقة"صدر في عام ٢٠٢٥م عن مركز أبحاث الرفاهية، جامعة أكسفورد بالتعاون مع منظمة البكالوريا الدولية ٢٠٢٥م يستكشف هذا التقرير الدور الذي تلعبه التكنولوجيا الرقمية في حياة الأطفال والمراهقين في عالمنا اليوم، ويعرض على المدارس طرقًا متنوعة يمكن من خلالها استغلال التكنولوجيا الرقمية لتحسين رفاهية الطلاب مع الاعتراف بالسلبيات المحتملة لاستخدام التكنولوجيا. علاوة على ذلك، يتم أيضًا مراجعة مجموعة من التدخلات عبر الإنترنت التي تم تقييمها من خلال تصميم تجربة عشوائية مضبوطة (RCT) لما لها من وعود بالتأثير على تحسين مختلف الجوانب المتعلقة برفاهية المراهقين.

ويوفر التقرير (Zhou, Taylor, Boyle, DeBorst, & De Neve, 2025)سياقًا أوليًا لشمولية العالم الرقمي للأطفال اليوم، وكيف أن استخدام التقنيات الرقمية ومحتواها يمكن أن يكون له تأثيرات مختلفة على الشباب اعتمادًا على عوامل عديدة مثل المحتوى، والتصور، والمشاركة، والتكرار، وعوامل فردية مثل العمر. من المهم الإشارة في البداية إلى أن الأدلة الحالية حول تأثير التكنولوجيا الرقمية على حياة الطلاب متباينة، حيث تُظهر الأدلة عمومًا تأثيرات إيجابية على التعليم، والتعبير عن الذات، والوصول إلى الموارد، رغم أنه في بعض السياقات ومع بعض الفئات، تُظهر الأدلة أيضًا أن التقنيات الرقمية قد تشكل خطرًا على الطلاب. تختلف السلوكيات عبر الإنترنت بشكل كبير، ويجب على المدارس أن تكون على دراية بالفوائد والمخاطر المختلفة المتعلقة بطلابها؛ التدخلات عبر الإنترنت المعروضة تركز على تحسين رفاهية الشباب، ولكن كجزء من سياق هذه التدخلات، من الضروري أيضًا فهم العالم الرقمي الأوسع للطفل وتأثيره.

نظرًا للتأثير العميق للتكنولوجيا الرقمية اليوم، أصبحت النظم البيئية الرقمية جزءًا لا يتجزأ من حياة الشباب وتجاربهم اليومية؛ لذلك، من المهم النظر في الأثر المحتمل لطرق تقديم التدخلات المتعلقة بالرفاهية عبر الإنترنت على الشباب؛ و لقد زادت أهمية الثقافة الرقمية والرفاهية بعد جائحة كوفيد-١٩، التي لم تزد فقط الانتباه العام إلى رفاهية الأطفال والشباب، بل سرّعت أيضًا التحول نحو التعلم الميسّر رقميًا؛ هذه الاتجاهات ساعدت في تطوير التدخلات المتعلقة بالرفاهية عبر الإنترنت. ومع توسع الأبحاث حول التدخلات الميسّرة عبر الإنترنت، يفحص هذا التقرير إمكانية تعزيز رفاهية المراهقين.

وتوفر الدراسات أيضًا للمدارس إطارًا محتملًا عند النظر في هذا النهج عبر الإنترنت؛ يشمل ذلك مراعاة تعقيدات مختلفة، مثل الموارد المحدودة، والتكاليف المرتبطة ببعض التدخلات عبر الإنترنت، وعدم انتظام مشاركة الطلاب، والدعم التجريبي المتفاوت لمختلف التدخلات. بالرغم من هذه التحديات، من المهم تقييم فوائد التدخلات عبر الإنترنت، والتي تشمل قدرتها على الوصول إلى عدد كبير من الطلاب، وإمكانية الوصول إليها في أي وقت لتتناسب مع حياة الطلاب، وإمكانية تفضيلها على التدخلات وجهًا لوجه لبعض الطلاب، وقدرتها على تقديم الدعم عندما تكون خدمات الدعم الأخرى، مثل مستشاري المدارس، في طلب مرتفع؛ ويبدو أن التدخلات التي تُسهل عبر الإنترنت تكون أكثر احتمالاً للنجاح عندما

يكون المحتوى جذابًا للطلاب، وتكون الجلسات قصيرة ومتكررة، ويحصل من يقدم التدخل (مثل المعلمين) على الدعم، وتُضاف عناصر وجهًا لوجه إضافية.

على الرغم من أن الاهتمام بهذا الموضوع يتزايد، إلا أنه يظل مجالاً جديدًا نسبيًا ومتطورًا، ويتميّز بنقص العينات الكبيرة، وغياب مقاييس موضوعية لاستخدام التكنولوجيا الرقمية، وعدم وجود تعريف واضح؛ من الضروري أن يقوم القراء بتقييم النتائج بشكل نقدي، مع إدراك التطور المستمر للأطر النظرية والعوامل السياقية التي تؤثر على النتائج؛ وبينما ما تزال هناك جدالات حول ما إذا كان استخدام التكنولوجيا الرقمية مفيدًا أم ضارًا للمراهقين، كما تم الإشارة في تقارير منظمة البكالوريا الدولية، فإن تبني نهج واحد يناسب الجميع يُبسّط المشكلة بشكل مفرط وقد يؤدي إلى استراتيجيات غير فعالة. التكنولوجيا الرقمية تقدّم فرصًا وتحديات في الوقت نفسه؛ والمفتاح يكمن في أن تفهم المدارس الخيارات المتاحة وتكيف استخدام التكنولوجيا بما يتوافق مع سياقها الفريد واحتياجات طلابها المتنوعة.

### ١-٤-٥ إطار الرفاهية لمنظمة البكالوريا الدولية

يهدف هذا الإطار إلى تقديم نظرة عامة شاملة على العوامل التي يُحتمل أن تؤثر على الرفاهية في المدارس على مستوى العالم؛ وذلك واستناداً إلى مراجعة الأدبيات، حدد الباحثون عناصر واعدة للتأثير على الرفاهية.

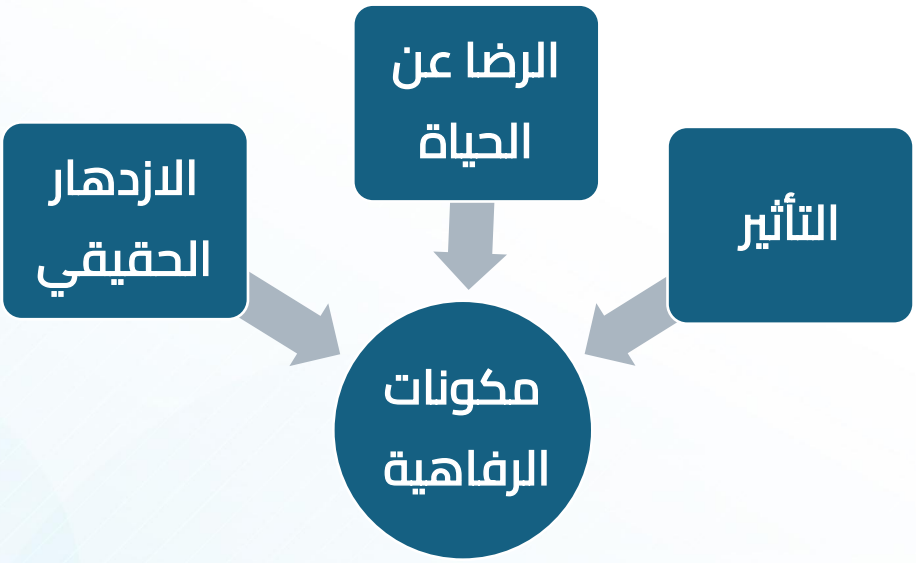



(Well-being in education in childhood and adolescence)

شكل (١٧) اطار الرفاهية لمنظمة البكالوريا

ويهدف هذا الإطار إلى تغطية جميع الأعمار والمراحل، ولكن تبعًا للطالب والسياق، قد يكون لكل عامل من هذه العوامل تأثير متفاوت على الرضا عن الحياة المدرسية. لذا، لا يتبع الإطار تسلسلًا هرميًا محددًا، و يتضمن أربعة محاور: الصحة health ، والأفراد people ، والبيئة environment، والمهارات skills .

في البيئات المدرسية، غالبًا ما يُفهم الرفاهية Wellbeing بشكل خاطئ على أنها ببساطة عكس الصحة النفسية السيئة أو السعادة فحسب ؛ و تقرير "الرفاه في التعليم في مرحلة الطفولة والمراهقة" يوضح الفروق بين هذه المفاهيم وكيف يمكن للمدارس استخدام هذه التعريفات لتحديد جوانب الرفاه التي ترغب في قياسها والتأثير فيها؛ إن التعريفات التي نوصي بها في التقرير تستبعد مُحركات الرفاه (مثل المرونة النفسية، والصحة النفسية، والأسرة، والأقران، والمعلمين، وغيرها) من التعريف نفسه، وتركز بدلاً من ذلك على ثلاثة مجالات رئيسية للرفاه الذاتي :الرضا عن الحياة، والانفعال/الشعور (Affect)، والرفاهية أو الازدهار/النفعي «.(Eudaimonia)




شكل (١٨) يوضح مكونات الرفاهية وفقًا لتقرير منظمة البكالوريا الدولية بعنوان" الرفاهية في عالم رقمي: التدخلات التي تتم عبر الإنترنت لدعم الرفاهية في مرحلة الطفولة والمراهقة"

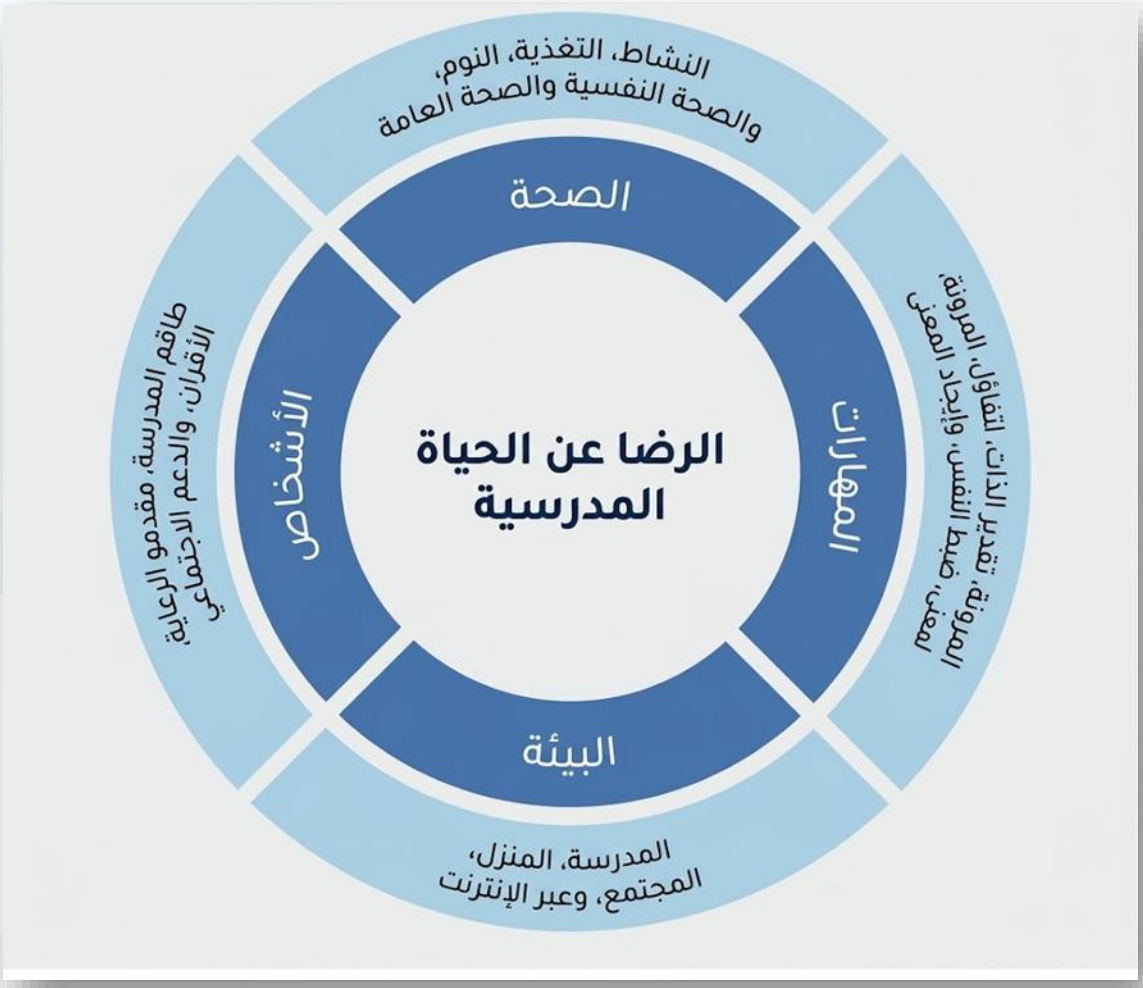
ويوضح الشكل السابق ثلاثة مكونات كما يأتي: (Zhou, Taylor, Boyle, DeBorst, & De Neve, 2025)

الرضا عن الحياة LIFE SATISFACTION: ويعبر هذا العنصر عن مستوى رضا الناس عن حياتهم، وتصورهم لها، وخبراتهم فيها.

التأثير AFFECT : ويُقصد به "المشاعر والعواطف والحالات النفسية للفرد في لحظة زمنية محددة، وتتضمن كلًا من الانفعال الإيجابي (مثل :الفرح، والسعادة، والاعتزاز/الفخر) والانفعال السلبي (مثل :الحزن، والاكتئاب، والقلق)".

الرفاهية الحقيقية :Eudaimonia : والمقصود ما إذا كان الأفراد يشعرون بأن حياتهم ذات قيمة أو تتسم بالهدف والمعنى (ويمكن أن يشمل ذلك الاستقلالية، والقدرات، والكفاءات، وغير ذلك من مجالات الأداء النفسي).

النتيجة الأساسية لإطار العمل الخاص برفاهية الشباب لهذا المشروع الرضا عن الحياة المدرسية؛ يتم التركيز على جانب الرضا عن الحياة من الرفاهية الذاتية كنتيجة أساسية للأطر لأسباب عملية، تم اختيار هذه المكونات لأنها تمثل المجالات التي يمكن للمدارس التأثير فيها بشكل أكبر.




شكل (١٩) إطار الرضا عن الحياة المدرسية

يمتلك كل محرك من محركات الرفاهية مستويات مختلفة من التأثير على رفاهية الأفراد، وذلك اعتماداً على عوامل مثل عمر الفرد وبيئته.؛ فعلى سبيل المثال، الأقران يمثلون أهمية بالغة لرفاهية المراهقين، ولكن أهميتهم تكون بدرجة أقل بالنسبة للأطفال الأصغر سناً؛ ويمنح إطار العمل هذا مرونة مطلقة، حيث يمكن تكييفه وتطويره عبر الزمن لإدماج أي رؤى وفهوم جديدة.

المدرسة التي تعزز جودة الحياة ورفاهية جميع الطلاب؛ هي التي يكون الطلاب فيها راضين عن حياتهم المدرسية، ويختبرون تجارب إيجابية في المدرسة ولديهم مشاعر جيدة تجاهها، ويعتقدون أن ما يفعلونه في المدرسة يمنحهم بعض الهدف والمعنى للحياة.

أهمية برامج التدخل لتعزيز الرفاهية لدى الأطفال

أولاً، تُعدّ الطفولة والمراهقة مرحلتين مهمتين بحد ذاتهما، ولكل شاب الحق في خوض تجربة إيجابية خلال هذه الفترة التكوينية الحرجة.

ثانياً، يرتبط ارتفاع مستوى الرفاهية في الطفولة والمراهقة بفوائد أخرى للشباب، مثل التحصيل الدراسي الأعلى، وتحسين الصحة العقلية والنفسية، والسلوك الإيجابي المؤيد للمجتمع (الاجتماعي الإيجابي) .وأخيراً، من المهم تعظيم مستويات الرفاهية في مرحلتي الطفولة والمراهقة نظراً لتأثيرها طويل الأمد على مستقبلهم، بما في ذلك مستويات الرفاهية لديهم في مرحلة البلوغ وفرصهم الوظيفية المستقبلية.

### ٥-٥ منظمة التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (CASEL)

جهود منظمة التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, (CASEL )

منظمة التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, (CASEL ) منظمة رائدة في حركة التعلم الاجتماعي والعاطفي (SEL) منذ عام ١٩٩٤؛ وهي منظمة غير ربحية وتتمثل مهمتها في ضمان دمج التعلم الاجتماعي والعاطفي القائم على الأدلة في الممارسات التعليمية من مرحلة ما قبل المدرسة وحتى المرحلة الثانوية؛ وذلك من خلال العمل الوثيق مع التربويين والباحثين وصناع السياسات، وتوفر CASEL الإطار الأساسي لممارسات التعلم الاجتماعي والعاطفي الفعّالة

ويرمز اختصار CASEL إلى "التعاون من أجل التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي؛ ويؤكد هذا الاسم على نهج المنظمة التعاوني في تحسين التعليم؛ ولا يقتصر معناه على كونه اختصارًا فحسب،

بل يرمز إلى حركة نحو دمج التعلم الاجتماعي والعاطفي في المدارس لإعداد الطلاب ليس فقط للنجاح الأكاديمي، بل لمواجهة تحديات الحياة أيضًا(What Is SEL?, 2026) .

وتقع منظمة CASEL(الائتلاف المعني بالتعلم الأكاديمي والاجتماعي والانفعالي) في الولايات المتحدة الأمريكية، ومقرها الرئيسي في مدينة شيكاغو بداخل ولاية إلينوي .(Chicago, Illinois)

وقد ارتبط المقر الرئيسي للمنظمة منذ تأسيسها وتوسعها البحثي بـ جامعة إلينوي في شيكاغو (University of Illinois at Chicago - UIC)، حيث تدير من هناك أعمالها البحثية، ومبادراتها الميدانية، واستراتيجياتها لتطوير السياسات التعليمية بالتعاون مع المدارس والمنظمات حول العالم (What Is SEL?, 2026) .

ويُمكن للمدارس الاستفادة من إطار عمل CASEL أو ما يُعرف بـــ CASEL Wheel وتطبيق إطاره الخاص بالتعلم الاجتماعي والعاطفي لإحداث أثر عميق في البيئات التعليمية؛ وتركز إرشادات CASEL على تطوير خمس كفاءات أساسية تُسهم في بناء شخصيات طلابية متكاملة ومرنة .

- الوعي الذاتي : إدراك المشاعر والأفكار والقيم وفهم تأثيرها على السلوك
- الإدارة الذاتية :إدارة المشاعر والأفكار والسلوكيات بفعالية
- الوعي الاجتماعي :التعاطف مع الآخرين، وخاصة أولئك الذين ينتمون إلى خلفيات مختلفة .
- مهارات العلاقات :بناء علاقات صحية من خلال التواصل والتعاون
- اتخاذ القرارات المسؤولة :اتخاذ خيارات محترمة وبناءة بشأن السلوك الشخصي والاجتماعي




شكل (٢٠) إطار CASEL: التعلم الاجتماعي والانفعالي (SEL).

المجتمعات غالبًا ما توفر الجهات الشريكة المجتمعية بيئات آمنة وغنية بالفرص للتعلم والتطور، ولديها فهم عميق لاحتياجات المجتمع وموارده، وتُعتبر شركاء موثوق بهم من قِبل الأسر والطلاب، كما أنها على صلة بخدمات ودعم إضافي تحتاجه المدرسة والأسر. توفر البرامج المجتمعية أيضًا فرصًا للشباب لممارسة مهاراتهم الاجتماعية والعاطفية في بيئات ذات صلة شخصية بهم، وتفتح أمامهم آفاقًا لمستقبلهم. ولدمج جهود التعلم الاجتماعي والعاطفي خلال اليوم الدراسي وخارجه، ينبغي على طاقم المدرسة والجهات الشريكة المجتمعية توحيد المصطلحات وتنسيق الاستراتيجيات والتواصل بشأن الجهود والمبادرات المتعلقة بالتعلم الاجتماعي والعاطفي

الأسر والعائلات عندما تُقيم المدارس والأسر شراكات حقيقية، يُمكنهم بناء روابط متينة تُعزز النمو الاجتماعي والعاطفي للطلاب. تُعدّ الأسر ومقدمو الرعاية أول معلمي الأطفال، ويملكون خبرة

عميقة في نموهم وتجاربهم وثقافتهم واحتياجاتهم التعليمية. تُعدّ هذه الرؤى والمنظورات بالغة الأهمية لإثراء ودعم واستدامة جهود التعلّم الاجتماعي والعاطفي. تُشير الأبحاث إلى أن برامج التعلّم الاجتماعي والعاطفي القائمة على الأدلة تكون أكثر فعالية عندما تمتد إلى المنزل، وأن الأسر أكثر ميلاً لإقامة شراكات مع المدارس عندما تعكس معايير وقيم وتمثيلات مدارسهم الثقافية تجاربهم الخاصة. تحتاج المدارس إلى عمليات صنع قرار شاملة تضمن مشاركة الأسر - وخاصةً تلك المنتمية إلى الفئات المهمشة تاريخياً - في تخطيط وتنفيذ وتحسين التعلّم الاجتماعي والعاطفي بشكل مستمر.

بإمكان المدارس أيضاً إيجاد سبل أخرى للشراكة الأسرية، تشمل التواصل المستمر مع الأسر، ومساعدة مقدمي الرعاية على فهم مراحل نمو الطفل، ومساعدة المعلمين على فهم الخلفيات الثقافية والاجتماعية للأسر، وتوفير فرص التطوع للأسر في المدارس، وتوسيع نطاق الأنشطة التعليمية والمناقشات لتشمل المنازل، وتنسيق الخدمات الأسرية مع الشركاء المجتمعيين. ينبغي لهذه الجهود أن تُشرك الأسر في فهم وتجربة وتوعية ودعم النمو الاجتماعي والعاطفي لأبنائهم

المدرسة يتطلب دمج التعلم الاجتماعي والعاطفي بشكل فعال على مستوى المدرسة تخطيطًا وتنفيذًا وتقييمًا وتحسينًا مستمرًا من قبل جميع أفراد المجتمع المدرسي. تساهم جهود التعلم الاجتماعي والعاطفي في خلق مناخ مدرسي يشعر فيه جميع الطلاب والبالغين بالاحترام والدعم والمشاركة، وتعتمد عليه في الوقت نفسه.

نظراً لتعدد سياقات البيئة المدرسية - من فصول دراسية وممرات وكافيتريا وملعب وحافلة - فإن تعزيز مناخ وثقافة مدرسية صحية يتطلب مشاركة فعّالة من جميع البالغين والطلاب. وترتكز الثقافة المدرسية القوية على شعور الطلاب بالانتماء، وتشير الأدلة إلى دورها المحوري في تفاعلهم. كما يتيح التعلم الاجتماعي والعاطفي فرصةً لتحسين أنظمة دعم الطلاب القائمة من خلال دمج أهدافه وممارساته مع الدعم الأكاديمي والسلوكي الشامل والموجه والمكثف. ومن خلال تنسيق ممارسات وبرامج التعلم الاجتماعي والعاطفي والبناء عليها، تستطيع المدارس تهيئة بيئة تُدمج هذا النوع من التعلم في جميع جوانب التجربة التعليمية للطلاب، وتعزز النتائج الإيجابية الاجتماعية والعاطفية والأكاديمية لجميع الطلاب.

الفصول الدراسية أظهرت الأبحاث أن الكفاءة الاجتماعية والعاطفية يُمكن تعزيزها باستخدام مجموعة متنوعة من الأساليب الصفية، مثل: (أ) التدريس الصريح الذي يتم من خلاله تعليم وتدريب المهارات والمواقف الاجتماعية والعاطفية بطرق تراعي مراحل النمو والسياق والسياق الثقافي؛ (ب) ممارسات التدريس مثل التعلم التعاوني والتعلم القائم على المشاريع؛ (ج) دمج التعلم الاجتماعي والعاطفي مع المناهج الأكاديمية، مثل اللغة العربية والرياضيات والعلوم والدراسات الاجتماعية والصحة والفنون الأدائية. يتكون التدريس عالي الجودة للتعلم الاجتماعي والعاطفي من أربعة عناصر يُمثلها اختصار :SAFE التسلسل - اتباع مجموعة منسقة من أساليب التدريب لتعزيز تنمية الكفاءات؛ والنشاط - التركيز على أساليب التعلم النشطة لمساعدة الطلاب على ممارسة وإتقان المهارات الجديدة؛ والتركيز - تطبيق مناهج دراسية تُركز بشكل مقصود على تنمية كفاءات التعلم الاجتماعي والعاطفي؛ والصراحة - تحديد واستهداف مهارات ومواقف ومعارف محددة.

يُطبَّق تعليم التعلّم الاجتماعي والعاطفي بفعالية أكبر في بيئات آمنة وداعمة، تتسم بعلاقات إيجابية ورعاية متبادلة بين الطلاب والمعلمين. ولتيسير تعليم مناسب لأعمار الطلاب ومراعٍ لاختلافاتهم الثقافية، يجب على البالغين فهم وتقدير نقاط القوة والاحتياجات الفريدة لكل طالب، ودعم هوياتهم. عندما يُدمج البالغون تجارب الطلاب الشخصية وخلفياتهم الثقافية، ويستمعون إلى آرائهم، فإنهم يُهيئون بيئة صفية شاملة يكون فيها الطلاب شركاء في العملية التعليمية، مما يُعزز قدرتهم على التأثير. كما أن العلاقات القوية بين البالغين والطلاب تُسهّل التعلّم المشترك، وتُعزز نمو الطلاب والبالغين، وتُسهم في إيجاد حلول تعاونية للمشاكل المشتركة.

إدارة الذات: القدرة على إدارة المشاعر والأفكار والسلوكيات بفعالية في مختلف المواقف، وتحقيق الأهداف والتطلعات .ويشمل ذلك القدرة على تأجيل الإشباع الفوري، وإدارة التوتر، والشعور بالدافع والقدرة على إنجاز الأهداف الشخصية والجماعية.

مثل:

- إدارة الفرد لمشاعره
- تحديد واستخدام استراتيجيات إدارة الإجهاد

- إظهار الانضباط الذاتي والتحفيز الذاتي
- تحديد الأهداف الشخصية والجماعية
- استخدام مهارات التخطيط والتنظيم
- إظهار الشجاعة لأخذ زمام المبادرة
- إظهار القدرة الشخصية والجماعية

الوعي الذاتي القدرة على فهم مشاعر الفرد وأفكاره وقيمه، وكيف تؤثر هذه المشاعر والأفكار على سلوكه في مختلف السياقات .ويشمل ذلك القدرة على إدراك نقاط القوة والضعف لدى الفرد بثقة راسخة وشعور قوي بالهدف.

مثل:

- دمج الهويات الشخصية والاجتماعية
- تحديد الأصول الشخصية والثقافية واللغوية
- تحديد مشاعر المرء
- إظهار الأمانة والنزاهة
- ربط المشاعر والقيم والأفكار
- دراسة الأحكام المسبقة والتحيزات
- الشعور بالكفاءة الذاتية
- امتلاك عقلية النمو

تنمية الاهتمامات والشعور بالهدف

الوعي الاجتماعي: القدرة على فهم وجهات نظر الآخرين والتعاطف معهم، بمن فيهم ذوو الخلفيات والثقافات والسياقات المتنوعة. ويشمل ذلك القدرة على الشعور بالشفقة تجاه الآخرين، وفهم المعايير التاريخية والاجتماعية الأوسع نطاقًا للسلوك في مختلف البيئات، والتعرف على موارد ودعم الأسرة والمدرسة والمجتمع.

مثل:

- أخذ وجهات نظر الآخرين

- تقدير نقاط القوة لدى الآخرين
- إظهار التعاطف والرحمة
- إظهار الاهتمام بمشاعر الآخرين
- فهم الامتنان والتعبير عنه
- تحديد المعايير الاجتماعية المتنوعة، بما في ذلك المعايير غير العادلة.
- إدراك المتطلبات والفرص الظرفية
- فهم تأثيرات المنظمات والأنظمة على السلوك

اتخاذ القرارات المسؤولة: القدرة على اتخاذ خيارات واعية وبنّاءة بشأن السلوك الشخصي والتفاعلات الاجتماعية في مختلف المواقف. ويشمل ذلك القدرة على مراعاة المعايير الأخلاقية ومخاوف السلامة، وتقييم فوائد وعواقب مختلف الإجراءات على الرفاه الشخصي والاجتماعي والجماعي.

مثل:

- إظهار الفضول والانفتاح
- تعلم كيفية إصدار حكم منطقي بعد تحليل المعلومات والبيانات والحقائق
- إيجاد حلول للمشاكل الشخصية والاجتماعية
- توقع وتقييم عواقب أفعال المرء
- إدراك مدى فائدة مهارات التفكير النقدي داخل المدرسة وخارجها
- التأمل في دور الفرد في تعزيز الرفاه الشخصي والعائلي والمجتمعي
- تقييم التأثيرات الشخصية، والعلاقات بين الأفراد، والمجتمعية، والمؤسسية

مهارات بناء العلاقات: القدرة على بناء علاقات صحية وداعمة والحفاظ عليها، والتعامل بفعالية مع مختلف الأفراد والجماعات في بيئات متنوعة. ويشمل ذلك القدرة على التواصل بوضوح، والإنصات الفعال، والتعاون، والعمل الجماعي لحل المشكلات، وإدارة النزاعات بشكل بنّاء، والتعامل مع بيئات ذات متطلبات وفرص اجتماعية وثقافية مختلفة، وتقديم القيادة، وطلب المساعدة أو تقديمها عند الحاجة.

مثل:

- التواصل بفعالية
- بناء علاقات إيجابية
- إظهار الكفاءة الثقافية
- ممارسة العمل الجماعي وحل المشكلات بشكل تعاوني
- حل النزاعات بشكل بنّاء
- مقاومة الضغوط الاجتماعية السلبية
- إظهار القيادة في المجموعات
- طلب أو تقديم الدعم والمساعدة عند الحاجة
- الدفاع عن حقوق الآخرين

وتساعد كفاءات CASEL الطلاب على بناء المرونة العاطفية، وتحسين التفاعلات الاجتماعية، وتعزيز رفاهيتهم بشكل عام.

ويُمكن تدريس برنامج CASEL 5 الخمس كفاءات وتطبيقه في مختلف المراحل النمائية من الطفولة إلى البلوغ، وفي سياقات ثقافية متنوعة؛ وقد استخدمت العديد من المناطق التعليمية والولايات والدول برنامج CASEL 5 لوضع معايير وكفاءات تعليمية من مرحلة ما قبل المدرسة إلى المرحلة الثانوية، تُحدد ما ينبغي على الطلاب معرفته والقدرة على فعله لتحقيق النجاح الأكاديمي، والمشاركة الفعّالة في المدرسة والمجتمع، والصحة والعافية، والمسارات المهنية الناجحة.

ينظر التربويون وقادة المدارس إلى هذا الإطار كمصدر موثوق لأفضل الممارسات في مجال التعلم الاجتماعي والعاطفي؛ ومن خلال دمج الإطار الشامل القائم على الأدلة - تستطيع المدارس تهيئة بيئة تدعم الأداء الأكاديمي والصحة النفسية والسلوك الإيجابي؛ ولا يقتصر تأثير هذا الإطار على الفصول الدراسية فحسب، بل يدعو إلى سياسات تدمج التعلم الاجتماعي والعاطفي في المعايير التعليمية على المستويين الوطني والمحلي .

فوائد دمج إطار التعلم الاجتماعي والعاطفي الخاص بـ CASEL

إن دمج إطار التعلم الاجتماعي والعاطفي الخاص بـ CASEL له مزايا كبيرة :

- تحسين النتائج الأكاديمية :تشير الأبحاث إلى أن الطلاب الذين يشاركون في برامج التعلم الاجتماعي والعاطفي يشهدون زيادة متوسطة بنسبة ١١٪ في الأداء الأكاديمي .
- تعزيز المهارات الاجتماعية :يتعلم الطلاب مهارات بناء العلاقات التي تساهم في خلق بيئة مدرسية أكثر انسجاماً .
- المرونة العاطفية :يزود برنامج التعلم الاجتماعي والعاطفي الطلاب بأدوات لإدارة التوتر، مما يعزز الصحة العقلية بشكل أفضل .

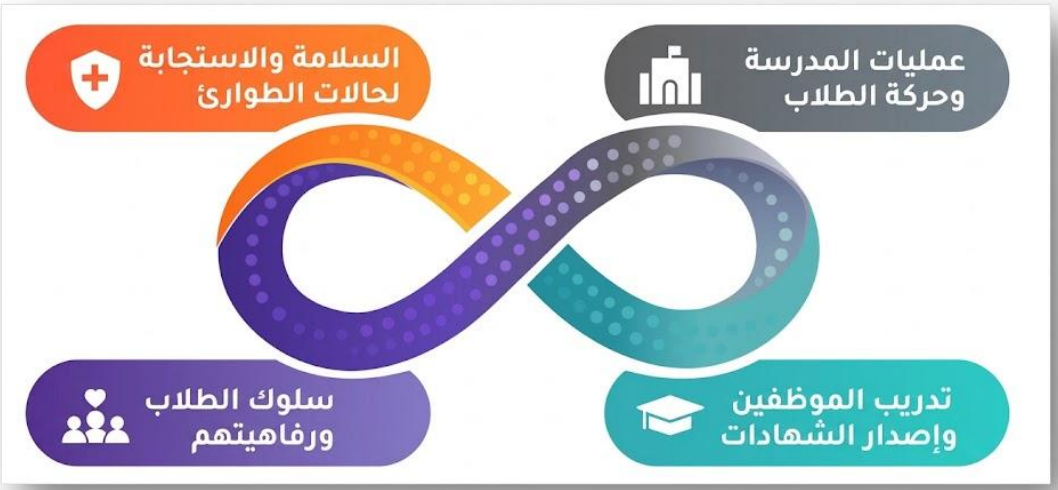
برنامج Navigate360 التعلم الاجتماعي والعاطفي المتوافق وفق معايير CASEL

في Navigate360، ندرك أهمية تبني إطار عمل يتوافق مع أهدافنا ؛ وصُممت حلولنا الشاملة للتعلم الاجتماعي والعاطفي - منهج Compass للطلاب والموظفين والعائلات - لتنمية الكفاءات الأساسية للتعلم الاجتماعي والعاطفي، مما يضمن حصول الطلاب على دعم شامل لنموهم الأكاديمي والشخصي. نتشارك مع المدارس لتنفيذ برامج تعلم اجتماعي وعاطفي مُصممة خصيصًا لتكون مستدامة وفعّالة، مما يساعد المدارس على تهيئة بيئات حاضنة تُمكّن الطلاب من الازدهار .

وتوفر منصة Navigate360هي منصة أمريكية رائدة ومتكاملة لإدارة السلامة والأمان والصحة النفسية والرفاه، مصممة خصيصاً للمدارس (K-12) ومؤسسات التعليم العالي وأماكن العمل. تأسست المنصة نتيجة تحالف بين مؤسسات بارزة في مجال السلامة) مثل معهد تدريب ALICE و NaviGate Prepared و (SafePlansلتقديم نظام موحد وشامل للتعامل مع المخاطر والأزمات.

تم تصميم Navigate360 حول أربعة مجالات حلول مترابطة تعمل معًا لإنشاء حماية متعددة الطبقات واستباقية.

الركائز والمحاور الرئيسية للمنصة :Navigate360




شكل(٢١) الركائز والمحاور الرئيسية للمنصة Navigate360

( Unified K-12 Safety & Student Well-Being, 2026 )

- الوقاية :(Prevention) برامج لبناء ثقافة البيئة المدرسية، تقييم التهديدات السلوكية، الكشف المبكر عن مخاطر التنمر والاكتئاب، وتأمين المباني.
- الاستعداد :(Preparation) برامج وخرائط رقمية لإدارة خطط الطوارئ وتدريب الكوادر المدرسية وتلبية متطلبات الامتثال واللوائح.
- الاستجابة :(Response) أنظمة طوارئ فورية، وتدريبات منهجية ALICE للتعامل الفعال مع أزمات إطلاق النار والتهديدات النشطة.
- التعافي :(Recovery) أدوات لمّ شمل الطلاب بأولياء أمورهم بعد الأزمات، والدعم النفسي والسلوكي المستمر للمجتمع المدرسي.

وتوفر المنصة نظاماً مدمجاً بدلاً من استخدام عدة تطبيقات منفصلة (مثل إدارة الزوار، التنبيهات، وخرائط الموقع)، مما يقلل التكاليف التشغيلية ويسرع زمن الاستجابة عند وقوع الطوارئ.

إن فهم قوة نموذج CASEL يمكّن المعلمين وأولياء الأمور والمجتمعات من دعم التنمية الشاملة للطلاب. ومن خلال هذا الإطار الخاص بالتعلم الاجتماعي والعاطفي، تستطيع المدارس تهيئة بيئات لا تعزز التحصيل الأكاديمي فحسب، بل تعزز أيضاً الرفاه الاجتماعي والعاطفي .

يُعدّ التعلّم الاجتماعي والعاطفي جزءًا لا يتجزأ من التعليم والتنمية البشرية؛ و العملية التي يكتسب من خلالها جميع الشباب والبالغين المعرفة والمهارات والاتجاهات اللازمة لتطوير هويات صحية، وإدارة المشاعر، وتحقيق الأهداف الشخصية والجماعية، والشعور بالتعاطف مع الآخرين وإظهاره، وبناء علاقات داعمة والحفاظ عليها، واتخاذ قرارات مسؤولة ورحيمة.

يُعزز التعلم الاجتماعي والعاطفي المساواة والتميز في التعليم من خلال شراكات حقيقية بين المدرسة والأسرة والمجتمع، بهدف إنشاء بيئات وتجارب تعليمية تتسم بالثقة والتعاون، ومناهج دراسية وتدريسية هادفة وفعّالة، وتقييم مستمر؛ ويمكن للتعلم الاجتماعي والعاطفي أن يساهم في معالجة مختلف أشكال عدم المساواة، وتمكين الشباب والكبار من المشاركة في بناء مدارس مزدهرة، والمساهمة في مجتمعات آمنة وصحية وعادلة.

### ٦-٥ منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف UNICEF) حقوق الطفل ونموه ورفاهيته.

تُمثل منظمة الأمم المتحدة للطفولة اليونيسف (UNICEF) الركيزة العالمية الأساسية المكلّفة بحماية حقوق كل طفل، لا سيما الأطفال الأكثر حرماناً وضعفاً في أكثر من ١٩٠ دولة ومنطقة . وتستمد المنظمة سلطتها وتوجيهاتها من اتفاقية حقوق الطفل للأمم المتحدة لعام ١٩٨٩م، وهذه المعاهدة الدولية تعتبر الأكثر تصديقاً في التاريخ؛ تعمل اليونيسف بتكليف من الجمعية العامة للأمم المتحدة على حماية حقوق كل طفل، في أوقات السلم أو الأزمات. إن الحق بالتمتع بالطفولة هو حق عالمي شامل.

وقد حددت منظمة اليونيسف أهمية حقوق الطفل كما يأتي:

هناك العديد من الأسباب أسباب تدعو إلى إفراد حقوق الطفل في اتفاقية منفصلة لحقوق الإنسان: (حقوق الطفل ولماذا هي مهمة، ٢٠٢٦)

الأطفال أفراد

الأطفال ليسوا ملكية لوالديهم ولا للدولة، وهم ليسوا مجرد أشخاص في طور التدريب؛ فلهم وضعية مساوية كأعضاء في الأسرة الإنسانية.

يبدأ الطفل حياته ككائن معتمد تماماً على الآخرين

لا بد أن يعتمد الأطفال على البالغين للحصول على الرعاية والإرشاد اللذين يحتاجونهما لينموا حتى يصبحوا مستقلين؛ وفي الوضع المثالي، تقدم أسرة الطفل هذا الدعم، ولكن عندما يكون مقدمو الرعاية الأساسيون غير قادرين على تلبية احتياجات الطفل، يتوقف الأمر على الدولة كجهة مكلفة بالمسؤولية لأن تجد بديلاً يتماشى مع المصلحة الفضلى للطفل.

تؤثر تصرفات الحكومة، أو امتناعها عن التصرف، على الأطفال على نحو أشد من تأثيرها على أي جماعة أخرى في المجتمع

إن جميع مجالات السياسات الحكومية — من التعليم إلى الصحة العامة — تؤثر عملياً على الأطفال إلى درجة أو أخرى. كما تؤدي العمليات القصيرة النظر لصنع السياسات، والتي تفشل في أخذ الأطفال بالاعتبار، إلى نتائج سلبية على مستقبل جميع أعضاء المجتمع.

يجب سماع آراء الأطفال وأخذها بالاعتبار في العمليات السياسية

بصفة عامة، لا يدلي الأطفال بأصواتهم في الانتخابات، ولا يشاركون تقليدياً في العمليات السياسية؛ ومن دون إيلاء انتباه خاص لآراء الأطفال — حسبما يتم التعبير عنها في البيت والمدرسة، في المجتمعات المحلية وحتى في الحكومات — تظل وجهات نظرهم غير مسموعة بخصوص العديد من القضايا المهمة التي تؤثر عليهم في الوقت الراهن أو التي ستؤثر عليهم في المستقبل.

الإطار البيئي لرفاهية الطفل(A Framework for Child Well-Being)

تعتمد منظمة اليونيسيف في تقرير Innocenti Report Card 19[1] إنوسنتي ١٩ لعام 2025م المعنون بـ "رفاهية الطفل في عالم غير متوقع"

تترك العديد من التغييرات في المجتمع تأثيراً غير متناسب، وغالباً ما يكون سلبياً، على الأطفال

ثمة تأثيرات قوية على الأطفال من جراء التحول في هيكل الأسرة، والعولمة، وتغير المناخ، وانتشار التقنيات الرقمية، والهجرة الجماعية، والتحولات في أنماط العمل، وتقلص شبكة الرفاه الاجتماعي في العديد من البلدان. ومن الممكن أن يكون تأثير هذه التغييرات مدمراً بصفة خاصة في أوضاع النزاعات المسلحة وغيرها من أوضاع الطوارئ.

يعد النماء الصحي للأطفال أمراً حاسم الأهمية للرفاه المستقبلي لأي مجتمع

بما أن الأطفال هم في طور النمو والتطور فهم معرضون بصفة خاصة — وأكثر من البالغين — لظروف المعيشة السيئة من قبيل الفقر ونقص الرعاية الصحية والتغذية والمياه المأمونة والسكن، والتلوث البيئي. وتهدد تأثيرات الأمراض وسوء التغذية والفقر مستقبل الأطفال، وبالتالي فإنها تؤثر على مستقبل المجتمعات التي يعيشون فيها.

الكلفة التي يتكبدها المجتمع من جراء تقصيره مع الأطفال هي كلفة هائلة

---

[1] - **سلسلة تقارير "إنوسنتي (Innocenti Report Card)"** هي دراسات دورية يصدرها مركز بحوث "اليونيسف" NICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight؛ يونيسف إينوسنتي – المكتب العالمي للأبحاث والاستشراف يتعامل مع الأسئلة الأكثر أهمية للأطفال، سواء الحالية أو الناشئة. يقود التغيير من خلال البحث والاستشراف في مجموعة واسعة من قضايا حقوق الطفل، محركاً النقاش العالمي ومشركاً الشباب بنشاط في عمله.وتهدف هذه التقارير إلى قياس وتقييم **مستوى رفاهية وصحة وأوضاع الأطفال** وتتبع حقوقهم؛ السلسلة تصدر أعداداً مقتطعة وممتدة تحمل أرقاماً تسلسلية (مثل(Report Card 15, Report Card 16, Report Card 17 ، وكل عدد يُخصص لترتيب ومقارنة الدول أو دراسة قضية محددة تشغل رفاهية الأطفال في تلك الفترة.

يزود مركز "يونيسف إنوسنتي" قادة الفكر وصناع القرار بالأدلة والحجج البراهينية التي يحتاجونها لبناء عالم أفضل وأكثر أماناً للأطفال .ويجري المكتب بحوثاً ودراسات حول القضايا المستجدة وغير المحسومة، مستخدماً البيانات الأولية والثانوية التي تمثل أصوات الأطفال والعائلات أنفسهم .كما يستخدم التفكير الاستشرافي لرسم أجندة المستقبل الخاصة بالأطفال، بما في ذلك مسح الأفق، وتحليل الاتجاهات، وتطوير السناريوهات البديلة .وينتج المكتب مكتبة متنوعة وديناميكية من التقارير عالية المستوى، والتحليلات، وأوراق السياسات، كما يوفر منصة للنقاش والمناصرة حول مجموعة واسعة من قضايا حقوق الطفل؛ يونيسيف إنوسنتيNICEF Innocenti يقدم لكل طفل إجابات على أكثر قضاياه إلحاحًا.

تُظهر نتائج الأبحاث الاجتماعية بأن الخبرات المبكرة للأطفال تؤثر بشدة على نمائهم في المستقبل. كما أن مسار نمائهم يحدد مساهمتهم في المجتمع، أو ما يكبدونه للمجتمع، خلال مسار حياتهم.

وقد ذكر تقرير Innocentiإنوسنتي ١٩ لعام 2025م هذه العبارة" مع الحرب والوباء والطقس، أصبحت الأوقات عصيبة للغاية"

وأوضح أن هذا الاقتباس ليس من عصرنا الحالي ، بل من رسالة كتبتها فتاة تبلغ من العمر ١٥ عامًا باسم Christabelكريستابيل إلى صحيفة في نيوزيلندا عام ١٩١٩، بعد وقت قصير من نهاية الحرب العالمية الأولى وفي خضم وباء إنفلونزا مميت.١ وهو تذكير بالطبيعة الدائمة للتحديات التي يواجهها البشر، وكيف يمكن للأحداث العالمية أن تؤثر على الطفولة، ومشاركة الأطفال في النقاش العام.

وهذا يوضح أن ربما تتفق Christabel كريستابيل مع أطفال العقد الحالي (٢٠٢٠) ينشؤون أيضاً في أوقات عصيبة؛ فالمشاكل المزمنة كالصراعات والأوبئة تتداخل الآن مع التهديدات الجديدة التي يفرضها التغير المناخي السريع.

ولا تُستثنى أغنى دول العالم من هذه التحديات؛ فعندما أُعلن عن جائحة كوفيد-١٩ في مارس ٢٠٢٠، كانت إيطاليا من أوائل بؤر تفشي المرض؛ ونتيجة لذلك، حُصر مئات الملايين من الناس حول العالم في منازلهم، وأُغلقت المدارس في كثير من الأحيان لفترات طويلة.

لا تزال النزاعات المسلحة تؤثر بشكل مباشر وغير مباشر على الأطفال في جميع أنحاء العالم؛ وقد استقبلت العديد من الدول، الفقيرة منها والغنية، تدفقات من الأطفال والعائلات الفارين من النزاعات.

وبينما تؤثر الأحداث المناخية بشكل غير متناسب على الدول الفقيرة، فإن الأزمة البيئية المتفاقمة لا تعترف بالحدود. ففي عام ٢٠٢٢، نزح أكثر من ربع مليون طفل في الدول ذات الدخل المرتفع داخل بلدانهم بسبب الكوارث الطبيعية كالفيضانات وحرائق الغابات، وأثرت موجات الحر الشديدة على عدد أكبر بكثير من الأطفال.

كيف يكون حال الأطفال في ظل هذا المناخ العالمي سريع التغير والذي غالباً ما يكون غير متوقع؟

و ما العوامل الرئيسية التي تؤثر على حياة الأطفال؟وما الذي يمكن فعله لتعزيز رفاهية الطفل؟

إلى جانب هذه العوامل الثلاثة الرئيسية - كوفيد-١٩، والصراعات، وتغير المناخ - تشهد مرحلة الطفولة تحولاً بفعل عاملين رئيسيين آخرين هما التكنولوجيا الرقمية والتغير الديموغرافي. وهذا يثير تساؤلات جوهرية حول رفاهية الأطفال؛ خاصة أن السنوات الخمس الماضية أظهرت مؤشرات تحذيرية في تراجع الرضا عن الحياة وانخفاض المهارات الأكاديمية في معظم البلدان وذلك وفق تقرير (إينوسنتي Innocenti ١٦ ) والذي حلل الاتجاهات الحديثة في رفاهية الطفل على مدى خمس سنوات، وذلك بالاستناد إلى المؤشرات الستة الرئيسية نفسها التي كانت محور تقرير إينوسنتي رقم ١٦، الصادر عام ٢٠٢٠، وهي: الرضا عن الحياة، وانتحار المراهقين، ووفيات الأطفال، وزيادة الوزن، والتحصيل الدراسي، والمهارات الاجتماعية؛ ويسعى التقرير إلى فهم أسباب هذه الاتجاهات وكيفية الاستفادة منها في اتخاذ إجراءات لتحسين رفاهية الطفل.

ويقدم التقرير صورة مختلطة؛ فعلى مدى السنوات الخمس والعشرين الماضية، شهدت مجموعة البلدان التي تناولها هذا التقرير تحسينات ملحوظة في رفاهية الطفل: انخفاض مطرد في وفيات الأطفال، وانخفاض عام في حالات انتحار المراهقين، وزيادة في معدلات إتمام الدراسة؛ لكن السنوات الخمس الماضية شهدت مؤشرات مقلقة في تراجع الرضا عن الحياة وانخفاض التحصيل الدراسي في معظم البلدان، كما ارتفعت معدلات السمنة. ويمثل هذا المزيج من الاتجاهات تحديًا كبيرًا أمام دول منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية والاتحاد الأوروبي في توفير الظروف الملائمة لطفولة سعيدة ومستقبل مشرق للأطفال؛ ويُظهر التقرير أن التقدم الذي تحقق بشق الأنفس في مجال رفاهية الطفل في هذه المجموعة من البلدان بات أكثر عرضة للتأثر بالأحداث والصدمات العالمية.

أين تقف الدول الغنية فيما يتعلق برفاهية الأطفال؟

تبدأ كل نسخة من سلسلة تقارير إينوسنتي بجدول ترتيب يصنف الدول بناءً على أدائها في الجوانب الرئيسية لرفاهية الطفل. ويعتمد هذا التصنيف على أفضل البيانات المتاحة القابلة للمقارنة، ويستند إلى معايير الجودة والملاءمة والتغطية والحداثة وقابلية المقارنة والتباين.

يعتمد جدول الترتيب لهذا التقرير على ستة مؤشرات رئيسية ؛وقد أُدرجت هذه المجموعة من المؤشرات في بطاقة تقرير إينوسنتي رقم ١٦ بهدف رسم صورة متوازنة لرفاهية الطفل عبر ثلاثة

أبعاد، في حدود البيانات المتاحة: الصحة النفسية للأطفال والمراهقين، وصحتهم البدنية، ومهاراتهم؛ وذلك كما يأتي:

قياس رفاهية الطفل

جدول (١١) أبعاد قياس رفاهية الطفل لليونيسيف

(UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight,, 2025, p. 3)

| الأبعاد | عناصر | المؤشرات | المصدر |
|---|---|---|---|
| الصحة النفسية | الرضا عن الحياة | نسبة الأطفال الذين يتمتعون برضا عالٍ عن حياتهم في سن ١٥ | OECD, PISA 2022 |
| | انتحار المراهقين | معدل الانتحار، الفئة العمرية من ١٥ إلى ١٩ سنة | قاعدة بيانات الوفيات التابعة لمنظمة الصحة العالمية |
| الصحة البدنية | وفيات الأطفال | معدل وفيات الأطفال، من سن ٥ إلى ١٤ سنة | مشروع تابع لمعهد الدراسات العليا في الهندسة الطبية الحيوية |
| | زيادة الوزن | نسبة الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن، من سن ٥ إلى ١٩ عامًا | بيانات NCD-RisC، منظمة الصحة العالمية/ لانسيت ٢٠٢٤ |
| المهارات | الكفاءة الأكاديمية | نسبة الكفاءة في القراءة والرياضيات في سن ١٥ | OECD, PISA 2022 |
| | المهارات الاجتماعية | نسبة الذين يكوّنون صداقات بسهولة في المدرسة في سن ١٥ | OECD, PISA 2022 |

في عام ٢٠٢٠، تم اختيار هذه المؤشرات لتقرير Innocenti إينوسنتي لكونها الأفضل المتاحة وفقًا للمعايير المحددة؛ وبشكل عام، لا يزال هذا هو الحال، ويتيح تحديث هذه المؤشرات فرصة لدراسة

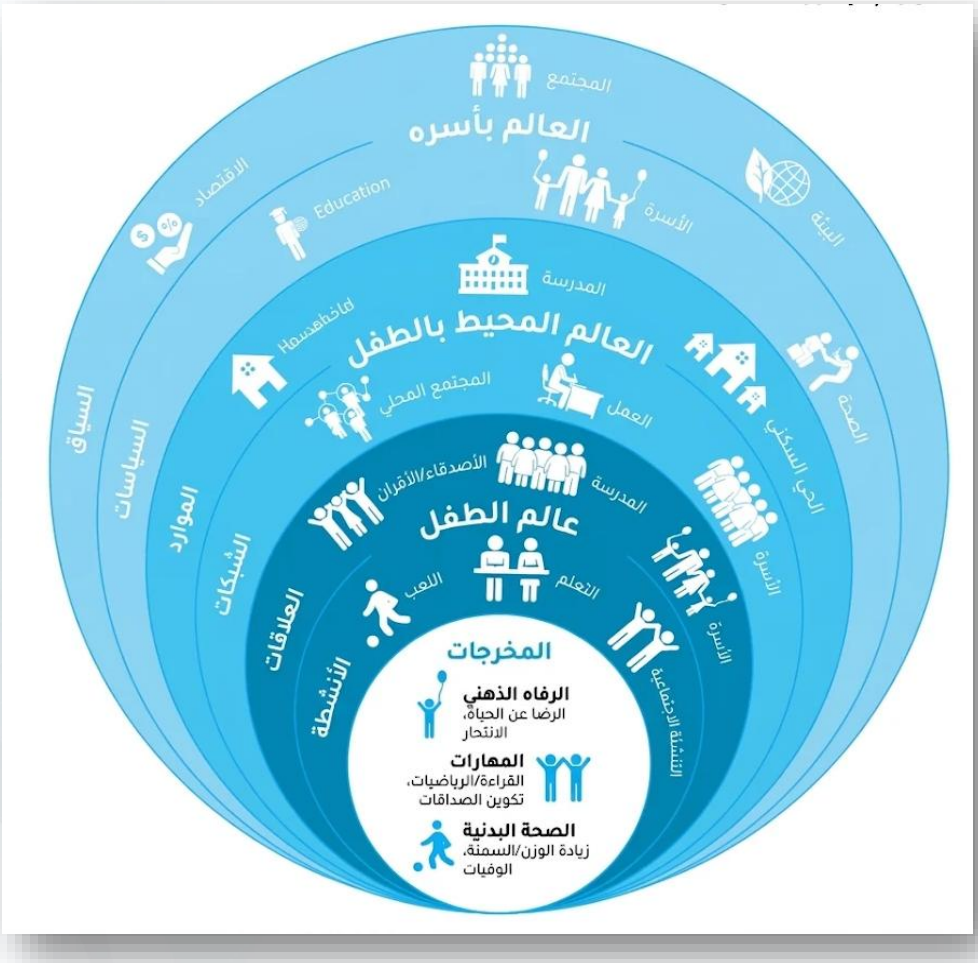
الاتجاهات بمرور الوقت؛ وتُناقش مؤشرات إضافية ذات صلة في أقسام لاحقة من هذا التقرير، كما تُناقش نقاط القوة والضعف في البيانات الحالية في ورقة عمل مُرفقة.

عند استكشاف الاتجاهات المذكورة أعلاه، سيستخدم التقرير إطار عمل رفاهية الطفل المقدم في بطاقة تقريرInnocenti إينوسنتي رقم ١٦، الإطار البيئي لرفاهية الطفل (A Framework for Child Well-Being) والذي يستند إلى النظريات البيئية لنمو الطفل في هذا النموذج، يُنظر إلى الأطفال على أنهم في مركز شبكة من الأنظمة:

العالم المحيط بالأطفال مباشرةً، والذي يشمل الأنشطة اليومية والعلاقات الوثيقة.

العالم المحيط بالأطفال، بما في ذلك المدارس والمجتمعات.

العالم الأوسع، بما في ذلك السياسات الحكومية والسياق الاجتماعي والاقتصادي والتكنولوجي والبيئي.




شكل (٢٢) الإطار البيئي لرفاهية الطفل(A Framework for Child Well-Being)

(UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight,, 2025, p. 8)

قوم هذا النموذج على نظرية النظم البيئية للتنمية(Ecological Systems Theory) ، ويصور الطفل في المركز محاطاً بثلاث دوائر متداخلة تعبر عن مستويات التأثير كالتالي:

عالم الطفل(The World of the Child) ويُمثل المستوى المباشر مثل البيئة اليومية والتفاعلات القريبة جداً التي يخوضها الطفل بنفسه بشكل يومي؛ و عناصره:العلاقات المباشرة: الأسرة، الأصدقاء والقرناء، المدرسة؛ و الأنشطة اليومية: اللعب، التعلم، التفاعل الاجتماعي.

العالم المحيط بالطفل(The World Around the Child) ويُمثل المستوى الوسيط مثل المؤسسات والبيئات والمجتمعات المحلية التي تحيط بعالم الطفل وتؤثر في حياته وتجاربه اليومية؛ وعناصره:المدرسة كمؤسسة وهيكل تعليمي؛ الحي والمجتمع المحلي؛ بيئة عمل الوالدين والظروف المعيشية للأسرة. الشبكات الاجتماعية والموارد المتاحة في المجتمع.

العالم المتسع / العالم الكلي (The World at Large) ويُمثل المستوى الأكبر (المعايير الكلية والسياسات) ويشمل الظروف العامة والهيكلية التي تحكم المجتمع والدولة ككل؛ وعناصره:السياسات الحكومية: سياسات التعليم، الصحة، الحماية الاجتماعية؛ الأوضاع الاقتصادية: الاقتصاد ومستويات الدخل ومعدلات الفقر؛ السياق البيئي والتكنولوجي والمجتمعي: التغير المناخي، التحول الرقمي والتكنولوجيا، الأزمات الدولية والنزاعات، التحولات الديموغرافية.

يفصل الإطار بين السبب (دوائر التأثير المحيطة بالأطفال) والأثر (نتائج الرفاه)، ويوضح أدوار مختلف أصحاب المصلحة الرئيسيين - من الآباء إلى الحكومات - في تعزيز رفاه الأطفال. النموذج ليس أحادي الاتجاه ولكنه تفاعلي؛ كما أنه يقر بأن الأطفال يؤثرون ويساهمون في العائلات والمجتمعات والمجتمعات.

يوفر الإطار رابطاً بين حقوق الطفل المرتبطة بظروف الطفولة في كل نظام من الأنظمة وبين نتائج الأطفال، وهي جوانب يتم تقييمها على مستوى الطفل الفرد.

إن أبعاد المخرجات الثلاثة، المتمثلة في الصحة النفسية، والصحة البدنية، والمهارات، مهمة بشكل مستقل، ولكنها مترابطة أيضاً.

وفي ضوء الاطار البيئي لرفاهية الطفل حددت اليونيسف محاور تقييم تقييم رفاهية الأطفال والمراهقين عبر ثلاثة أبعاد رئيسية (أو محاور أساسية) في جدول الترتيب العام(League Table) ، وتتضمن :الصحة النفسية، والصحة البدنية، والمهارات.

جدول (١٢) المحاور الرئيسية الصحة النفسية / الصحة البدنية / المهارات وكل محور يتضمن عدة عناصر كما يأتي:

| المحاور الرئيسية | الأبعاد الفرعية (الجوانب المكونة) | مؤشرات القياس الرئيسية | أهم العوامل المؤثرة المذكورة بالتقرير |
|---|---|---|---|
| الصحة النفسية | الرضا عن الحياة | نسبة الرضا العالي عن الحياة لدى الطلاب (عمر ١٥ سنة) عبر اختبار PISA. | جودة العلاقات الأسرية والتواصل مع الوالدين. |
| | | | التعرض للتنمر المدرسي أو الرقمي. |
| | السلامة النفسية والحد من المخاطر | معدلات انتحار المراهقين (الفئة ١٥-١٩ سنة) | نمط الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي. |
| | | | قلق المستقبل (التغير المناخي والنزاعات). |
| الصحة البدنية | البقاء على قيد الحياة والنمو الصحي | معدل وفيات الأطفال (من ٥ إلى ١٤ سنة) | البيئات الغذائية غير الصحية وتوفر الأطعمة المصنعة |
| | | | التسويق الرقمي الموجه للأطفال للأغذية الضارة |
| | الوقاية من الأمراض المزمنة | معدلات زيادة الوزن والسمنة (من ٥ إلى ١٩ سنة) | ساعات عمل الوالدين وتأثيرها على إعداد الوجبات. |
| | | | الملوثات الحديثة (مثل البلاستيك الدقيق).Microplastics |
| المهارات | المهارات الأكاديمية الأساسية | الكفاءة الأكاديمية: نسبة الإتقان في القراءة والرياضيات (عمر ١٥ سنة). | الفقد التعليمي الناتج عن إغلاق المدارس (مثل جائحة كورونا). |
| | | | تشتت الانتباه داخل الفصول بسبب الهواتف الذكية. |
| | المهارات الاجتماعية والعاطفية | المهارات الاجتماعية :القدرة على تكوين صداقات بسهولة. | المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة. |
| | | المهارات العاطفية: التعاطف ورؤية الأمور من منظور الآخرين. | |
| | المهارات الرقمية | المهارات الرقمية :القدرة على تمييز المواقع الموثوقة والحماية الرقمية. | الفروق بين الجنسين في المهارات المختلفة |

يوضح الجدول السابق أن الصحة النفسية بدأت تتأثر بالقلق حول بقضايا غير معتادة مثل التغير المناخي والنزاعات المسلحة؛ والصحة البدنية ترتبط بالتلوث البيئي وقضايا البيئة والغذاء المصنع؛ أما المهارات أضيف لها المهارات الرقمية التي اصبحت من متطلبات العصر وغير ذلك من أزمات عالمية مثل الجائحة.

ويربط الإطار بين الأبعاد والمخرجات كما يأتي:

- المخرجات (Outcomes): تقف في المركز، وتتمثل في الأبعاد الثلاثة التي يقيسها التقرير: الصحة النفسية (الرضا عن الحياة، الانتحار)، المهارات (القراءة والرياضيات، تكوين الصداقات)، والصحة البدنية (زيادة الوزن، الوفيات).
- الأسباب والمؤثرات (Influences & Causes): الدوائر الثلاث المحيطة بالطفل (من التفاعلات اليومية إلى السياسات الكبرى والتغيرات العالمية).
- التأثير المتبادل: النموذج ليس اتجاهاً واحداً (من الأعلى إلى الأسفل فقط)، بل تفاعلي (Interactive)؛ فالطفل يتأثر بهذه الدوائر وفي نفس الوقت يؤثر ويساهم في أسرته ومجتمعه.

و أطفال اليوم ينشئون في عالم معقد وسريع التغير؛ يُطلق على مجموعة التحديات التي يشكلها تغير المناخ، والصراعات المستمرة، والتحول الرقمي، والتحولات الديموغرافية مصطلح الأزمة المتعددة؛ كما أن العالم لا يزال يتعافى من صدمة جائحة كوفيد-١٩، أول جائحة عالمية خلال قرن.

يمثل وباء كوفيد-١٩ نقطة تحول هامة بين تقرير "بطاقة تقرير إنوسنتي ١٦" ( Innocenti Report Card 16)، الذي حلل رفاه الأطفال في بلدان منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية والاتحاد الأوروبي حتى نحو عام ٢٠١٨م، وهذا التقرير الذي يحدّث الصورة حتى الفترة ٢٠٢٢م-٢٠٢٣م تقريباً مع اقتراب الوباء من نهايته.

كان الأطفال الفئة العمرية الأقل تأثراً خطيراً بالفيروس جسدياً؛ حيث شكلوا ٠,٤ بالمئة من مجموع الوفيات العالمية لجميع الأعمار؛ ومع ذلك، كان للقيود المرتبطة بكوفيد-١٩ تأثير عميق على حياة

الأطفال. فبالإضافة إلى عمليات الإغلاق التام، أُغلقت المدارس لفترات طويلة في معظم البلدان ؛ مما أدى إلى اضطراب كبير في تجارب تعلم الأطفال وحياتهم الاجتماعية.

وفي عام ٢٠٢٥م، أخذت ذكريات جائحة كوفيد-١٩ تترسب وتتلاشى، وتحولت اهتمامات السياسات والإعلام نحو القضايا الملحة الراهنة؛ ومع ذلك وكما يبرز هذا التقرير، فقد خلفت الجائحة تأثيرات كبرى على رفاه الأطفال لا تزال تتردد أصداؤها؛ وتشير التواريخ والخبرات السابقة إلى أن التعافي المجتمعي من مثل هذه الصدمات يكون بطيئاً.

خلّفت النزاعات المسلحة تداعيات مباشرة وغير مباشرة امتدت عبر جميع البلدان المشمولة بتقرير "بطاقة تقرير إنوسنتي". ففي نهاية عام ٢٠٢٣م، يُقدَّر أن هناك ١٩ مليون طفل بين لاجئ وطالب إيواء/لجوء على مستوى العالم، والعديد منهم يفرون من النزاعات.

وتُعدّ ثلاثة من بلدان تقرير " Innocenti إنوسنتي رقم ١٦" من بين الدول العشر الأكثر استضافة للاجئين الدوليين – وهي: تركيا (٣,٣ مليون شخص، ٤٨٪ منهم أطفال)، وكولومبيا (٢,٩ مليون شخص، ٢٧٪ منهم أطفال)، وألمانيا (٢,٦ مليون شخص، ٣١٪ منهم أطفال). كما تستضيف العديد من بلدان تقرير " Innocenti إنوسنتي" الأخرى أعداداً كبيرة من الأطفال اللاجئين.

ويتمتع هؤلاء الأطفال باحتياجات خاصة بناءً على تجاربهم في بلدانهم الأصلية، وأثناء رحلة النزوح، وعند الاستقرار في البلد المستضيف؛ وعلى نطاق أوسع، يمكن للأخبار المتعلقة بالنزاعات المسلحة أن تثير القلق والاضطراب حتى بين الأطفال صغار السن جداً.

أصبحت الظواهر الجوية المتطرفة المرتبطة بالتغير المناخي، بما في ذلك العواصف والفيضانات والجفاف وحرائق الغابات، أكثر شيوعاً بشكل متزايد؛ وتتعرض البلدان الأكثر فقراً في العالم لأشد آثار هذه الظواهر.

ومع ذلك، وعلى مستوى ٤٣ دولة يغطيها هذا التقرير، يُقدَّر أن أكثر من ٢٥٠,٠٠٠ طفل نُزحوا من منازلهم خلال عام ٢٠٢٢م بسبب الكوارث الطبيعية التي كانت في المقام الأول أحداثاً مناخية.

بالإضافة إلى ذلك، تؤثر درجات الحرارة المرتفعة وموجات الحر على العديد من الأطفال؛ حيث يُقدَّر أن ما يقرب من نصف المدارس في مدن الاتحاد الأوروبي تقع في مناطق "الجزر الحرارية"، والتي تشهد

ارتفاعاً في درجات الحرارة مما يعرض رفاه الأطفال للخطر، في حين تقع نحو واحدة من كل عشر مدارس في مناطق عرضة للفيضانات.

من الضروري التأكيد على أن جودة الحياة وأبعاد الرفاهية متكاملة؛ وأن جوانب حياة الأطفال المختلفة لا تعمل بمعزل عن بعضها، بل مترابطة ومتفاعلة باستمرار وتعتمد مجالات الرفاه المختلفة على بعضها البعض، حيث تؤدي التفاعلات بينها إلى "تأثيرات متسلسلة في النمو"، أي أن الأداء في مجال ما يؤثر على الأداء في المجالات الأخرى ؛ على سبيل المثال، هناك أدلة وفيرة تشير إلى وجود ارتباط إيجابي بين التنظيم العاطفي في الطفولة المبكرة، والتعلم المبكر، وجودة الصداقة والمهارات الاجتماعية التي تتطور في مرحلتي الطفولة المتوسطة والمتأخرة في المقابل، وُجد أن المشكلات السلوكية في الطفولة المبكرة تُقوّض النجاح الأكاديمي والمهني، وتزيد من مخاطر الاضطرابات النفسية وتعاطي المخدرات خلال فترة المراهقة ؛ وتشمل الأمثلة الأخرى الروابط بين جوانب الصحة البدنية والنشاط البدني للأطفال وتعلمهم ؛ وبين مجالات الرفاه الاجتماعي والعاطفي والتعلم ؛ وبين العديد من جوانب الرفاه المادي والاقتصادي للأطفال - بما في ذلك التغذية الكافية والمأوى - ومجموعة من النتائج البدنية والتعليمية والاجتماعية والعاطفية ؛ فهذه الروابط كثيرة ومعقدة.

إن الطبيعة المترابطة للرفاهية لها آثار على كيفية فهمنا لحياة الأطفال وكيفية تحسينها؛ وهذا يعني أنه، في بعض الحالات على الأقل، يتطلب تعزيز الرفاهية في أحد جوانب حياة الطفل تحسين النتائج في جوانب أخرى، أو تعزيز الروابط بينها.

تتطلب تعزيز جودة الحياة و رفاهية الطفل في المدرسة وفي الأسرة تنمية روابط إيجابية بينهما؛ ويشمل ذلك التواصل الجيد بين الآباء والأطفال، والتواصل الجيد بين الآباء والمعلمين، وتقديم الدعم المدرسي المناسب وبشكل عام، يؤكد هذا على ضرورة أن ينظر واضعو السياسات إلى الأطفال ورفاهيتهم نظرة شاملة؛ وأن يتبنوا رؤية متكاملة لرفاهية الطفل، وأن يأخذوا في الاعتبار التفاعلات المحتملة، والمفاضلات، والآثار المترتبة على التدخل في مختلف جوانب حياة الطفل.

# القسم السادس

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## أبعاد جودة الحياة والرفاهية



## ٦-أبعاد جودة الحياة والرفاهية

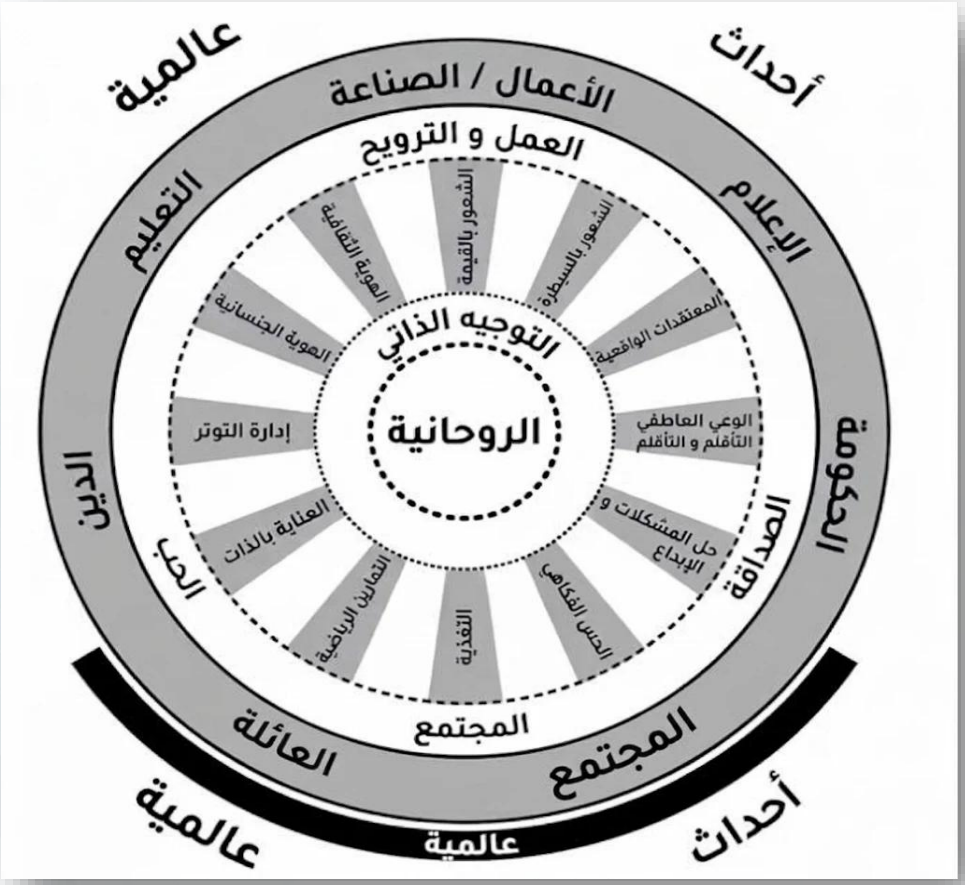
### ٦-١ نموذج - عجلة الرفاهية -الرفاهية الشامل (The Holistic Wellness Model)

يستند هذا النموذج إلى مبادئ الشمولية (Holism) المستمدة من نظرية أدلر (Adlerian Theory) التي أسسها الطبيب النفسي النمساوي ألفريد أدلر (Alfred Adler) والتي تعد واحدة من أهم النظريات النفسية التي مهدت لظهور نموذج الرفاهية الشامل في علم النفس الفردي؛ تفترض النظرية الأدلرية نقطتين أساسيتين:السعي الفطري نحو التفوق أو التمكن(Mastery) ؛ والاهتمام الاجتماعي بتطوير رفاهية الآخرين(Social Interest) ؛ وتؤكد أن السلوك البشري مدفوع بالسعي نحو التفوق، والانتماء الاجتماعي، وتحقيق الأهداف المستقبلية.

ويُنظر هذا النموذج إلى الفرد ككائن كامل ينتمي إلى سياق اجتماعي ديناميكي (كالأسرة والمجتمع والأمة)؛ وتُستخدم مهام الحياة الأنشط كنموذج تنظيمي لمكونات العافية الشمولية (Mayer, 2017 )

تُعدّ عجلة الرفاهية تمثيلاً مرئياً لما يعنيه التمتع بالصحة؛ ويُمكّن هذا النهج الشامل الأفراد من تعزيز ثقتهم بأنفسهم وتطوير المهارات اللازمة للوصول إلى حالة من الازدهار .

تُعرّف عجلة الرفاهية (Wellbeing Wheel) ؛ أنها إطار نظري وتطبيقي شمولي (Holistic Framework) ينظر إلى صحة الإنسان وجودة حياته باعتبارهما منظومة متكاملة من الأبعاد المتفاعلة، وليس مجرد غياب للمرض أو الاضطراب النفسي ؛ وقُدّم النموذج الأصلي Original Model, Sweeney & Witmer ) (1991 تكون من ٥ مهام حياتية رئيسة و١٦ خاصية للأفراد الأصحاء لتخطيط العلاج النفسي عبر مدى الحياة ؛ وترتكز نموذج عجلة العافية (Wheel of Wellness)على أصول نظرية متعددة التخصصات، وفي مقدمتها علم النفس الفردي (Individual Psychology) لأدلر (Adler) الذي أكد على أهمية الشمولية (Holism) والتفاعل المتبادل بين العقل والجسد، و السعي نحو تحقيق الذات (Self-Actualization)؛ كما يستند إلى أبحاث من علم نفس الشخصية، وعلم النفس التنموي والاجتماعي والصحي، وإدارة الضغوط، وطب السلوك، وعلم الأعصاب النفسي المناعي (Psychoneuroimmunology) ؛ وعلم البيئة.




شكل (٢٣) عجلة الرفاهية

Mayer, C.-H. (2017). *The Life and Creative Works of Paulo Coelho: A Psychobiography from a Positive Psychology Perspective.* Springer International Publishing, p99

يُصوَّر النموذج على شكل عجلة تتوسطها مهام الحياة، وتحيط بها القوى الحياتية كإطار خارجي، بينما تحيط بالجميع الأحداث العالمية (Global Events) مثل الحروب والأوبئة والتغيرات المناخية؛ أي خلل أو تحسن في إحدى المهام أو القوى ينعكس تلقائيًا على بقية أجزاء العجلة

وينقسم نموذج الرفاهية الشامل(Holistic Wellness Model - HWM) ، الذي طوره ويتمر وسويني ومايرز (Myers, Sweeney, & Witmer, 2000 ) والمعروف أيضًا بعجلة الرفاهية (Wheel of Wellness WOW)، إلى خمس مهام حياتية أساسية (Life Tasks) داخلية تحيط بها سبع قوى حياتية (Life Forces)

خارجية تؤثر في صحة الفرد وتوازنه .يعتمد هذا النموذج على علم النفس الفردي لألفريد أدلر لتحقيق أقصى درجات الصحة النفسية والجسدية والوقاية عبر مراحل الحياة؛ يمكن تناولها كما يأتي:

### ٦-١-١ مهام الحياة:

تُوصف المهام الخمس للحياة، قوى الحياة والأحداث العالمية أساسًا للتحقيق في الرفاهية الشاملة؛ وتتضمن:

الروحانية Spirituality : تشمل فوائد تعزز الحياة، بما في ذلك كرامة الإنسان وحقوق الإنسان واحترام الحياة ؛ إذا تم تطوير الروحانية بشكل جيد، فإن لها تأثيرًا إيجابيًا على أبعاد أخرى في نموذج الرفاهية ؛ في الوقت نفسه، تشمل الروحانية الهدف في الحياة، والأمل أو التفاؤل، وتوقع الأحداث المستقبلية، وإرشاد الآخرين نحو اتخاذ القرارات والتفاعلات الاجتماعية. (Mayer, 2017 )

الضبط الذاتي Self-Regulation : القدرة على توجيه الذات عند التركيز على توجيه الذات، يكون الفرد قادرًا على توجيه والتحكم وإدارة نفسه بطرق تعزز الذات ضمن حدود ومعايير المجموعة الاجتماعية أو المجتمع المعرفة ؛ تتضمن القدرة على توجيه الذات ١٢ مهمة فرعية للحياة وتُعرّف على أنها الطريقة التي "ينظم بها الشخص نفسه، ويضبطها، ويوجهها في الأنشطة اليومية والسعي لتحقيق الأهداف البعيدة المدى." (Sweeney & Witmer, 1991 )

العمل والترفيه Work and Leisure : يُعرف العمل والترفيه(أو أوقات الفراغ) بأنهما "فرصة لتجارب ممتعة مُرضية في جوهرها وتمنح شعورًا بالإنجاز" ؛ ويُعد العمل مهمة حياتية أساسية ويوفر إطارًا يحدد البشر من خلاله حياتهم كبالغين ويشمل العمل أنشطة الأفراد التي تكون ذات معنى للشخص و/أو للآخرين، وتُعرّف بأنها تدعم الفرد والآخرين و يوفر فوائد اقتصادية ونفسية واجتماعية للفرد، فضلاً عن الرفاهية الاجتماعية للبشر؛ وفي سياق الإطار النظري لـ (Sweeney & Witmer)، يتضمن العمل أنشطة مثل الأعمال المنزلية، والعمل التطوعي، وتربية الأطفال، بالإضافة إلى العمل بأجر ( Sweeney & Witmer, 1991) ويرتبط العمل بغائيته وهدفه، مثل الدعم الاقتصادي والنفسي، والفوائد الاجتماعية وإن عدم القدرة على إنجاز هذه المهمة الحياتية يهدد الصحة كما أن الأفراد غير القادرين على "العمل" قد يعانون نفسياً واقتصادياً وتتضمن مهمة العمل هذه مهمة الترويح (أو وقت الفراغ)، والتي تتعلق بأنشطة وقت الفراغ مثل الأنشطة البدنية، أو العمل الإبداعي، أو المشاركات الاجتماعية، والتي لها جميعها تأثير إيجابي على الرفاهية العاطفية والصحة النفسية ؛ ويُعد وقت

الفراغ مهمًا فيما يتعلق بالرفاهية وتقدير الذات كما أنه يقلل من التوتر ويساهم في تحقيق الرفاهية ؛ ويساعد الإنسان على الاستجابة لتحديات الحياة . (Mayer, 2017 )

الصداقة Friendship :

ترتبط مهمة الصداقة الحياتية بجميع التفاعلات الاجتماعية، فضلاً عن الترابط الاجتماعي الذي يُختبَر على المستوى الفردي أو المجتمعي أو الجماعي ؛ ولا يشمل تعريف الصداقة "التزاماً زوجياً أو عائلياً" بل يرتكز على حقيقة أن البشر يُنظر إليهم بوصفهم كائنات اجتماعية قادرة على التواصل مع الآخرين وتحتاج إليه لكي تشعر بالعافية والصحة ومن ثم الرفاهية؛ و التواصل الاجتماعي والظروف السياقية يُفسَّران بوصفهما احتياجات نفسية أساسية ودعماً لـ "شعور الفرد بالكفاءة، والاستقلالية، والانتماء (الترابط؛ والصداقة توفر الإفصاح عن الذات، والمجازفة، وتحمل المسؤوليات؛ وفي حال غياب الصداقة أو فشلها، قد يصبح الفرد أكثر عرضة للمرض، وقِصَر متوسط العمر المتوقع، وتراجع الرضا عن الحياة وفي المقابل، يمكن للحياة الاجتماعية المُرضية ذات التفاعلات الإيجابية أن تسهم في تحقيق العافية؛ إذ ثبت وجود ارتباطات إيجابية بين الصداقة والرفاهية العامة، والسلوك الإيجابي والصحية؛ كما ترتبط الصداقة ارتباطاً وثيقاً بالتعاطف والإيثار ؛ وتعتبر من أنظمة الدعم، والتفاعل الإنساني الإيجابي، والتواصل البنّاء، تُحدث تأثيراً إيجابياً في التجربة الذاتية لصحة الفرد ورفاهيته ؛ وتختلف علاقات الصداقة والحب في الدرجة، وطبيعة المشاركة، والتعاون، والشدة، والألفة داخل العلاقة؛ ومع ذلك، يمكن أن يتضمن البُعدان عناصر متشابهة، مثل الاحترام، والاهتمام بالأصدقاء، ومراعاتهم واحتوائهم . (Sweeney & Witmer, 1991 )

الحب Love :

على النقيض من مهمة الحياة المتعلقة بالصداقة، تشير مهمة الحياة المتعلقة بالحب إلى العلاقات القائمة على الجوانب الحميمية والتعاونية، والالتزام طويل الأمد، والإفصاح عن الذات؛ وتشمل هذه المهمة فالحب علاقة دائمة، وقائمة على الالتزام مع شخص آخر؛ وفي علاقات الحب الصحية، يجب توفر تبادل متوازن (أخذ وعطاء) من الثقة، والمودة، والاحترام، والرعاية، والحميمية، والاحتواء، والنمو، والرضا ؛ وفي حال غياب هذا التوازن، قد تتراجع الصحة والعافية ؛ ويسهم الحب في تحقيق الرفاهية، ويُعرَّف بأنه أحد أهم جوانب الدعم الاجتماعي ؛كما يتضمن الحب بوصفه مهمة حياتية

وجود أسرة أو نظام دعم شبيه بالأسرة، وهذا يشير إلى قيم التعاون المشترك وحل المشكلات، ووضوح الأدوار، والالتزام تجاه الأسرة، والتواصل الفعّال؛ وتقوم العلاقات الأسرية الصحية على التقدير، والاهتمامات والقيم المشتركة، والترابط الاجتماعي، وقضاء الوقت معاً؛ حيث أن العلاقات مع الأسرة، والشركاء، والأبناء، والأصدقاء تسهم بقوة في تعزيز الشعور بالرضا والعافية في حياة الفرد.

### ٦-١-٢ قوى الحياة:

وبالنسبة لقوى الحياة المحددة في نموذج الرفاهية الشامل (The Holistic Wellness Model)؛ فتتضمن العناصر الآتية:

الأسرة Family :

تُشكّل العائلات قوةً حياتيةً أساسية؛ حيث أن العائلات القوية تلتزم برفاهية وسعادة بعضها البعض، وتُعبّر عن التقدير المتبادل، وتمتلك مهارات تواصل جيدة، وتقضي وقتاً معاً، وتهتم بروحانيتها وعافيتها الروحية، وتُظهر مهارات تأقلم فعّالة ؛ والعائلات عبر مختلف الثقافات وحول العالم تبدو متشابهة تماماً في ما يُعرّف بالعائلة القوية؛ إذ تتميز بإظهار التقدير والمودة، والالتزام، والتواصل الإيجابي، وقضاء أوقات ممتعة معاً، والعافية الروحية، والقدرة على إدارة الضغوط والأزمات بفعالية. وترتبط العائلات القوية بكونها مؤسسة مرنة ينمو فيها الأفراد ويدعمون بعضهم البعض، مما يعزز الصحة والرفاهية ؛ أن الدعم الاجتماعي والشعور بالانتماء لهما تأثير كبير في عافية الأسرة، فضلاً عن جودة التربية ومرونة الأطفال النفسية؛ بتغيير السياسات والاستراتيجيات لإعطاء الأولوية للتدخلات الأسرية النفسية والاجتماعية؛ كما طوّر نهجاً إرشادياً يهدف إلى تعزيز العافية داخل الأسر، وبناء عائلات صحية قائمة على نقاط القوة؛ الدعم الأسري والتدخلات المهنية يسهمان في زيادة رفاهية الأسرة من خلال إحداث تغييرات إيجابية في العلاقات الأسرية .

الدين Religion:

يمكن للدين، بوصفه قوة حياتية، أن يكون مصدراً للرفاهية من خلال إسهامه في الانسجام الاجتماعي وإضفاء المعنى على الحياة، وبعث الأمل والسلام الداخلي، فضلاً عن ترسيخ قيم معينة ؛ وفي المجتمعات الديمقراطية ومتعددة الثقافات في عصر ما بعد الحداثة، يتسم دور الدين بتنوع كبير

ويُبنى اجتماعياً وثقافياً ولا يزال هناك نقاش مستمر حول تأثير الدين في الصحة والرفاهية ؛ بالإضافة إلى ذلك، يُعد التمييز بين تأثير الدين وتأثير الروحانية في الرفاهية والعافية أمراً ينطوي على تحدٍّ كبير. ومع ذلك، فمن البديهي أن الشعور القوي بالمعنى في الحياة، والذي يمكن أن ينبع من الدين وكذلك من أنظمة المعتقدات الروحية، يسهم بشكل إيجابي في الصحة والرفاهية .(Mayer, 2017 )

التعليم Education

يبرز ويتمر وسويني (Sweeney & Witmer, 1991 ) أن التعليم يؤثر على الصحة والرفاهية والعافية من خلال التأثير على قرارات نمط الحياة؛ فالتعليم يحتاج إلى أن يشمل التعلم الأكاديمي، بالإضافة إلى تطوير الكفاءات العاطفية والاجتماعية والأخلاقية للمساهمة في الصحة العامة والرفاهية؛ فقط النهج التعليمي الشامل، الذي يعالج المهارات والسلوكيات والمعرفة الاجتماعية والعاطفية، يوفر أساسًا للمشاركة وتحسين جودة الحياة، مما يزيد من الصحة والرفاهية ويُعزز جودة الحياة في البيئات التعليمية التي تعزز المشاركة والمعنى وإمكانية الإدارة والفهم تزيد من شعور التماسك وبالتالي الصحة النفسية والرفاهية للمتعلمين والمعلمين.

٤-٢ المجتمع Community

يشير ويتمر وسويني (Sweeney & Witmer, 1991 ) إلى المجتمع بوصفه قوة حياتية رئيسية تؤثر في الصحة والرفاهية من خلال المؤسسات الاجتماعية؛ ويحتاج الفرد إلى الموازنة بين الترابط والاستقلالية أثناء انتمائه إلى المجتمع، لكي يشعر بتحقيق احتياجاته الفردية واحتياجات المجتمع على حدٍّ سواء؛ و أن التدخلات الحكومية والسياسات الرامية إلى تحسين الصحة ليست كافية وحدها؛ إذ إن تعزيز العافية داخل المجتمعات لا يتطلب نهجاً من الأعلى إلى الأسفل فحسب، بل يحتاج أيضاً إلى نهج من الأسفل إلى الأعلى، يتضمن إشراك أفكار المجتمعات وتفضيلاتها؛ وتؤثر المجتمع في رفاهية الفرد وعافيته من خلال أساليبه المجتمعية الهيكلية والاستراتيجية، وكذلك من خلال قيمه ومعاييره؛ والشعور بالمعنى بوصفها موارد تسهم في تحقيق الصحة والرفاهية، وتوليد إحساس قوي بالتماسك.

وسائل الإعلام Media :

اكتسبت وسائل الإعلام، لا سيما خلال العقود الماضية، تأثيراً كبيراً على الأفراد والمجتمعات؛ تؤثر في الفرد من حيث الاحتياجات، والمعتقدات، والأولويات، والقيم، والمعايير، فضلاً عن المواقف والرغبات؛ بالإضافة إلى ذلك، قد تؤثر وسائل الإعلام في السياسات العامة؛ ويمكن أن يرتبط تأثير وسائل الإعلام في الفرد والمجتمع بشكل إيجابي أو سلبي بالصحة والرفاهية من خلال إتاحة الوصول إلى الأحداث الإيجابية والسلبية ؛ فعلى سبيل المثال، تسهم وسائل الإعلام في اعتلال الصحة إذا همّشت المجموعات العرقية أو الثقافية ؛ و في المقابل، تسهم وسائل الإعلام بشكل إيجابي في الصحة والرفاهية عندما تستخدم، على سبيل المثال، أدوات التكنولوجيا التفاعلية، مما يمنح الفرد شعوراً بالسيطرة ؛وتُستخدم وسائل التواصل الاجتماعي على وجه الخصوص بشكل متزايد لتعزيز الصحة والتثقيف الصحي، ويمكنها أن ترفع مستوى الصحة والرفاهية إذا طُبقت بعناية ؛ ومع ذلك، يمكن أن يكون لوسائل الإعلام تأثير سلبي في الصحة والرفاهية عندما يستخدمها الأفراد بإفراط؛ إذ قد يؤدي الاستخدام المكثف لوسائل الإعلام إلى زيادة السمنة، أو السلوك العدواني، أو تعاطي المواد المخدرة، أو اضطرابات الأكل، وبالتالي التأثير سلباً في الصحة والرفاهية. (Mayer, 2017 )

الحوكمة Government:

للحكومة والممارسات والسياسات الحكومية تأثير إيجابي أو سلبي على الصحة والرفاهية؛ إلى أن السياسات الموجهة نحو الصحة يمكن أن تساهم إيجابياً في رفاهية الأفراد والمجموعات؛ في الوقت نفسه، يُنظر إلى الحكومات على أنها مسؤولة عن الحد من المخاطر على الصحة والرفاهية وتعزيز أسلوب حياة صحي للأفراد والمجموعات في المجتمع ؛ يُطلب من الحكومات الاعتراف بالنهج الشمولي لبرامج الرعاية لمعالجة الاحتياجات النفسية والمادية، وكذلك النهج القائم على المجتمع، وتعزيز مهارات التكيف في التعليم وإعادة التأهيل. (Mayer, 2017 )

الأعمال أو الصناعة Business or Industry:

تُحدث بيئات العمل تأثيراً كبيراً في صحة الأفراد ورفاهيتهم وعافيتهم ؛ ويمكن للمؤسسات أو الشركات أو القطاعات الصناعية التأثير في صحة العاملين وعافيتهم من خلال خلق بيئات عمل صحية تمكّن الأفراد وتدعمهم؛ وتعزز أماكن العمل الصحية الصحة على مستويات مختلفة، تشمل الصحة البدنية، والعقلية، والاجتماعية، والنفسية، والروحية ؛ وعادةً ما تمتد الآثار الإيجابية لبيئات العمل

الصحية لتشمل المجتمع والأفراد، وتزيد من الشعور بالقيمة الذاتية، ومستويات الطاقة، والسعادة؛ كما أن الموظفين الذين يشعرون بالعافية تزداد لديهم عادةً الإنتاجية، والفاعلية، والشعور بالتماسك ؛ وتنمو لديهم القدرة على التعامل مع التحديات . (Mayer, Claude-Hélène; Larsen, Jeff, 2024)

### ٦-١-٣ الأحداث العالمية:

فيما يتعلق بـ Wheel of Wellness (WOW)، ترتبط مهام الحياة وقوى الحياة بالأحداث العالمية التي تتعلق بالقضايا البيئية العالمية مثل التلوث، والاكتظاظ السكاني، والاستغلال الاقتصادي، والحروب، والأمراض، وانتهاك حقوق الإنسان، والبطالة، والتنافس على الموارد المحدودة أو الفقر بأن جميع البشر جزء من "إيكولوجيا العيش في قرية عالمية على كوكب الأرض"؛ بسبب وسائل الإعلام الجماهيرية والنقل السريع وطرق الاتصال الفورية، لا يمكن للأفراد والمجتمعات تجاهل الأحداث العالمية، خاصة إذا كان البشر يسعون إلى نمط حياة صحي ووقائي أن الأحداث العالمية والوعي الكوني مرتبطان وأن كلاهما يؤثر على صحة الفرد ورفاهيته وعافيته.

وتؤثر الأحداث العالمية بشكل عام على حياة البشر وجودة حياتهم ، وكذلك على السياق العالمي والبيئة الموجودة التي يعيش فيها البشر ؛ بعد ما يقرب من ٢٠ عامًا من الإشارة لأول مرة إلى تأثير الأحداث العالمية، أن تأثير العالم على رفاهية الفرد قد يزداد بشكل كبير من خلال التأثير المتزايد للشبكة العالمية ووسائل الإعلام والإنترنت؛ قد يزيد الوعي والاتصال العالمي من تأثير ذلك على رفاهية الفرد وتقديره لذاته وإدراكه للرفاهية في سياق الأحداث العالمية ؛ كما يرتبط ذلك بمسارات الحياة المهنية الضوء على أن مهام الحياة والقوى الحياتية ضمن نموذج HWM لا تتعلق بالبشر فقط، بل أيضًا بالأحداث الطبيعية العالمية. (Mayer, 2017 )

وكثيراً ما يُشار إلى أن كثير من الأحداث العالمية من صنع البشر، مثل انهيار الأسواق المالية العالمية عام ٢٠٠٨م ، والأحداث الجوية العالمية، مثل الجفاف والعواصف أو الفيضانات المرتبطة بتغير المناخ، تؤدي إلى تغييرات في رفاهية الناس وراحتهم.

وفي ضوء ما سبق، يتضح أن نموذج الرفاهية الشامل (HWM) يقدم رؤية متكاملة وتفاعلية لصحة الإنسان؛ إذ لا ينظر إلى الفرد بمعزل عن محيطه، بل يؤكد على الترابط الديناميكي بين مهام الحياة الداخلية والقوى الحياتية الخارجية؛ فالرفاهية وفق هذا النموذج ليست مجرد غياب للمرض، بل هي

حالة مستمرة من التوازن والتناغم بين الجوانب الروحية والنفسية والاجتماعية والجسدية، مما يجعل من هذا النموذج إطاراً نظرياً وعملياً فعّالاً لفهم جودة الحياة وتعزيز الصحة النفسية عبر مختلف المراحل العمرية والسياقات الثقافية.

## ٢-٦ تطبيق نموذج الرفاهية الشامل في بعض مؤسسات التعليم العالي

وقد استندت الكثير من المؤسسات التعليمية على النموذج الشامل للرفاهية ومنها جامعة University of New Hampshire – UNH بالولايات المتحدة الأمريكية فقد حددت النموذج الخاص بها لتحقيق رفاهية الطلاب؛ بناءً عليه كما في الشكل التالي:




شكل (٢٤) أبعاد عجلة النموذج الشامل للرفاهية بجامعة New Hampshire – UNH بالولايات المتحدة الأمريكية

(The Well-Being Wheel, 2026)

وتقدم الجامعة نموذجاً رائداً في الاهتمام برفاهية الطلاب ؛ وتضمن النموذج ٨ أبعاد للرفاهية الصحة النفسية : الصحة البيئية؛ الرفاهية المالية ؛الصحة الفكرية ؛ الصحة المهنية ؛ الصحة البدنية ؛ الرفاه الاجتماعي؛ الصحة الروحية؛بالاضافة إلى قيم الطالب وهويته؛ ويستخدمه الطالب لتقييم درجة رفاهيته ومتى يحتاج إلى التدخل.

ويوجد بالجامعة مركز خدمات الرفاهية؛ ويقدم خدمات متنوعة للطلاب بنلء على التقييم في ضوء النموذج الشامل للرفاهية The Holistic Wellness Modelوتتضمن جلسات توجيه فردية وورش عمل وقائية للطلاب.

أما كلية العلوم البيئية والبيولوجية بجامعة RUTGERS University بالولايات المتحدة الأمريكية فهذا النموذج مدرج كتخصص فرعي في الصحة الشاملة؛ ويُعدّ برنامجًا فريدًا ومتعدد التخصصات يتكون من ١٨ ساعة معتمدة، و يُهيئ الطلاب لتعزيز الرفاهية والصحة في أي مسار وظيفي (RUTGERS University, 2026) .

## ٣-٦ تحديد أبعاد جودة حياة النشء والشباب

وقد حددت دراسة (Ross, et al., 2020 ) أبعاد جودة الحياة والرفاهية كما يأتي

جدول (١٣) أبعاد الرفاهية

| المجال | المجالات الفرعية | المتطلبات | نوع الرفاهية |
|---|---|---|---|
| الصحة الجيدة والتغذية المثالية | ▪ الصحة البدنية والقدرات البدنية. | ▪ النشاط البدني: تتوافر للمراهق فرص لممارسة قدر كافٍ من النشاط البدني. | – الرفاهية البدنية |
| | ▪ الصحة النفسية والقدرات النفسية. | ▪ البيئة الصحية: يحتاج المراهق إلى بيئة تتوافر فيها، مثلًا، مياه مأمونة، ونظافة صحية، وصرف صحي، ولا يتعرض فيها لخطر غير مقبول للإصابة داخل المنزل؛ وإلى طرق آمنة، وتدبير مأمون للمواد السامة في المنزل والمجتمع، وإتاحة مساحات خضراء آمنة، وهواء خالٍ من التلوث. كما يحتاج إلى مهارات تمكّنه من التنقّل والتعامل مع البيئة بأمان. | – الرفاهية الأنفعالية و العاطفية |
| | | ▪ المعلومات والرعاية والخدمات: يحتاج المراهق إلى الوصول إلى معلومات صحيحة وذات صلة، وإلى خدمات صحية ورعاية ودعم ميسورة التكلفة، وملائمة لعمره، وعالية الجودة، ومرحّبة به، بما في ذلك ما يدعم الرعاية الذاتية. | – الرفاهية اجتماعية والثقافية |
| | ▪ الحالة التغذوية المثلى والنظام الغذائي الأمثل. | ▪ النظام الغذائي: يتاح للمراهق نظام غذائي محلي، ومقبول ثقافيًا، وكافٍ، ومتنوّع، ومتوازن، وصحي، يتناسب مع | – الرفاهية التغذوية |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | خصائصه واحتياجاته، بما يحميه من جميع أشكال سوء التغذية. | |
| الترابط والقيم الإيجابية والمساهمة في المجتمع | ▪ الترابط والانتماء: يكون المراهق جزءًا من شبكات اجتماعية وثقافية إيجابية، وتربطه بالآخرين علاقات إيجابية ذات معنى، بمن فيهم أفراد الأسرة والأقران، والمعلمون وأصحاب العمل حيثما ينطبق ذلك. | ▪ الترابط والانتماء: تتوافر للمراهق فرص للانضمام إلى شبكات اجتماعية وثقافية إيجابية، ولتنمية علاقات إيجابية ذات معنى مع الآخرين، بمن فيهم أفراد الأسرة والأقران، والمعلمون وأصحاب العمل حيثما ينطبق ذلك. | – الرفاهية الأنفعالية و العاطفية |
| | ▪ يحظى المراهق بالتقدير والاحترام من الآخرين، ويُتقبّل بوصفه جزءًا من المجتمع. | ▪ التقدير: تتوافر للمراهق فرص للمشاركة في اتخاذ القرارات، وتؤخذ آراؤه بجدية، مع اتساع المساحة المتاحة له للتأثير في بيئته والتفاعل معها بما يتناسب مع تطوّر قدراته ومرحلته النمائية. | |
| | ▪ الاتجاهات: يتحلّى المراهق بالمسؤولية والاهتمام بالآخرين واحترامهم، ولديه حسّ بالمبادئ الأخلاقية والنزاهة والقيم الأخلاقية. | ▪ الاتجاهات: تتوافر للمراهق فرص لتنمية المسؤولية الشخصية، والاهتمام بالآخرين واحترامهم، وتنمية حسّه بالمبادئ الأخلاقية والنزاهة والقيم الأخلاقية. | |
| | ▪ المهارات الشخصية: التعاطف، ومهارات تكوين الصداقات، ومراعاة مشاعر الآخرين. | ▪ المهارات الشخصية: تتوافر للمراهق فرص لتنمية التعاطف، ومهارات تكوين الصداقات، ومراعاة مشاعر الآخرين. | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ▪ النشـــاط: يشـــارك المراهق بفـاعليـة في الحيـاة الاجتماعية والثقافية والمدنية. | ▪ النشـــاط : تتوافر للمراهق فرص للمشـــاركة الفـاعلة اجتماعيًا وثقافيًا ومدنيًا، بما يلائم تطوّر قدراته ومرحلته النمائية. | – الرفاهية اجتماعية والثقافية |
| | ▪ التغيير والتطوير: يمتلـك المراهق المقومـات اللازمـة للإســهـام في التغيير والتنمية في حياته و/أو مجتمعه. | ▪ التغيير والتطوير: تتوافر للمراهق فرص لتنمية المهارات التي تهيّئه للإســهام في التغيير والتنمية في حياته و/أو مجتمعه. | |
| السـلامة والبيئة الداعمة | ▪ السلامة: السلامة العاطفية والجسدية. | ▪ السـلامة : يحتاج المراهق إلى الحماية من جميع أشـكال العنف ومن المصـالح التجارية الاسـتغلالية، داخل الأسر والمجتمعات، وبين الأقران، وفي المدارس، وفي البيئتين الاجتماعية والافتراضية. | – الرفاهية البدنية |
| | ▪ توفر الظروف المادية اللازمة في البيئة المادية. | ▪ الظروف المادية: تُكفل حقوق المراهق في الغذاء والتغذية والماء والسكن والتدفئة والملبس والأمان البدني. | – الرفاهية الأنفعالية و العاطفية |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ▪ العدالة والإنصـــاف: المعاملة العادلة والحصـــول علي فرصة متساوية في الحياة. | ▪ الإنصاف والعدالة: يتوافر إطار قانوني وسياسات داعمة، مع إتاحة منصفة للمعلومات الصحيحة وذات الصلة، والمنتجات، والخدمات عالية الجودة. | |
| | ▪ المســـاواة: توزيع الســـلطـة والموارد والحقوق والفرص بالتساوي على الجميع. | ▪ المســـاواة: تتوافر أعراف اجتماعية إيجابية، بما فيها الأعراف المتعلقـة بـالنوع الاجتمـاعي، لضـــمـان تســـاوي الحقوق والفرص لجميع المراهقين. | – الرفاهية اجتماعية والثقافية |
| | ▪ عدم التمييز. | ▪ عـدم التمييز: يتمتّع المراهق بحريـة ممـارســـة معتقـداتـه الشـــخصـــية والثقافية والروحية، والتعبير عن هويته في بيئة خالية من التمييز؛ كما يتمتّع بحرية الوصـــول إلى معلومات موضـــوعية قائمة على الحقائق، وإلى الخدمات، من دون التعرّض لمواقف تتضمن إصدار أحكام عليه. | |
| | ▪ الخصوصية. | ▪ الخصـوصـية: لا تُشـارَك معلومات المراهق الشـخصـية وآراؤه وتفسيراته ومخاوفه وقراراته، بما فيها ما يُخزَّن على الإنترنت، ولا يُفصَح عنها من دون إذنه. | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ▪ الاستجابة للاحتياجات: إثراء الفرص المتاحة للمراهق. | ▪ الاستجابة للاحتياجات: تتاح للمراهق مجموعة واسعة من الفرص الآمنة والمحفّزة لقضاء وقت الفراغ أو لتنمية ذاته. | |
| التعلم والكفاءة والتعليم والمهارات والقابلية للتوظيف | ▪ التعلم: يلتزم المراهق بالتعلم المستمر، ولديه الدافعية إليه. | ▪ التعلم: يتلقى المراهق دعمًا لتنمية التزامه بالتعلم المستمر ودافعيته إليه. | – الرفاهية الأنفعالية و العاطفية |
| | ▪ التعليم. | ▪ التعليم: يتاح للمراهق الالتحاق بالتعليم النظامي حتى سن ١٦ عامًا، وتُتاح له بعد ذلك فرص للتعلم من خلال التعليم النظامي أو غير النظامي، أو التدريب. | |
| | ▪ الثقة بالقدرة على أداء الأمور بإتقان. | ▪ الثقة: يتلقى المراهق التشجيع اللازم، وتُتاح له الفرص الضرورية لتنمية ثقته بنفسه، ويُدعم ويُمكن لكي يشعر بأنه قادر على أداء الأمور بإتقان. | |
| | ▪ المهارات: يكتسب المراهق مهارات تقنية ومهنية ومهارات في مجال الأعمال ومهارات إبداعية، تمكّنه من الاستفادة من الفرص الاقتصادية والثقافية والاجتماعية الحالية أو المستقبلية. | ▪ المهارات: تتوافر للمراهق فرص لتنمية المهارات التقنية والمهنية، ومهارات الأعمال والإبداع، ذات الصلة باحتياجاته. | – الرفاهية المعرفية |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ▪ القابلية للتوظيف. | ▪ القابلية للتوظف: تتاح للمراهق فرصة الانخراط في أنشطة مستدامة لكسب العيش و/أو في ريادة الأعمال، لا تنطوي على استغلال، وتلائم عمره ومرحلته النمائية. | |
| | ▪ الموارد والمهارات الحياتية والكفاءات: يمتلك المراهق الموارد المعرفية والاجتماعية والإبداعية والانفعالية، والمهارات الحياتية ومهارات اتخاذ القرار، والكفاءات اللازمة للازدهار؛ بما في ذلك معرفة حقوقه وكيفية المطالبة بها، وكيفية التخطيط واتخاذ الخيارات. | ▪ الموارد والمهارات الحياتية والكفاءات: تتوافر للمراهق فرص لتنمية الموارد والمهارات الحياتية ومهارات اتخاذ القرار والكفاءات اللازمة للازدهار. | |
| القدرة على المبادرة و الصمود | ▪ الفاعلية: يتمتّع المراهق بتقدير الذات، وبإحساس بالفاعلية وبالتمكين من اتخاذ خيارات ذات معنى والتأثير في بيئته الاجتماعية والسياسية والمادية، ويمتلك القدرة على التعبير عن ذاته وتوجيهها بما يتناسب مع تطوّر قدراته ومرحلته النمائية. | ▪ الفاعلية: تتوافر للمراهق فرص لتنمية تقدير الذات، والإحساس بالفاعلية، والقدرة على اتخاذ خيارات ذات معنى والتأثير في بيئته الاجتماعية والسياسية والمادية، والتعبير عن ذاته وتوجيهها بما يتناسب مع القدرة المتطورة ومرحلة النمو. | – الرفاهية الأنفعالية و العاطفية |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ▪ الهوية: يشعر المراهق بالارتياح تجاه ذاته وهويته أو هوياته، بما في ذلك هويته الجسدية والثقافية والاجتماعية والجنسية وهويته المتعلقة بالنوع الاجتماعي. | ▪ الهوية: يتوافر للمراهق حيّز آمن يتيح له تنمية فهم واضح لذاته وهويته أو هوياته والشعور بالارتياح تجاهها، بما في ذلك هويته الجسدية والثقافية والاجتماعية والجنسية وهويته المتعلقة بالنوع الاجتماعي. | |
| | ▪ الإشباع وتحقيق الإمكانات: يشعر المراهق بأنه يحقّق إمكاناته في الحاضر، وبأنه سيتمكّن من تحقيقها في المستقبل. | ▪ الإشباع وتحقيق الإمكانات : تتوافر للمراهق فرص لتحقيق إمكاناته في الحاضر، وللتمكّن من تحقيقها في المستقبل. | |
| | ▪ الغاية: يشعر المراهق بأن لحياته غاية، ولديه رغبة في النجاح وتفاؤل بالمستقبل. | ▪ الغاية: تتوافر للمراهق فرص لتنمية الإحساس بأن لحياته غاية، والرغبة في النجاح، والتفاؤل بالمستقبل. | – الرفاهية المعرفية |
| | ▪ المرونة والقدرة على الصمود: يمتلك المراهق المقومات اللازمة للتعامل مع الشدائد في الحاضر والمستقبل، بطريقة تلائم تطوّر قدراته ومرحلته النمائية. | ▪ المرونة والقدرة على الصمود: تتوافر للمراهق فرص لتنمية القدرة على التعامل مع الشدائد في الحاضر والمستقبل، بطريقة تلائم تطوّر قدراته ومرحلته النمائية. | |

مما سبق يوضح الاهتمام بنموذج الرفاهية الشامل ؛ إلا أن الأبعاد قد تختلف ولكن توجد أبعاد أساسية لا تتغير في ( الرفاهية البدنية / الرفاهية النفسية / الرفاهية الاجتماعية / الرفاهية المعرفية) ؛ وهناك بعض الأبعاد التي قد تتغير مثل الرفاهية المالية ، الرفاهية الرقمية ؛ الرفاهية المهنية؛ وقد يتم دمج بعد أو أكثر .

وبناء على ما تم الاطلاع عليه من أطر دولية وجهود المنظمات المختلفة ونموذج الرفاهية الشامل والدراسات السابقة ؛ يُمكن تحديد أبعاد الرفاهية والتي تعد الركائز الأساسية المكونة لـ جودة حياة النشء والشباب (Quality of Life) كما يأتي:

٦-٣-١ بعد الصحة والرفاهية البدنية ويقصد بها حالة الصحة واللياقة التي تشمل الاحتياجات البدنية للفرد، والتي قد تتضمن الترطيب والتغذية السليمة، بالإضافة إلى الممارسات العلاجية؛ وتعد عنصر أساسي في خطة الصحة الشاملة التي تتناول جوانب مختلفة من الصحة العامة؛ تعزز الرفاهية البدنية الحاجة إلى النشاط البدني، والغذاء الصحي، والنوم الكافي لتحقيق الصحة المثلى والأداء الأمثل؛ وتتعدد عناصرها التي يجب الاهتمام بها ؛ و يُمكّن للفرد الوصول إلى مستوى مثالي من الصحة البدنية من تنمية المسؤولية الشخصية تجاه صحته؛ فعندما يُصبح أكثر وعيًا بصحته البدنية، سيتمكن من تحديد نقاط قوته ونقاط ضعفه التي يرغب في تحسينها؛ و تُعدّ الصحة و الرفاهية البدنية مهمة لأنها تُشجع الفرد على الاهتمام بجسمه من خلال النشاط البدني، والتغذية السليمة، وبالتالي العقل السليم؛ والنشاط البدني ضروريًا للحفاظ على صحة الجسم في أفضل حالاتها؛ و من فوائد النشاط البدني المؤكدة: تقوية العظام والعضلات، وتقليل خطر الإصابة بالأمراض والسكتة الدماغية، وزيادة الطاقة. (Physical Wellness, 2026)

٦-٣-٢ بعد الصحة النفسية والانفعالية حالة إيجابية من الصحة العقلية، و أكثر من مجرد غياب المرض النفسي؛ ويتمتع الأشخاص الأصحاء نفسياً بالإيجابية والثقة بالنفس والسعادة؛ ويتحكمون في أفكارهم ومشاعرهم وسلوكهم، مما يمكّنهم من مواجهة التحديات وبناء علاقات قوية والاستمتاع بالحياة؛ وهناك العديد من الطرق التي يمكن للفرد من خلالها تحسين الرفاه النفسية، وبناء قدرته على التحمل، والاستمتاع بالحياة بشكل أكبر؛ منها التصالح مع النفس، و من علامات الصحة النفسية التعرف على الذات وما الذي يسعد، والاعتراف والاقرار بما يمكن

تغييره وما لا يمكن تغييره في الذات، وتحديد القدرات ونقاط الضعف ، وتقبلها، ونقاط القوة وتطويرها.(What is Mental Wellness?, 2026)

٦-٣-٣ بعد الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الانسانية يتعلق بتفاعل الفرد مع الآخرين والمجتمع والطبيعة؛ وقد ذكر تقرير لمنظمة الصحة العالمية أن "الاندماج في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد أمر حيوي للتمكين المادي والنفسي والاجتماعي والسياسي الذي يدعم الرفاهية الاجتماعية والصحة العادلة؛ وترتبط بالقدرة على إدراك المشاعر وفهمها وتقبّلها، مع إدارة التوتر والتكيف مع التغيير والحفاظ على علاقات صحية؛ ولا يعني ذلك الشعور بالسعادة طوال الوقت، بل الاستجابة بشكل بنّاء لتحديات الحياة والتعافي من الصعوبات؛ فالوعي والفهم والقبول للمشاعر، يُمكن الفرد من التعامل بفعالية مع التحديات والتغيير. (Resnick & Goldman, 2026 )

٦-٣-٤ بعد الرفاهية العقلية والمعرفية تُعرَّف الصحة الفكرية بأنها إدراك الفرد لقدراته الإبداعية وإيجاد طرق لتوسيع معارفه ومهاراته؛ و تتجاوز مهارات الدراسة والكفاءات المهنية والنجاح الوظيفي؛ إنها فرصة لاكتشاف الذات بكل جوانبها، واكتساب الفرد لفهم أعمق لقيمه ونقاط قوته، وكيف يتعلم وينمو من خلال الجهد والسهولة على حد سواء. (Intellectual Wellness, 2026)

٦-٣-٥ بعد الرفاهية الأكاديمية والتعليمية وتُشير إلى رضا الشخص وأدائه وعلاقته الشاملة بالمدرسة أو التعلم، مع مراعاة توازن صحته البدنية والنفسية والاجتماعية؛ ويتضمن ذلك الشعور بالكفاءة والحماس والانخراط في الدراسة دون الوصول إلى مرحلة الإرهاق؛ والرفاهية الأكاديمية تعني أكثر من الحصول على درجات مرتفعة؛ ولكن تتعلق بتطوير عادات واستراتيجيات تساعد النشء والشباب على التعلم بفعالية، وإدارة وقتهم، والحفاظ على حماسهم دون إرهاق؛ وهذا يتطلب إدارة الوقت وتنظيمه تحديد العادات التي يؤثر على الاستيعاب والانتاجية؛ معرفة الوصول إلى المصادر الأكاديمية وكيفية استخدامها؛ الحضور والمشاركة في الصف؛ تحديد الأهداف والحفاظ على دوافع التعلم؛ التوازن والوقاية من الإرهاق؛ عقلية النمو والتعاطف مع الذات؛ والنزاهة الأكاديمية.(Academic Wellness, 2026)

٦-٣- ٦ بعد الرفاهية الرقمية يمكن فهم الرفاه الرقمي على أنه الحفاظ على مستوى عالٍ من الرفاهية الذاتية في بيئة تتسم بالاستخدام المكثف للأدوات الرقمية؛ في مثل هذه البيئة،

يستطيع الأفراد ذوو الرفاه الرقمي العالي استخدام الأجهزة والوسائط الرقمية براحة وأمان وشعور بالرضا ؛ الرفاه الرقمي تجربة شخصية لموازنة فوائد ومخاطر الأجهزة والمنصات المحمولة؛ يهدف هذا المفهموم إلى تمكين الأفراد من إيجاد أفضل توازن في استخدام الأدوات الرقمية بشكل صحي وتحقيق أعلى استفادة من هذه التجربة .وتتضمن هذه الحالة التجريبية التقييمات العاطفية والمعرفية لتكييف الاتصال الرقمي مع الحياة اليومية؛ ويمكن القول إن الرفاهية الرقمية تساعد الأفراد على الشعور بالتحسن، وتقوية الروابط الاجتماعية، والمساهمة في التطور الشخصي من خلال استخدام هذه الأدوات بوعي وبشكل صحي .إن التعامل مع الرفاهية الرقمية من منظور إيجابي يُثري علاقات الأفراد بالتكنولوجيا، مما يضيف قيمة إلى حياتهم؛ وبالتالي، لا تقتصر الرفاهية الرقمية على الحد من الإدمان أو المخاطر فحسب، بل تشمل أيضاً تمكين الأفراد من تطوير وبناء علاقات هادفة وممتعة في العالم الرقمي .
(Tayiz, Vangölü, Özo, & Tanhan, 2025)

٦-٣-٧ بعد الرفاهية البيئة والمكانية يُشير إلى العيش والتفاعل مع بيئات آمنة وداعمة وصحية - سواء في مساحة الفرد الشخصية أو في العالم الطبيعي الأوسع - مع تحمل المسؤولية عن حماية البيئة؛ كما تعني الرفاهية البيئية التمتع بصحة جيدة من خلال التواجد في بيئات ممتعة ومحفزة تدعم جودة الحياة. فهي تعزز التفاعل مع الطبيعة فضلاً عن خلق بيئة شخصية ممتعة يمكن للجميع التمتع بوعي بيئي قوي ببساطة عن طريق رفع مستوى وعيهم ودمج عناصر تساعد في جعل بيئتهم المحيطة أكثر ملاءمة وراحة لهم؛ ويكمن جوهر الرفاهية البيئية في الاحترام، احترام الطبيعة بكل أشكالها وجميع الكائنات الحية التي يعيش فيها الفرد عندما يصبح واعيًا بيئيًا، يُدرك كيف تؤثر العادات اليومية على الحياة ؛ وأن الرفاهية البيئية أمر بسيط، ولكن يؤدي إلى نمط حياة أكثر توازنًا.

والوصول إلى الرفاهية البيئية في غاية السهولة؛ و هناك العديد من الممارسات الصديقة للبيئة التي يمكن للفرد تبنيها لتحسين علاقته بالبيئة؛ فالحفاظ على البيئة أساس كل شيء؛ ويُمكن تحقيق ذلك من خلال تجهيز المنزل أو مكان العمل أو الدراسة بطريقة أكثر كفاءة وراحة؛ و الحافظ على الطاقة؛ و إعادة التدوير .(Environmental Wellness, 2026)

# القسم السابع

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## النهج الشامل للمؤسسات التربوية لتعزيز جودة الحياة والرفاهية

## ٧-النهج الشامل للمؤسسات التربوية لتعزيز جودة الحياة والرفاهية

نهج المدرسة الشاملة (شبكة الخبراء المعنية بالبعد الاجتماعي للتعليم والتدريب بالاتحاد الأوروبي)

(CEFAI, SIMÕES, & CARAVITA, 2021)

صدر تقرير عن شبكة الخبراء المعنية بالبعد الاجتماعي للتعليم والتدريب بعنوان " نهج شامل ومنهجي للصحة النفسية والرفاهية في مدارس الاتحاد الأوروبي" ؛ وهي شبكة استشارية دولية من الخبراء تأسست لدعم وتطوير سياسات التعليم والتدريب على المستوى الأوروبي، وتعزيز البعد الاجتماعي للتعليم (مثل الحد من الفقر، وتحقيق المساواة والإدماج الاجتماعي).[6] Network of Experts on the Social dimension of Education and Training (NESET)

تتمتع التدخلات التي تشمل المدرسة بأكملها بتأثير إيجابي أكبر على مخرجات الطلاب مقارنة بالمكونات الفردية أو المجرّدة، شريطة أن يتم تطبيقها بشكل جيد، ودمجها في نسيج بيئة المدرسة، واستمرارها بمرور الوقت. يحشد النهج الشامل للمدرسة الموارد المختلفة لمجتمع المدرسة بأسره، بما في ذلك المشاركة الفعالة وأصوات الطلاب والموظفين وأولياء الأمور والمختصين، نحو جهد تعاوني لتعزيز الصحة العقلية والرفاهية لجميع أعضاء المجتمع.

تترك التدخلات الشاملة للمدرسة والمطبقة بشكل جيد أثراً إيجابياً على مجموعة من المخرجات العقلية والاجتماعية والعاطفية والتعليمية؛ بما في ذلك زيادة الوعي بالصحة العقلية، والكفاءات الاجتماعية والعاطفية، والصحة العقلية الإيجابية، فضلاً عن تقليل أعراض ومشاكل الصحة العقلية مثل الاضطرابات النفسية، والقلق، وتعاطي المواد المخدرة، والعنف، والتنمر. كما يساعد تعزيز الصحة العقلية في تحدي النظرات السلبية تجاه قضايا الصحة العقلية، مما يؤدي إلى الحد من السلوكيات الوصمية.

وقد أفادت مراجعات مختلفة أيضاً بوجود تأثير على التزام الأطفال بالمدرسة وشعورهم بالانتماء، إلى جانب تعزيز دافعية التعلم والتحصيل الأكاديمي. وأخيراً، تظهر الآثار الإيجابية أيضاً بين الأطفال

---

[6]- شبكة NESET تابعة وممولة من المفوضية الأوروبية (European Commission)، وتحديداً الإدارة العامة للتعليم والشباب والرياضة والثقافة(DG EAC) ، بينما تتولى شركة PPMI إدارة وتنسيق أعمالها؛ بعد انتهاء مهام شبكتي NESET و EENEEفي منتصف عام ٢٠٢٥، تم دمج الشبكتين في شبكة واحدة جديدة تُدعى ENESET، واستمرت PPMIفي تولي مهمة تنسيقها وإدارتها أيضاً.

المعرضين لخطر الإصابة بمشكلات الصحة العقلية أو الذين يعانون منها بالفعل، مما يساهم في تعزيز مرونتهم وتقليل عدم المساواة الاجتماعية والاقتصادية.

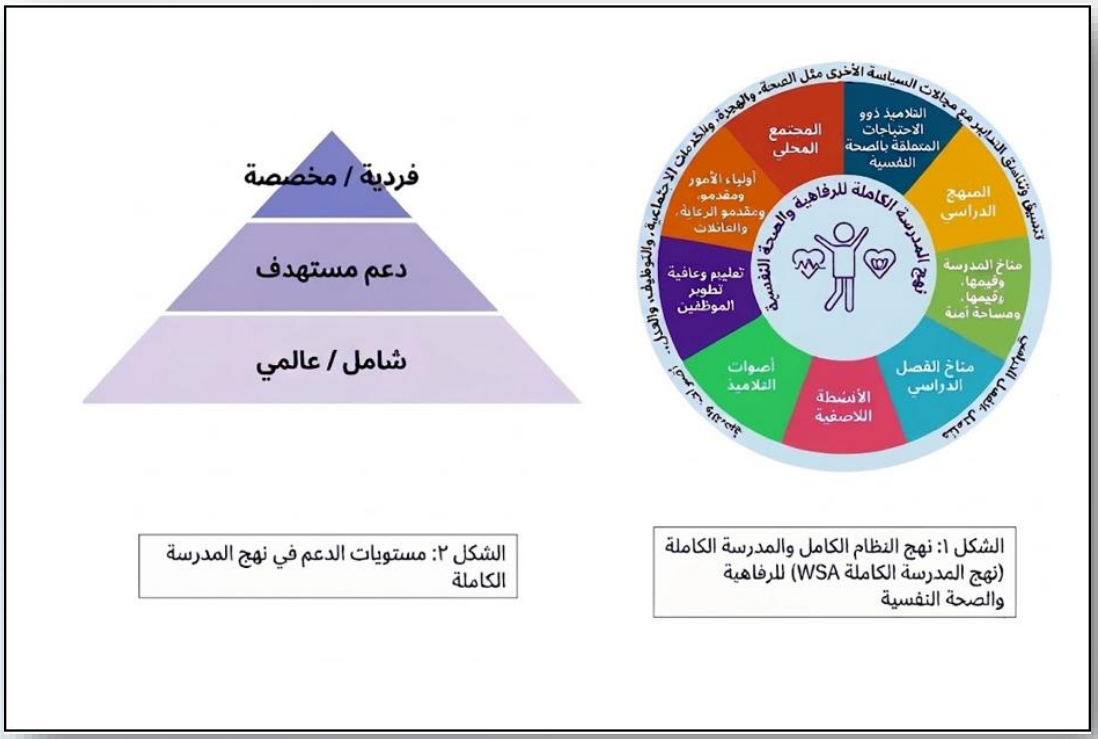
يقدم هذا التقرير (CEFAI, SIMÕES, & CARAVITA, 2021)إطاراً متكاملاً لنهج يشمل المدرسة بأكملها لدعم الصحة العقلية والرفاهية، ويتضمن تدخلات على المستويين المناهجي والبيئي، وتدخلات شاملة ومستهدفة متكاملة، بمشاركة مجتمع المدرسة بأكمله. يتكون الإطار من ثلاثة مكونات رئيسية؛ وهي: مجموعة من المبادئ الموجهة للإطار، والعناصر الأساسية في طبقات الفصل الدراسي والمدرسة والقطاعات المشتركة، وعمليات الاستدامة التي تدعم النهج الشامل للمدرسة.

وحدد هذا التقرير التحليلي التوصيات الرئيسية التالية:




شكل (٢٥) التوصيات الرئيسية نهج شامل ومنهجي للصحة النفسية والرفاهية في مدارس الاتحاد الأوروبي

النهج الشامل للمدرسة بشأن الرفاهية والصحة النفسية من قبل المفوضية الأوروبية




الشكل ٢: مستويات الدعم في نهج المدرسة الكاملة

الشكل ١: نهج النظام الكامل والمدرسة الكاملة (نهج المدرسة الكاملة WSA) للرفاهية والصحة النفسية

شكل (٣٦) النهج الشامل للمدرسة بشأن الرفاهية والصحة النفسية من قبل المفوضية الأوروبية (European School Education Platform, 2026)

وهذا النهج الشامل، يتضمن تحديد العوامل الفردية والاجتماعية والبنيوية التي تشكل مخاطر، حتى يتمكن الطلاب الذين قد يواجهون مشكلات صحة نفسية من الحصول على دعم إضافي محدد، سواء في مجموعات صغيرة أو على مستوى فردي، وبالتعاون مع المتخصصين الصحيين والجهات المعنية؛ النموذج الدائري يكتمل هذا النهج من خلال توضيح الركائز الأساسية، والتي تتضمن: المنهج الدراسي، وأجواء ومناخ المدرسة وبيئتها؛ الشراكات مع الأسرة والمجتمع؛ أصوات المتعلمين؛ وتعليم ورفاهية موظفي المدرسة، بما في ذلك كفاءتهم ومهاراتهم الاجتماعية والعاطفية ورفاهيتهم الشخصية؛ ومن المهم ملاحظة أن هذه العوامل مترابطة ومتداخلة بشكل كبير. (European Union, 2024 )

ويعمل النموذج على ثلاثة مستويات للدعم :

دعم شامل لجميع الطلاب والعاملين.

تقديم الدعم الموجه الطلاب المعرضين للخطر.

تقديم الدعم الفردي للأفراد ذوي الاحتياجات الكبيرة، بمشاركة متخصصين في الرعاية الصحية.
يتم اتباع نفس المستويات في تنفيذ الإرشادات:

جدول (١٤) مستويات الدعم النهج الشامل للمدرسة

| دعم الفردي | دعم الموجه | دعم شامل |
|---|---|---|
| توفير التدخل المبكر والدعم من خلال موظفين مدربين . | تحديد ودعم الطلاب المعرضين لخطر الإصابة بمشاكل الصحة العقلية . | تعزيز المناخ المدرسي الإيجابي وتمكين الطلاب . |
| التعاون الوثيق مع العائلات والمتخصصين في الرعاية الصحية. | استخدم الأدوات الرقمية بوعي، مع مراعاة تأثيرها على الصحة النفسية . ضمان بيئات مدرسية آمنة لمنع العنف والتنمر. | دمج التعلم الاجتماعي والعاطفي في المناهج الدراسية. |
| | | ضمان التدريب الكافي للمعلمين وإدراج الرفاهية في تعليم المعلمين . |
| | | تعزيز التعاون مع أصحاب المصلحة . |

ويركز النهج الشامل للمدرسة على ركائز أساسية، يتضمن المناهج الدراسية، والبيئة المدرسية، ومشاركة الأسر، وإتاحة الفرصة للطلاب للتعبير عن آرائهم، ورفاهية الكادر التعليمي؛ هذه الركائز مترابطة، وتهدف إلى تنمية الكفاءة الاجتماعية والعاطفية للطلاب، مع توفير بيئة داعمة لرفاهيتهم الشاملة. ومن المهم أن هذا النهج يُقرّ بأن الرفاهية لا ينبغي أن تؤثر سلبًا على جودة التعليم، والعكس صحيح، مما يجعل المدارس منصات حيوية لإعداد الشباب للمجتمع، مع ضمان نموهم المتكامل. (European Union, 2024 )




شكل (٢٦) البيانات الرئيسية حول الرفاهية في المدارس (European Union, 2024, p. 8 )

بالنظر إلى الاتجاهات المحددة في الشكل السابق ، يتضح الدور المهم للرفاهية في تعزيز الرفاه الصحية والتعلم للأطفال والشباب، ومن الواضح أنه، بجانب التحصيل الأكاديمي، يجب أن تصبح

الرفاهية أحد الأهداف الأساسية في التعليم. ومع ذلك، فإن تحقيق هذا الهدف يتطلب عدة تغييرات أساسية في معظم السياقات.

وقد تم تحديد التوصيات الـ ١١ الواردة أدناه إلى توجيه صانعي السياسات في هذا التحول؛ و لكي تكون مستدامة، يُعد رصد وتقييم السياسات جانباً حاسماً لمجالات العمل في تطوير جميع السياسات والتدابير المقترحة والتي سيتم عرضها؛ وعند إطلاق سياسات جديدة، يجب التأكد من وضع الهياكل والموارد اللازمة لجمع البيانات ذات الصلة المتعلقة بتنفيذها وتأثيرها؛ واستناداً إلى البيانات المُجمّعة، ينبغي إجراء تقييمات دورية لفهم كيفية تأثير السياسات الجديدة على مختلف الفئات المستهدفة وما إذا كانت تحقق الأهداف المقترحة؛ وهذه التوصيات تتحدد كما يأتي: ( European Union, 2024)

إقامة مناخ مدرسي إيجابي يعتمد على المشاركة الفعّالة وتمكين الطلاب

المناخ المدرسي مفهوم متعدد الأبعاد يمثل تصورات البيئة التعليمية، ويرتبط بالمعتقدات والقيم والمواقف التي تشكل التفاعلات بين الطلاب والمعلمين والإداريين داخل المدرسة.

وتُظهر الأبحاث أن بيئة تعليمية إيجابية وآمنة وصحية وشاملة بشكل استباقي ومبنية على العلاقات تؤدي إلى تعلم وتدريس أكثر فعالية وتحقيق أكاديمي أعلى؛ فهي تحسن المشاركة والنمو الشخصي وتعزز رفاهية المتعلمين والمعلمين؛ كما أن المناخ المدرسي الإيجابي مرتبط بانخفاض المشاكل السلوكية وتحسن الصحة العقلية، ويساعد في تقليل تأثير الوضع الاجتماعي والاقتصادي المنخفض على التحصيل الدراسي. بناء مناخ مدرسي إيجابي يتماشى مع حقوق الأطفال والشباب في الصحة الجسدية والعقلية والتعليم الجيد والحماية والمشاركة.




شكل (٢٧ ) المناخ المدرسي الايجابي في النهج الشامل للمدرسة (European Union, 2024, p. 10 )

نقاط العمل لصانعي السياسات لإقامة جو مدرسي إيجابي يعتمد على المشاركة الفعّالة وتمكين الطلاب

ادماج رفاهية الأطفال في التشريعات الوطنية، والتأكد من أن الأطر القانونية والمناهج والمعايير وغيرها من الوثائق الاستراتيجية تؤكد أن الرفاهية هدف رئيسي للتعليم.

التأكد من أن هذا الهدف يظهر في ميزانيات التعليم والصحة والرعاية الاجتماعية، مع استثمار كافٍ في البنية التحتية، والتعليم الابتدائي والتطوير المهني المستمر للمعلمين والموظفين في رفاهية الأطفال، وأن المدارس وأصحاب المصلحة الآخرين، بما في ذلك العائلات، لديهم القدرة على تنفيذ هذا الهدف.

إنشاء دور محدد (منسق) مسؤول عن الرفاهية في كل مؤسسة تعليمية، مع تخصيص وقت وميزانية مرتبطة لأداء هذه المهمة.

تصميم وتنفيذ ومراقبة سياسات التعليم من خلال نهج تشاركي بالكامل؛ تخصيص سياسات وممارسات وموارد محددة لوضع آليات مستقرة ومتكاملة لاستشارة المتعلمين وإشراكهم في عملية اتخاذ القرار.

التنسيق والمراقبة ومشاركة الممارسات القائمة على الأدلة حول كيفية تنفيذ نهج شامل على مستوى النظام وكامل المدرسة للرفاهية والصحة النفسية في التعليم الرسمي وغير الرسمي.

مؤشرات النجاح

المناخ الإيجابي في المدرسة ينعكس في رؤية المدرسة، مهمتها، وخططها.

إدارة المدرسة تعزز ذلك بنشاط.

تخصيص وقت كافٍ وفريق مخصص.

وجود آليات لمشاركة الأطفال.

يتم متابعة مناخ المدرسة من خلال التغذية الراجعة المنتظمة من المجتمع.

تقييمات مناخ المدرسة تعتبر جزءًا من التقارير والتقييمات السنوية.

دمج التعليم الاجتماعي والعاطفي في المنهج الدراسي بدءًا من مرحلة الطفولة المبكرة




شكل (٢٨) دمج التعليم الاجتماعي والعاطفي في النهج الشامل للمدرسة (European Union, 2024, p. 12 )

يبرز إدراج مهارات "القدرات الشخصية والاجتماعية والتعلم من أجل التعلم" ضمن الكفاءات الأساسية الثماني للتعلم مدى الحياة في عام ٢٠١٨م أهمية التعليم الاجتماعي والعاطفي باعتباره مجالاً رئيسياً ذو أولوية في التعليم. تشير الأبحاث بوضوح إلى أن الرفاه والتحصيل الأكاديمي والتعلم الاجتماعي والعاطفي مترابطة بشكل وثيق وتدعم بعضها البعض؛ فالمتعلمون الذين يمتلكون مهارات اجتماعية وعاطفية أفضل في المدرسة يحققون أداءً أكاديمياً أفضل؛ وإلى جانب التدريس والتعلم، يجب توسيع آليات التقييم الرسمي، لا سيما التقييم التكويني، لتشمل مثل هذه المهارات؛ وعلى الرغم من هذه الأدلة، فإن النهج المتبع عبر مختلف البلدان اليوم يتسم بالتنوع والتشتت، حيث لا يُنظر عموماً إلى التعلم الاجتماعي والعاطفي Social and Emotional Learning (SEL) باعتباره هدفاً تعليمياً بارزاً. ( European Union, 2024)

نقاط العمل لصانعي السياسات (European Union, 2024 )

تطوير فهم واضح للمكونات الأساسية لبرامج التعلم الاجتماعي والعاطفي من حيث ممارسات التدريس والتعلم والتقييم.

استلهام الأفكار من الأطر الحالية المستندة إلى الأدلة، مثل إطار "LifeComp" [7] .

جمع البيانات حول الوضع الحالي لتعزيز التعليم الاجتماعي والعاطفي في المؤسسات التعليمية، بما في ذلك آراء واحتياجات أصحاب المصلحة المعنيين.

تطوير أو تحديث السياسات القائمة لدمج التعلم الاجتماعي والعاطفي في المواد الإجبارية بدءاً من التعليم والرعاية في الطفولة المبكرة وصولاً إلى التعليم الثانوي.

إعادة تقييم و/أو إعادة ضبط السياسات القائمة لتخصيص الموارد والمساحة والوقت اللازم داخل المناهج الدراسية وخارجها.

مؤشرات النجاح

أخذ إجراءات التفتيش والتقييم المدرسي في الاعتبار كل من الرفاه والتعلم الاجتماعي والعاطفي.

يتم دمج كفاءات التعلم الاجتماعي والعاطفي بصورة أساسية عبر جميع المواد الدراسية.

تذكر الوثائق الاستراتيجية الأساسية في قطاع التعليم موضوع الرفاه والتعلم الاجتماعي والعاطفي

ويمكن :

تنظيم دورات تدريبية لا تقتصر على كيفية تنفيذ الممارسات الاجتماعية والعاطفية فحسب، بل تشمل أيضاً توضيح سبب أهميتها، مع التركيز على تأثيرها الإيجابي على رفاه كل من المتعلمين والمعلمين.

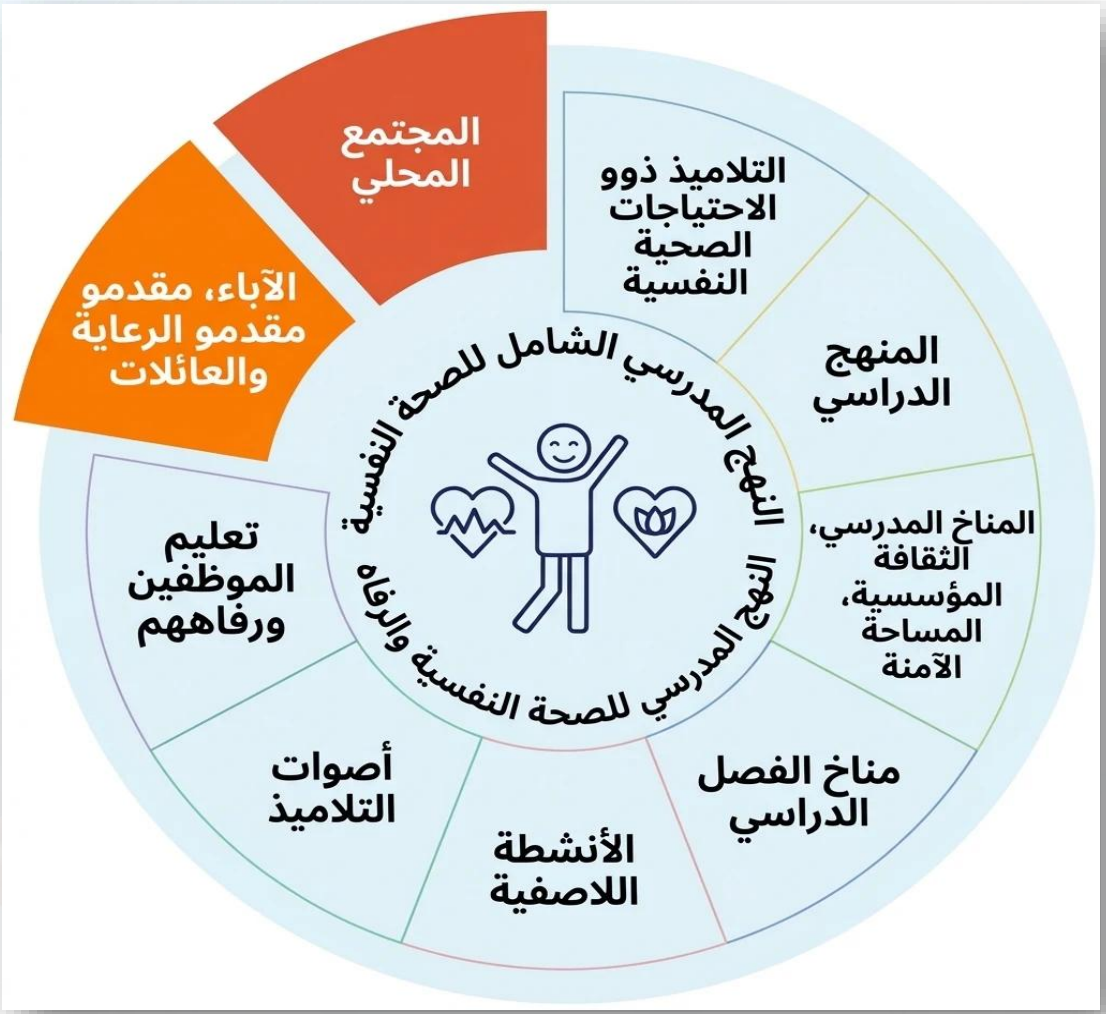
---

[7] - يُعد إطار "لايف كومب" (LifeComp) إطاراً لتأسيس فهم مشترك للكفاءة الأساسية المتمثلة في "القدرات الشخصية والاجتماعية والتعلم من أجل التعلم". وهو إطار مفاهيمي غير إلزامي، ويمكن استخدامه أساساً لتطوير المناهج الدراسية وأنشطة التعلم.
يهدف هذا الإطار إلى مساعدة الأفراد على إطلاق العنان لإمكاناتهم الديناميكية، وتنظيم مشاعرهم وأفكارهم وسلوكياتهم ذاتياً. والغرض من ذلك بناء حياة هادفة، والتعامل مع التعقيدات، والارتقاء كأفراد ناجحين، وفاعلين اجتماعيين مسؤولين، ومتعلمين متأملين مدى الحياة؛
يصف إطار "LifeComp " تسع كفاءات يمكن للجميع تعلمها في سياق التعليم النظامي وغير النظامي والعرضي.

استكمال التدريب بتقديم التوجيه والدعم المستمر للمعلمين من أجل التغلب على مقاومتهم وضمان استدامة التعلم الاجتماعي والعاطفي Social and Emotional Learning (SEL).

إطلاق حملات توعية تستهدف أولياء الأمور حول أهمية الرفاه والتعليم الاجتماعي والعاطفي وعلاقتهما بالتحصيل الأكاديمي، وذلك للتغلب على أي مقاومة محتملة.

تعزيز الشراكات التعاونية بين المدارس والمجتمعات وأصحاب المصلحة لتحسين الرفاهية




شكل ( ٢٩) تعزيز الشراكات التعاونية في النهج الشامل للمدرسة (European Union, 2024, p. 14 )

كجزء من النهج المدرسي الشامل، تعترف الشراكات التعاونية بأن المدارس أنظمة ديناميكية ومتعددة الأبعاد ومترابطة، لا تقتصر على نقل المعرفة والكفاءات فحسب، بل تتفاعل بنشاط مع مجتمعها، مقدمةً ومتلقيةً للدعم؛ لا تملك المدارس القدرة بمفردها على معالجة قضايا الرفاه والصحة النفسية، ومن هنا تنبع الحاجة إلى إقامة شراكات تعاونية؛ وتضم هذه الشراكات مختلف المؤسسات والمنظمات وأصحاب المصلحة من المجتمع المحلي والقطاعات الأخرى. وهناك حاجة متزايدة لنهج متكاملة بين قطاع التعليم والقطاعات الأخرى، ولا سيما قطاعي الصحة والخدمات الاجتماعية.

نقاط عمل لصانعي السياسات

تعزيز التعاون بين جميع الهيئات المعنية، ولا سيما وزارات التعليم والصحة، فضلاً عن الوزارات المسؤولة عن الرعاية الاجتماعية، والدمج، والهجرة، والثقافة، وغيرها، لضمان اتباع نهج منسق ومتكامل لرفاه المدارس.

تطوير سياسات شاملة تهدف صراحةً إلى بناء شراكات تعاونية لدعم المدارس في معالجة مسألة الرفاه، لا سيما مقدمي الرعاية الصحية، ومنظمات المجتمع المحلي، والهيئات المحلية.

تطوير أو تعديل التشريعات التي تفرض توفير خدمات الصحة النفسية والبدنية من خلال المدارس. وضع لوائح تنظيمية واضحة تحدد أدوار مختلف أصحاب المصلحة في دعم رفاه المتعلمين والمعلمين.

تهيئة الظروف المناسبة، من خلال التشريعات، لمشاركة البيانات بين مختلف الجهات الفاعلة المشاركة في قطاع التعليم.

تحديد الملفات المهنية المطلوبة للعمل مع المدارس بوضوح، مثل منسق المدرسة المعززة للصحة، والإرشاد والتوجيه النفسي، والفرق النفسية والاجتماعية، وممرضي المدارس.

إشراك أولياء الأمور، والتلاميذ، والمجتمع المحلي، والمنظمات غير الحكومية ذات الصلة، وجمعيات المعلمين، ونقابات التعليم في عملية صنع سياسات الرفاه.

دعم المدارس بإرشادات حول كيفية تنفيذ مشاركة هادفة لأفراد المجتمع المدرسي بأكمله.

تطوير كفاءات محددة للمعلمين وموظفي المدرسة بشأن كيفية التفاعل مع أصحاب المصلحة والشركاء الآخرين.

ضمان الموارد اللازمة لتعزيز قدرة المدرسة على العمل بشكل تشاركي مع المجتمع الخارجي (مثل الميزانية الكافية وعدد المتخصصين المدربين بشكل مناسب).

بناء شراكات قوية بين المدارس ومؤسسات البحث.

مؤشرات النجاح

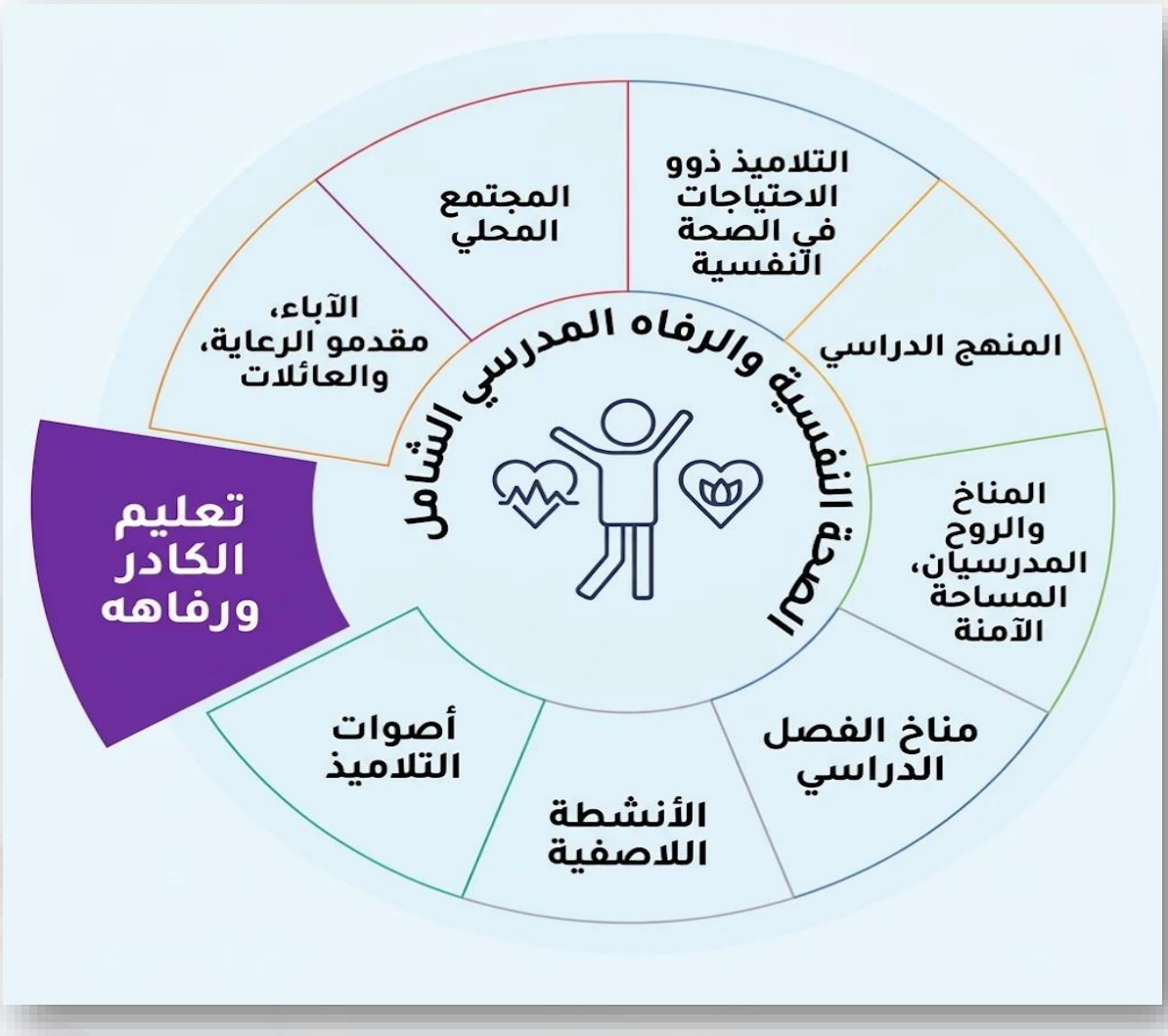
تتضمن إجراءات التفتيش والتقييم المدرسي مؤشرات حول جودة التعاون مع أصحاب المصلحة في المجتمع.

متابعة مشاركة أصحاب المصلحة في عمليات صنع القرار المدرسي.

قياس تأثير المشاريع التعاونية بشكل منهجي.

على المستوى المحلي، تضطلع البلديات بدور رئيسي في بناء تعاونات أكثر منهجية من خلال الاستفادة من الموارد، وإنشاء المساحات والهياكل، ومتابعة التنفيذ، والدعوة لسياسات الرفاه .أمثلة :شبكة المدن الأوروبية.(Eurocities)

الدمج الكامل لمبادئ الرفاهية في برامج إعداد المعلمين (ITE)




شكل (٣٠) الدمج الكامل لمبادئ الرفاهية في برامج إعداد المعلمين (ITE) في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 16)

يُقصد برفاء المعلمين بوجه عام استجابتهم للشروط والأوضاع المعرفية والعاطفية والصحية والاجتماعية المرتبطة بعملهم ومهنتهم. ويؤثر رفاه المعلمين في كفاءتهم الذاتية، وممارساتهم التدريسية، وإنجازات متعلميهم؛ وتزداد إمكانية ترك المهنة لدى المعلمين الذين يعانون من تدني مستوى الرفاه.

ويُعد الإعداد والتدريب الأولي للمعلمين (ITE) نقطة البداية المثلى لتناول مسألة رفاه المعلمين؛ فخلال هذه المرحلة، ينبغي أن يكون المعلمون قادرين على فهم مفهوم الرفاه، وتعلم كيفية إدراك رفاههم الشخصي والتفكير فيه، واكتساب الكفاءات اللازمة لدعم رفاه تلاميذهم (المستقبليين)، ورفاههم الشخصي، ورفاه زملائهم. ونتيجة لذلك، تُعد الشراكة الأقوى بين صانعي السياسات التعليمية ومقدمي برامج الإعداد الأولي للمعلمين أمراً بالغ الأهمية.

نقاط عمل لصانعي السياسات

السعي نحو تبني نهج شامل للرفاه في برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE)، والذي يتضمن الدعم، والإرشاد، والتدريب، والتعاون.

تصميم برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) بحيث تمكّن المعلمين المستقبلين من تولي مسؤولية رفاههم بأنفسهم، على سبيل المثال من خلال استراتيجيات التدخل الذاتي، وتعزيز السلوكيات الاستباقية، والتعلم الاجتماعي والعاطفي.

تطوير أو تكييف إطار كفاءات الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) اللازم لتقديم تدخلات الرفاه والصحة النفسية، وذلك بالتعاون مع الجهات المعنية.

تطوير سياسات للإرشاد والتوجيه، وإدخال برامج إرشادية للمعلمين المتدربين أثناء خبراتهم الميدانية العملية، وضمان فعالية علاقة التوجيه والإرشاد بين المرشد والمعلم المتدرب.

وفق علم التربية (الديداكتيك)، ينبغي أن تزوّد برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) المعلمين المستقبليين بالأدوات اللازمة لتنفيذ المنهج الرسمي من خلال ممارسات تربوية صديقة للأطفال، وتشاركية، وشاملة، ومستجيبة ثقافياً تتضمن بناء العلاقات.

بناء نهج تشاركي بين مؤسسات التعليم العالي التي تقدم برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) والمدارس؛ لضمان أن يكون التعليم المُقدَّم ملائماً لاحتياجات المدارس والمتعلمين؛ وينبغي على صانعي السياسات ضمان إلزام مؤسسات الإعداد الأولي للمعلمين رسمياً باستشارة المدارس والسلطات التعليمية عند تطوير برامج إعدادهم وتدريبهم الأولي للمعلمين.

مؤشرات النجاح

يُعد رفاه المعلمين والمتعلمين جزءاً أصيلاً بالكامل من برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE).

يتم تقديم التدريب على المناهج التشاركية والنهج المدرسي الشامل أثناء فترة الإعداد الأولي للمعلمين (ITE).

يطور مقدمو برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE)، بالشراكة مع المدارس، مخططات للإرشاد والتوجيه للمعلمين المتدربين.

يتم توفير التمويل للتدريب على الرفاه والوعي الذاتي للمعلمين المستقبليين.

تشكل مؤشرات الرفاه جزءاً من إطار كفاءات الإعداد الأولي للمعلمين (ITE).

يتم تقديم تدريب شامل للمدربين فيما يتعلق بموضوع الرفاه.

تدريب مدربي المعلمين على أهمية الرفاه في التعليم، للتغلب على تحدي تركيز الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) بشكل أساسي على التعلم الأكاديمي، بينما نادراً ما يتم تناول الرفاه.

مَنح قدر أكبر من الحرية للمعلمين لاختيار موادهم وفقاً لنقاط قوتهم، ومواهبهم، واهتماماتهم.

يجب على السلطات التعليمية والمدارس التعاون في برامج الإعداد الأولي للمعلمين (ITE) لمواءمتها مع احتياجات المدرسة والطلاب، وجسر الفجوة بين الممارسة، والمنهج الدراسي، والفصل.

تعزيز قدرات القيادات المدرسية لمعالجة الرفاه في المدارس وتوفير بيئات دمج ودعم.




شكل (٣١) تعزيز قدرات القيادات المدرسية لمعالجة الرفاهية في المدارس في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 18)

يُعد أعضاء القيادة المدرسية الفعّالة أمراً أساسياً لخلق مناخ مدرسي ذي تأثير إيجابي على تحصيل الطلاب، جودة التدريس، وتحفيز العاملين. فالقادة المدرسيون المتفانون، والموجهون بالقمان، والآكفار، والعالي التحفيز، يضعون رؤية مدرسية واضحة ومشتركة. ويستطيع قادة المدارس الناجحون الحفاظ على شعور بالالتزام والمحاسبة الشخصية تجاه عملهم، والتمسك بغاية أخلاقية راسخة، وبناء علاقات قائمة على الثقة مع الآخرين، والتركيز على التعلم والتطوير الذاتي، وتوفير فرص

التعلم لجميع الفاعلين في المدرسة. وينبغي أن يتحمل قادة المدارس المسؤولية عن تحسين رفاه العاملين في المدرسة والمتعلمين؛ ولا ينبغي أن يُنظر إلى ذلك باعتباره أمراً إضافياً هامشياً، بل ينبغي أن يكون متأصلاً في التفاعلات اليومية بين القادة والتربويين في المدارس.

نقاط العمل لصانعي السياسات

وضع آليات اختيار، وتدريب، وتأهيل، ودعم ملائمة للقيادات المدرسية.

إتاحة وتشجيع المشاركة في برامج تدريبية شاملة للقيادات المدرسية تغطي جوانب مختلف للرفاه والصحة النفسية، والإنصاف والدمج الاستباقي، ورفع الوعي بأهمية القيادة والتعاون. وينبغي أن تُعدّ برامج التدريب للقيادات المدرسية المستقبلية للقيادة الموزعة داخل المدرسة.

نظراً لأن المدارس المختلفة تتعامل مع تحديات وسياقات متباينة، ينبغي على صانعي السياسات تعزيز قدر أكبر من الاستقلالية والمحاسبية للمدارس والاعتماد على الإدارة المدرسية المحلية؛ من شأن ذلك تعزيز العمل القيادي الاستراتيجي والحلول المرتبطة بشكل أفضل بالسياقات الخاصة لكل مدرسة.

مؤشرات النجاح

ضمان حصول القيادات المدرسية على الموارد اللازمة لتعزيز الرفاه.

وضع معايير واضحة للختيار والتدريب للقيادات المدرسية.

توفر برامج تدريبية للرفاه خاصة بالقيادات المدرسية.

تعزيز الاستقلالية المتزايدة للمدارس بنشاط.

وقد أفاد الباحثون في نظريات التنظيم منذ وقت طويل أن الاهتمام بالثقافة يعتبر أهم إجراء يمكن أن يقوم به القائد؛ يجب على مديري المدارس الذين يسعون لتحسين أداء الطلاب التركيز على تحسين ثقافة المدرسة من خلال بناء علاقات إيجابية بينهم وبين المعلمين والطلاب وأولياء الأمور.

ضمان إنشاء مدارس آمنة لمنع ومعالجة مختلف أشكال العنف في المدرسة، بما في ذلك العنف القائم على النوع الاجتماعي والتنمر (والتنمر السيبراني).




شكل (٣٢) مدارس آمنة لمنع ومعالجة مختلف أشكال العنف في المدرسة في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 20)

تنص المادة ١٩ من اتفاقية حقوق الطفل التابعة للأمم المتحدة على أن "للأطفال الحق في الحماية من سوء المعاملة بدنيًا وعقليًا". ورغم ذلك، يعاني العديد من الأطفال في أوروبا من العنف، بما في ذلك داخل المدارس، حيث ينتشر التنمر (والتنمر السيبراني) بشكل خاص.

غالباً ما يعكس العنف المدرسي خلل التوازن في القوى داخل المجتمع الأوسع؛ إذ يمكن أن يؤثر بشكل غير متناسب على مجموعات معينة، مثل الأطفال القادمين من خلفيات اجتماعية واقتصادية هشّة، أو من خلفيات المهاجرين والأقليات، أو ذوي الإعاقة، أو بناءً على النوع الاجتماعي، وتُعد حماية المعلمين والعاملين في المدارس من العنف جانبًا حاسمًا ؛ إن معالجة العنف المدرسي تتطلب

جهداً مشتركاً يركز على الوقاية، والدعم، والرقابة، والمجتمع المحلي، وينبغي أن ينعكس ذلك في التوجهات، والأفكار، والكلمات، والأفعال اليومية.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

تطوير نهج استراتيجي على المستوى الوطني لتعزيز نهج "لا للتسامح مع العنف" في جميع المؤسسات التعليمية، بدءاً من مرحلة التعليم والرعاية في مرحلة الطفولة المبكرة بالتعاون مع المجتمعات المدرسية؛ ويجب دمج هذه الاستراتيجيات مع السياسات المعنية بتعزيز النجاح المدرسي.

العمل مع السلطات على المستوى الوطني لتطوير وتعزيز أنظمة متكاملة لحماية الأطفال بهدف حمايتهم من العنف، ووضع آليات للإبلاغ.

إنشاء أطر قانونية واقتصادية تضمن تحقيق تكافؤ الفرص في الأنظمة التعليمية، باعتباره شرطاً أساسياً للقضاء على العنف .

معالجة قضايا العنف المدرسي، والتمييز، والتنمر (والتنمر السيبراني) في جميع برامج إعداد المعلمين (ITE) والتطوير المهني المستمر.

تحديد أهداف ومؤشرات واضحة لقضايا العنف والتنمر (والتنمر السيبراني) لغايات التقييم، والمتابعة، وضمان الجودة.

دمج المهارات الاجتماعية والعاطفية، والمشاركة، والتربية الجنسية ضمن المناهج الدراسية كطريقة لمعالجة التنمر (والتنمر السيبراني) وأي شكل من أشكال العنف أو التمييز.

تقديم التوجيه والإرشادات للمدارس حول كيفية إنشاء آليات للإبلاغ عن العنف والتنمر اللذين يطالان التلاميذ والتربويين ومعالجتهما.

بناء قدرات المدارس لتوفير وصول سهل وسلس إلى الدعم الاجتماعي، والعاطفي، والنفسي .

تعزيز برامج التنشئة الوالدية القائمة على أدلة علمية، والتي تشجع أسلوباً تربوياً يُغذي نمو الطفل، ويدعم رفاهه، ويقي من العنف.

مؤشرات النجاح

وجود استراتيجية وطنية للوقاية من التنمر والعنف.

دمج الوقاية من التنمر والعنف ضمن المناهج الدراسية.

تقديم برامج التربية الجنسية الشاملة.

إدراج الوقاية من التنمر والعنف ضمن آليات ضمان الجودة.

تُظهر تحليلات التدخلات المناهضة للتنمر أن ممارسة التنمر يمكن الحد منها نتيجة لتبني نهج مدرسي شامل لمكافحة التنمر، وسياسات مناهضة للتنمر، وقواعد الفصل الدراسي وإدارته، والعمل الجماعي التعاوني والمواد المنهجية، وتوفير المعلومات للوالدين، والمشاركة غير الرسمية للأقران، والعمل مع الضحايا، وتدخلات الصحة النفسية.

تعزيز الرفاهية الرقمية:




شكل (٣٣) تعزيز الرفاهية الرقمية في النهج الشامل للمدرسة (European Union, 2024, p. 22 )

يُقصد بالرفاه في التعليم الرقمي الشعور بالرضا البدني، والمعرفي، والاجتماعي، والعاطفي الذي يُمكّن جميع الأفراد من المشاركة الإيجابية في كافة بيئات التعلم الرقمية، وتعظيم إمكاناتهم وتحقيق ذواتهم مع التصرف بأمان عبر الإنترنت.

وتؤدي الأدوات الرقمية والإعلامية دوراً أصيلاً في حياة الأطفال والمراهقين؛ حيث أصبح امتلاك الهاتف الذكي أمراً شائعاً، ويستطيع معظم المراهقين الوصول اليومي إلى الأجهزة الرقمية (أجهزة الكمبيوتر، الأجهزة اللوحية، والهواتف الذكية). وفي حين تمتلك التكنولوجيا الرقمية إمكانات هائلة لتحسين عمليات التدريس والتعلم، فإنه ينبغي علينا مراعاة التأثير الذي يخلّفه استخدامها الواسع النطاق في التعليم على رفاه المجتمع المدرسي.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

اعتماد وتعريف مفهوم "الرفاه الرقمي" ضمن الاستراتيجية الوطنية للتعليم الرقمي، بما يتوافق مع مقترحات سياسات الاتحاد الأوروبي.

دمج محو الأمية الرقمية المتاح للجميع وتزويد المعلمين بالمعارف الضرورية، والحلول العملية، والنصائح، والأفكار المحددة.

التأكيد على المهارات الرقمية كوسيلة للتعلم وتعزيز التوازن الجيد بين الأدوات الرقمية والتعليم التقليدي.

الإعداد والتطبيق للتشريعات الأوروبية المتعلقة بالذكاء الاصطناعي في التعليم.

تطوير توصيات أو إرشادات واضحة حول استخدام الأجهزة والأدوات الرقمية في المدارس.

تعزيز استخدام الأدوات ومراكز المعلومات المتاحة مثل مراكز إنترنت أكثر أماناً (SICs).

تقديم التوجيه والإرشاد للمعلمين وأولياء الأمور حول الأوقات المناسبة لقضاء وقت الشاشة وفقاً للمراحل العمرية المختلفة.

ضمان إشراك واستشارة الأطفال والمعلمين عن كثب عند تبني التكنولوجيات الرقمية في المدارس.

ضمان تدريب المعلمين بدرجة كافية في مجال محو الأمية الرقمية لفهم كيفية استخدام التكنولوجيا الرقمية لصالح التعلم والرفاه.

توفير أدوات تعليمية رقمية ميسورة الوصول للأطفال من ذوي الخلفيات الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة والأطفال ذوي الإعاقة.

تعزيز المنافع العامة الرقمية في التعليم، والمطورة عبر أساليب المصادر المفتوحة.

تشجيع البحوث حول أثر وفعالية سياسات التجهيزات الرقمية داخل الفصول الدراسية.

تشجيع التعاون والحوار مع قطاع تكنولوجيا التعليم (EdTech) بهدف تحسين ميزات الرفاه في التجهيزات الرقمية.

مؤشرات النجاح

توافر الإرشادات/التدريب في مجال الأمان عبر الإنترنت والتنمر (والتنمر السيبراني).

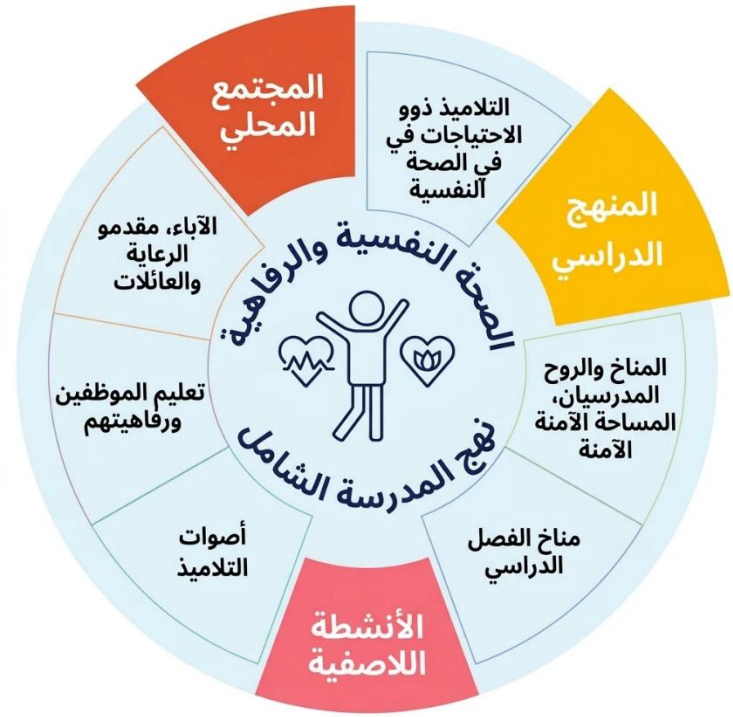
توفير المارد للتلاميذ غير القادرين على الوصول إلى التكنولوجيا الرقمية في المنزل.

توفير الموارد للمكتبات التي تقدم إمكانية الوصول المفتوح إلى التكنولوجيا الرقمية.

توفير التمويل للبحوث المتعلقة بآثار الرقمنة على الصحة النفسية للأطفال والمعلمين.

وجود تدابير تنظيمية بشأن استخدام التكنولوجيا الرقمية في التعليم.

حفظ الحقوق الأساسية من خلال حماية المُمكّنات الجوهرية للرفاهية :التغذية، اللعب والراحة، النشاط البدني، والفنون.




شكل (٣٤) الحقوق الأساسية لتحقيق الرفاهية في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 24)

يُشكل التقاطع بين الفنون، والرياضة، والرفاه، والتعليم بيئة متناغمة تُغذي النمو الفكري والعاطفي معاً. فالنشاط البدني والصحة النفسية مرتبطان ارتباطاً وثيقاً لا انفصام فيه، بينما تُعد التغذية السليمة والنوم الكافي أمرين أساسيين ليس فقط لجسد صحي، بل ولمقومات العقل الصحي أيضاً. علاوة على ذلك، فإن قضاء الوقت في الهواء الطلق (في الطبيعة) يُعزز الاتصال بالطبيعة، ويدعم الرفاه البدني والنفسي للطلاب، ويُسهم في النمو السلوكي والمعرفي، كما يُرسخ شعوراً أقوى بالانتماء.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

دمج اللعب، والفنون، والترويح في المناهج الدراسية، مع الإقرار بدورهم الجوهري في النمو المعرفي، والاجتماعي، والعاطفي للأطفال، وتحصيلهم العلمي.

تنظيم فعاليات وأنشطة وطنية ودولية مرتبطة بالنشاط البدني، والفنون، والأدب، مثل "الأسبوع الأوروبي للرياضة" و"يوم المؤلفين الأوروبيين".

الاستثمار في حملات التوعية الموجهة للتلاميذ والأولياء والمعلمين حول أهمية التغذية المتوازنة للصحة البدنية والنفسية.

تعزيز توفير مساحات خالية من التلوث، وآمنة، وخارجية (في الهواء الطلق)، وصديقة للأطفال داخل المدارس ومحيطها للعب، والترويح، والتواصل مع الطبيعة.

تعزيز برامج التغذية المدرسية عبر دعم المدارس لتقديم وجبات مغذية ومتوازنة.

توفير تربية بدنية كافية: ضمان امتلاك المدارس للمساحات والموارد المناسبة، وتخصيص الوقت الكافي لحصص وأنشطة التربية البدنية.

الاهتمام بدعم المدارس لضمان المُمكّنات الأساسية لرفاه المعلمين، مثل عبء العمل المتوازن، وبيئات العمل الآمنة والمحفزة، وفرص التطوير المهني.

تطوير سياسات بالتعاون مع السلطات الصحية والجهات الفاعلة ذات الصلة لدعم جهود المدارس في كفالة بيئات معززة للصحة.

ضمان إشراك الأطفال والشباب في اتخاذ القرار، وإعداد، وتقييم برامج وفعاليات وأنشطة الرفاه.

مؤشرات النجاح

إدراج المُمكّنات الرئيسية للرفاه ضمن الوثائق الاستراتيجية الأساسية.

تفعيل وتطبيق برامج التغذية المدرسية.

إشراك التلاميذ في تصميم تدابير وإجراءات الرفاه.

كفالة وصول الأطفال إلى البنية التحتية الداعمة للراحة، والترفيه، واللعب، والفنون، مثل المساحات الخضراء المفتوحة، ومناطق اللعب، والمستلزمات الفنية.

يتضمن "دليل الرعاية الصحية الأولية للأطفال والمراهقين" الصادر عن منظمة الصحة العالمية (WHO) مشوراتٍ تنص على ممارسة أنشطة بدنية متنوعة لمدة ٦٠ دقيقة على الأقل يومياً، والحد من وقت الخمول وقضاء الفترات الطويلة دون حركة، ولا سيما تقليل وقت الشاشة الترفيهي إلى أقل من ساعتين، والحصول على ٩ إلى ١٢ ساعة من النوم الجيد عالية الجودة.

توفير التطوير المهني المستمر (CPD) والدعم للمعلمين في مجال الرفاهية.




شكل (٣٥) توفير التطوير المهني المستمر (CPD) والدعم للمعلمين في مجال الرفاهية في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 26)

تُظهر البحوث أن رفاهية المعلمين ترتبط ارتباطاً وثيقاً برفاهية طلابهم وتحصيلهم العلمي. يمكن لرفاهية الموظفين أن تُحسّن الأداء والأرضاء الوظيفي، وتزيد من المخرجات التعليمية، وتُعزز إشراك العاملين؛ ولكي يكون موظفو المدرسة فعالين في تعزيز الرفاهية في مدرستهم، فإنهم بحاجة إلى

الشعور بالكفاءة والثقة في القيام بذلك، وهو ما يتطلب تزويدهم بالتعليم والتدريب المنتظمين ضمن منظور التعلم مدى الحياة.

يشير التطوير المهني المستمر Continuous Professional Development(CPD) إلى التعليم والدعم الذي يتلقاه المعلمون وغيرهم من أعضاء موظفي المدرسة في ممارستهم المدرسية. وفي هذا الصدد، يشير التطوير المهني المستمر إلى كل من البيئة المدرسية الداعمة والزمالية التي يعمل فيها المعلمون، فضلاً عن دورات التعليم والتدريب المنظمة في موضوعات ومحاور محددة يشاركون فيها بانتظام خلال العام الدراسي. ولذلك، ينبغي التعامل مع التطوير المهني المستمر باعتباره استثماراً وليس تكلفة.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

تضمين الرفاه والصحة النفسية في أطر وسياسات التطوير المهني المستمر (CPD) الخاصة بالمعلمين وموظفي المدارس.

توفير تدريب منتظم ومستمر للمعلمين لمساعدتهم على التعرف على علامات الضغط النفسي وصعوبات الصحة النفسية لدى الطلاب وكيفية التعامل معها.

دعم رفاه المعلمين والموظفين من خلال تحسين بيئة العمل المدرسية، وتقليل الأعباء الإدارية غير الضرورية، وتوفير الدعم النفسي والمهني لهم.

تخصيص موارد وميزانيات ثابتة لبرامج التطوير المهني المستمر للتعامل معها كاستثمار طويل الأجل في جودة التعليم والرفاه المدرسي.

تشجيع ثقافة التعاون والتعلم بين الأقران (الزمالة) داخل المدارس لتبادل الخبرات والممارسات الفضلى في تعزيز الرفاه.

إعطاء الأولوية للمساواة والاشتمال والتنوع باعتبارها شروطاً أساسية للرفاه، مع ضمان عدم تهميش أو استبعاد أي فرد.




شكل (٣٦) التركيز على المساواة والاشتمال والتنوع في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 28)

على الرغم من أن الصحة النفسية يمكن أن تؤثر على كل متعلم، إلا أن الأطفال من العائلات ذات الوضع الاجتماعي والاقتصادي المنخفض، أو ذوي الخلفيات المهاجرة أو الأقليات العرقية، أو ذوي صعوبات التعلم أو الإعاقة، أو الموهوبين وذوي الإمكانات العالية، والأطفال في الرعاية البديلة، أو التلاميذ الذين تعرضوا لسوء المعاملة والعنف، أكثر عرضه للإصابة بمشكلات الصحة النفسية، وتدني التحصيل الدراسي، والتسرب المدرسي المبكر.

قد تواجه المسارات التعليمية للتلاميذ ورفاهيتهم تحديات إضافية بسبب الأشكال المتكررة للاستبعاد الاجتماعي أو الضعف في الشعور بالانتماء داخل مدرستهم؛ وتُسهم منظومة التعليم المنصفة،

التي تزيل العقبات التي تحول دون المشاركة الفاعلة والجوهرية لشهود هؤلاء الأطفال في التعليم، في الحد من هذه المخاطر؛ وبناءً على ذلك، يُعد هذا التعليم المنصف شرطاً أساسياً مسبقاً لتعزيز النجاح الأكاديمي والرفاه في المدرسة.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

تطوير إطار قانوني يضمن الوصول المنصف إلى التعليم (العام/النظامي) لجميع الأطفال (بغض النظر عن خلفياتهم وسماتهم الشخصية).

جعل المنظومات التعليمية قابلة للتكيف، ومتاحة، ومشتملة بحق، ودعم المدارس لتعديل تنظيمها، وتدريسها، وتعلمها وفقاً لاحتياجات المتعلمين، وإعطاء الأولوية للنهج الوقائية.

الإقرار بالتقاطعات (Intersectionality) وتصميم نهج تعليمية تلبي الاحتياجات المركبة والمتنوعة للطلاب.

كفالة وصول مجاني وفعال للتعليم للطلاب في الوضعيات المحرومة، مع تغطية جميع التكاليف التعليمية (المستلزمات، الوجبات، النقل، الأنشطة اللاصفية، وغيرها)، بما يتماشى مع "الضمان الأوروبي للطفل".

تطوير مناهج مرنة ومتاحة ومتنوعة للمناهج الدراسية، والطرائق الديداكتيكية (التعليمية)، وعمليات التقييم.

تزويد المعلمين بالمهارات والمعارف اللازمة للتدريس المشتمل باستباقية، وإدارة التنوع، ودعم جميع المتعلمين؛ وتعزيز التنوع بين هيئات التدريس ليعكس التنوع لدى مجتمع التلاميذ.

تطوير متصل مستمر من الدعم (Continuum of support) مدعوم بتخصيص مرن للموارد.

وضع تدابير دعم مستهدفة تتسم بالمرونة والقابلية للتكيف، مثل: توفير موظفين متخصصين وفرق متعددة التخصصات؛ وتمويل مرن للمدارس للاستجابة السريعة للاحتياجات المتغيرة لمجتمع تلاميذها؛ ومراكز موارد للمدارس متخصصة في الاحتياجات المتنوعة والدعم.

مؤشرات النجاح

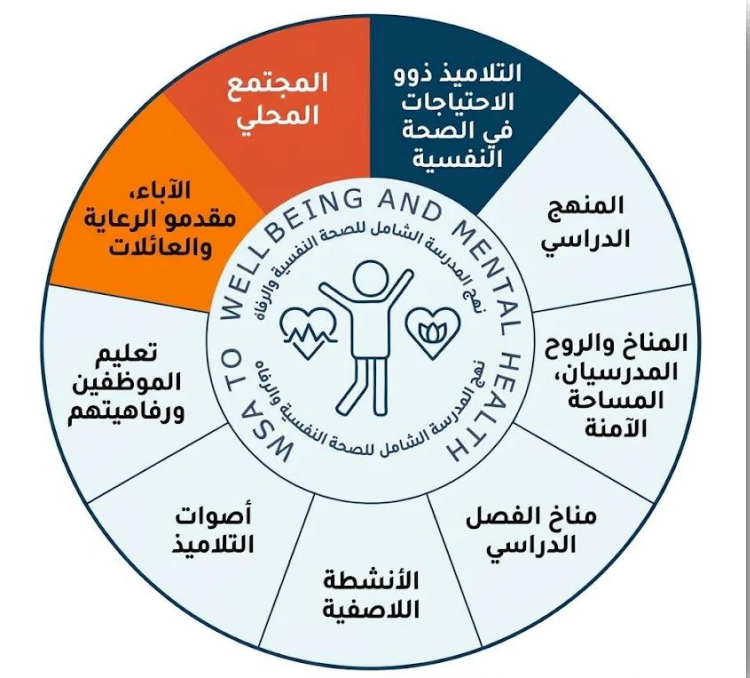
تدريب موظفي المدرسة على الإنصاف والتنوع والاشتمال .

تحليل عميق لبيانات تقييم الطلاب.

عدد الطلاب الذين يحتاجون ويتلقون اهتماماً ورعاية خاصة.

قد تركز الهياكل المدرسية الحالية على الحاجة إلى ضمان معايير تحصيل عالية لكل طفل، ولكن هذا غالباً ما يؤدي إلى تحسين التحصيل الأكاديمي للذين يحققون نجاحاً بالفعل؛ وتتضمن الحلول الممكنة مراجعة وإعادة تصميم أهداف المدرسة، بناءً على فهم الفوائد الاقتصادية طويلة الأجل للتعليم المبكر والجيد، واتخاذ خيارات سياساتية واضحة تشمل توفير دعم متخصص كافٍ في المدارس وتدريب المعلمين.

كفالة الحصول على خدمات الدعم للمتعلمين ذوي احتياجات الصحة النفسية.




شكل (٣٧) توفير خدمات الدعم للمتعلمين ذوي احتياجات الصحة النفسية في النهج الشامل للمدرسة

( European Union, 2024, p. 30)

يمكن للمدارس والمعلمين لعب دور رئيسي في الإنذار المبكر والتعرف المبكر على حالات الصحة النفسية شريطة توفير التدريب والدعم المناسبين، وبالتعاون مع أخصائيى الصحة النفسية، يمكن للمدارس تقديم دعم إضافي سواء في مجموعات صغيرة أو في جلسات فردية، لمساعدة المتعلمين ذوي الاحتياجات على التقدم .وتكون هذه التدخلات أكثر فاعلية عندما يعمل موظفو المدرسة، والأخصائيون الآخرون، والآباء/مقدمو الرعاية، والمتعلمون معاً كفريق واحد.

وبالنظر إلى الصلة الوثيقة والمنتظمة بين المعلمين ومتعلميهم، فإن دور المعلمين -من خلال الملاحظة التربوية- يتمثل في التعرف على حالات الضيق عندما تحدث، أو عندما تكون مشكلات الصحة النفسية شديدة بدرجة تتطلب مساعدة إضافية من أفراد الأسرة وأخصائيى الصحة النفسية (مثل الخدمات النفسية، وخدمات الخدمة الاجتماعية، وممرضي المدارس، والمرشدين النفسيين)؛ ويمكنهم معاً التركيز على الاحتياجات الفردية للمتعلمين، سواء في البيئة المدرسية أو البيئة المنزلية.

نقاط العمل الخاصة بصانعي السياسات

- إيلاء اهتمام خاص للصحة النفسية في السياسات المدرسية، بما في ذلك زيادة التمويل المخصص لخدمات الصحة النفسية.
- تزويد المدارس بالعدد المناسب من أخصائيى الصحة النفسية ودعمها في بناء شبكات تواصل وركائز ربط مع مقدمي الرعاية الصحية.
- الاستثمار في رفع مستوى الوعي والفهم بالصحة النفسية للحد من وصمة العار والتمييز تجاه المصابين بالضيق النفسي.
- التأكد من إعداد المعلمين وموظفي المدارس وتزويدهم بشكل كافٍ لفهم قضايا الصحة النفسية، والتمكن -من خلال الملاحظات التربوية المنظمة- من التعرف المبكر على علامات الضيق النفسي.

- توفير معلومات ميسورة الوصول حول خطوط المساعدة و/أو الخطوط الساخنة، وتطبيق برامج توعوية لإعلام الطلاب والآباء/مقدمي الرعاية بنطاق خدمات الصحة النفسية والبدنية المتاحة في المدارس.

مؤشرات النجاح

تخصيص تمويل لتدريب جميع موظفي المدارس على الإسعافات الأولية للصحة النفسية.

توظيف عدد كافٍ من أخصائيي الصحة (النفسية) لتقديم الخدمات مباشرة داخل المدارس.

السعي الفعال لتعزيز التعاون بين المدارس وقطاعات الرعاية الصحية، بهدف تسهيل تقديم خدمات سريعة ومناسبة للشباب.

ماذا يريد الأطفال؟

من بين أبرز ١٠ توصيات لاستطلاع رأي الأطفال "أوروبا التي يريدها الأطفال" (The Europe Kids Want):

تطبيق برامج تعليمية شاملة للصحة النفسية في المدارس.

العمل نحو إزالة وصمة العار المرتبطة بالصحة النفسية.

دمج خدمات دعم الصحة النفسية في جميع المدارس، بما في ذلك التدخلات المخصصة للطلاب المتأثرين بالتمييز.

إتاحة وتوافر موارد الصحة النفسية في المدارس والمجتمعات المحلية.

ويتطلب تنفيذ سياسات تعزيز جودة الحياة ورفاهية الطفل وتحويلها إلى ممارسات تعاونًا بين الوزارات والهيئات الحكومية ومقدمي الخدمات الآخرين، وتركيز الجهود على عدد محدود من قضايا رفاهية الطفل الرئيسية؛ ويمكن أن يعني تركيز خطط سياسات الطفل المتكاملة على عدد محدود من الأنشطة الحكومية المشتركة معالجة عدد محدود من القضايا ذات الأولوية الواضحة، أو معالجة قضايا شاملة تتطلب تنسيقًا بين مختلف الهيئات والإدارات، وربما منظمات المجتمع المدني والجهات المعنية الأخرى. ومن الضروري تحديد الفئات ذات الأولوية من الأطفال وأسرهم بوضوح ودقة، إلى جانب التفكير العملي في تكامل تقديم الخدمات؛ علاوة على ذلك، يمكن أن يُسهم تبسيط عمليات التنسيق، قدر الإمكان، في تقليل عبء التنسيق الذي قد تُسببه الخطط المتكاملة .

تجاوز المنظور التقليدي القائم على السلامة العضوية أو التحصيل المعرفي المجرد، والتأكيد على الأبعاد المتكاملة لجودة الحياة البشرية؛ وفي السياق التربوي والمؤسسي، يُترجم مفهوم الرفاهية إلى التزام استراتيجي بتهيئة بيئات تعليمية وتنظيمية آمنة ومُعززة، تضمن كفالة الراحة عبر تيسير سبل الإتاحة الشاملة وخفض الضغوط، ودعم الصحة بشقيها البدني والنفسي، وتحقيق السعادة من خلال تنمية الشعور بالإنجاز والانتماء والفاعلية الذاتية؛ بمعنى آخر ضرورة تحويل جودة الحياة و الرفاهية من مجرد غاية انطباعية إلى منظومة إجرائية تُقاس بمؤشرات أداء ملموسة تعزز تمكين المتعلمين والكوادر التعليمية وتضمن استدامة جودة الحياة في البيئات المدرسية والمؤسسية.

# القسم الثامن

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## الدليل لجودة حياة النشء والشباب المصري



## ٨-الدليل لجودة حياة النشء والشباب المصري

يُمثل هذا القسم الترجمة الإجرائية والتطبيقية لكافة الأطر التشريعية، والنظرية، والتجارب الدولية المقارنة الواردة في الأقسام السابقة من الدليل، ليضع بين يدي صانعي السياسات، والقيادات التربوية والجامعية، والمعلمين، والأخصائيين، وأولياء الأمور منظومة عمل وطنية متكاملة قابلة للتنفيذ والقياس، تنقل المؤسسات التعليمية المصرية من نمط الاستجابة للأزمات إلى الاستثمار الوقائي في جودة حياة المتعلمين ووكالتهم الذاتية؛ ويمكن تناوله كما يأتي:

### ٨-١ الإطار المرجعي الوطني للدليل

يقوم الإطار المرجعي الوطني المقترح الصادر عن صندوق تطوير التعليم برئاسة مجلس الوزراء على بنية هندسية متكاملة تربط بين المرجعية الدستورية والتنموية للدولة المصرية، والأسس العلمية والنفسية، ونهج المؤسسة التعليمية الشاملة .

#### ٨-١-١ المرتكزات المرجعية للإطار الوطني للدليل

المرتكز الدستوري والتشريعي والحقوقي: يستند الإطار إلى مواد دستور جمهورية مصر العربية (خاصة المواد ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٤٦، ٨٠، ٨١)، وقانون الطفل رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦م وتعديلاته، وقانون حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة رقم ١٠ لسنة ٢٠١٨م وتعديلاته بالقانون ١٥٦ لسنة ٢٠٢١م لتجريم التنمر، ولائحة التحفيز التربوي والانضباط المدرسي الصادرة بالقرار الوزاري رقم (١٥٠) لسنة ٢٠٢٤.

المرتكز التنموي والاستراتيجي: يتكامل الإطار مع مستهدفات رؤية مصر ٢٠٣٠، وتطلعات الجمهورية الجديدة، والاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة (٢٠٢٤م–٢٠٢٩م)، والاستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان (٢٠٢١م–٢٠٢٦م)، والمبادرات الرئاسية القومية لبناء الإنسان (وفي مقدمتها: «بداية جديدة لبناء الإنسان»، «١٠٠ مليون صحة»، «حياة كريمة»، ومبادرات المجلس القومي للطفولة والأمومة مثل «صاحبوهم تكسبوهم»، «بأمان»، «دوّي»، و«واعي وغالي»)، فضلاً عن تفعيل أهداف التنمية المستدامة الأممية (لا سيما الأهداف ٣، ٤، ٥، ١٠، ١٦).

المرتكز العلمي والنظري: يتبنى الإطار مقاربة تكاملية تجمع بين النموذج الإيكولوجي لبرونفنبرينر (تفاعل الطالب مع الأسرة والمدرسة والمجتمع والسياسات)، ونظرية التحديد الذاتي لديسي ورايان (إشباع حاجات الاستقلالية، الكفاءة، والانتماء)، ونموذج الرفاه الإيجابي PERMA لسيلجمان، والنموذج السداسي لكارول ريف، ونظرية التوازن الذاتي لكامينز، ومراحل النمو النفسي الاجتماعي لإريكسون، مدعومةً بمبادئ بوصلة التعلم لمنظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD 2030) وإطار المدارس السعيدة والمعززة للصحة لليونسكو ومنظمة الصحة العالمية.

٨-١-٢ القيم الحاكمة والمبادئ الموجهة: يرتكز التنفيذ الميداني على ست قيم حاكمة (الكرامة الإنسانية وصون الحقوق، العدالة والإنصاف والشمول، الفاعلية والوكالة الطلابية، الاستباقية وسرعة الاستجابة، السرية والموثوقية، والتكامل والشراكة المجتمعية)، تُترجم إلى ثمانية مبادئ ملزمة: (المصلحة الفضلى للطالب، النظرة الشمولية للمتعلم، الوقاية والتدخل السريع، الحق في المشاركة والصوت الآمن، مجانية الخدمات وسهولة الوصول، الارتكاز على الأدلة والبيانات، الملاءمة النمائية والثقافية، والمساءلة والحوكمة الرشيدة).

### ٨-١-٣ الأبعاد السبعة لجودة حياة النشء والشباب المصري في الإطار الوطني

بناء على ما تم الاطلاع عليه من جهود المنظمات الدولية يُمكن استخلاص أهمها كما في الجدول التالي:

جدول (١٥) أهم جهود المنظمات الدولية في مجال جودة الحياة والرفاهية

| المنظمة الدولية | مجالات الاهتمام والتركيز الأساسي | أبرز الأطر والمبادرات والأدوات |
|---|---|---|
| منظمة الصحة العالمية(WHO) | الصحة الشاملة والوقاية النفسية :التركيز على الصحة البدنية والنفسية والاجتماعية كحالة تكاملية، والوقاية من السلوكيات الخطرة لدى المراهقين، واقتصاد الرفاه<br>ربط الصحة البدنية والنفسية والاجتماعية بصحة الكوكب<br>شمولية الرؤية عبر نهج "الصحة في جميع السياسات" Health in All Policies (HiAP) وميثاق جنيف. | مؤشر رفاهية الطفل الذاتي (WHO-5)<br>مبادرة "مساعدة المراهقين على الازدهار " (HAT)<br>ميثاق جنيف للصحة والرفاه. |
| منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية(OECD) | مؤشرات السياسات والمهارات المستقبلية :التركيز على قياس الرفاه الشامل لمرحلة "ما بعد الناتج المحلي الإجمالي(Beyond GDP) "، بناء مهارات القرن الـ٢١ .<br>الوكالية الطلابية والاهتمام بمشاركة الطلاب "الوكالية المشتركة" لتعزيز دور الطالب؛ "بوصلة التعلم ٢٠٣٠". | إطار "بوصلة التعلم ٢٠٣٠ (OECD Learning Compass) " ؛ وقدمت ضمنه نموذج الشمس للفاعلية المشتركة(Sun Model of Co-Agency)<br>إطار PISAلرفاه الطلاب بأبعاده الـ٥<br>مؤشر الحياة الأفضل (Better Life Index) |
| منظمة اليونسكو (UNESCO) | بيئات التعلم السعيدة والآمنة :التركيز على جعل الرفاهية والسعادة وسيلة وهدفاً للتعلم الجيد المنصف ( الاهتمام بتحقيق أهداف التنمية المستدامة) المرتبطة بالرفاهية .<br>ربط الصحة النفسية بالتحصيل الدراسي<br>حوكمة المنصات الرقمية. | إطار "المدارس السعيدة (Happy Schools) " بركائزه الأربع (الأشخاص، العملية، المكان، المبادئ)<br>المدارس المعززة للصحة Health-Promoting Schools |

| | | |
|---|---|---|
| | تقديم أطر تشغيلية مرنة وقابلة للتطبيق المباشر داخل المدرسة (إطار المدارس السعيدة بـ ١٢ معياراً). | الاستراتيجية العالمية للتعليم من أجل الصحة والرفاهية(٢٠٢٢م-٢٠٢٩م) |
| منظمة البكالوريا الدولية(IB) | الرفاهية الذاتية في البيئة المدرسية والرفاه الرقمي :التركيز على تقييم الطالب لحياته المدرسية بنفسه (الرضا، المشاعر، المعنى/الغاية)<br>توظيف التكنولوجيا الرقمية لتعزيز الرفاهية وتوفير تدخلات ميسرة عبر الإنترنت<br>المناخ المدرسي والرفاهية الذاتية (الرضا المؤسسي المزدوج للطلاب والمعلمين والتكيف الرقمي).<br>التوازن المؤسسي الفريد الذي يربط بين رضا المعلم ورضا الطالب كشرط لجودة البيئة المدرسية. | إطار الرفاهية بمحاوره الـ٤ (الصحة، الأفراد، البيئة، المهارات)<br>إطار الرضا عن الحياة المدرسية ومكونات الرفاه الذاتي الثلاثة) الرضا، الانفعال/المشاعر، والازدهار(Eudaimonia<br>تقارير الرفاهية في التعليم والرفاه الرقمي بالتعاون مع جامعة أكسفورد |
| منظمة التعلم والاجتماعي والعاطفي(CASEL) | التعلم الاجتماعي والانفعالي :(SEL) التركيز على بناء المهارات الاجتماعية والعاطفية للطلاب لإعدادهم للحياة وبناء مرونتهم النفسية<br>الريادة في تناول البُعد الرقمي للرفاهية وتوظيف التدخلات الميسّرة عبر الإنترنت لدعم الأطفال والمراهقين.<br>التركيز المكثف على المهارات النفسية والاجتماعية الفردية قد يغفل أحياناً المحددات الاقتصادية والهيكلية المحيطة بالطالب (كالفقر وسوء التغذية). | إطار( CASEL 5 )الوعي الذاتي، الإدارة الذاتية، الوعي الاجتماعي، مهارات العلاقات، القرارات المسؤولة.(التحديد الدقيق والإجرائي للكفاءات الخمس القابلة للدمج المباشر في المناهج والأنشطة الصفية)<br>التدريب المكثف والمستمر للمعلمين على دمج المهارات العاطفية في التدريس. |
| منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف - UNICEF) | حقوق الطفل والنمو المتكامل في الأزمات :التركيز على حقوق الطفل الأساسية (المظلة الحقوقية والتشريعية الملزمة المستندة لاتفاقية حقوق الطفل -UNCRC). | الإطار البيئي لرفاهية الطفل (تقارير إينوسنتي) بدوائره الـ٣<br>دليل الكفاءات العشر الأساسية للمراهقين |

| | | |
|---|---|---|
| | النهج الحقوقي والإيكولوجي (حماية حقوق الطفل، ومكافحة العنف والفقر، والنمو المتكامل)؛ (الإطار الإيكولوجي لرفاهية الطفل) الذي يربط المدرسة بالأسرة والمجتمع والسياسات الاجتماعية.<br>رصد أثر الصدمات العالمية والأزمات المتعددة على رفاه الطفل ونمائه<br>التركيز القوي على الفئات الأكثر هشاشة، والحماية من التنمر والعقاب البدني، وتنمية الطفولة المبكرة.<br>تركز بدرجة أكبر على الطفولة والمراهقة المبكرة مقارنة بمرحلة التعليم الجامعي والشباب.<br>يغلب طابع الرعاية والحماية الاجتماعية والاستجابة للأزمات والفئات الهشة أكثر من كونها إطاراً بيداغوجياً لتطوير المناهج. | |

يتضح من عرض جهود المنظمات الدولية أنه لا يوجد إطار دولي واحد يكفي بمفرده لتلبية احتياجات السياق التعليمي المصري؛ لذا يعتمد الدليل الاسترشادي المقترح على التكامل الانتقائي بين هذه الأطر .

ويتبنى الإطار الوطني بناء على ما سبق مصفوفة الأبعاد الثمانية المترابطة بوصفها وحدة واحدة لا تتجزأ وذلك وفقًا لنموذج عجلة الرفاهية (Wellbeing Wheel) ؛ باعتبارها إطار نظري وتطبيقي شمولي (Holistic Framework) ينظر إلى صحة الإنسان وجودة حياته باعتبارهما منظومة متكاملة من الأبعاد المتفاعلة واعتمدت عليه مؤسسات تعليمية عديدة ، بحيث يعزز التقدم في كل بُعد بقية الأبعاد:




شكل (٣٨) أبعاد الرفاهية الثمانية وفقاً للدليل الاسترشادي المقترح لجودة الحياة والرفاهية للطلاب في مؤسسات التعليم بمصر

جدول (١٦) شرح أبعاد الرفاهية الثمانية وفقاً للدليل الاسترشادي المقترح لجودة الحياة والرفاهية للطلاب في مؤسسات التعليم بمصر

| م | البُعد الأساسي | الغاية الجوهرية في السياق المصري | أبرز المرتكزات الدولية والنظرية الداعمة |
|---|---|---|---|
| ١ | الصحة والرفاهية البدنية | مكافحة الأنيميا والتقزم والسمنة، تعزيز النشاط البدني، جودة النوم، والتغذية السليمة، وتفعيل الربط مع مبادرات التأمين الصحي الشامل و«١٠٠ مليون صحة». | معايير المدارس المعززة للصحة (WHO/UNESCO)، الخطوط الإرشادية للسلوك الحركي . |
| ٢ | الصحة النفسية والانفعالية | بناء الصلابة والمرونة النفسية (*Resilience*)، تنظيم الانفعالات، الوقاية من القلق والاكتئاب والادمان بأنواعه وإيذاء الذات، وتطبيق الإسعافات النفسية الأولية. | مبادرة (HAT)، مؤشر (WHO-5)، نظرية التوازن الذاتي لكامينز، نموذج (PERMA). |
| ٣ | الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الإنسانية | بناء مناخ مدرسي دافئ خالٍ من التنمر والعقاب البدني، وتعزيز الانتماء، والتعاطف، والتماسك الأسري، وتفعيل نظام دعم الأقران. | نموذج الوكالة المشتركة (*Co-agency*) ، تجربة سنغافورة (قادة دعم الأقران)، لائحة الانضباط (١٥٠/٢٠٢٤م). |
| ٤ | الرفاهية العقلية والمعرفية | تنمية التفكير الناقد وحل المشكلات، واليقظة الذهنية، وعقلية النمو (*Growth Mindset*)، والمرونة المعرفية في مواجهة المتغيرات. | بوصلة التعلم ( OECD 2030)، الكفاءات التحويلية، النموذج السداسي لكارول ريف. |
| ٥ | الرفاهية الأكاديمية والتعليمية | القضاء على الفقر التعليمي، تحقيق التوازن في الأعباء والواجبات الدراسية، تفعيل التعلم النشط الممتع، وتقديم مسارات مرنة لمنع التسرب. | إطار المدارس السعيدة (UNESCO)، خطة كوكولو اليابانية |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | (COCOLO)، التقييم التكويني. |
| ٦ | الرفاهية الرقمية والأمان السيبراني | بناء المواطنة الرقمية المسؤولة، الوقاية من التنمر والابتزاز الإلكتروني والإدمان الرقمي، والتوظيف الأخلاقي والآمن للذكاء الاصطناعي. | مبادئ اليونسكو لحوكمة المنصات الرقمية، إطار (CASEL)، تجربة سنغافورة للعافية السيبرانية، حملة «بأمان». |
| ٧ | الرفاهية البيئية والمكانية | توفير بنية تحتية مدرسية وجامعية آمنة وصحية (تهوية، إضاءة، مياه نظيفة، مساحات خضراء)، وتطبيق كود الإتاحة الشاملة لذوي الإعاقة، وترسيخ الوعي المناخي. | ميثاق جنيف للرفاهية (*Planetary Health*)، توصيات منتدى مصر ٢٠٢٦م للإتاحة الشاملة. |
| ٨ | الرفاهية الشخصية والمستقبلية | اكتشاف الذات والميول، تعزيز وكالة الطلاب (*Student Agency*)، التوجيه المهني المبكر، وتقليص الفجوة المهارية للانتقال الآمن لسوق العمل. | نموذج الشمس للوكالة المشتركة (OECD)، دليل التوجيه المهني، نظرية إريكسون لتشكيل الهوية. |

### ٨-١-٤ الركائز المؤسسية لتطبيق الإطار الوطني (نموذج المؤسسة الشاملة والحوكمة)

استناداً إلى نموذج المفوضية الأوروبية للمؤسسة الشاملة والتجربة اليابانية في «المدرسة القائمة على الفريق» (*Team School*)، يعمل الإطار الوطني عبر ست ركائز تشغيلية متداخلة:

حوكمة المناهج وأساليب التدريس والتقويم: دمج مفاهيم الصحة النفسية والمهارات الحياتية والرقمية عرضياً داخل المقررات دون إثقال المحتوى الدراسي (*Curriculum Overload*)، أو من خلال الأنشطة اللاصفية ؛ وضبط سياسات الواجبات والاختبارات لتقليل التوتر الأكاديمي.

المناخ المؤسسي والبيئة الداعمة: حظر العقاب البدني والتنمر، وتوفير مساحات آمنة للأنشطة الرياضية والفنية واللعب.

تفعيل وكالة الطلاب وأصوات المتعلمين (*Student Agency*): الانتقال بالطلاب من المستويات الشكلية للمشاركة إلى المستويات العليا ؛ وتبني «نموذج الشمس للوكالة المشتركة» (صنع القرار المشترك والمبادرات الطلابية) عبر اتحادات الطلاب، ومجالس الرفاهية الطلابية، وبرامج دعم الأقران.

رفاهية وبناء قدرات الكوادر التربوية والأكاديمية: اعتبار رفاهية المعلم وعضو هيئة التدريس شرطاً أساسياً لرفاهية الطالب، عبر تخفيف الأعباء الإدارية، وتقديم التدريب على محو الأمية النفسية، والإسعافات النفسية الأولية، والكفاءات الرقمية للحد من الإجهاد التكنولوجي (*Technostress*) والاحتراق المهني.

نظام الرعاية المتدرج: ويشمل ثلاثة مراحل

المستوى الأول (الوقاية الشاملة لجميع الطلاب): برامج توعوية، أنشطة صفية ولاصفية، وفحص دوري لمؤشرات الرفاهية.

المستوى الثاني (الدعم الموجه والتدخل المبكر): رصد العلامات المبكرة للتعثر أو الانعزال أو الغياب المتكرر، وتفعيل جلسات الإرشاد الفردي والجماعي داخل المدرسة/الجامعة خلال فترة زمنية محددة (بحد أقصى ٤٨–٧٢ ساعة من الرصد أو تلقي البلاغ) بالتنسيق مع ولي الأمر.

المستوى الثالث (التدخل المتخصص والإحالة الخارجية الآمنة): تفعيل مسارات إحالة سريعة وسرية ومجانية للحالات المعقدة إلى الجهات الوطنية الشريكة (وحدات التأمين الصحي الشامل، عيادات الصحة النفسية، خط نجدة الطفل ١٦٠٠٠ بالمجلس القومي للطفولة والأمومة، مكاتب التوجيه والاستشارات الأسرية بوزارة التضامن الاجتماعي، والجهات القانونية والقضائية المختصة).

الشراكة المستدامة بين الأسرة والمجتمع والمؤسسات الحكومية: توحيد جهود وزارات (التربية والتعليم، التعليم العالي، الصحة والسكان، التضامن الاجتماعي، الشباب والرياضة، الاتصالات، الثقافة) والمجلس القومي للطفولة والأمومة تحت مظلة تنسيقية تضمن استمرارية الرعاية بين البيت والمؤسسة التعليمية والمجتمع.

بناء منظومة إحصاءات وبيانات رقمية دقيقة ومحدَّثة تُوظَّف كقاعدة علمية للرصد المبكر، والتدخل السريع والفاعل لمعالجة المشكلات والاستجابة للشكاوى والانتهاكات؛ تُشكّل أساس لاتخاذ القرار التربوي وتوجيه التدخلات الوقائية والعلاجية بدقة وسرعة.

## ٢-٨ الأدلة التطبيقية حسب المرحلة العمرية والتعليمية

يستند هذا الدليل في تقسيمه للمراحل العمرية والتعليمية إلى السلم التعليمي المعتمد في قانون التعليم المصري (رقم ١٣٩ لسنة ١٩٨١م وتعديلاته)؛ وذلك لضمان توافق الأولويات التربوية والنفسية مع البنية المؤسسية للمدارس وكذلك قانون تنظيم الجامعات رقم ٤٩ لسنة ١٩٧٢م .[٨]؛ وتُقسم الأدلة التطبيقية حسب المراحل التعليمية وفق القوانين المصرية كما في الجدول التالي:

جدول (١٧) تقسيم المراحل التعليمية وفق قانون التعليم المصري (رقم ١٣٩ لسنة ١٩٨١م وتعديلاته) قانون تنظيم الجامعات رقم ٤٩ لسنة ١٩٧٢م

| المرحلة | الفئة العمرية التقريبية | الأولويات الرئيسية |
|---|---|---|
| رياض الأطفال<br>( خارج السلم التعليمي ) | ٤-٦ سنوات | الأمان والرعاية، اللعب والتعلم بالاستكشاف، التغذية والنوم، التعبير عن المشاعر، تكوين العلاقات الأولية. |
| المرحلة الابتدائية<br>(الحلقة الأولى من التعليم الأساسي) | ٦-١٢ سنة | بناء الثقة بالنفس، الصداقة والانتماء، العادات الصحية، مهارات التعلم، السلامة الشخصية والرقمية المبسطة. |
| المرحلة الإعدادية<br>(الحلقة الثانية من التعليم الأساسي) | ١٢- ١٥ سنة | التغيرات الجسدية والنفسية، الهوية وتقدير الذات، إدارة الانفعالات، العلاقات والأقران، الوقاية من التنمر. |

[٨] - تنص اللائحة التنفيذية لقانون تنظيم الجامعات (المادة ٧٥) على أن شرط القيد في الكليات للحصول على درجة البكالوريوس أو الليسانس **الحصول على شهادة الثانوية العامة المصرية** أو ما يعادلها، دون اشتراط حد أدنى أو أقصى للعمر؛ أما عمر "١٨ سنة فأكثر" في الجدول **تقدير عمري طبيعي** ناتج عن التسلسل الدراسي (حيث يدخل الطفل الابتدائي في سن ٦ سنوات ويقضي ١٢ عاماً في التعليم قبل الجامعي)؛ والدليل يتضمن **التعليم الفني** كجزء من المرحلة الثانوية، و يشمله تلقائياً لأنه يقع في نفس الفئة العمرية من ١٥ إلى ١٨ سنة.

| | | |
|---|---|---|
| المرحلة الثانوية | ١٥-١٨ | إدارة الضغوط، الاستقلالية واتخاذ القرار، التوازن الدراسي والحياتي، المواطنة الرقمية، التوجيه الأكاديمي والمهني. |
| التعليم الجامعي | ١٨ سنة فاكثر | الانتقال للاستقلال، الاندماج الجامعي، الصحة النفسية، إدارة الوقت والموارد، الاستعداد لسوق العمل والحياة المهنية. |

### ٨-٢-١ جودة الحياة والرفاهية لمرحلة الطفولة المبكرة (٤-٦) وتتضمن:

تُعد مرحلة الطفولة المبكرة، التي تبدأ منذ الميلاد وتمتد غالبًا حتى سن الخامسة، وقد تمتد في بعض الأدبيات إلى سن الثامنة، من أكثر مراحل النمو أهمية وتأثيرًا في حياة الإنسان. ففي هذه المرحلة تتأسس اللبنات الأولى للتعلم، وتتبلور ملامح الشخصية، وتتطور أنماط السلوك والتفاعل الاجتماعي التي قد تمتد آثارها إلى المراحل اللاحقة من حياة الطفل.

وقد أظهرت البحوث الحديثة في علوم الدماغ أن السنوات الأولى من عمر الطفل تشهد نموًا عصبيًا متسارعًا، من أبرز مظاهره تكوّن غلاف الميالين حول الألياف العصبية، الأمر الذي يسهم في تحسين كفاءة انتقال الإشارات العصبية وسرعتها؛ كما يؤدي تكرار الخبرات والتفاعلات الإيجابية إلى تعزيز الوصلات العصبية وتكوين شبكات أكثر ترابطًا، بما يدعم نمو الطفل اللغوي والمعرفي والعقلي والانفعالي. ومن ثم، فإن توفير بيئة غنية بالخبرات الآمنة والمحفزة يُعدّ عاملًا أساسيًا في توسيع قدراته وتنمية إمكاناته المختلفة. (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١)

ويمثل الاستثمار في رعاية الأطفال وتعليمهم خلال مرحلة الطفولة المبكرة أحد أكثر الاستثمارات مردودًا على الفرد والمجتمع؛ إذ تشير الدراسات الدولية إلى أن توفير رعاية وتربية وتعليم ذي جودة عالية يسهم في تحقيق آثار نمائية واجتماعية بعيدة المدى. وتشمل هذه الآثار تنمية الحصيلة اللغوية، وتعزيز المهارات المعرفية والرياضية والاجتماعية، وتحسين الاستعداد للالتحاق بالمدرسة،

فضــلًا عن دعم قدرة الطفل على التكيف والتعلم في المراحل التعليمية اللاحقة (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١).

كما بينت نتائج عدد من الدراسات أن الاستثمار الاقتصادي في برامج التعليم والرعاية قبل المدرسية عالية الجودة قد يحقق عوائد اقتصــادية واجتماعية مرتفعة؛ فقد يصــل العائد إلى ســبعة دولارات أمريكية أو أكثر مقابل كل دولار يُستثمر في هذه البرامج. ويرتبط ذلك بانخفاض الحاجة مستقبلًا إلى خدمات التعليم العلاجي والتربية الخاصــة، وتحسن ــ التحصــيل الدراسي، وارتفاع الإنتاجية والكفاءة الاجتماعية للأفراد عند بلوغهم سن الرشد. (بريتي فيرما، ٢٠٢٠)

### ٨-٢-١-١ الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية:

تتميز مرحلة الطفولة المبكرة متكاملة ومتداخلة من القدرات والخصــائص النمائية التي تشــمل الجوانب الجسدية والمعرفية والاجتماعية والنفسية:

الخصائص الجسدية والحركية.

تتســم مرحلة الطفولة المبكرة بتكامل جوانب النمو وتداخلها؛ إذ يتطور الطفل بصــورة متزامنة في الجوانب الجســدية والحركية والمعرفية واللغوية والاجتماعية والانفعالية. ويؤثر النمو في أحد هذه الجوانب في الجوانب الأخرى ويتأثر بها، لذلك ينبغي النظر إلى خصـائص الطفل النمائية نظرة شـمولية تراعي الفروق الفردية بين الأطفال واختلاف معدلات نموهم.

- تطور المهارات الحركية الكبيرة: تشير المهارات الحركية الكبرى إلى استخدام العضلات الكبيرة في الجسـم لأداء الحركات العامة والأنشـطة التي تتطلب قدرًا من القوة والتوازن والتوافق الحركي. ومع تقدم الطفل في العمر، يصـبح أكثر قدرة على التحكم بجسـمه والمحافظة على توازنه، مما يمكنه من المشي- والجري والقفز والتسـلق والتعلق وركل الكرة ورميها. كما تتطور قدرته على تغيير اتجاه الحركة، وتجاوز العوائق، والمشــاركة في الألعاب والأنشــطة الحركية المنظمة، مثل الجري والقفز وتسلق الألعاب المناسبة لعمره. (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١)
- تطور المهارات الحركية الدقيقة: تتعلق المهارات الحركية الدقيقة باسـتخدام العضـلات الصـغيرة في اليـدين والأصــابع، إلى جـانـب التـآزر بين العين واليـد. ويظهر تطورهـا في قـدرة الطفـل على

الإمســاك بالأدوات والتحكم فيها، واســتخدام أقلام التلوين والرســم، والقص بالمقص الآمن، وتشكيل الصلصال، وتركيب القطع الصغيرة المناسبة لعمره، ولضم الخرز الكبير. كما تسهم هذه المهارات في تنمية قدرته على الاعتماد على ذاته في بعض الأنشطة اليومية، مثل تناول الطعام باستخدام أدوات المائدة، وتزرير الملابس، وارتداء الحذاء وخلعه، وربط الأربطة تدريجيًا، وفقًا لعمر الطفل ومستوى نموه. (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١)

ويمكن عرض بعض المؤشرات الحركية الشــائعة خلال مرحلة الطفولة المبكرة (٤-٦ ســنوات)على النحو الآتي، مع التأكيد على أنها مؤشرات إرشادية وليست معايير ثابتة؛ إذ يختلف الأطفال في توقيت اكتســاب المهارات تبعًا لعوامل متعددة، منها الخصــائص الفردية، والخبرات الحركية، والبيئة الأسرية والتعليمية، والحالة الصــحية. كما أن اكتســاب الطفل مهارة معينة قد يحدث قبل العمر المذكور أو بعده بفترة محدودة دون أن يدل ذلك بالضرـورة على وجود مشــكلة نمائية (المجلس الوطني لشــؤون الأسرة، ٢٠٢٦):

جدول (١٨) المؤشرات الحركية الشائعة للمرحلة العمرية من ٤-٦

| المرحلة العمرية | المؤشرات الحركية الشائعة |
|---|---|
| من أربع إلى ست سنوات | يستخدم المقص الآمن لقص الورق أو الصور البسيطة، ويشارك في إعداد أعمال فنية مثل الكولاج. |
| | يتحرك وفق الإيقاع أو النمط الموسيقي، ويشارك في أنشطة الرقص والحركة. |
| | يركل الكرة باتجاه نقطة محددة بدرجة متزايدة من الدقة. |
| | يقفز على قدم واحدة لعدة مرات، ويستطيع المحافظة على توازنه مدة أطول. |
| | يشارك في ألعاب تتطلب الجري والتوقف وتغيير الاتجاه. |
| | يتحسن أداؤه في مهارات الاعتماد على الذات، مثل ارتداء الملابس واستخدام أدوات الطعام، مع استمرار الحاجة إلى الدعم في بعض المهام. |

الخصائص المعرفية.

يتسم النمو المعرفي في مرحلة الطفولة المبكرة بالتطور التدريجي في قدرات الطفل على الإدراك والانتباه والتذكر والفهم والتخيل والتفكير وحل المشكلات. ومع تقدم الطفل في العمر، تتسع خبراته ومدركاته، ويصبح أكثر قدرة على التركيز لفترات زمنية أطول، وفهم العلاقات بين الأشياء، وتنظيم المعلومات المرتبطة ببيئته.

وينتقل الطفل تدريجيًا من الاعتماد على الخبرة الحسية المباشرة إلى توظيف عمليات عقلية أكثر تقدمًا؛ فيبدأ بتصنيف الأشياء وفق خصائص متعددة، مثل اللون والشكل والحجم، ويدرك بعض العلاقات المكانية، كالقرب والبعد، وبعض المفاهيم الزمنية البسيطة، مثل اليوم والأمس والغد. كما يتطور لديه فهم أوجه التشابه والاختلاف والتضاد بين الأشياء والمواقف، مع استمرار تأثر تفكيره بخبراته المباشرة وخصائص المرحلة العمرية التي يمر بها. (كوزي، ٢٠٢٣)

ويتعامل الطفل في هذه المرحلة مع بيئته بوصفها مجالًا للاكتشاف والتجربة؛ فهو يلاحظ الأشياء، ويفحصها، ويطرح الأسئلة، ويحاول التعرف إلى علاقات السبب والنتيجة من خلال اللعب والممارسة والتفاعل مع الآخرين. وتؤدي الأسئلة المتكررة، مثل: «لماذا؟» و«كيف؟» و«أين؟» و«متى؟»، دورًا مهمًا في تنمية التفكير وإثراء المعرفة، ولذلك ينبغي الاستجابة لها بطريقة تشجع الطفل على الملاحظة والتساؤل والاستكشاف بدل الاكتفاء بتقديم إجابات مباشرة ومختصرة. (كوزي، ٢٠٢٣)

كما يتميز الطفل في هذه المرحلة بثراء الخيال وظهور اللعب التخيلي أو الإيهامي؛ إذ قد يتخيل نفسه في أدوار مختلفة، أو يتعامل مع الأشياء كما لو كانت تمثل أشياء أخرى، أو يوظف الألعاب في مواقف تمثيلية تحاكي الحياة اليومية. ويسهم هذا النوع من اللعب في تنمية اللغة، والمرونة العقلية، والقدرة على تمثيل الأفكار، وفهم الأدوار الاجتماعية، والتعبير عن المشاعر.

ويشمل النمو المعرفي كذلك تطور قدرة الطفل على استخدام الإدراك البصري والسمعي في فهم العالم المحيط به، وتنظيم المعلومات الحسية والمكانية، وتوظيف الذاكرة والانتباه والتخيل والتفكير بصورة متزايدة. كما يبدأ الطفل في اكتساب المفاهيم الأولية المتعلقة بالكمية والعدد، والمقارنة، والتسلسل، والأنماط، وحل المشكلات البسيطة. وتظهر لديه تدريجيًا بعض مظاهر التفكير

المنطقي والاســتدلال، إلى جانب بدايات التفكير الإبداعي والقدرة على اقتراح حلول أو اســتخدامات متعددة للأشياء، بما يتناسب مع عمره وخبراته النمائية. (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠٢٦)

ويمكن عرض بعض المؤشرات المعرفية الشــائعة خلال مرحلة الطفولة المبكرة على النحو الآتي: (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠٢٦)

جدول (١٩) المؤشرات المعرفية الشائعة للمرحلة العمرية من ٤-٦

| المرحلة العمرية | المؤشرات المعرفية الشائعة |
|---|---|
| من أربع إلى ست سنوات | يشــارك في الحوار مع الآخرين، وينتظر دوره في الحديث بدرجة متزايدة. |
| | يصغي إلى القصص ويعيد سرد بعض أحداثها بترتيب تقريبي. |
| | يفهم عددًا من المفاهيم المرتبطة بالزمن والمكان، مثل قبل وبعد، وفوق وتحت، وأمام وخلف. |
| | يصنف الأشياء وفق أكثر من خاصية في بعض المواقف، مثل اللون والشكل أو الحجم. |
| | يتعرف إلى بعض الأعداد والكميات والأنماط البسيطة. |
| | يســتخدم أدوات بســيطة للملاحظة أو المقارنة أو جمع معلومات أولية، مثل العدســة المكبرة، أو أدوات القياس غير الرسمية، أو جداول الصور. |
| | يطرح أسئلة تفسيرية، ويحاول توقع النتائج أو تفسيرها. |
| | يقترح أكثر من طريقة للتعامل مع مشكلة بسيطة، ويظهر قدرًا من التفكير الإبداعي. |

الخصائص اللغوية.

يشــهد الطفل خلال مرحلة الطفولة المبكرة نموًا لغويًا متســارعًا، يظهر في زيادة حصــيلته من المفردات، وتحسن قدرته على فهم اللغة واستخدامها في التواصل والتعبير عن الأفكار والمشاعر

والخبرات. وتختلف الحصيلة اللغوية من طفل إلى آخر تبعًا لعوامل متعددة، منها العمر، والبيئة اللغوية، ونوعية التفاعل مع الراشدين، والفرص المتاحة للاستماع والحوار والقراءة.

وتتطور اللغة لدى الطفل في جانبين مترابطين؛ أولهما اللغة الاستقبالية، التي تتمثل في فهم الكلمات والتعليمات والإشارات والمعاني، وثانيهما اللغة التعبيرية، التي تتمثل في إصدار الأصوات واستخدام الكلمات والجمل للتعبير والتواصل؛ ومع مرور الوقت، تتسع مفردات الطفل، وتتحسن قدرته على تكوين الجمل واستخدام الضمائر وبعض القواعد اللغوية المناسبة لعمره، كما يصبح أكثر قدرة على وصف الأحداث، وطرح الأسئلة، والإجابة عنها، وسرد القصص والتحدث عن تجاربه أمام الآخرين.

وقد يمتلك بعض الأطفال في سن الرابعة حصيلة لغوية واسعة قد تتجاوز ١٥٠٠ كلمة، إلا أن هذا الرقم ينبغي التعامل معه بوصفه مؤشرًا تقريبيًا لا معيارًا ثابتًا؛ إذ تختلف الحصيلة اللغوية باختلاف الأطفال والبيئات الثقافية واللغوية. كما يستطيع الطفل في هذه المرحلة تكوين جمل تتألف غالبًا من أربع إلى ست كلمات أو أكثر، مع تفاوت واضح في مستوى الدقة النحوية وطول الجمل بين طفل وآخر.

ولا يقتصر النمو اللغوي على اكتساب الكلمات والتحدث، بل يشمل أيضًا تنمية مهارات الاستماع والفهم، والوعي بالأصوات، والقدرة على التمييز بين الكلمات والجمل، وفهم المعاني المرتبطة بالسياق. كما تبدأ في هذه المرحلة مهارات القراءة والكتابة الناشئة بالظهور؛ فيتعرف الطفل إلى بعض الرموز والحروف، ويميز اسمه المكتوب، ويمسك أدوات الكتابة، ويرسم الخطوط والأشكال، ويحاول تقليد الحروف والكتابة، ثم يتطور تدريجيًا نحو التعبير الكتابي، وفقًا لخبراته واستعداده النمائي. (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠٢٦)

ويمكن عرض بعض المؤشرات اللغوية الشائعة خلال مرحلة الطفولة المبكرة على النحو الآتي: (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، المعايير النمائية، ٢٠٢٦):

جدول (٢٠) المؤشرات اللغوية الشائعة للمرحلة العمرية من ٤-٦

| المرحلة العمرية | المؤشرات اللغوية الشائعة |
|---|---|
| من أربع إلى ست سنوات | يستمع إلى تعليمات متتابعة تتكون من ثلاث خطوات أو أكثر، وينفذها بدرجة متزايدة من الاستقلالية. |
| | يستخدم مفردات مرتبطة بالزمان والمكان والكمية، مثل: قبل، وبعد، فوق، تحت، كثير، قليل. |
| | يتعرف إلى بعض الحروف والكلمات المألوفة، ولا سيما اسمه. |
| | يشارك في أنشطة القراءة المشتركة، ويتوقع بعض أحداث القصة من خلال الصور. |
| | يحاول كتابة اسمه أو بعض الحروف والرموز، ويعبّر بالرسم والكتابة الناشئة عن أفكاره. |
| | يسرد قصة قصيرة أو يصف حدثًا بترتيب أكثر تنظيمًا. |
| | يستخدم جملًا مركبة نسبيًا للتعبير عن الأفكار والخبرات. |
| | يشارك في الحوار وينتظر دوره في الحديث بدرجة أفضل. |
| | يستجيب لما يسمعه من أسئلة أو توجيهات، ويقدم إجابات أكثر وضوحًا. |

وتتطلب تنمية اللغة في هذه المرحلة توفير بيئة غنية بالتفاعل والحوار؛ وذلك من خلال التحدث مع الطفل بلغة واضحة، والاستماع إليه باهتمام، وطرح أسئلة مفتوحة، وقراءة القصص له بانتظام، وتشجيعه على وصف الصور والأحداث، وترديد الأناشيد، وإتاحة فرص اللعب التخيلي والتمثيل. كما ينبغي تصحيح أخطائه بصورة غير مباشرة من خلال إعادة صياغة عباراته بطريقة صحيحة، بدلًا من إيقافه المتكرر أو إشعاره بالخطأ.

الخصائص الاجتماعية والنفسية.

تتسم مرحلة الطفولة المبكرة بنمو متكامل في الجوانب الاجتماعية والنفسية والانفعالية؛ إذ يبدأ الطفل تدريجيًا في توسيع دائرة تفاعله لتشمل أفراد الأسرة والبالغين والأقران، ويكتسب مهارات تساعده على بناء علاقات إيجابية والتكيف مع المواقف والبيئات المختلفة. كما يتطور وعيه بذاته وبالآخرين، وتزداد قدرته على التعبير عن مشاعره وفهم مشاعر من حوله وتنظيم سلوكه بصورة تدريجية.

- النمو الاجتماعي وبناء العلاقات:

يبدأ تمركز الطفل حول ذاته في التراجع تدريجيًا مع تقدمه في العمر ونمو خبراته الاجتماعية، فيزداد اهتمامه بالتفاعل مع الآخرين والمشاركة في الأنشطة الجماعية. ويتعلم الطفل الاستماع إلى الآخرين، والتعبير عن رغباته، والمشاركة في اللعب، وانتظار دوره، والالتزام بالقواعد البسيطة، والتعاون مع أقرانه. كما يبدأ في تكوين علاقات وصداقات أولية، وفهم بعض الأدوار الاجتماعية، والتعامل مع الخلافات البسيطة بمساعدة البالغين. (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١)

ولا يحدث هذا التطور بصورة مفاجئة أو متساوية لدى جميع الأطفال؛ فقد يفضل الطفل في بعض المواقف اللعب الفردي أو اللعب إلى جانب الآخرين دون مشاركة مباشرة، وهو سلوك طبيعي قد يسبق ظهور اللعب التعاوني المنظم.

- النمو النفسي والاستقلالية:

يتطور لدى الطفل خلال هذه المرحلة الشعور بالمبادرة والرغبة في الاعتماد على الذات، فيحاول أداء عدد من المهام اليومية بنفسه، مثل ارتداء بعض ملابسه، وترتيب ألعابه، واستخدام أدوات الطعام، والمشاركة في العناية بممتلكاته. ويشعر الطفل بالرضا والفخر عندما ينجح في إنجاز مهمة أو اكتساب مهارة جديدة، مما يسهم في تعزيز ثقته بنفسه وشعوره بالكفاءة.

ومن المهم أن يتيح الكبار للطفل فرصًا مناسبة للاستقلالية، مع تقديم المساعدة عند الحاجة وتجنب القيام بالمهام نيابة عنه بصورة مستمرة. كما ينبغي تقبل المحاولات غير المكتملة وتشجيع الجهد، بدل التركيز على الأخطاء أو مقارنة الطفل بغيره. (المجلس الوطني لشؤون الاسرة، ٢٠٢١)

- حدة الانفعالات والسيطرة الذاتية:

تتسم انفعالات الطفل في السنوات الأولى بالوضوح والسرعة والتقلب النسبي؛ فقد ينتقل من الفرح إلى الغضـــب أو الإحباط خلال فترة قصـــيرة، وقد تظهر لديه مشـــاعر مثل الخوف والغيرة والحزن والدهشة. ويرجع ذلك إلى أن قدرته على فهم مشاعره وتسميتها وتنظيمها لا تزال في طور النمو.

ومع مرور الوقت، يبدأ الطفل في التعرف إلى مشاعره والتعبير عنها بالكلمات بدلًا من الاقتصار على البكاء أو الصراخ أو السلوك الجسدي. كما يتطور تدريجيًا في قدرته على الانتظار، وتأجيل بعض رغباته، والالتزام بالتوجيهات، واللجوء إلى البالغين طلبًا للمســـاعدة. ولا يعني ذلك اختفاء نوبات الغضـــب تمامًا، بل انخفاض حدتها وتكرارها تدريجيًا عندما يحصـــل الطفل على الدعم العاطفي والتوجيه المناسبين. (كوزي، ٢٠٢٣)

- التفاعل الإجتماعي والتعاطف:

يتعلم الطفل تدريجيًا فهم مشاعر الآخرين والاستجابة لها، فيبدي اهتمامًا بمن يشعر بالحزن أو الألم، ويحاول مواســـاة الآخرين أو مســـاعدتهم، ولا ســـيما الأطفال والحيوانات. ويســـهم التفاعل الدافئ والمتجاوب مع مقدمي الرعاية في بناء شـــعور الطفل بالأمان، وتكوين التعلق الآمن، وتنمية الثقة بالنفس وفاعلية الذات، وهي عوامل تســـاعده على التكيف مع المواقف الاجتماعية والبيئات التعليمية المختلفة. (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠٢٦)

و يمكن عرض بعض المؤشرات النمائية الاجتماعية والنفســـية على النحو الآتي (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، المعايير النمائية، ٢٠٢٦):

جدول (٢١) المؤشرات الاجتماعية والنفسية الشائعة للمرحلة العمرية من ٤-٦

| المرحلة العمرية | المؤشرات الاجتماعية والنفسية الشائعة |
|---|---|
| من أربع إلى ست سنوات | يحافظ على تواصل بصري مناسب أثناء الحديث مع البالغين والأطفال، مع مراعاة الفروق الفردية والثقافية. |
| | يشارك في اللعب التعاوني، وينتظر دوره بدرجة أفضل. |
| | يصف بعض مشاعره، ويفهم عددًا من المشاعر الأساسية لدى الآخرين. |
| | يبدأ في استخدام استراتيجيات بسيطة لتهدئة نفسه، مثل طلب المساعدة أو الابتعاد مؤقتًا عن الموقف. |
| | يستطيع اتباع قواعد اللعب والأنشطة الجماعية بصورة أكثر استقرارًا. |
| | يبدي شعورًا متزايدًا بالمسؤولية والاستقلالية، ويشعر بالفخر عند إنجاز المهام. |
| | يبدأ في حل بعض الخلافات البسيطة من خلال الحوار أو طلب مساعدة البالغين. |
| | يظهر تعاطفًا مع الأطفال أو الحيوانات، ولا سيما عندما يلاحظ تعرضهم للألم أو الإصابة. |

### ٨-٢-١-٢ احتياجات الأطفال والتحديات الأكثر شيوعاً:

يحتاج أطفال مرحلة الطفولة المبكرة إلى بيئة متكاملة تلبي احتياجاتهم الجسدية والنفسية والاجتماعية والمعرفية، وتوفر لهم فرصًا آمنة للنمو والتعلم والاستكشاف. ومن أبرز هذه الاحتياجات ما يأتي: (اللجنة الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة، ٢٠١٩)

- الحاجة إلى الأمان والاستقرار والروتين:

يحتاج الطفل إلى بيئة آمنة ومستقرة، وإلى وجود أشخاص بالغين موثوقين يستجيبون لاحتياجاته بصورة منتظمة. كما يساعد الروتين اليومي الواضح، مثل انتظام مواعيد النوم والطعام واللعب

والأنشـــطة التعليمية، على تعزيز شـــعوره بالأمان والتوقع، والحد من القلق والارتباك. وينبغي أن يكون الروتين مرنًا بما يكفي لمراعاة احتياجات الطفل وفروقاته الفردية.

- الحاجة إلى الحب والحنان والتعزيز الإيجابي:

يُعد الشعور بالحب والقبول والاهتمام من الأسس المهمة للنمو النفسي السليم. فالطفل يحتاج إلى التفاعل الدافئ، والاســتماع إليه، واحترام مشــاعره، وإشــعاره بقيمته وقدرته على التعلم. كما يُســتحسن التركيز على تعزيز الســلوكيات المرغوبة والثناء على الجهد والمحاولة، بدل الاعتماد على التوبيخ المستمر أو العقاب القاسي؛ لأن التعزيز الإيجابي يساعد الطفل على تكرار السلوك المناسب وبناء ثقته بنفسه.

- الحاجة إلى التعلم باللعب والاستكشاف النشط:

يتعلم الطفل في هذه المرحلة بصورة أفضل من خلال اللعب والتفاعل المباشر مع البيئة، وليس من خلال التلقين أو الشرح النظري وحده. لذلك ينبغي إتاحة أنشطة متنوعة تعتمد على الحركة واللمس والملاحظة والتجريب وحل المشــكلات واللعب التخيلي. ويســاعد التعلم القائم على اللعب في تنمية الجوانب اللغوية والمعرفية والحركية والاجتماعية والانفعالية بصورة متكاملة.

- الحاجة إلى فرص التفاعل والتواصل:

يحتاج الطفل إلى فرص منتظمة للتفاعل مع البالغين والأقران، وتعلم مهارات الحوار والمشــاركة والتعاون وانتظار الدور وحل الخلافات. كما ينبغي توفير بيئة لغوية غنية من خلال الحديث معه، وقراءة القصص، وطرح الأسئلة، وتشجيعه على التعبير عن أفكاره ومشاعره.

- الحاجة إلى الرعاية الصحية والتغذية والنوم:

تؤثر الصــحة العامة والتغذية المتوازنة والنوم الكافي في قدرة الطفل على التعلم والانتباه وتنظيم الانفعالات. ولذلك ينبغي متابعة نموه الجسدي واللغوي والحركي، وتوفير الغذاء المناسب، وتعزيز العادات الصحية، وإجراء الفحوص الطبية الدورية عند الحاجة.

- الحاجة إلى الكشف والتدخل المبكر

يحتاج الأطفال الذين تظهر لديهم مؤشرات على تأخر نمائي أو صعوبات في اللغة أو السمع أو الحركة أو التفاعل الاجتماعي إلى الكشف المبكر والتقييم المتخصص. ويسهم التدخل المبكر في تقديم الدعم المناسب في الوقت الملائم، وتعزيز قدرات الطفل، والحد من تأثير الصعوبات في نموه وتعلمه. وينبغي أن يتم ذلك من خلال فريق متخصص وبالتعاون مع الأسرة، بعيدًا عن الوصم أو إصدار الأحكام غير المهنية.

المشكلات والتحديات الأكثر شيوعاً.

تتعدد التحديات النفسية والسلوكية والنمائية التي قد تواجه الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة:

- المشكلات النفسية والسلوكية: (الجلبي، ٢٠١٥)

– الخجل والانطواء: ينشأ نتيجة مشاعر النقص أو الحماية الزائدة أو كثرة النقد، مما يحرم الطفل من المهارات الاجتماعية وبناء الصداقات.

– الغيرة ونوبات الغضب: تظهر عند ولادة طفل جديد أو التفرقة في المعاملة أو عدم تلبية الرغبات فوراً، وتتجلى في البكاء الحاد أو الصراخ أو التمرد.

– مخاوف وقلق الانفصال: تشمل الخوف من الظلام أو الغرباء أو خوف المدرسة، وتظهر في شكل اضطرابات نوم وتوتر وجسمنة آلام.

- تحديات واضطرابات النمو والتعلم: (الجلبي، ٢٠١٥)

– اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD): اندفاعية حركية وعدم قدرة على الاستقرار والتركيز لأكثر من دقائق، مما يؤثر سلباً على التوافق الاجتماعي والأداء الدراسي.

– صعوبات التعلم (مثل الديسلكسيا): تباين واضح بين تحصيل الطفل الفعلي وقدراته العقلية الكامنة، كصعوبات إدراك الحروف أو الكلمات أو التآزر البصري الحركي.

– تأخر النطق واضطرابات التواصل والتوحد: مشاكل في التعبير اللغوي أو الإدراك اللغوي أو ضعف التفاعل الاجتماعي والعاطفي مع البيئة المحيطة.

– تأثير الظروف الأسرية والأزمات: تؤثر الضغوط الاقتصادية أو الصدمات أو سوء المعاملة والإهمال العاطفي سلباً على مشاعر الأمن والنمو النفسي المتكامل للطفل.

### ٨-٢-١-٣ أهداف جودة الحياة والأبعاد ذات الأولوية لمرحلة الطفولة المبكرة:

تتضـمن جودة الحياة في مرحلة الطفولة المبكرة مجموعة من الأهداف التي تسـعى مؤسـسـات الرعاية والتعليم إلى تحقيقها؛ وذلك من خلال توفير بيئة آمنة ومحفزة، ورعاية متكاملة تسـتجيب لاحتياجات الطفل النمائية، وتدعم نموه الجسـدي والمعرفي واللغوي والاجتماعي والانفعالي؛ ويمكن عرض أبرز هذه الأهداف على النحو الآتي: (Verma, 2022)

- تحقيق النمو الشامل والمتكامل:

تهدف برامج الطفولة المبكرة إلى دعم نمو الطفل في مختلف المجالات بصورة متوازنة ومتكاملة، بما يشـمل الجوانب الجسـدية والحركية، والمعرفية واللغوية، والاجتماعية والانفعالية؛ ويتطلب ذلك تصميم خبرات تربوية تراعي احتياجات الطفل وخصائصه العمرية والفروق الفردية بين الأطفال، وتتيح له فرص التعلم والتفاعل والاستكشاف في بيئة آمنة وداعمة.

- تعزيز الجاهزية المدرسية والنتائج النمائية:

تسـهم برامج الرعاية والتعليم المبكر عالية الجودة في إعداد الطفل للانتقال إلى المدرسـة من خلال تنمية حصـيلته اللغوية، ومفاهيمه الرياضـية الأولية، ومهاراته الاجتماعية، وقدرته على الانتباه والتواصل واتباع التعليمات. كما تساعده على تكوين علاقات إيجابية مع أقرانه، واكتساب الاتجاهات والمهارات اللازمة للتعلم والمشاركة الفاعلة في البيئة المدرسية.

- إعداد أفراد مسؤولين وفاعلين في المجتمع:

تسـعى التربية في مرحلة الطفولة المبكرة إلى تلبية احتياجات كل طفل بوصـفه فردًا متميزًا له خصـائصـه وقدراته واهتماماته؛ ويسـاعد هذا النهج في بناء شـخصـية متوازنة، وتعزيز الشـعور بالمسـؤولية، وتنمية احترام الآخرين والتعاون معهم، وترسـيخ القيم التي تدعم المشـاركة الإيجابية والمواطنة الصالحة في المستقبل.

- تنمية الإبداع والابتكار:

تتطلب جودة التعليم المبكر توفير بيئات تعليمية تشجع الطفل على التساؤل والاستكشاف والتجريب والتعبير الحر. ويتحقق ذلك من خلال أنشـطة اللعب التخيلي، والفنون، والموسـيقى، والقصـص، والتجارب العلمية البسيطة، وحل المشكلات، بما يسهم في تنمية الخيال والمرونة العقلية والتفكير الإبداعي والقدرة على ابتكار حلول متنوعة.

- تحقيق التكافؤ والاستدامة:

تقتضي جودة الحياة في الطفولة المبكرة ضمان حصول جميع الأطفال على فرص عادلة في الرعاية والتعليم، بغض النظر عن الجنس أو الحالة الاجتماعية أو الاقتصـادية أو القدرات أو الخلفية الثقافية. كما تشمل تأهيل الكوادر التعليمية، وتحسين جودة البرامج والخدمات، وتطوير ممارسات مستدامة تنسجم مع أهداف التنمية المستدامة والأجندات الوطنية ذات الصلة بالطفولة المبكرة، كاستراتيجية الطفولة المبكرة ورؤية الإمارات.

- تعزيز الصحة والحماية والدعم الأسري:

تتطلب جودة الحياة توفير إطار متكامل يشـمل الرعاية الصـحية، والتغذية السـليمة، والنظافة، والسلامة، والحماية من الإساءة والإهمال، إلى جانب تقديم الدعم والإرشاد للأسرة. كما ينبغي أن تعمل المؤسسة التعليمية على بناء بيئة يشعر فيها الطفل بالأمان والقبول، وتدعم رفاهه النفسي والانفعالي، وتعزز التعاون المستمر بين الأسرة والمؤسسة.

الأبعاد ذات الأولوية لجودة الحياة لمرحلة الطفولة المبكرة

تُقاس جودة البيئة التعليمية والرعاية في مؤسـسـات الطفولة المبكرة من خلال مجموعة من الأبعاد التي تتناول البيئة المادية، وجودة التفاعل، والدعم النفسي والاجتماعي، والصحة والسلامة، والشراكة مع الأسرة. وقد استندت بعض الأدبيات إلى أدوات ومعايير متخصصة، من بينها مقياس تقييم بيئة الطفولة المبكرة – النسخة المنقحة (ECERS-R) [Early Childhood Environment Rating Scale, Revised Edition] ، ونظام تقييم الفصـول الدراسـية (CLASS) [Classroom Assessment Scoring System]، والمعايير الوطنية لرعاية الطفل (NCCS) [National Child Care Standards ]: (Verma, 2022)

- أبعاد البيئة المادية والموارد :

– المساحة والتجهيزات : توفير مساحات داخلية وخارجية كافية وآمنة، وأثاث مريح ومناسب لأحجام الأطفال، مع تخصيص مناطق للاسترخاء والخصوصية لمنع التوتر والإجهاد البدني والنفسي الناجم عن الجلوس الطويل.

– روتين الرعاية الشخصية :توفير مرافق مناسبة ومريحة للنوم والراحة تتوافق مع الاحتياجات العمرية للأطفال، وتطبيق التغذية السليمة والممارسات الصحية.

– تطوير اللغة والتفكير: توفير الكتب والصور في الفصول وتفعيلها، واستخدام الحوار والتواصل اللفظي اليومي لتطوير مهارات التفكير المنطقي والتحليل لدى الطفل.

– تنوع الأنشطة النمائية :توفير أنشطة متنوعة تشمل المهارات الحركية الدقيقة، واللعب الدرامي/الإيهامي، والفنون، والموسيقى، والمكعبات، وتجارب العلوم والطبيعة، مع توفير ألعاب ومواد تعليمية كافية لجميع الأطفال دون الاقتصار على التعلم التكراري.

– بنية البرنامج والجداول الزمنية : اعتماد جداول زمنية مرنة تتناوب فيها أنشطة الحركة والهدوء، وتتيح التنقل بين الأنشطة الفردية والمجموعات الصغيرة بدلاً من الأنشطة الجماعية الموحدة طوال اليوم.

– دعم المعلمين والعاملين : توفير مساحات مخصصة لاحتياجات الكادر الوظيفي، وتحديد أوقات للراحة، وتقديم برامج تدريب وتطوير مهني مستمر.

- أبعاد التفاعل والدعم النفسي والاجتماعي:

– الدعم العاطفي والسلوكي:يشمل هذا البعد مجموعة من الممارسات التي تساعد الطفل على الشعور بالأمان والانتماء وتنظيم سلوكه، ومن أبرزها:

- المناخ الإيجابي: إظهار الدفء والاحترام والتقدير في التفاعل اللفظي وغير اللفظي بين المعلم والأطفال.
- الحد من المناخ السلبي: تجنب التهديد والإهانة والعقاب القاسي وكثرة التوبيخ، والحد من التنبيهات السلبية المتكررة.
- حساسية المعلم: الاستجابة السريعة والمناسبة لاحتياجات الأطفال ومشاعرهم، وتقديم المساعدة والدعم عندما يواجهون صعوبة.

- مراعاة وجهة نظر الطفل: الاهتمام باهتمامات الأطفال ودوافعهم، وإتاحة فرص الاختيار والمبادرة، وتشجيع الاستقلالية وتحمل المسؤولية.
- التوجيه السلوكي: مساعدة الطفل على تنظيم سلوكه من خلال الوقاية، ووضع قواعد واضحة، والنمذجة، والتعزيز الإيجابي، وإعادة التوجيه بدلًا من الاقتصار على العقاب.

– الدعم النشط للتعلم:

يتطلب التعلم الفعال أن يكون المعلم مشاركًا في خبرات الطفل، لا مجرد ناقل للمعلومات؛ ويتحقق ذلك من خلال:

- ربط الأنشطة بخبرات الطفل اليومية واهتماماته.
- تشجيع الطفل على التفكير والتفسير والتنبؤ وطرح الأسئلة.
- تقديم تغذية راجعة فورية ومحددة تساعده على تطوير أدائه.
- استخدام أسئلة مفتوحة تحفز الحوار والتفكير.
- توسيع إجابات الطفل وإثراء مفرداته اللغوية.
- دعم التفاعل الفردي والحوار المتبادل بين المعلم والطفل.
- منح الطفل وقتًا كافيًا للتجريب والمحاولة والتوصل إلى الحلول.

وتسهم هذه الممارسات في زيادة اندماج الطفل في التعلم، وتنمية قدرته على التفكير والاستكشاف، وتعزيز ثقته بقدرته على الإنجاز.

- أبعاد الصحة والسلامة والشراكة :

– الصحة العامة والنظافة:

ينبغي تطبيق إجراءات منتظمة للنظافة والتطهير، ومتابعة الحالة الصحية للأطفال، وتوفير حقيبة إسعافات أولية وتجهيزات مناسبة للتعامل مع الحالات الطارئة. كما يجب وجود إجراءات واضحة للتعامل مع الأمراض والحساسيات والحالات الصحية الخاصة، مع مراعاة خصوصية الطفل والتنسيق المستمر مع أسرته.

– الأمن والسلامة والوقاية:

يتطلب توفير بيئة آمنة الالتزام باشتراطات السلامة المعتمدة، وصيانة المبنى والتجهيزات وأجهزة الإنذار بصورة دورية، وتأمين مخارج الطوارئ، وإعداد خطط واضحة للإخلاء والتعامل مع الحوادث. كما ينبغي تدريب العاملين على إجراءات الطوارئ، وتنفيذ تدريبات دورية مناسبة لعمر الأطفال وبطريقة لا تثير الخوف أو القلق لديهم.

- الشراكة مع الأسرة والتوعية:

تُعد الأسرة شريكًا أساسيًا في عملية التربية والتعليم، ولذلك ينبغي بناء قنوات تواصل منتظمة بينها وبين المؤسسة التعليمية. وتشمل الشراكة تبادل المعلومات حول نمو الطفل واحتياجاته، وتوحيد أساليب الدعم، وتقديم التوعية المناسبة للأسر حول خصائص النمو والتعلم باللعب.

كما ينبغي مناقشة التوقعات غير الواقعية بطريقة مهنية، مثل التركيز المفرط على الكتابة والتدريبات الأكاديمية المبكرة على حساب اللعب والتفاعل والخبرات الحسية. ويُستحسن توضيح أن التعلم باللعب لا يعني غياب التعلم المنظم، بل يمثل أسلوبًا تربويًا مناسبًا لخصائص الطفل في هذه المرحلة.

- التدخل المبكر والدعم المتخصص:

ينبغي أن تتوافر في المؤسسة آليات واضحة لرصد مؤشرات التأخر النمائي أو صعوبات التعلم والتواصل، وإحالة الطفل إلى الجهات المختصة عند الحاجة. كما يجب توفير برامج دعم مناسبة للأطفال ذوي الإعاقة أو الاحتياجات النمائية الخاصة، والعمل على دمجهم في الأنشطة اليومية ضمن بيئة تحترم قدراتهم واحتياجاتهم.

ويتطلب ذلك تعاونًا بين الأسرة والمعلمين والأخصائيين، ووضع خطط فردية عند الحاجة، ومتابعة تقدم الطفل بصورة دورية، مع التركيز على نقاط القوة والإمكانات بدلًا من اختزال الطفل في صعوبته أو تشخيصه.

ويتضح أن جودة الحياة في مرحلة الطفولة المبكرة تتحق من خلال تكامل البيئة المادية الآمنة مع التفاعل التربوي الداعم، والأنشطة النمائية المتنوعة، والرعاية الصحية، والشراكة الفاعلة مع الأسرة. ولا تقتصر الجودة على توافر التجهيزات والموارد، بل تشمل أيضًا نوعية العلاقات التي

يعيشها الطفل، ومدى شعوره بالأمان والقبول، والفرص المتاحة له للعب والتعلم والاستكشاف والتعبير عن ذاته.

### ٨-٢-١-٤ المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها:

سعى برامج الطفولة المبكرة إلى تحقيق نمو متكامل للطفل في مختلف المجالات المعرفية واللغوية والحركية والاجتماعية والانفعالية، بما يدعم جاهزيته للتعلم، ويعزز استقلاليته، ويساعده على التفاعل الإيجابي مع ذاته والآخرين والبيئة المحيطة به؛ وينبغي أن تُنمى هذه المهارات من خلال خبرات مناسبة للعمر، تعتمد على اللعب والتفاعل والممارسة والاستكشاف، مع مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال:

المهارات المعرفية واللغوية:

تستهدف مرحلة الطفولة المبكرة تنمية مجموعة من العمليات العقلية الأساسية، مثل الانتباه، والتركيز، والملاحظة، والتذكر، والتصنيف، والمقارنة، والتنبؤ، وحل المشكلات البسيطة. كما تهدف إلى إكساب الطفل القدرة على الاستكشاف وطرح الأسئلة والتجريب، وتنمية فضوله وتفكيره الإبداعي والمرن، بما يتناسب مع خصائصه العمرية وخبراته النمائية. ويمكن تنمية هذه المهارات من خلال الألعاب التعليمية، والقصص، والأنشطة العملية، والمواقف التي تتيح للطفل البحث عن حلول واكتشاف العلاقات بين الأشياء. (منظمة اليونيسف، ٢٠١٨)

كما تشمل الأهداف اللغوية توسيع الحصيلة المفرداتية للطفل، وتنمية قدرته على فهم اللغة واستخدامها في التواصل والتعبير عن الأفكار والمشاعر والاحتياجات. ويتدرج الطفل في استخدام الكلمات والجمل، ووصف الصور والأحداث، وسرد الخبرات والقصص القصيرة، وطرح الأسئلة والإجابة عنها. كما يبدأ في اكتساب الاستخدام التدريجي للضمائر والأفعال وبعض القواعد اللغوية المناسبة لعمره، إلى جانب تنمية مهارات الاستماع والفهم والوعي بالأصوات ومهارات القراءة والكتابة الناشئة. (اللجنة الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة، ٢٠١٩)

المهارات الحركية (الكبيرة والدقيقة):

تتضـمن المهارات الحركية الكبرى اسـتخدام العضـلات الكبيرة والتحكم في حركة الجسـم وتوازنه. وتشـمل هذه المهارات المشي، والجري والقفز والتسـلق وصـعود الدرج والهبوط منه، وتغيير اتجاه الحركة، ورمي الكرة وركلها، والمشـاركة في الألعاب والأنشـطة البدنية المناسـبة للعمر. وتسـهم الأنشطة الحركية المنتظمة في تعزيز القوة والتوازن والتوافق الحركي والثقة بالقدرة على استخدام الجسم. (National Institute of Education, 2015).

أما المهارات الحركية الدقيقة فتتعلق بالتحكم في عضـلات اليدين والأصـابع والتآزر بين العين واليد. وتظهر في قدرة الطفل على الإمسـاك بالأدوات واسـتخدامها، والرسـم والتلوين، والإمسـاك بالقلم بطريقة ملائمة، والقص بالمقص الآمن، وتركيب القطع، ولضـم الخرز الكبير، وتشـكيل الصـلصـال، والتعامل مع الألعاب والمواد التعليمية. كما تدعم هذه المهارات اسـتقلالية الطفل في أنشـطة الحياة اليومية، مثل تناول الطعام، وتزرير الملابس، وارتداء بعض الملابس وخلعها.

المهارات النفسية والاجتماعية والتنظيم الذاتي:

يهدف النمو الاجتماعي والعاطفي إلى بناء مفهوم إيجابي عن الذات، وتعزيز الصـمود، وتقدير الذات، وتطوير التعاطف مع الآخرين، واحترام التنوع، والمشـاركة والتناوب في اللعب، كما تشـمل مهارات التنظيم الذاتي الاعتماد على النفس في الرعاية الشـخصـية كاسـتخدام المرحاض، وارتداء الملابس، وتناول الطعام بمسؤولية ونظافة. (UNICEF, 2022)

### ٨-٢-١-٥ الأنشطة والتطبيقات العملية الفردية والجماعية:

تُعد الأنشطة العملية والتطبيقات اليومية وسيلة أساسية لتحقيق أهداف النمو في مرحلة الطفولة المبكرة؛ لأنها تتيح للطفل التعلم من خلال اللعب والممارسـة والاسـتكشـاف والتفاعل المباشر مع البيئة. وينبغي أن تتنوع هذه الأنشـطة لتشـمل العمل الفردي والجماعي، وأن تراعي عمر الطفل واهتماماته وقدراته والفروق الفردية بينه وبين أقرانه:

الأنشطة الفردية والاستكشافية:

تتيح الأنشـــطة الفردية للطفل فرصـــة التركيز، واتخاذ القرار، والعمل وفق وتيرته الخاصـــة، وتنمية المثابرة والاستقلالية. ومن أمثلتها:

- تركيب الصور والأحاجي المناسبة لعمر الطفل.
- بناء الأبراج والأشكال باستخدام المكعبات ومواد البناء.
- اللعب بالعجين أو الصـلصـال وتشـكيله، والبحث عن أشـياء صـغيرة مخبأة داخله، مع مراعاة السلامة والإشراف المناسب.
- القراءة الفردية للقصـــص المصـــورة، ولا ســـيما الكتب المتينة ذات الصـــفحات الســـميكة أو الغلاف المقوى.
- التلوين والرسم الحر ورسم الخطوط والأشكال.
- تركيب القطع والأشكال المتداخلة.
- أنشطة المطابقة والتصنيف وفق اللون أو الشكل أو الحجم.
- استخدام المواد الطبيعية، مثل الرمل والماء والأوراق والحصى الكبير، في أنشطة الملاحظة والاستكشاف.

وتســـهم هذه الأنشـــطة في تنمية المهارات الحركية الدقيقة، والتآزر البصـــري الحركي، والانتباه، والإدراك، والخيال، والقدرة على حل المشـكلات، إلى جانب تعزيز شـعور الطفل بالإنجاز والاسـتقلالية. (اللجنة الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة، ٢٠١٩)

الأنشطة الجماعية والتفاعلية:

تســاعد الأنشــطة الجماعية الطفل على تطوير مهارات التواصــل والتعاون والمشــاركة وانتظار الدور والالتزام بالقواعد البســيطة. ويُفضــل تنظيمها في مجموعات صــغيرة حتى تتاح لكل طفل فرصــة المشاركة والتعبير والتفاعل. ومن أمثلتها:

- أنشطة حل المشكلات والعمل التعاوني، مثل بناء مجسم أو تركيب صورة بصورة مشتركة.
- التمثيل واللعب الدرامي، مثل لعب أدوار الطبيب والمريض، أو الطاهي والزبون، أو الأسرة، أو البائع والمشتري.
- إنشاء مراكز للعب الإيهامي تتيح للأطفال اختيار الأدوار وتبادلها.

- الألعاب اللوحية البسيطة، مثل ألعاب الذاكرة والمطابقة والدومينو، مع تبسيط القواعد بما يتناسب مع العمر.
- الألعاب الحركية، مثل رمي الكرة ودحرجتها والتقاطها.
- الألعاب الجماعية ذات القواعد الواضحة، مثل سباقات التتابع البسيطة، وألعاب الحركة والإيقاع، وأنشطة التقليد.
- الأناشيد والقصص التفاعلية التي تتضمن الحركة وتبادل الأدوار.
- المشروعات الصغيرة، مثل زراعة نبتة أو إعداد لوحة جماعية.

وينبغي أن يركز المعلم في هذه الأنشطة على التعاون والمشاركة، لا على المنافسة والفوز وحدهما، وأن يتدخل عند الحاجة لمساعدة الأطفال على حل الخلافات وتبادل الأدوات والالتزام بالدور. كما ينبغي تعديل القواعد والأدوات لتناسب الأطفال ذوي القدرات والاحتياجات المختلفة. (منظمة اليونيسف، ٢٠١٨)

التطبيقات الحياتية والمنزلية:

تمثل المواقف اليومية فرصًا تعليمية طبيعية يمكن من خلالها ربط التعلم بخبرات الطفل الواقعية؛ ومن أمثلتها:

- الغسيل وترتيب الملابس: فرز الملابس وفق اللون أو الحجم أو النوع، ومطابقة الجوارب، وعدّ القطع، وترتيبها.
- إعداد الطعام: تسمية المكونات والأدوات، ومتابعة التعليمات المتسلسلة، والعد والقياس بوسائل بسيطة، وتقليد خطوات إعداد الطعام الآمنة تحت إشراف بالغ.
- التسوق: عدّ بعض المنتجات، ومقارنة الأحجام والكميات، والتعرف إلى الألوان والرموز، وممارسة التحية والتواصل مع الآخرين.
- ترتيب المنزل والألعاب: تصنيف الألعاب، وإعادتها إلى أماكنها، وتحمل مسؤولية بسيطة مناسبة للعمر.
- العناية بالنباتات: سقي النباتات، وملاحظة نموها، والتعرف إلى حاجاتها، واستخدام مفردات مرتبطة بالطبيعة.

- العناية الشخصية: غسل اليدين، وترتيب أدوات الطفل، واختيار الملابس، وممارسة مهارات الاعتماد على الذات.
- الرحلات والملاحظة: التعرف إلى البيئة المحيطة، وملاحظة الأشكال والأصوات والكائنات، وطرح الأسئلة حول ما يراه الطفل.

وتسهم هذه التطبيقات في تنمية اللغة والمفاهيم الرياضية الأولية، والمهارات الحركية، وحل المشكلات، وتحمل المسؤولية، والاستقلالية، وربط المعرفة بالمواقف الحياتية. (اللجنة الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة، ٢٠١٩)

### ٨-٢-١-٦ أدوار المعلم والأسرة والأخصائي والإدارة:

تتطلب رعاية الطفل وتعليمه في مرحلة الطفولة المبكرة تكامل أدوار جميع الأطراف المعنية، بما يضمن توفير بيئة تربوية آمنة وداعمة، والاستجابة لاحتياجات الطفل النمائية والتعليمية والنفسية والاجتماعية. وتتحقق جودة البرامج المقدمة للأطفال من خلال التعاون المستمر بين المعلم والأسرة والأخصائي وإدارة المؤسسة التعليمية.

دور المعلم:

يتحول دور المعلم من ملقن إلى ميسر ـ وموجه للعملية التعليمية المتمحورة حول الطفل (محمد بالراشد، ٢٠١٩)، ويتولى تهيئة بيئة صفية آمنة وإيجابية ذات قواعد مشجعة وقابلة للتنبؤ، وتقديم التغذية الراجعة الفورية، والتحفيز اللغوي، ومراعاة الفروق الفردية بين الأطفال. (Verma, 2022)

دور الأسرة:

تُعد الأسرة البيئة الاجتماعية الأولى والرئيسية للطفل. ويتلخص دورها في توفير بيئة منزلية دافئة وآمنة قائمة على الروتين اليومي المنتظم للنوم والتغذية واللعب، واستخدام التعزيز والثناء الإيجابي بدلاً من العقاب البدني والصراخ، والتواصل المستمر والشراكة الفاعلة مع الروضة والمدرسة لمتابعة نمو الطفل. (Verma, 2022)

دور الأخصائي (النفسي/الاجتماعي/التأهيلي):

يتركز دوره في الكشف المبكر عن اضطرابات النمو والتأخر التعديلي (كالتوحد وصعوبات التعلم وتأخر النطق) (UNICEF, 2022) ، وتقديم خدمات التدخل المبكر والدعم النفسي-الاجتماعي، ووضع برامج تعديل السلوك والتأهيل المناسبة وتوجيه المعلمين والوالدين للتعامل معها. (Verma, 2022)

دور الإدارة (إدارة المدارس والرياض والمؤسسات):

تخطيط وإدارة المناهج وتوفير البيئة الفيزيقية والموارد التعليمية المتنوعة، والالتزام بمعايير الصحة والسلامة العامة والدفاع المدني والإخلاء الدوري (Verma, 2022). بالإضافة إلى توفير فرص التدريب والتطوير المهني المستمر للمعلمين، وبناء الشراكات مع الأسر والمجتمع المحلي. (National Institute of Education, 2015)

### ٨-٢-١-٧ مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة:

تستند متابعة تقدم الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة إلى مجموعة من الأطر والمؤشرات العالمية والوطنية التي تساعد على تكوين صورة شاملة عن مستوى نمو الطفل، ومدى اكتسابه للمهارات الأساسية، واستعداده للانتقال إلى المراحل التعليمية اللاحقة. ولا تهدف هذه المؤشرات إلى تصنيف الأطفال أو إصدار أحكام قطعية عليهم، بل تُستخدم لرصد التقدم، وتحديد مجالات القوة، والكشف المبكر عن الاحتياجات التي قد تتطلب دعمًا أو تدخلًا متخصصًا.

مؤشر تنمية الطفولة المبكرة لعام ٢٠٣٠ ومستهدفات التنمية المستدامة:

يُعد مؤشر تنمية الطفولة المبكرة لعام ٢٠٣٠ (Early Childhood Development Index 2030) أداة معيارية طُورت لرصد مستوى نمو الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٤ و٥٩ شهرًا، والتحقق من مدى سيرهم على المسار النمائي المتوقع في مجالات الصحة والتعلم والرفاه النفسي-والاجتماعي. ويتكون المؤشر من ٢٠ بندًا موزعة على ثلاثة مجالات رئيسية وعدد من المجالات الفرعية. (United Nations Children's Fund, 2023)

ويُصنَّف الطفل، وفق الحدود المرجعية المعتمدة في المؤشر، على أنه يسير في المسار النمائي المتوقع عندما يحقق الحد الأدنى المحدد من البنود تبعًا لفئته العمرية. وتشمل هذه الحدود الفئات الآتية: (United Nations Children's Fund, 2023)

- تحقيق سبعة بنود على الأقل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٤ و٢٩ شهرًا.
- تحقيق تسعة بنود على الأقل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٣٠ و٣٥ شهرًا.
- تحقيق ١١ بندًا على الأقل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٣٦ و٤١ شهرًا.
- تحقيق ١٣ بندًا على الأقل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٤٢ و٤٧ شهرًا.
- تحقيق ١٥ بندًا على الأقل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٤٨ و٥٩ شهرًا.

وينبغي تفسير نتائج المؤشر في ضوء عمر الطفل وسياقه الثقافي واللغوي والاجتماعي، وباعتبارها أداة للرصد العام والتخطيط، لا بديلًا عن التقييم النمائي الفردي أو التشخيص المتخصص.

معايير التعلم المبكر النمائية والجاهزية المدرسية :

تحدد معايير التعلم المبكر النمائية (Early Learning and Development Standards) ما يُتوقع أن يعرفه الأطفال ويستطيعوا القيام به خلال الفترة الممتدة من الميلاد حتى سن الثامنة، وذلك عبر مجموعة من المجالات النمائية، من أبرزها:

- النمو الجسدي والحركي.
- النمو المعرفي.
- اللغة والتواصل.
- النمو الاجتماعي والانفعالي.

وتساعد هذه المعايير في توجيه التخطيط التربوي، وتصميم الأنشطة والخبرات التعليمية، ومتابعة تقدم الأطفال وفق توقعات نمائية مناسبة لأعمارهم، مع مراعاة الفروق الفردية بينهم. (United Nations Children's Fund(UNICEF), 2016)

ولا تقتصر الجاهزية المدرسية على امتلاك الطفل مجموعة من المهارات الأكاديمية الأولية، بل تُفهم بوصفها نتاجًا لتكامل ثلاثة أبعاد رئيسية: (United Nations Children's Fund(UNICEF), 2016)

- جاهزية الطفل: وتشمل نموه الجسدي والمعرفي واللغوي والاجتماعي والانفعالي، واكتسابه المهارات التي تساعده على التعلم والتفاعل داخل المدرسة.

- جاهزية الأسرة: وتشمل قدرتها على دعم الطفل خلال مرحلة الانتقال إلى المدرسة، وتوفير بيئة منزلية مشجعة على التعلم، والتعاون مع المؤسسة التعليمية.
- جاهزية المدرسة: وتشمل توفير بيئة تعليمية آمنة ودامجة، ومناهج ملائمة، ومعلمين مؤهلين، وخدمات تستجيب لتنوع احتياجات الأطفال

النتائج النمائية الكلية وإطار الرعاية الحاضنة:

يرتبط تحقيق النتائج النمائية الإيجابية في مرحلة الطفولة المبكرة بتوافر مكونات إطار الرعاية الحاضنة، وهي:

- الصحة الجيدة.
- التغذية الكافية والمتوازنة.
- الرعاية المستجيبة لاحتياجات الطفل.
- الأمان والحماية.
- فرص التعلم المبكر.

وتعمل هذه المكونات بصورة متكاملة؛ فلا يمكن فصل النمو الصحي عن التغذية أو الأمان أو التفاعل المستجيب أو فرص التعلم. فكلما توافرت للطفل بيئة آمنة وداعمة وغنية بالتفاعل والخبرات، زادت فرص نموه بصورة متوازنة واكتسابه المهارات اللازمة للتعلم والتكيف. (United Nations Children's Fund (UNICEF), 2023)

وتتمثل النتائج المتوقعة على المدى القصير في تحسين فرص البقاء والنمو، وتعزيز الأداء المعرفي واللغوي والمدرسي، وزيادة القدرة على التفاعل والتكيف؛ أما على المدى الطويل، فتتوقع الأطر الدولية أن يسهم الاستثمار في الطفولة المبكرة في رفع مستوى التحصيل والإنتاجية، وتحسين فرص العمل والدخل، وتعزيز المشاركة الاجتماعية والتماسك المجتمعي في مرحلة الرشد. (UNESCO, 2026)

وفي الأطر الوطنية (كالمعايير النمائية السعودية للطفولة المبكرة من الميلاد إلى ٣ سنوات)، تتحدد المؤشرات والنتائج المتوقعة عبر ٧ مجالات نمائية شمولية تتضمن نهج التعلم، التطور الاجتماعي

العاطفي، اللغة والتواصل، العمليات المعرفية، الوطنية والدراسات الاجتماعية، التربية الإسلامية، والصحة والتطور البدني. (وزارة التعليم السعودية، ٢٠١٨)

### ٨-٢-١-٨ أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة:

تتنوع أدوات التقييم والمتابعة المستخدمة في مجال الطفولة المبكرة؛ فمنها ما يهدف إلى تقويم جودة المؤسسات والبيئات التعليمية، ومنها ما يركز على متابعة النمو الفردي للأطفال ورصد احتياجاتهم. وتساعد هذه الأدوات في تحديد جوانب القوة ومجالات التحسين، ودعم اتخاذ القرارات التربوية، وتوجيه الخدمات المقدمة للأطفال والأسر؛غير أن اختيار الأداة ينبغي أن يرتبط بالهدف من استخدامها، وخصائص الفئة العمرية، والسياق الثقافي واللغوي، ومدى توافر أدلة على صدقها وثباتها.

أدوات التقييم الذاتي المؤسسي وجودة البيئات التعليمية:

- أداة تقييم التقدم نحو التحول التابعة لليونسكو:

تُعد أداة تقييم التقدم نحو التحول التابعة لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «اليونسكو» أداة تشخيصية منظمة، تُستخدم لمساعدة الدول والمؤسسات على مراجعة أنظمة الطفولة المبكرة وتحليل مستوى تقدمها. وتتناول الأداة أربعة أبعاد رئيسية، هي: السياسة والحوكمة، الوصول والمشاركة، الجودة والملاءمة، الكوادر البشرية.

وتتفرع هذه الأبعاد إلى مجموعة من المجالات الفرعية والأسئلة التوجيهية، كما تعتمد الأداة مقياسًا رباعي المستويات يبدأ من المستوى الأول، الذي يشير إلى الممارسات الأولية أو المجزأة، وينتهي بالمستوى الرابع، الذي يعكس مستوى تحوليًا قائمًا على سياسات شاملة ومتكاملة؛ ولا يقتصر استخدامها على إصدار حكم نهائي، بل تهدف إلى مساعدة الجهات المعنية على تحديد الأولويات ووضع خطط للتحسين المستمر. (UNESCO, 2026)

- إطار تحسين الجودة في إسكوتلندا:

يمثل إطار تحسين الجودة في اسكتلندا (Education Scotland Quality Improvement Framework) أداة للتقييم الذاتي يمكن أن تستخدمها مؤسسات ومقدمو خدمات الرعاية والتعليم في مرحلة

الطفولة المبكرة؛ ويستند الإطار إلى مجموعة من مؤشرات الجودة، مع التركيز على حقوق الطفل، وجودة الممارسات التربوية، وطبيعة التفاعلات، وفاعلية القيادة، ومدى استجابة البيئة لاحتياجات الأطفال؛ ويساعد الإطار المؤسسات على تحديد نقاط القوة، ورصد مجالات التحسين، وربط نتائج التقييم بخطط عملية قابلة للمتابعة، بدل التعامل مع التقييم بوصفه إجراءً رقابيًا منفصلًا. (Care Inspectorate, 2025)

- مقاييس تصنيف البيئة والتفاعلات الصفية:

أدوات تُستخدم للتقييم الذاتي والملاحظة الميدانية لجودة البيئة الفيزيقية والموارد، وجودة التفاعلات العاطفية والتنظيم السلوكي والدعم التعليمي بين المعلم والأطفال. (United Nations Children's Fund(UNICEF), 2016)

- إطار الرصد والتقييم لخدمات الطفولة المبكرة (كالمعتمد في التشيك بالتعاون مع اليونيسف):

تتضمن بعض النظم الوطنية أطرًا لرصد وتقييم جودة خدمات الطفولة المبكرة، مثل الأطر المستخدمة في بعض الدول بالتعاون مع منظمة اليونيسف. وتركز هذه الأطر على تقييم الجوانب الهيكلية، مثل الموارد والتجهيزات ونسب العاملين إلى الأطفال، والجوانب الإجرائية، مثل طبيعة التفاعل وجودة الممارسات اليومية.

وقد تتضمن هذه الأطر إجراء تقييمات ذاتية داخلية بصورة دورية، تعتمد على مؤشرات واضحة للعمليات والخدمات، بما يساعد المؤسسات على متابعة التحسينات وتحديد الاحتياجات التدريبية والتنظيمية. (Jaroslava Simonová, 2025)

أدوات ملاحظة المتابعة وسجلات التقييم الفردي للطفل:

إنّ الرفاهية ظاهرة متعددة الأوجه تتطلب مجموعة متنوعة من المقاييس؛ ويتطلب قياس رفاهية الأطفال مجموعة من المقاييس التي لا تقتصر على رصد حالتهم فحسب، بل تشمل أيضاً رصد تطورهم؛ كما أن رفاهية الأطفال مرتبطة ارتباطاً وثيقاً ببيئتهم ومتأصلة فيها؛ وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة، تعتمد رفاهية الأطفال فيها بشكل كبير على والديهم أو مقدمي الرعاية لهم. ومن الصعب- أكثر من البالغين- الحصول على صورة كاملة عن رفاهية الأطفال....

- أدوات المسـح والفرز النمائي السرـيع:أدوات موجزة تعتمد على ملاحظات المعلم أو اسـتجابات الوالدين لتحديد المعالم النمائية وملاحظة أي تأخر في التواصل أو الحركة أو السلوك مثل: (Pats Consultants, 2025)

- استبيانات الأعمار والمراحل ASQ-3 (Ages and Stages Questionnaires): عبارة عن استبيان يملئه الوالدان و يقيم مهارات التواصـل، والمهارات الحركية الدقيقة والكبيرة، وحل المشـكلات، والسلوك الشخصي والاجتماعي.
- قائمة التوحد المعدلة للأطفال الصغار (Modified Checklist for Autism in Toddlers): وهو يحدد مؤشرات خطر اضـطراب طيف التوحد (ASD)(autism spectrum disorder )، ويركز على التفاعل الاجتماعي، والتواصل البصري، والسلوكيات المتكررة.
- اختبار دنفر لفرز النمو (DDST-II) (Denver Developmental Screening Test): وهو يقيم المهارات الحركية، واللغة، والقدرات الاجتماعية ويسـتخدمه مقدموا الرعاية الصـحية خلال الفحوصـات الدورية.
- قائمة الأعراض للأطفال (PSC) (Pediatric Symptom Checklist): وتعمل على رصـد المشـكلات الانفعالية والسلوكية، وتساعد على تحديد مؤشرات القلق والاكتئاب وصعوبات الانتباه.

- سجلات المتابعة الصفية والبطاقات الفردية: استخدام سجلات المتابعة التراكمية في الروضات (مثل سـجل بطاقات المتابعة الفردية أو "الكتاب الوردي" لملاحظة النمو الصـحي والنمائي في الأردن والمكسـيك ومنغوليا) لتدوين ملاحظات المتابعة الدورية واسـتخدامها في تقديم تغذية راجعة لأولياء الأمور دون إشعار الطفل بالفشل. (United Nations Children's Fund(UNICEF), 2016)
- أدوات تقييم المهارات الحياتية والاجتماعية: مثل نظام تصـنيف المهارات الاجتماعية ، ومقياس القوة السـلوكية والانفعالية ، وملف الأصـول النمائية ، ومبادرة تقييم المهارات الحياتية، وتُسـتخدم لملاحظة وتوثيق مهارات التعاون، والتنظيم الذاتي، والتواصـل الاجتماعي لدى الأطفال. (Hoskins, 2019)

### ٨-٢-١-٩ متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة:

تُعد الإحالة المبكرة والمنظمة إلى خدمات الدعم المتخصصة خطوة مهمة لضمان حصول الطفل على التقييم والمساندة المناسبين في الوقت الملائم. ولا تهدف الإحالة إلى إصدار حكم مسبق على الطفل أو وصمه، بل إلى فهم احتياجاته، وتحديد نقاط قوته، وتوفير الخدمات التي تساعده على تحقيق أفضل نمو ممكن.

متى تتم الإحالة؟

تتم الإحالة عندما تظهر مؤشرات مستمرة أو ملحوظة تدل على احتمال وجود تأخر أو صعوبة نمائية، أو عندما يعبّر الوالدان أو المعلم عن قلق بشأن نمو الطفل أو تعلمه أو سلوكه. وينبغي ألا تنتظر الأسرة أو المؤسسة التعليمية حتى تتفاقم الصعوبة، إذ قد يسهم التدخل المبكر في تحسين النتائج النمائية والتعليمية.

- مواعيد الفحص والفرز النمائي الدوري :

يُستحسن إجراء الفحص النمائي بصورة دورية خلال مراحل الطفولة المبكرة، وفق البروتوكولات الصحية والتعليمية المعتمدة في كل دولة. وتشمل بعض التوصيات إجراء الفحص في عمر ٩ أشهر، و١٨ شهرًا، و٣٠ شهرًا، وقبل الالتحاق بالمدرسة، أو في أي وقت تظهر فيه مخاوف لدى الأسرة أو المعلم. (Pats Consultants, 2025)

وتختلف المواعيد والإجراءات من نظام صحي أو تعليمي إلى آخر؛ لذلك ينبغي الالتزام بالجدول الوطني المعتمد، وعدم اعتبار المواعيد المذكورة بديلًا عن التقييم الفوري عند ظهور مؤشرات مقلقة.

- مؤشرات القلق النمائي التي قد تستدعي الإحالة:

قد تستدعي المؤشرات الآتية إجراء تقييم أكثر شمولًا أو إحالة الطفل إلى الجهة المختصة: (Pats Consultants, 2025)

جدول (٢٢) مؤشرات القلق النمائي

| المعيار | مؤشر القلق النمائي |
|---|---|
| التواصل واللغة | تأخر ملحوظ في اكتساب الكلمات أو الجمل مقارنة بما هو متوقع للعمر. |
| | صعوبة مستمرة في فهم التعليمات أو التعبير عن الاحتياجات. |
| | محدودية التفاعل اللفظي أو عدم استخدام اللغة لأغراض التواصل. |
| | عدم وضوح الكلام بدرجة تؤثر في فهم الآخرين للطفل. |
| | فقدان مهارة لغوية سبق أن اكتسبها الطفل. |
| التفاعل الاجتماعي والسلوك | محدودية الاستجابة عند مناداة الطفل باسمه بصورة متكررة. |
| | صعوبة واضحة في التواصل البصري أو مشاركة الانتباه مع الآخرين. |
| | ضعف الاهتمام بالتفاعل الاجتماعي أو صعوبة المشاركة في اللعب. |
| | ظهور سلوكيات متكررة أو اهتمامات محدودة بصورة تؤثر في أداء الطفل. |
| | صعوبة شديدة ومستمرة في تنظيم الانفعالات أو التكيف مع التغيرات. |
| | فقدان مهارات اجتماعية أو سلوكية سبق أن اكتسبها الطفل. |
| | ولا يدل ظهور مؤشر واحد بالضرورة على وجود اضطراب معين، بل ينبغي تفسير المؤشرات في ضوء عمر الطفل وسياقه اللغوي والثقافي، وإجراء تقييم شامل عند الحاجة. |
| المهارات الحركية | تأخر ملحوظ في الجلوس أو الزحف أو المشي أو الجري مقارنة بالمسار النمائي المتوقع. |
| | صعوبة مستمرة في التوازن أو التنسيق الحركي. |
| | ضعف في استخدام اليدين أو الإمساك بالأشياء والتعامل معها. |
| | صعوبة واضحة في أداء المهارات الحركية الدقيقة المناسبة للعمر. |
| | فقدان مهارة حركية سبق أن اكتسبها الطفل. |
| نتائج أدوات الفحص النمائي | تتم الإحالة عندما تقع نتائج الاختبارات والمسوح النمائية الأولية في "نطاق الإحالة" (Referral Range) أو تُظهر تأخراً محتملاً مقارنة بأقرانه في نفس المرحلة العمرية. |

كيف تتم الإحالة؟

تتطلب الإحالة الفعالة إجراءات منظمة تراعي مصـلحة الطفل وحقوق الأسرة، وتشـمل الخطوات الآتية: (The Australian Government, 2025)

- إشراك الأسرة والتواصل الشفاف:

تبدأ العملية بمناقشـة نتائج الفحص النمائي مع الوالدين بشـفافية، وإيضـاح دواع الإحالة والخيارات المتاحة، مع مراعاة أخذ موافقتهم وإشراكهم كشركاء رئيسيين.

- التوجيه حسب الفئة العمرية والمسارات المعتمدة:

الأطفال دون سن ٣ سـنوات: تُوجه الإحالة إلى خطوط وبرامج التدخل المبكر ( Early Intervention Services) التابعة لوزارات الصحة أو الهيئات المختصة لإجراء تقييم نمائي تشخيصي شامل.

الأطفال فوق سن ٣ سـنوات: تُوجه الإحالة إلى إدارة التربية الخاصـة بمرحلة ما قبل المدرسـة (Preschool Special Education) التابعة لوزارة التعليم لإجراء التقييم الشـامل وتحديد الاحتياجات التعليمية الخاصة.

- التقييم التشخيصي الشامل (Diagnostic Evaluation):

يخضـع الطفل لتقييم متكامل يُنفذه فريق متعدد التخصـصـات (أخصـائي نمو وأعصـاب، أخصـائي نفساني، أخصائي نطق وتخاطب، أخصائي علاج وظيفي) لتأكيد أو نفي وجود الاضطراب ووضع خطة الدعم الفردية.

- نموذج العامل الرئيسي والشراكة مع الطبيب المباشر (Key Worker Model & Medical Home):

يُعين عامل رئيسي (Key Worker) لتنسـيق الخدمات بين الأسرة والروضـة والأخصـائيين، مع مشـاركة ناتج الفحص والإحالة مع طبيب الرعاية الأولية المتابع للطفل لضمان تكامل الرعاية الطبية والتربوية.

- تحديد الكثافة والمدد العلاجية (Dosage, Frequency & Duration):

تحديد شـدة وتكرار ومدد الجلسـات العلاجية (جلسـات تخاطب، علاج وظيفي، تعديل سـلوك) بالتوافق بين الفريق والأسرة، وتطبيقها ضمن الروتين اليومي الطبيعي للطفل دون إرهاق كاهل الأسرة.

- إجراءات التعامل في حال رفض الأسرة للإحالة:

في حال عدم موافقة الوالدين على الإحالة الفورية، يُجرى إعادة تقييم وفرز نمائي في الفترة التالية مع تزويد الأسرة بالمعلومات والموارد التثقيفية لدعم نمو الطفل داخل المنزل حتى تكون مستعدة للخطوة التالية.

### ٨-٢-٢ جودة الحياة والرفاهية للحلقة الأولي من مرحلة التعليم الأساسي [٩]

تُمثل الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، التي تمتد عادةً من سن السادسة إلى الثانية عشرة مرحلةً نمائيةً محوريةً في بناء شخصية الطفل وتشكيل جودة حياته ورفاهه النفسي والاجتماعي والتربوي. ففي هذه المرحلة ينتقل الطفل تدريجياً من دائرة الاعتماد الأسري المباشر إلى فضاء أوسع تتداخل فيه الخبرات المدرسية والعلاقات الاجتماعية والمشاركة المجتمعية. ومن ثم، تبرز الحاجة إلى تبني إطار تربوي ونفسي متكامل يراعي خصائص هذه المرحلة واحتياجاتها النمائية المتنوعة، ويدعم نمو الطفل المتوازن، ويعزز شعوره بالأمان والانتماء والكفاءة، بما يهيئه لحياة مدرسية ومجتمعية أكثر إيجابية واستقراراً.(Asher Ben-Arieh, 2014)

#### ٨-٢-٢-١ الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية

تتميز مرحلة الطفولة المتوسطة أوالحلقة الأولى من التعليم الأساسي الممتدة تقريباً من السادسة إلى الثانية عشرة من العمر، بحدوث تحولات نمائية متدرجة ومتكاملة تشمل الجوانب البدنية والحركية، والمعرفية، والنفسية والانفعالية، والاجتماعية. وتؤثر هذه التحولات بصورة مباشرة في جودة حياة الطفل ورفاهه، وفي قدرته على التعلم وبناء العلاقات والتكيف مع متطلبات البيئة المدرسية والمجتمعية؛ ويمكن تناول أبرز خصائص هذه المرحلة على النحو الآتي:

الخصائص البدنية والحركية:

يشهد النمو الجسدي في هذه المرحلة معدلاً منتظماً ومستقراً مقارنة بمرحلة الطفولة المبكرة، حيث يزداد طول الطفل بمعدل ٢ إلى ٣ إنشات سنوياً، ويرتفع وزنه بمعدل ٥ إلى ٧ باوندات سنوياً،

[٩]- يلتزم الدليل السن النظامي لمرحلة التعليم الأساسي من سن ٦ سنوات وحتى نهاية الحلقة الأولى من التعليم الأساسي وفقًا لقانون التعليم المصري

كما تتميز هذه المرحلة بتزايد كتل العضلات، واستمرار نمو العظام، وبداية تساقط الأسنان اللبنية واستبدالها بالأسنان الدائمة (Newport, 2022). وتبدأ البادرة الهرمونية للبلوغ (Adrenarche) في سن مبكرة (بين ٦ و٨ سنوات)، يليها الدخول الفعلي في التغيرات الجسدية والبلوغ لدى بعض الأطفال بين سن ٨ و١٣ سنة لدى الإناث وسن ٩ و١٤ سنة لدى الذكور. (Beyer, 2025)

الخصائص المعرفية والإدراكية:

ينتقل الطفل معرفياً، وفقاً لنظرية جان بياجيه، إلى مرحلة العمليات المحسوسة ( Concrete Operational Stage)، وهي المرحلة التي يصبح فيها أكثر قدرة على توظيف التفكير المنطقي في فهم المفاهيم والمواقف المرتبطة بالخبرات والأشياء الملموسة والواقعية (Beyer, 2025). وفي هذه المرحلة، يبدأ الطفل في استيعاب عدد من المفاهيم العقلية الأساسية، مثل الاحتفاظ، وقابلية عكس العمليات (Reversibility)، وتصنيف الأشياء وفق خصائص متعددة، وفهم العلاقات السببية بصورة أكثر تنظيماً.

كما تتطور لديه تدريجياً مهارات ما وراء المعرفة، بما يشمل وعيه بطرائق تفكيره وتعلمه، وقدرته على التخطيط للمهمات ومراجعة أدائه واختيار الاستراتيجيات المناسبة لحل المشكلات. كذلك تزداد قدرته على التركيز والانتباه لفترات زمنية أطول، وتتسع سعة ذاكرته، وتتطور استراتيجياته في استقبال المعلومات وتنظيمها ومعالجتها واستدعائها، الأمر الذي يدعم تعلمه الأكاديمي وقدرته على التعامل مع متطلبات البيئة المدرسية بفاعلية أكبر (V Kandice Mah, 2012).

الخصائص النفسية والانفعالية:

وفقاً لعالم النفس إريك إريكسون(Erik Erikson) فإن الطفل يمر ببعض التحولات النفسية والإنفعالية المهمة وفقاً لنظريته، وتُعرف بأزمة الاجتهاد والإنجاز في مقابل الشعور بالنقص ( Industry vs. Inferiority). حيث يسعى الطفل جاهداً لإتقان المهارات الأكاديمية والاجتماعية والبدنية ونيل اعتراف المعلمين والأقران، ويميل للشعور بالنقص في حال تكرار الفشل أو التقييم السلبي. (Newport, 2022)

وبالتوازي مع هذه التحولات النفسية والانفعالية، يستمر النضج العصبي في مناطق متعددة من الدماغ، ولا سيما القشرة المخية وبعض المناطق المرتبطة بالوظائف التنفيذية وتنظيم الانفعالات،

مثل الفصين الجبهي والصدغي. كما تحدث عملية تشذيب المشابك العصبية (Synaptic Pruning)، التي تسهم في تحسين كفاءة الشبكات العصبية وتنظيم عملها. وينعكس هذا التطور تدريجياً على قدرة الطفل على فهم انفعالاته والتعبير عنها بصورة أكثر ملاءمة، وتنظيم استجاباته الانفعالية، والتكيف مع الضغوط النفسية، واستخدام بعض استراتيجيات التهدئة الذاتية وحل المشكلات. ومع ذلك، تظل هذه القدرات في طور النمو، مما يجعل الطفل بحاجة إلى الدعم والتوجيه والنمذجة الإيجابية من الأسرة والمدرسة (V Kandice Mah, 2012).

الخصائص الاجتماعية والعلاقات الإنسانية:

وفيها يتحول مركز الثقل الاجتماعي للطفل تحولاً تدريجياً ؛ فبعد أن كان الوالدان يمثلان المصدر الرئيس للتفاعل والتقييم، تزداد أهمية جماعة الأقران في تشكيل خبراته الاجتماعية وصورته عن ذاته. ويتطور مفهوم الذات وتقديرها من خلال المقارنة الاجتماعية المباشرة بالزملاء، ومدى شعور الطفل بالقبول والكفاءة والانتماء داخل جماعته (Diana Lang & Valentine-French, 2020).

كما تمر الصداقات خلال هذه المرحلة بمستويات نمائية متتابعة؛ تبدأ بالتبادلية في الاهتمامات والأنشطة، ثم تتطور إلى توقعات معيارية تتعلق بكون الصديق لطيفاً ومساناً ومتعاوناً ، وصولاً إلى مستوى أعمق يقوم على التعاطف، والفهم المتبادل، والمشاركة الوجدانية، والثقة، وتبادل الخبرات والأسرار. كذلك تنتشر أنماط من اللعب الحركي التفاعلي، كالمطاردة والتدافع والمصارعة المرحة المقبولة اجتماعياً، والتي قد تسهم في تنمية مهارات التعاون والتفاوض وضبط السلوك عندما تتم في إطار آمن وتوافقي. ويبدأ الأطفال أيضاً في رسم حدود اجتماعية أكثر وضوحاً بين الجنسين، في ظاهرة تُعرف بتحديد الحدود بين الجنسين (Borderwork)، الأمر الذي يستلزم توجيهاً تربوياً يعزز الاحترام المتبادل، ويحد من التنميط والتمييز، ويدعم العلاقات الإنسانية الإيجابية (Asher Ben-Arieh, 2014).

### ٨-٢-٢-٢ احتياجات الطلاب والتحديات الأكثر شيوعاً

يتأثر نمو الطفل في هذة المرحلة بمدى إشباع احتياجاته الأساسية، وبطبيعة التحديات الصحية والنفسية والاجتماعية المحيطة به. فكلما توافرت له بيئة آمنة وداعمة، وفرص مناسبة للنمو

والتعلم والمشـــاركة، ازدادت قدرته على التكيف وتحقيق الرفاه وجودة الحياة. ويمكن تناول أبرز احتياجات الطلاب والتحديات التي يواجهونها على النحو الآتي:

احتياجات الطلاب الأساسية:

- الأمان والاستقرار الأسري والمدرسي:

يحتاج الطفل إلى بيئة أسرية ومدرسية دافئة ومستقرة توفر له الشعور بالأمان النفسي والجسدي، وتقوم على وجود بالغين موثوقين قادرين على تقديم الدعم العاطفي والتوجيه التربوي والاستجابة المتوازنة لاحتياجاته. ويسهم هذا الأمان في بناء الثقة، وتعزيز الشعور بالانتماء، وتنمية قدرة الطفل على التعلم والتفاعل الإيجابي مع الآخرين (Asher Ben-Arieh, 2014) .

- النمو الحيوي المتوازن:

يتطلب النمو المتوازن للطفل حصـــوله على فرص منتظمة لممارســـة النشـــاط البدني المعتدل إلى الشـــديد لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة يومياً، إلى جانب اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن، والالتزام بنمط نوم منتظم وكافٍ يتراوح عادةً بين ٩ و١٢ ساعة ليلاً. وتُعد هذه العناصر ضرورية لدعم النمو الجسدي والعصـبي، وتعزيز الصـحة النفسـية، وتحسـين الانتباه والأداء الأكاديمي، والوقاية من المشـكلات الصحية المرتبطة بقلة الحركة واضطراب النوم وسوء التغذية (Reigstad & Peterson, 2024).

- الشعور بالحاجة إلى الكفاءة والانتماء:

يحتاج الطفل إلى فرص حقيقية ومتنوعة تمكنه من النجاح وإثبات قدراته الأكاديمية والشـــخصـــية، وتســـاعده على إدراك نقاط قوته وتطوير مهاراته. كما يحتاج إلى الشـــعور بأنه عضـــو مقبول في المدرســة وبين أقرانه، من خلال المشـــاركة في الأنشـــطة، وبناء العلاقات الإيجابية، والحصـــول على التقدير والتغذية الراجعة الداعمة. ويســـهم إشـــباع حاجتي الكفاءة والانتماء في تعزيز الدافعية، وتقدير الذات، والارتباط بالمدرســـة، والاســـتعداد للتعلم والمشـــاركة ( Human Early Learning Partnership, 2018) ; (Newport, 2022)).

التحديات الأكثر شيوعاً:

- التحديات البدنية المرتبطة بنمط الحياة:

يعد الخمول البدني وزيادة الوقت الذي يقضيه الطفل أمام الشاشات الترفيهية من أبرز التحديات الصحية المعاصرة؛ إذ قد يتجاوز وقت التعرض للشاشات خمس ساعات يومياً في بعض المجتمعات. وترتبط هذه الأنماط بزيادة احتمالية ارتفاع كتلة الدهون في الجسم، وتراجع الصحة الأيضية والقلبية، واضطرابات النوم، فضلاً عن انخفاض فرص الحركة واللعب والتفاعل الاجتماعي المباشر (Beyer, 2025). كما قد يواجه بعض الأطفال مشكلات مرتبطة بسوء التغذية ونقص التنوع الغذائي، إلى جانب انتشار تسوس الأسنان في بعض البيئات المدرسية، الأمر الذي يستدعي تعزيز التثقيف الصحي، وتوفير الغذاء الملائم، ودعم خدمات الرعاية والوقاية الصحية (WHO, 2020).

- التحديات النفسية والنمائية:

يُعاني نحو ١ من كل ٧ أطفال (أو ما يقارب ١٤٪) من اضطرابات في مجال الصحة النفسية، من بينها القلق، والاكتئاب، واضطرابات السلوك (Servili, 2025) ، وقد تختلف معدلات انتشار هذه المشكلات باختلاف المجتمعات والسياقات وأساليب القياس. كما تنتشر بعض الاضطرابات النمائية العصبية، مثل اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)، الذي قد يرتبط بصعوبات في الوظائف التنفيذية، والانتباه، والتنظيم الذاتي، بما ينعكس على الأداء الأكاديمي والعلاقات مع الأقران. وقد يواجه بعض الأطفال أيضاً اضطراب طيف التوحد (ASD) أو صعوبات التعلم، مما يتطلب خدمات تربوية ونفسية متخصصة تراعي الفروق الفردية وتدعم دمجهم ومشاركتهم الفاعلة (Reigstad & Peterson, 2024).

كذلك قد تترك الخبرات الصادمة والصدمة النفسية آثاراً واضحة في سلوك الطفل وصحته الجسدية والانفعالية؛ فقد تظهر في صورة شكاوى جسدية متكررة وغير مفسرة، مثل الصداع وآلام البطن، أو اضطرابات في النوم، أو صعوبات في التركيز، أو نوبات غضب وسلوكيات عدوانية وانسحاب اجتماعي. ومن ثم، تبرز أهمية توفير بيئة مدرسية حساسة للصدمات، تقوم على الأمان والاحتواء والإحالة إلى المختصين عند الحاجة (Beyer, 2025) .

- التحديات الاجتماعية والظروف الطارئة:

يمثل التنمر المدرسي والإقصاء الاجتماعي من أبرز التحديات التي قد تؤثر سلباً في تقدير الطفل لذاته وشعوره بالانتماء، كما قد تزيد من احتمالية الانسحاب الاجتماعي، والقلق، والتعثر الأكاديمي. وتحتاج مواجهة هذه الظاهرة إلى سياسات مدرسية واضحة، وآليات آمنة للإبلاغ، وتدخلات تربوية تعزز الاحترام والتعاطف والتعاون بين الطلاب (Servili, 2025).

ويواجه الأطفال أيضاً تحديات متصلة بالفجوة الرقمية، سواء نتيجة عدم تكافؤ فرص الوصول إلى الأجهزة والإنترنت أو نتيجة الاستخدام غير المنظم للتقنيات ووسائل التواصل الاجتماعي. وقد يؤدي ذلك إلى تفاوت في فرص التعلم، أو التعرض لمحتوى غير ملائم، أو اضطراب النوم، أو ضعف التفاعل الواقعي. كما يمكن للأزمات الكبرى، مثل الجوائح والحروب والكوارث، أن تؤدي إلى فقدان حاد في التعلم، وانقطاع التعليم، واضطراب الاستقرار النفسي والاجتماعي للطفل. ولذلك تتطلب هذه الظروف خططاً مرنة لاستمرارية التعليم، ودعماً نفسياً واجتماعياً، وتدابير تعويضية تستجيب لاحتياجات الأطفال الأكثر تعرضاً للمخاطر (UNICEF, Child Well-Being in an Unpredictable World: Innocenti Report Card 19, 2025).

### ٨-٢-٢-٣ أهداف جودة الحياة والأبعاد ذات الأولوية:

تسعى الأطر التربوية والصحية المعاصرة إلى الارتقاء بجودة حياة الطفل من خلال تبني أهداف استراتيجية متكاملة تراعي أبعاده الصحية والنفسية والاجتماعية والتعليمية، وتدعم نموه الشامل داخل المدرسة والأسرة والمجتمع. ومن أبرز الأهداف العامة لجودة الحياة ما يأتي:

الأهداف العامة لجودة الحياة:

- تطبيق نموذج المدرسة الشاملة والمجتمع الشامل والطفل الشامل (Whole School, Whole Community, Whole Child – WSCC)، بما يعزز التكامل بين منظومتي الصحة والتعليم، ويوحد الجهود الرامية إلى تلبية احتياجات الطفل البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، داخل البيئة المدرسية وخارجها.(Don Wright, 2017)

- تنمية الكفاءة الذاتية والمرونة النفسية لدى الأطفال، من خلال مساعدتهم على إدراك قدراتهم، وتنمية مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار، وتعزيز قدرتهم على التكيف مع التحديات الأكاديمية والحياتية والتعامل مع الضغوط بثقة وإيجابية. (Asher Ben-Arieh, 2014)
- تحقيق التكافؤ والعدالة وتكافؤ الفرص بين جميع الأطفال، من خلال إزالة العوائق التي تحول دون مشاركتهم الكاملة في الحياة المدرسية، وتوفير التسهيلات والدعم التربوي والصحي والاجتماعي الملائم للأطفال ذوي الإعاقة أو الاحتياجات الخاصة، بما يضمن اندماجهم الفاعل واحترام حقوقهم وقدراتهم. (WHO, 2020)

وبذلك لا تقتصر جودة حياة الطفل على خلوه من المشكلات الصحية أو النفسية، بل تمتد لتشمل قدرته على التعلم والمشاركة، وشعوره بالأمان والانتماء، وإتاحة الفرص المتكافئة أمامه للنمو وتحقيق إمكاناته في بيئة داعمة وشاملة.

أبعاد جودة الحياة الشاملة والأبعاد ذات الأولوية:

تتطلب جودة الحياة الشاملة لدى أطفال الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، الذين تتراوح أعمارهم بين ٦ و١٢ سنة، تناول مجموعة من الأبعاد المترابطة التي تعكس مختلف جوانب نمو الطفل ورفاهه. وتتمثل هذه الأبعاد في: الصحة والرفاهية البدنية، والصحة النفسية والانفعالية، والرفاهية الاجتماعية والعلاقات الإنسانية، والرفاهية الأكاديمية والتعليمية، والرفاهية العقلية والمعرفية، والرفاهية المكانية والبيئية، والرفاهية الرقمية. وتُعد الأبعاد الأربعة الأولى ذات أولوية خاصة في هذه المرحلة؛ نظراً لارتباطها المباشر بصحة الطفل النفسية والجسدية، وتعلمه، وعلاقاته، وشعوره بالأمان والانتماء.

- بُعد الصحة والرفاهية البدنية:

يركز هذا البعد على توفير الظروف الداعمة للنمو الجسدي السليم، من خلال إتاحة ما لا يقل عن ٦٠ دقيقة يومياً من النشاط البدني المعتدل إلى الشديد، وممارسة أنشطة تقوية العظام والعضلات ثلاثة أيام أسبوعياً على الأقل، والحد من مخاطر زيادة الوزن والسمنة، وتشجيع الحركة اليومية وفق التوجيهات العالمية للسلوك الصحي على مدار ٢٤ ساعة. كما يشمل خفض فترات الجلوس

والخمول، والالتزام بنوم ليلي منتظم يتراوح بين ٩ و١٢ ساعة، واتباع نظام غذائي متوازن، وإجراء فحوصات دورية لمتابعة النمو وصحة الفم والأسنان (Reigstad & Peterson, 2024) .

- بُعد الصحة النفسية والانفعالية:

يستهدف هذا البعد تنمية قدرة الطفل على فهم مشاعره والتعبير عنها وتنظيمها، واكتساب استراتيجيات فعالة للتكيف مع الضغوط والمواقف الصعبة. كما يتضمن الكشف المبكر عن مؤشرات القلق والاكتئاب والصعوبات الانفعالية والسلوكية، والحد من الوصمة المرتبطة بطلب المساعدة النفسية، وتعزيز تقدير الذات والمرونة النفسية والشعور بالكفاءة؛ ويتطلب ذلك توفير دعم اجتماعي وتربوي مستمر، وتهيئة بيئة آمنة تساعد الطفل على التعامل مع مشاعره والحد من الضغوط النفسية (Human Early Learning Partnership, 2018) .

- بُعد الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الإنسانية:

يرتبط هذا البعد بقدرة الطفل على بناء علاقات إيجابية ومستقرة مع أقرانه والبالغين من حوله، وتكوين صداقات تقوم على الثقة والتعاطف والاحترام المتبادل. كما يتطلب بناء مناخ مدرسي آمن ومحفز، وتعزيز الروابط الإيجابية بين الطفل ووالديه ومعلميه، ودعم علاقته بالبالغين الموثوقين، إلى جانب الوقاية من العنف والتنمر والإقصاء الاجتماعي. وينبغي أن تكون البيئة المدرسية دامجة وشاملة، تتيح لجميع الأطفال المشاركة والشعور بالقبول والانتماء دون تمييز (Newport, 2022) .

- بُعد الرفاهية الأكاديمية والتعليمية:

يركز هذا البعد على تنمية مفهوم إيجابي للذات الأكاديمية، وتعزيز شعور الطفل بالإنجاز والكفاءة الذاتية والدافعية نحو التعلم. كما يشمل ضمان اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والرياضيات، وتنمية المهارات الحياتية والرقمية اللازمة للتعلم والتفاعل الآمن والفعال، وتعزيز الشعور بالانتماء إلى المدرسة والمشاركة في أنشطتها. ويتطلب تحقيق ذلك توفير تعليم عادل وداعم يراعي الفروق الفردية، ويتيح للطفل فرصاً مناسبة للنجاح والتقدم وفق قدراته واحتياجاته (UNICEF, 2025).

- بُعد الرفاهية العقلية والمعرفية:

يهتم هذا البعد بدعم التطور العقلي والمعرفي للطفل، ولا سيما تنمية التفكير المنطقي المرتبط بمرحلة العمليات المحسوسة، وتطوير الوظائف التنفيذية، مثل الانتباه، والتخطيط، وضبط الاستجابة، والمرونة المعرفية. كما يشمل تنمية مهارات ما وراء المعرفة، والتفكير الناقد، وحل المشكلات، ومساعدة الطفل على الوعي بطرائق تعلمه، واختيار الاستراتيجيات المناسبة، ومراجعة أدائه وتقويمه ((Collins, 1984); (Newport, 2022) ).

- بُعد الرفاهية المكانية والبيئية:

يتطلب هذا البعد توفير بيئات أسرية ومدرسية آمنة ومستقرة ومحفزة على التعلم والنمو، بما في ذلك الفصول الملائمة، والمساحات الخضراء، والملاعب المجهزة لممارسة الحركة واللعب، والمرافق التي تراعي احتياجات الأطفال المختلفة( (WHO, 2022); (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023)).

- بُعد الرفاهية الرقمية:

يركز هذا البعد على تحقيق توازن صحي بين استخدام التقنية والحياة الواقعية، من خلال تنظيم وقت الشاشات الترفيهية بحيث لا يتجاوز ساعتين يومياً، وتجنب استخدامها قبل النوم، وتنمية مهارات السلامة الرقمية والتثقيف الإعلامي والتفكير الناقد في التعامل مع المحتوى الرقمي. كما يهدف إلى تمكين الطفل من الاستخدام المسؤول والآمن للتقنية، وحمايته من المخاطر الرقمية، وتعزيز قدرته على الموازنة بين التعلم والتواصل والترفيه عبر الوسائط الرقمية وبين النشاط البدني والتفاعل الأسري والاجتماعي المباشر ( (Beyer, 2025); (WHO, 2020)).

### ٨-٢-٢-٤ المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها:

المهارات:

تستهدف المناهج والبرامج التربوية المتكاملة تنمية حزمة من المخرجات النمائية لدى الطلاب، وفي مقدمتها المهارات الانفعالية والوجدانية، مثل التكيف الفعال مع المواقف (Coping Engagement)، وتنظيم الانفعالات، واستخدام استراتيجيات التهدئة الذاتية، وتنمية التعاطف والقدرة على فهم وجهات نظر الآخرين (Newport, 2022). كما تركز على تنمية المهارات الاجتماعية والمعرفية، بما

يشـمل التواصـل الفعال، وحل النزاعات بالطرق السـلمية، والعمل الجماعي والتعاوني، والتفكير الناقـد، وحـل المشـكلات، وإدارة الـذات، وتوظيف مهـارات مـا وراء المعرفـة في التخطيط للتعلم ومراجعته وتقويمه (Beyer, 2025). وتمتد هذه المخرجات لتشـمل المهارات الحياتية والرقمية، ولا سـيما مهارات الأمان الرقمي، والاسـتخدام المسـؤول والاسـتكشـافي للتقنية، وتنمية الوعي والثقافة الإعلامية بما يُمكن الطلاب من التعامل الآمن والناقد مع المعلومات والوسـائط الرقمية (Servili, 2025) .

المعارف:

تسـتهدف المناهج والبرامج التربوية المتكاملة إكسـاب الطلاب معارف أسـاسـية تسـهم في تعزيز صحتهم وسلامتهم وجودة حياتهم؛ إذ تشمل معارف الصحة العامة والنظافة الشخصية، مثل إدراك أهمية غسـل اليدين، والعناية بصـحة الفم والأسـنان، واتباع نظام غذائي صـحي ومتوازن (UNICEF, Child Well-Being in an Unpredictable World: Innocenti Report Card 19, 2025). كما تتضـمن معارف نمط الحياة المتوازن، من خلال فهم فوائد النشـاط البدني ودوره في دعم صـحة الجسـم، واسـتيعاب أهمية الحصـول على سـاعات نوم كافية ومنتظمة في تعزيز صـحة الدماغ والقدرات الجسـدية والعقلية (Reigstad & Peterson, 2024) . وتشـمل كذلك معارف السـلامة والحدود الشـخصـية، بما يسـاعد الطلاب على الوعي بحدودهم الجسـدية وحقوقهم الشـخصـية، ومعرفة الإجراءات الوقائية اللازمة لحمايتهم من مخاطر الإنترنت والتعامل غير الآمن مع الغرباء (Servili, 2025).

السلوكيات:

تسـتهدف المناهج والبرامج التربوية المتكاملة تعزيز مجموعة من السـلوكيات الصـحية والاجتماعية التي تدعم نمو الطلاب وجودة حياتهم؛ إذ يُتوقع أن يلتزموا بممارسـة النشـاط البدني المعتدل إلى الشديد لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة يومياً، إلى جانب أداء أنشطة تساعد على تقوية العظام والعضلات ثلاثة أيام أسـبوعياً على الأقل، مع المحافظة على نمط نوم ليلي كافٍ ومنتظم يتراوح بين ٩ و١٢ ساعة (WHO, 2020). كما تستهدف هذه البرامج ترشيد استخدام الشاشات الترفيهية بحيث لا يتجاوز سـاعتين يومياً، وتجنب اسـتخدامها قبل النوم لما قد يترتب على ذلك من آثار سـلبية في جودة النوم

والصحة العامة (Human Early Learning Partnership, 2018). وتشمل السلوكيات المستهدفة أيضاً المشاركة الفاعلة في الأنشطة المدرسية واللاصفية، والالتزام بالحضور المدرسي المنتظم، بما يعزز اندماج الطلاب في البيئة التعليمية، وينمي شعورهم بالانتماء والمسؤولية والمشاركة الإيجابية (Asher Ben-Arieh, 2014).

### ٨-٢-٢-٥ الأنشطة والتطبيقات العملية الفردية والجماعية

تؤدي الأنشطة والتطبيقات العملية دوراً محورياً في تعزيز جودة حياة الطلاب ورفاههم النفسي-والاجتماعي خلال الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، إذ تتيح لهم فرصاً للتعبير عن ذواتهم، وتنظيم انفعالاتهم، وتنمية مهاراتهم البدنية والاجتماعية، والشعور بالكفاءة والانتماء. وينبغي أن تتنوع هذه الأنشطة بين ممارسات فردية تساعد الطفل على الوعي بذاته وإدارة مشاعره، وأنشطة جماعية تعزز التعاون والتواصل والاندماج داخل المدرسة والمنزل.

الأنشطة الفردية:

تشمل الأنشطة الفردية تصميم ركن للتهدئة والهدوء (Calm Down Corner / Chill Room) داخل الصف أو المدرسة، بحيث يتضمن مساحة آمنة تحتوي على أدوات وأنشطة مناسبة تساعد الطالب على الاسترخاء، وتنظيم انفعالاته، والتعامل مع مشاعر التوتر والغضب بطريقة إيجابية (Don Wright, 2017). كما يمكن توظيف السجلات التأملية وأنشطة التفكير الذاتي من خلال دفاتر الملاحظات أو سجلات الإنجازات اليومية، إلى جانب تطبيق أنشطة «لاحظ وتأمل» القائمة على اليقظة الذهنية، بما يسهم في تنمية الوعي بالذات، وملاحظة المشاعر والأفكار، وتقدير التقدم الشخصي (Asher Ben-Arieh, 2014). وتعد الهوايات والأنشطة الفردية، مثل القراءة الترفيهية، والرسم، والتصميم، والحلول الإبداعية، وممارسة الرياضات الفردية، وسائل تربوية مهمة لتنمية الإبداع والاستقلالية وتعزيز شعور الطفل بالكفاءة والإنجاز والثقة بالنفس (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).

الأنشطة الجماعية:

تتضمن الأنشطة الجماعية تنظيم حصص التربية البدنية والاستراحات النشطة ، من خلال إتاحة ألعاب حركية حرة وموجهة تساعد على تنمية المهارات البدنية والحركية، وتشجع على النشاط والمتعة

والتفاعل الإيجابي بين الطلاب (Reigstad & Peterson, 2024) ، كما تسهم الألعاب والرياضات الجماعية المنظمة، مثل كرة القدم والكرة الطائرة، في تعزيز التعاون والانضباط والتواصل والشعور بالانتماء، وقد تساعد على الحد من القلق الاجتماعي وتقليل مخاطر الاكتئاب وتنمية التماسك بين الأقران (Asher Ben-Arieh, 2014) .

وتعد برامج التعلم الاجتماعي والانفعالي (Social and Emotional Learning – SEL) من التطبيقات التربوية الفاعلة التي توظف ألعاب الأدوار والمناقشات والأنشطة التفاعلية لتنمية مهارات التكيف، والوعي بالانفعالات وتنظيمها، والتواصل، والتعاطف، وحل المشكلات، وبناء العلاقات الإيجابية. وقد أظهرت هذه البرامج آثاراً واعدة في تحسين استراتيجيات التكيف والمهارات الاجتماعية والحد من فرط النشاط والسلوكيات غير التكيفية، إلا أن فاعليتها واستدامتها تتطلب دمجها ضمن نهج المدرسة الشاملة، بحيث تصبح جزءاً من ثقافة المدرسة ومناهجها وبيئتها الاجتماعية والمادية، مع تعزيز الشراكة بين المدرسة والأسرة والمجتمع، وتوفير السياسات والممارسات التنظيمية الداعمة لاستمراريتها (Asher Ben-Arieh, 2014) .

ومن التطبيقات المهمة أيضاً برامج الرفيق والمناصرة (Buddy Programs)، التي تقوم على ربط الطلاب الجدد أو الطلاب ذوي الإعاقة بأقران داعمين، بهدف تعزيز الشمولية، وتيسير الاندماج المدرسي، وتنمية الصداقات، والحد من العزلة والإقصاء الاجتماعي (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).

### ٦-٢-٨ أدوار المعلم والأسرة والأخصائي والإدارة:

تتطلب جودة حياة الطفل تضافر جهود جميع الأطراف في نموذج متكامل:

دور المعلم:

- توظيف أساليب تدريس ملائمة للخصائص النمائية للطفل: ينبغي للمعلم أن يكيف طرائق التدريس بما يتناسب مع طبيعة تفكير الأطفال في هذه المرحلة، ولا سيما اعتمادهم على الخبرات الحسية والعمليات المادية في فهم المفاهيم المجردة. ويتطلب ذلك استخدام المجسمات، والنماذج، والأدوات التعليمية، والتجارب العملية، والأنشطة القائمة على الملاحظة والاكتشاف والتعلم بالممارسة ( (Beyer, 2025); (Collins, 1984)).

- تعزيز الشعور بالكفاءة والإنجاز: يسهم تقديم التغذية الراجعة الإيجابية، والثناء الصادق والمتسق، وتقدير الجهد والتقدم الفردي في بناء ثقة الطفل بقدراته، وتنمية شعوره بالكفاءة والإنجاز. كما ينبغي للمعلم أن يتجنب المقارنة السلبية بين الأطفال أو التركيز المفرط على جوانب القصور؛ لما قد يترتب على ذلك من مشاعر النقص والإحباط، وفقًا لما تؤكده خصائص مرحلة النمو النفسي والاجتماعي للطفل (Beyer, 2025) .
- بناء بيئة صفية آمنة وداعمة والملاحظة المبكرة ورصد المؤشرات التي قد تدل على وجود صعوبات تعليمية أو مشكلات نفسية أو اجتماعية. وعند ظهور مثل هذه المؤشرات، ينبغي توثيقها والتواصل مع الأسرة والأخصائي المختص والإدارة المدرسية؛ من أجل تقديم الدعم المناسب في الوقت الملائم، مع الالتزام بالسرية واحترام خصوصية الطفل (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).

دور الأسرة والوالدين:

تُعد الأسرة البيئة الأولى التي يتشكل فيها شعور الطفل بالأمان والانتماء، كما تؤدي دورًا أساسيًا في دعم صحته النفسية والاجتماعية وتعزيز جودة حياته. ويتطلب ذلك من الوالدين تبني ممارسات تربوية متوازنة، تقوم على ما يأتي:

- ممارسة التربية الإيجابية: ينبغي أن تقوم العلاقة الوالدية على التفاعل الداعم، والدفء العاطفي، والإنصات، والاحترام المتبادل، مع وضع حدود واضحة ومتسقة للسلوك. كما يستلزم ذلك استخدام التوجيه والحوار بدلًا من العقاب القاسي أو الإهانة، ومتابعة الطفل بوعي دون إفراط في الحماية أو التدخل؛ بما يعزز استقلاليته وشعوره بالأمان والثقة (WHO, 2025).
- تنظيم استخدام الوسائط والأجهزة الرقمية: يُستحسن أن تضع الأسرة خطة أسرية لاستخدام الوسائط الرقمية Family Media Plan، تتضمن قواعد واضحة ومناسبة لعمر الطفل لتنظيم مدة استخدام الأجهزة، ونوعية المحتوى الرقمي، وأوقات الاستخدام، مع تحديد فترات خالية من الأجهزة، ولا سيما قبل النوم وأثناء تناول الطعام وأوقات التفاعل الأسري. وينبغي أن تتكامل هذه الخطة مع تنظيم مواعيد النوم، والتغذية، والنشاط البدني، بما يحقق نمط حياة صحيًا ومتوازنًا للطفل (Beyer, 2025) .

- المشاركة الفاعلة في الحياة المدرسية: تسهم مشاركة الوالدين في الأنشطة المدرسية، وحضور اللقاءات والاجتماعات، ومتابعة تعلم الطفل، والتعاون مع المعلمين، في تعزيز ارتباط الطفل بالمدرسة وشعوره بالدعم. وتنبغي المحافظة على تواصل منتظم وإيجابي بين الأسرة والمدرسة، لا يقتصر على مناقشة المشكلات، بل يشمل أيضًا تبادل المعلومات حول تقدم الطفل واهتماماته واحتياجاته. وتُعد المشاركة الوالدية من أقوى العوامل المؤثرة في جودة حياة الطالب ونجاحه المدرسي(Don Wright, 2017) .

دور الأخصائي النفسي والاجتماعي والنفساني المدرسي:

- إجراء المسوح والتقييمات الدورية: ينبغي تنفيذ مسوح نمائية ونفسية واجتماعية بصورة دورية ومنهجية؛ للكشف المبكر عن مؤشرات القلق، أو العزلة، أو التعرض للتنمر، أو صعوبات التعلم، أو المشكلات السلوكية والانفعالية. ويجب أن تتم هذه الإجراءات وفق ضوابط مهنية وأخلاقية، مع الحفاظ على سرية المعلومات واحترام خصوصية الطفل (Asher Ben-Arieh, 2014).
- تقديم خدمات الإرشاد والدعم النفسي: يقدم الأخصائي خدمات إرشادية فردية وجماعية للأطفال الذين يحتاجون إلى المساندة، بما يتناسب مع أعمارهم واحتياجاتهم النمائية. وتشمل هذه الخدمات مساعدتهم على فهم مشاعرهم وتنظيمها، والتعامل مع الضغوط، وبناء العلاقات الإيجابية، ومواجهة التنمر أو الصعوبات المدرسية، مع استخدام أساليب مناسبة للأطفال، مثل اللعب العلاجي والأنشطة التعبيرية والحوار الموجه (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).
- إدارة مسارات الإحالة والمتابعة: يتولى الأخصائي تنسيق إجراءات الإحالة إلى الخدمات الطبية أو النفسية أو التخصصية عند الحاجة، بالتعاون مع أولياء الأمور والجهات الصحية والمجتمعية ذات الصلة. كما يتابع تطور حالة الطفل بعد الإحالة، ويعمل على ضمان استمرارية الدعم وتكامل الخدمات المقدمة له داخل المدرسة وخارجها (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).

دور الإدارة المدرسية والقيادة:

- تبني معايير المدارس المعززة للصحة: ينبغي للإدارة المدرسية تبني وتطبيق معايير المدارس المعززة للصحة Health-Promoting Schools – HPS، والاستفادة من إطار المدرسة والمجتمع

والطفل ككل WSCC – Whole School, Whole Community, Whole Child. ويقتضي ذلك دمج الصحة الجسدية والنفسية والاجتماعية في السياسات والممارسات اليومية، وربط المدرسة بالأسرة والمؤسسات الصحية والمجتمع المحلي (WHO, 2022).

- توفير بيئة مدرسية آمنة وخالية من العنف: يتعين على الإدارة إصدار سياسات واضحة وفاعلة لمناهضة التنمر والعنف والإقصاء والتمييز، مع تحديد إجراءات الوقاية والإبلاغ والتعامل مع الشكاوى والمتابعة. كما ينبغي ضمان السلامة الفيزيائية والاجتماعية للطلاب، وتدريب العاملين على اكتشاف مؤشرات الإساءة أو التنمر والتعامل معها بصورة مهنية تحفظ كرامة الطفل وحقوقه (Servili, 2025) .
- توفير الموارد والمرافق الداعمة للصحة: تشمل مسؤولية الإدارة توفير مرافق آمنة ومناسبة للنشاط البدني، وبرامج للتغذية المدرسية الصحية، ومياه نظيفة وصالحة للشرب، ودورات مياه ملائمة، وبيئات صفية جيدة التهوية والإضاءة. كما ينبغي تهيئة المساحات المدرسية بما يراعي احتياجات الأطفال ذوي الإعاقة والفروق الفردية، ويعزز مبدأ الدمج والمشاركة (WHO, 2022).

### ٨-٢-٢-٧ مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة:

تُقاس كفاءة البرامج والتدخلات الموجهة لرفاهية الأطفال عبر مجموعة من المؤشرات الكمية والنوعية:

المؤشرات البدنية والسلوكية:

وتتمثل في ارتفاع نسبة الطلاب الذين يمارسون النشاط البدني لمدة لا تقل عن ٦٠ دقيقة يوميًا، بما ينسجم مع التوصيات الصحية ذات الصلة ، إلى جانب استقرار مؤشر كتلة الجسم بالنسبة إلى العمر (BMI-for-age)، وانخفاض معدلات زيادة الوزن والسمنة بين الأطفال (WHO, 2020).

كما يُتوقع أن تسهم هذه البرامج في تحسين انتظام النوم الليلي، بحيث يحصل الأطفال على عدد الساعات الملائم لمرحلتهم العمرية، والذي يتراوح بين ٩ و١٢ ساعة، فضلًا عن خفض الوقت الذي يقضونه في الجلوس الخامل أمام الشاشات. وتعكس هذه المؤشرات مدى نجاح التدخلات في

ترسيخ نمط حياة صحي ومتوازن يدعم النمو البدني والنفسي والاجتماعي للأطفال (Human Early Learning Partnership, 2018).

المؤشرات النفسية والاجتماعية:

وتشمل ارتفاع مستويات تقدير الذات والسعادة والرضا عن الحياة، وفقًا للمقاييس والمؤشرات المعتمدة (UNICEF, 2026) . كما يُتوقع أن تسهم هذه البرامج في الحد من أعراض القلق والاكتئاب والقلق الاجتماعي والمشكلات السلوكية لدى الأطفال ، فضلًا عن تراجع معدلات التنمر والإقصاء الاجتماعي، وتحسن قدرة الأطفال على التوافق النفسي والاجتماعي وبناء علاقات إيجابية مع أقرانهم (Asher Ben-Arieh, 2014).

وتتجلى النتائج المتوقعة كذلك في تنامي شعور الأطفال بالأمان والقبول والانتماء إلى المدرسة، وارتفاع مستوى مشاركتهم في الأنشطة الصفية والمدرسية، بما يعكس تحسن المناخ المدرسي وجودة العلاقات داخله. ومن ثم، لا تقتصر هذه المؤشرات على انخفاض مظاهر الاضطراب أو المشكلات، بل تشمل أيضًا تنمية عناصر الرفاه الإيجابي وتعزيز الشعور بالكفاءة والارتباط بالمدرسة والمجتمع (Human Early Learning Partnership, 2018) .

المؤشرات الأكاديمية والمؤسسية:

وتتضمن تحسن مستوى الكفاءة والتحصيل الدراسي في المهارات الأساسية، ولا سيما القراءة والرياضيات، بما يعكس أثر البيئة التعليمية الداعمة في تعزيز تعلم الأطفال ونموهم الأكاديمي (UNICEF, 2025). كما يُتوقع انخفاض معدلات الغياب المدرسي المرتبط بالأمراض أو المشكلات النفسية، نتيجة تحسن الصحة البدنية والنفسية للأطفال وتوافر خدمات الدعم والرعاية المناسبة داخل المدرسة (Reigstad & Peterson, 2024) .

وتشمل النتائج المتوقعة كذلك ارتفاع مستويات رضا أولياء الأمور عن الخدمات والبرامج المدرسية، وزيادة تفاعلهم ومشاركتهم في المبادرات والأنشطة التعليمية والمجتمعية التي تنفذها المدرسة. ويعكس ذلك تنامي الثقة والشراكة بين الأسرة والمدرسة، وتعزيز التكامل بين الجهود المؤسسية والأسرية في دعم تعلم الأطفال ورفاهيتهم وجودة حياتهم (Asher Ben-Arieh, 2014).

### ٨-٢-٢-٨ أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة:

تتعدد الأدوات والمقاييس المعتمدة علمياً لمتابعة وتقييم رفاهية الأطفال في الطفولة المتوسطة:

أدوات ومقاييس المسح الذاتي:

- أداة تطوير السنوات المتوسطة (Middle Years Development Instrument - MDI): وهى استبيان تقييم ذاتي موجه للأطفال، طوره فريق تعاوني من الباحثين في شراكة التعلم المبكر الإنساني وبمشاركة تربويين وأفراد من المجتمع، بهدف رصد الاتجاهات والأنماط المرتبطة بالصحة الاجتماعية والانفعالية للأطفال، ورفاههم، ومقومات نموهم الإيجابي. وتسعى الأداة إلى تزويد صانعي السياسات والتربويين والمنظمات المجتمعية ببيانات أساسية وموثوقة تدعم اتخاذ القرارات الرامية إلى تهيئة الظروف التي تمكّن الأطفال من النمو والازدهار. كما تتبنى الأداة مدخلاً قائماً على نقاط القوة، وتركز على الجوانب الإيجابية ومصادر القوة لدى الطفل، وتسهم في فهم نمو الطفل بصورة شاملة ومتكاملة، وتتيح له التعبير عن آرائه واحتياجاته وتطلعاته، فضلاً عن توفير وسيلة صادقة وثابتة لتقويم نموه ورفاهه . ويغطي الاستبيان ٥ أبعاد رئيسية: التطور الاجتماعي والانفعالي، الصحة البدنية والرفاهية، الصلة والانتماء، استخدام وقت ما بعد المدرسة، والخبرات المدرسية. (Human Early Learning Partnership, 2018)
- مقياس القوة والصعوبات (Strengths and Difficulties Questionnaire - SDQ): وهى أداة مسح سلوكية موجزة تُستخدم لرصد جوانب القوة لدى الطفل والكشف عن الصعوبات المحتملة في سلوكه وتكيفه، بما في ذلك الجوانب الانفعالية والاجتماعية ومشكلات السلوك والانتباه والعلاقات مع الأقران، وذلك بهدف تكوين صورة أكثر شمولاً عن نمو الطفل ورفاهه النفسي والاجتماعي. (Asher Ben-Arieh, 2014)
- أداة التقييم السريع الوقائي (Rapid Adolescent Prevention Screening - RAAPS): وتُعد أداة مسح وقائي موجزاً ومنظماً للكشف المبكر عن المخاطر السلوكية والصحية والاجتماعية التي قد تؤثر في رفاه أطفال الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، ولا سيما الفئة العمرية من ٩ إلى ١٢ سنة، حيث صُممت أسئلتها بما يتناسب مع مستوى نموهم المعرفي واللغوي وقدرتهم على

التفكير المحسوس. وتغطي الأداة مجالات أساسية، مثل التغذية والنشاط البدني، والصحة النفسية والانفعالية، والسلامة والوقاية من الإصابات، والتنمر والعنف، إلى جانب بعض المخاطر الصحية والاجتماعية المناسبة للعمر(Don Wright, 2017) . كما يتيح تطبيقها الذاتي، بصورة رقمية وآمنة وسرية، للطفل التعبير عن احتياجاته ومشكلاته بقدر أكبر من الصراحة، ويساعد المدرسة والأسرة والمتخصصين على تحديد عوامل الخطر، مثل الجوع، والضغوط النفسية، وصعوبات التعلم، والغياب، والتعرض للتنمر، ثم تقديم التوجيه والإحالة والتدخل المبكر المناسب. ومن ثم، تسهم الأداة في بناء صورة متكاملة عن أوضاع الطفل، ودعم اتخاذ القرارات التربوية والصحية المبنية على البيانات، وتعزيز الحماية والاندماج والتحصيل الدراسي، بما يدعم جودة الحياة والرفاه البدني والنفسي والاجتماعي لأطفال هذه المرحلة. (Don Wright, 2017)

ملاحظات المتابعة والتدقيق الميداني:

تُعد ملاحظات المتابعة والتدقيق الميداني أدوات مهمة للتحقق من فاعلية البرامج والتدخلات الموجهة إلى تعزيز رفاهية الأطفال وجودة حياتهم، إذ تشمل سجلات ملاحظات المعلمين المتعلقة بسلوك الطلاب، ومستوى تفاعلهم داخل الصف، ودرجة مشاركتهم في الأنشطة التعليمية، إلى جانب الاستفادة من آليات الترشيح بين الأقران للكشف المبكر عن الأطفال الذين قد يحتاجون إلى دعم إضافي (Beyer, 2025).

كما تتضمن عملية المتابعة إجراء فحوصات طبية مدرسية دورية لمراقبة مؤشرات النمو والصحة العامة، مثل قياس الطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم بالنسبة إلى العمر، فضلًا عن متابعة صحة الأسنان والنظر. وتساعد هذه الفحوصات في اكتشاف المشكلات الصحية في مراحل مبكرة، وتوجيه الأطفال إلى الخدمات المناسبة بالتنسيق مع الأسرة والجهات الصحية المختصة، بما يدعم نموهم السليم واستمرار مشاركتهم الفاعلة في الحياة المدرسية (WHO, 2022).

### ٨-٢-٢-٩ متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة:

تُعتبر الإحالة الدقيقة والمنظمة حجر الزاوية لحماية الأطفال الذين يواجهون تحديات تفوق إمكانيات التدخل الصفي العادي:

متى تتم الإحالة؟ (دواعي الإحالة ومؤشرات الخطر):

- ظهور أعراض شـديدة ومسـتمرة للقلق أو الاكتئاب، أو الانسـحاب الاجتماعي الحاد، أو أفكار السلوك الإيذاء الذاتي والانتحار (Servili, 2025).
- التراجع الحاد والمفاجئ في التحصيل الأكاديمي والتركيز الصفي دون أسباب ظاهرة، أو الغياب المتكرر (Newport, 2022).
- ظهور تغيرات سلوكية حادة مثل العدوانية الشديدة، نوبات الغضب المتكررة، أو السلوك المضاد للمجتمع( (Newport, 2022) ;(Reigstad & Peterson, 2024)).
- الشكوى المتكررة من أعراض جسمانية (صداع، آلام بطن) عقب التعرض لصدمات أو تنمر شديد دون سبب طبي(Beyer, 2025) .
- وجود مؤشرات قوية على اضطرابات النماء العصبي (مثل فرط الحركة ونقص الانتباه ADHD أو التوحد ASD) أو صعوبات تعلم حادة تتطلب تقييماً تشخيصياً شاملاً( Reigstad &) (Beyer, 2025); (Peterson, 2024).

كيف تتم الإحالة؟ (مسار وإجراءات الإحالة):

- تطبيق بروتوكول الإحالة المدرسية المعتمد للصحة النفسية ( School-Based Mental Health Referral Protocol) ضمن نظام الدعم متعدد المستويات (MTSS / CoIIN-SBHS) التي تساعد على تطبيق الاستراتيجيات الفعالة وتحسين جودة الخدمات واستدامتها، من خلال توثيق التدخلات والموارد ونتائجها. وتدعم هذه المؤشرات بناء مسار إحالة واضح يبدأ بالملاحظة والفحص، ثم التواصل الآمن مع الأسرة، وإحالة الطالب إلى الأخصائي أو الجهة الصحية المناسبة، مع متابعة حالته وتنسيق الجهود بين المدرسة والأسرة والمتخصصين، بما يعزز سلامته واندماجه وتحصيله ورفاهه الشامل (Don Wright, 2017).
- إجراء التقييم الأولي والداخلي بواسطة الأخصائي النفسي_ أو الممرض المدرسي لجمع الملاحظات (Don Wright, 2017).
- عقد اجتماع مع ولي الأمر لشرح حالة الطالب والحصول على الموافقة الواعية للإحالة (Asher Ben-Arieh, 2014).

- توجيه الحالة رسـمياً إلى خدمات الصـحة النفسـية للأطفال والأجداد (CAMHS)، أو مراكز الرعاية الصحية الأولية، أو العيادات النفسية التخصصية (WHO & UNICEF, 2025).
- اسـتمرار إدارة ومتابعة الحالة (Care Coordination) والتواصـل بين المدرسـة، والأسرة، والجهة الطبية المتخصـصـة لضـمان التكييف المدرسي أثناء وبعد العلاج (WHO, UNICEF, & UNESCO, 2023).

### ٨-٢-٣ جودة الحياة ورفاهية الطلاب لمرحلة الإعدادي -الحلقة الثانية من التعليم الأساسي- والثانوي (١٢ - ١٨ سنة)

#### ٨-٢-٣-١ الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية للمرحلة العمرية ( ١٢ -١٨ سنة)

تُمثل مرحلة المراهقة (التي تمتد في الغالب بين ١٢ و١٨ سنة) مرحلة انتقالية حاسمة في حياة الفرد، ينتقل فيها من حالة الاعتمادية والاتكالية الأسرية إلى صياغة الاستقلالية الذاتية وبناء الهوية الشخصية والاجتماعية المتماسكة؛ حيث تشهد هذه الفترة تغيرات فسيولوجية ونفسية ومعرفية متسارعة تتكامل في التأثير على سلوك الفرد وتقديره لذاته وتفاعلاته البيئية؛ فالمراهقة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة البلوغ، وتمتدّ من سنّ الثانية عشرة إلى الثامنة عشرة؛ تتميّز هذه الفترة بالنموّ البدنيّ السريع، والشدّة العاطفيّة، والبحث عن الهويّة .

تتداخل في هذه المرحلة أربعة محاور نمائية رئيسية تتفاعل دينامياً: النمو المعرفي المتقدم، النمو النفسي والانفعالي المتمثل في حسم أزمة الهوية، النمو الاجتماعي والتحول نحو جماعات الأقران والاستقلالية، والتغيرات الفسيولوجية والجسدية المصاحبة للبلوغ وأثرها على صورة الجسد

تميز مرحلة المراهقة بتغير نوعي في البنية المعرفية وآليات معالجة المعلومات؛ وفقاً للنظرية البنائية لجان بياجيه Jean Piaget وباربل إنهيلدر، ينتقل المراهق من تفكير العمليات المادية (Concrete Operational Stage)إلى مرحلة العمليات المجردة(Formal Operational Stage) ، وهي المرحلة العليا من تطور الذكاء التي تتيح التعامل مع المفاهيم المجردة والتفكير الفرضي الاستنباطي (Hypothetical-Deductive Reasoning).

يتيح هذا التطور المعرفي للمراهق القدرة على التفكير التفرعي والناقد، وتحليل العلاقات المعقدة بين المتغيرات، والتخطيط المستقبلي، واختبار الفروض بشكل منظم قبل إصدار الأحكام؛ ومع ذلك،

تشير الدراسات الأكاديمية إلى أن وصول المراهق إلى هذه المرحلة ليس مساراً تلقائياً أو حتمياً لكافة الأفراد في نفس السن.

في دراسة تجريبية إعادة إحياء وتطبيق لاختبارات بياجيه وإنهيلدر صاغها إيفرت دوليت (Dulit , 1972) ، تم تقييم عينات من المراهقين العاديين والموهوبين للتحقق من مدى شيوع التفكير المجرد الكامل. وأظهرت النتائج أن الوصول الكامل لمرحلة العمليات المجردة ليس شائعاً لدى كافة المراهقين بعكس ما انطوت عليه الكتابات المبكرة لبياجيه وإنهيلدر. وأوضحت أن التفكير المجرد ينبغي التعامل معه كإمكانية قدرية (Potentiality) يتم تحقيقها جزئياً لدى أغلب الأفراد، بينما يكتمل تحقيقها لدى البعض فقطوبذلك يتبين أن التطور المعرفي في المراهقة المبكرة يتطلب نموذجاً نمائياً متعدد المسارات وليس مساراً أحادياً ثابتاً.

وتتميز مرحلة المراهقة (١٢ - ١٨ سنة) بالتحول النمائي الشامل والتغيرات الفسيولوجية والنفسية السريعة، حيث ينتقل المراهق من مرحلة الاعتماد إلى البحث عن الاستقلالية وبناء الهوية المستقلة:

النمو المعرفي :التحول نحو مرحلة العمليات المجردة(*Formal Operations*) ، حيث تتبلور القدرة على التفكير التفرعي والناقد، وتحليل المفاهيم المعقدة، والتخطيط المستقبلي، واختبار الفروض؛ وتستمرّ مهارات اللغة في التطوّر، فيصبح المراهقون ماهرين في استخدام الجمل المعقّدة، وفهم الفروق الدقيقة في المعنى، وتطوير أنماط التواصل الخاصّة بهم، والتي غالبًا ما تتأثّر بمجموعات الأقران والثقافة الشعبيّة .

النمو الجسدي والفسيولوجي :التغيرات السريعة المرتبطة بقفزات النمو والبلوغ، وما يرافقها من تشكل صورة الجسد (*Body Image*) وتأثيرها المباشر على تقدير الذات.

النمو النفسي والانفعالي :السعي نحو صياغة وتحديد الهوية مقابل اضطراب الدور(*Identity vs. Role Confusion*) تتسم هذه المرحلة بحساسية عالية تجاه التقييم الذاتي والاجتماعي، وتقلبات مزاجية ناتجة عن التغيرات الهرمونية؛ يُعد تشكيل الهوية الانشغال النفسي الجوهري والهدف النمائي الأبرز لمرحلة المراهقة؛ وأوضح (Orenstein & Kaur, 2026 ) أن التطرف في الاتجاه الإيجابي قد ينقلب إلى حالة غير تكيفية كالمتعصب فكرياً(Fanaticism) ، بينما يؤدي الغرق في الاتجاه السلبي إلى الانعزال والتشتت المرضي. وتشير الأبحاث الطولية الواردة في مراجعهما إلى أن تحقيق الهوية في سن

المراهقة وبداية الرشد يرتبط بانخفاض مستويات القلق والاكتئاب، ويرسخ الاستقرار النفسي، ويعزز القدرة على بناء علاقات حميمة وإنتاجية في المراحل اللاحقة من الحياة.

النمو الاجتماعي :تصبح جماعة الأقران مرجعية رئيسية للسلوك والانتماء. يزداد الميل لنقد السلطة والبحث عن الاستقلالية الذاتية عن الأسرة، مع تبلور الوعي والقيم الأخلاقية والمواطنة؛ ويشهد النمو الاجتماعي للمراهق تحولاً جوهرياً في المرجعية السلوكية والنفسية، حيث تتراجع المرجعية الوالدية المباشرة لتشغل جماعة الأقران (Peer Group) المرجعية الرئيسية لسلوك الفرد والانتماء والشعور بالمواطنة؛ يرافق هذا التحول نمو الحاجة لنقد السلطة المتمثلة في الأسرة؛ في مراجعة منهجية شاملة للأدبيات العلمية، قامت تيجا راجيليني (Ragelienė , 2016) بتحليل العلاقة بين تطور الهوية لدى المراهقين وطبيعة علاقاتهم بالأقران واستناداً إلى الإطار الإريكسوني. وأكدت المراجعة أن العلاقات الإيجابية والمشجعة مع الأقران ترتبط ارتباطاً طردياً بتسهيل صياغة الهوية وحمايتها من التشتت.

### ٨-٢-٣-٢ احتياجات الطلاب والتحديات الأكثر شيوعاً في مرحلة المراهقة (١٢-١٨)

الاحتياجات الأساسية

- الاحتياج للاستقلالية والتقرير الذاتي :(Autonomy) منح المراهق مساحة للمشاركة في اتخاذ القرارات وحرية الاختيار المسؤول.
- الاحتياج لتقدير الذات وتأكيد الهوية :الحصول على الاعتراف بقيمته وإنجازاته وإحساسه بالكفاءة الشخصية والمهنية.
- الاحتياج للتوجيه الآمن غير القسري :الحاجة لمرجعية داعمة من الكبار توفر النصح والاحترام دون فرض أو هيمنة.

التحديات الأكثر شيوعاً

- ضغوط الاختبارات المصيرية والتخطيط المهني :قلق المستقبل الأكاديمي، والمنافسة، وحيرة الاختيار بين التخصصات والمسارات المهنية.

- المخاطر والتنمر السيبراني :الهوية الرقمية، المقارنة الاجتماعية عبر منصات التواصل، والتعرض للاستقطاب أو المضايقات الرقمية.
- اضطرابات المزاج وصورة الجسد :تفاقم مشاعر القلق الاجتماعي، والاكتئاب النفسي، واضطرابات الأكل أو التذمر من المظهر الجسدي.
- السلوكيات التكيفية الضارة :الميل للمخاطرة، وتجريب السلوكيات الخاطئة، أو ضغوط الساير والاندماج القسري مع مجموعات الأقران.

### ٨-٢-٣-٣ أهداف جودة الحياة والأبعاد ذات الأولوية

تتحدد جودة حياة الطالب المراهق في هذه المرحلة عبر ٤ أبعاد ذات أولوية قياسية في الشكل التالي:




شكل (٣٩) أبعاد جودة الحياة والرفاهية للطالب من ١٢-١٨ عام ( مرحلة المراهقة)

### ٨-٢-٣-٤ المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها

جدول (٢٣) المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتهاللمرحلة الاعدادية والثانوية

| المجال | المهارات والمعارف المستهدفة | السلوكيات المشاهدة (المخرجات) |
|---|---|---|

| | | |
|---|---|---|
| التحكم والتعافي النفسي | تنظيم الضغوط وتقنيات إدارة القلق.<br>بناء صورة جسد إيجابية وتقدير الذات. | التعامل الهادئ مع مواقف الفشل أو الإخفاق الدراسي .<br>التعبير عن المشاعر بطرق ناضجة ومستقلة. |
| التفكير الناقد واتخاذ القرار | التفكير التقييمي ومقاومة ضغط الأقران.<br>مهارات التخطيط الأكاديمي والمهني. | اتخاذ قرارات مستقلة ومتوازنة في المواقف الضاغطة.<br>تحديد أهداف مستقبلية رسمية ومتابعة تنفيذها. |
| المواطنة الرقمية والمجتمعية | الأمن السيبراني وإدارة الهوية الرقمية.<br>مهارات الحوار المتفتح وقبول الاختلاف. | الاستخدام المتزن لوسائل التواصل دون إدمان.<br>المشاركة التطوعية والأنشطة القيادية بالمدارس. |

### ٨-٢-٣-٥ الأنشطة والتطبيقات العملية الفردية والجماعية.

الأنشطة الجماعية

- الكفاءات العشر الأساسية: يمكن الاعتماد على مجموعة أدوات المراهقين للتعبير والابتكار المراهقين أو ما يُعرف بدليل( عشرة مناهج أساسية للعمل مع المراهقين) الصادر عن منظمة اليونيسف (UNICEF , 2026)

و استخدام هذه المجموعة لأنها تُعد ممارسة تربوية ونفسية ممتازة لتعزيز مهارات التفكير والابتكار وتفريغ الطاقات لدى عموم طلاب المدارس في المرحلتين الإعدادية والثانوية؛ وايضًا للمراهقين في الأوضاع الإنسانية الخاصة ؛ وتعتمد على تطوير واستخدام عشر كفاءات أساسية، والاستفادة منها، وهي عبارة عن مجموعات شاملة من المهارات القابلة للنقل والاتجاهات الصحية الضرورية لرفاهيتهم العاطفية والاجتماعية، ونموهم إلى أقصى إمكاناتهم، وقدرتهم على تحقيق أولوياتهم والمشاركة الفعّالة في أسرهم ومجتمعاتهم؛ و هذه الكفاءات العشر الأساسية هي مهارات واتجاهات يحتاجها جميع الناس للتعلم والنمو والازدهار، وهي ذات أهمية خاصة للشباب في السياقات الإنسانية والهشة الذين ربما فاتتهم فرص التعلم، والذين يحتاجون إلى هذه الكفاءات للتكيف مع ظروفهم الصعبة وتحويلها إلى فرص؛ وتتوافق الكفاءات العشر الأساسية مع الأطر

العالمية للمهارات القابلة للنقل، بالإضافة إلى أطر النتائج الخاصة ببرامج وتدخلات حماية الطفل والرفاه النفسي والاجتماعي؛ وتشمل هذه الكفاءات القدرات التي يحتاجها المراهقون للتعامل مع الأزمات، وبناء علاقات صحية وترميمها، واستكشاف العالم من حولهم، والتفاعل مع مجتمعاتهم، والسعي وراء اهتماماتهم وأهدافهم.

وهناك عشرة مناهج رئيسية لأفضل الممارسات في قيادة الأنشطة مع المراهقين ولأجلهم، والتي تدعمهم في تطوير واستخدام مهارات قابلة للتطبيق ومواقف صحية تُعدّ جزءًا لا يتجزأ من الكفاءات العشر الرئيسية التي تُشكّل أساس وهدف مجموعة أدوات المراهقين. وهي تُدمج معايير وممارسات وأساليب تشاركية، صديقة للطفل، وقائمة على حقوق الإنسان، تُروّج لها اليونيسف ووكالات الأمم المتحدة الأخرى للعمل مع المراهقين والمجتمعات ولأجلهم، داخل السياقات الإنسانية وخارجها(UNICEF , 2026) .

- منتديات المناظرة والحوار الناقد :(Debate Clubs) جلسات حوارية حول قضايا الفكر والمواطنة والمهارات الحياتية، لتدريب الطلاب على حرية التعبير والاحترام المتبادل.
- مشاريع المبادرات والقيادة الطلابية :(Student-Led Projects) إتاحة الفرصة للمراهقين لتصميم وتنفيذ مبادرات مجتمعية أو مدرسية تُبرز فاعليتهم واستقلاليتهم.
- ورش التوعية والسيبرانية التفاعلية :محاكاة عمل علمية لمواجهة ضغوط الأقران والتنمر الرقمي وكيفية حماية الخصوصية على الإنترنت

الأنشطة الفردية

يوجد العديد من الأنشطة الفردية التي يُمكن أن تُساهم في مساعدة المراهقين على تعزيز جودة الحياة والرفاهية ومنها :

- مخطط المسار الشخصي والمهني :(Personal Vision & Career Map) أداة تخطيطية يسجل فيها الطالب نقاط قوته، واهتماماته المهنية، والخطوات الأكاديمية المطلوبة لتحقيق أهدافه المستقبلية.
- بطاقات إدارة التوتر والأفكار اللاعقلانية :تدريبات كتابية وتأملية فكرية لمساعدة الطالب على تفكيك قلق الامتحانات وإحلال أفكار إيجابية واقعية محلها.

### ٨-٢-٣-٦ أدوار المعلم والأسرة والأخصائي والإدارة.

أدوار أطراف العملية التعليمية (المعلم، الأسرة، الأخصائي، الإدارة)




شكل (٤٠) أدوار أطراف العملية التعليمية والأسرة

دور المعلم والموجه الطلابي :

تبني أسلوب الحوار والاحترام وتجنب التوبيخ أو التقليل من المراهق أمام أقرانه.

ربط المحتوى الدراسي بالمهارات الحياتية والتطبيقات المهنية المستقلة.

الاكتشاف المبكر لمظاهر الاكتئاب، أو القلق الشديد، أو التراجع الدراسي المفاجئ.

دور الأخصائي (النفسي / الاجتماعي):

تقديم جلسات الإرشاد النفسي الفردية والموجهة حول القلق وصورة الجسد وتأكيد الهوية.

تطبيق مقاييس الصحة النفسية وجودة الحياة الدورية الخاصة بمرحلة المراهقة.

تنظيم برامج التوجيه والإرشاد الأكاديمي والمهني.(Career Guidance)

دور الإدارة المدرسية:

توفير بيئة تنظيمية عادلة تحترم حقوق الطالب وتمنع أشكال العنف والتنمر.

دعم الأنشطة والاتحادات الطلابية لتنمية القيادة والمواطنة.

تيسير الشراكة مع أسر المراهقين ومؤسسات المجتمع المحلي.

دور الأسرة:

التحول من نمط الرقابة المباشرة إلى الاستماع الإيجابي والشراكة الحوارية.

الاحتواء خلال مرحلة التقلبات الانفعالية وإتاحة المساحة الآمنة لاستقلاليته.

دعم التوجهات المهنية للطالب دون فرض رغبات الأبوين القسرية.

### ٨-٢-٣-٧ مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة.

المؤشرات السلوكية والاجتماعية :انخفاض حدة الصراعات والمخالفات السلوكية والتسرب من الحصص، وارتفاع معدل المشاركة الإيجابية في المبادرات والأنشطة القيادية والمجتمعية.

المؤشرات النفسية والعاطفية :ارتفاع درجات الطلاب على مقاييس "المرونة النفسية" و"تقدير الذات"، وانخفاض مؤشرات القلق والتوتر المرتبط بالامتحانات والتفكير في المستقبل.

المؤشرات الأكاديمية والمهنية :وضوح الرؤية والهدف الدراسي لدى الطلاب والقدرة على الاختيار الأكاديمي الواعي، وتحسن الانضباط المدرسي وانتظام الحضور.

### ٨-٢-٣-٨ أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة.

استبانة التقييم الذاتي للرفاه والمرونة :(Student Self-Assessment) مقياس مدرج يقيم من خلاله الطالب مستوى رضاه عن ذاته، وقدرته على إدارة الضغوط، وشعوره بالدعم النفسي في المدرسة.

مقياس التوجيه والفاعلية الأكاديمية :(Academic Self-Efficacy Inventory) أداة رصد لمدى ثقة الطالب في مهاراته وقدرته على تحقيق أهدافه الدراسية والمهنية.

سجل الملاحظة والتتبع السلوكي المتقدم :(Adolescent Behavioral Tracker) أداة دورية يستخدمها الأخصائي والمعلم لتتبع تغيرات السلوك، والعلاقات مع الأقران، والمظاهر النفسية.

## ٨-٢-٣-٩ متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة.

دواعي الإحالة

تتم الإحالة الدقيقة والسريعة إلى الخدمات النفسية أو الاستشارية المتخصصة عند ملاحظة أي من المؤشرات التالية لأكثر من أسبوعين:

مؤشرات اضطرابات المزاج الحادة: الانعزال التام، نوبات البكاء أو الغضب غير المبررة، وتدني الشغف بكافة الأنشطة.

سلوكيات إيذاء الذات أو الأفكار الانتحارية: التصريح المباشر أو التلميح برغبة في إنهاء الحياة أو وجود آثار جروح متعمدة على الجسد.

الاضطرابات الجسدية والسلوكية الخطيرة: فقدان أو زيادة الوزن السريعة جداً (مؤشرات اضطراب الأكل) أو الانغماس في سلوكيات خطرة وادمانية.

التراجع الأكاديمي الحاد المترافق مع قلق مرضي: حالات الهلع شديدة التعقيد عند الامتحانات أو الانقطاع المفاجئ عن الذهاب للمدرسة

مسار الإجراءات والخطوات التنفيذية للإحالة ويوضحها الجدول التالي

جدول (٢٤) مسار الإجراءات والخطوات التنفيذية للإحالة لطلاب المرحلة الاعدادية والثانوية

| مخطط مسار الإجراءات التنفيذية للإحالة |
|---|
| ١ |
| المعلم / الموجه :رصد وتوثيق التغيرات السلوكية والأكاديمية بخصوصية وسرية تامة. |
| ٢ |
| التقرير الأولي للأخصائي :إجراء مقابلة فردية استكشافية توفر الأمان التام للطالب وإعداد دراسة حالة |
| ٣ |
| اجتماع فريق الدعم :عقد جلسة مغلقة (معلم الصف + الأخصائي + الإدارة المدرسية) لتقييم التدخل. |
| ٤ |
| لقاء ولي الأمر :التواصل مع ولي الأمر بأسلوب داعم دون اتهام لعرض أهمية التدخل المتخصص. |
| ٥ |

| |
|---|
| النموذج الرسمي للإحالة :تعبئة نموذج الإحالة المعتمد وتوجيهه لجهة الاختصاص (المركز النفسي/الاستشاري). |
| ٦ |
| المتابعة والتقييم :متابعة تنفيذ التوصيات الصادرة لضمان استقرار الطالب الأكاديمي والنفسي. |

الرصد الدقيق الموائم لحساسية المرحلة: توثيق الشواهد والسلوكيات بخصوصية وسرية تامة دون إحراج الطالب أمام زملائه.

المقابلة الفردية والأمان النفسي: يجري الأخصائي مقابلة استكشافية توفر الأمان التام للطالب لبناء الثقة.

التشاور والتنسيق الداخلي: تقييم الحالة ضمن فريق الدعم المدرسي لتحديد طبيعة التدخل المطلوبة.

إشراك الأسرة بالحكمة: التواصل مع ولي الأمر بأسلوب داعم غير اتهامي لعرض أهمية التدخل المتخصص.

استيفاء نموذج الإحالة والمتابعة: رفع النموذج الرسمي المعتمد لجهة العلاج/الاستشارة الخارجية، مع متابعة تنفيذ التوصيات الصادرة لضمان استقرار الطالب الأكاديمي والنفسي.

### ٨-٢-٤ جودة الحياة لمرحلة التعليم العالي (١٨ سنة فأكثر)

يواجه الشباب في مرحلة التعليم العالي بيئة تعليمية محفزة أكاديمياً، وغنية بالمعلومات، وموجهة نحو المسار المهني، وغنية اجتماعياً، وقد تكون شديدة التنافسية ومتوترة للغاية؛ وفي ظل هذه البيئة التعليمية، غالباً ما يكون أعضاء هيئة التدريس والطلاب عرضة لخطر التضحية بصحتهم النفسية في سعيهم لتحقيق التميز الأكاديمي.

وتتزايد أهمية رفاهية الطلاب في التعليم العالي؛ ففي جميع أنحاء العالم، يؤكد قادة الجامعات وصناع السياسات على أن رفاهية الطلاب يجب أن تكون بنفس أهمية النتائج الأكاديمية التي يحققها التعليم العالي. (Ashley , 2016)

وقد تناولت ورقة للسياسات (Policy Insight) لمنظمة اليونسكو في مدى تبنّي الحكومات لهدف تحسين رفاه الطلاب ضمن خططها الوطنية للتعليم العالي (HE) عبر ١٤٦ دولة ممثّلة في مرصد سياسات التعليم العالي (HE Policy Observatory)؛ وتستند الرفاه إلى ثلاثة ركائز مترابطة ارتباطاً وثيقاً تتضمن :الرفاه البدني، والنفسي، والاجتماعي ؛ وفي قطاع التعليم العالي، أدّت جائحة كوفيد-١٩ إلى اضطراب عميق في هذه الركائز؛ مما فاقم التحديات الصحية البدنية والنفسية، وزاد من العزلة الاجتماعية، وسلّط الضوء على الأهمية البالغة لأنظمة الدعم المخصصة لرفاهية النشء والشباب .

بالنسبة لطلاب التعليم العالي (HE)، وتُعد الرفاهية (Well-being) شرطاً أساسياً للتعلّم الفعّال وتعزيز جودة الحياة؛ فإذا لم يحظَ الرفاه بالدعم الكافي، قد تتأثر الأهداف التعليمية سلباً، مما يؤدي إلى تدنّي مخرجات التعلّم ؛ كما أن دعم رفاه الطلاب يعزّز من نموّهم وإمكاناتهم القيادية ؛ وهذا أمر حيوي لتحقيق الذات على المستوى الفردي والتقدّم الاجتماعي والاقتصادي؛ وفي نهاية المطاف، يُسهم هذا الدعم في بناء مجتمع أكثر صحةً ونجاحاً.

### ٨-٢-٤-١ الخصائص النمائية والنفسية والاجتماعية للمرحلة العمرية (١٨ سنة فأكثر )

تعتبر مرحلة التعليم العالي مرحلة انتقالية حاسمة تتسم باكتفاء النمو الجسدي والاستقلال النفسي والاجتماعي؛ و تشمل الخصائص الرئيسة لهذه المرحلة:

- الخصائص النمائية والجسدية :استقرار النمو البيولوجي والجسدي، وزيادة الحاجة لإدارة النمط الصحي (النوم، التغذية، والنشاط البدني) لمواجهة أعباء الدراسة متزايدة الشدة؛ مع ذلك، قد يستمر ظهور التغيرات الجسدية لدى الأفراد الذين بدأوا مرحلة البلوغ في وقت متأخر من مراهقتهم؛ خلال هذه المرحلة، قد يلاحظ الذكور ازدياد كثافة شعر الوجه، وقد يستمر ظهور حب الشباب لدى العديد من الشباب.
- الخصائص النفسية والانفعالية: الاتجاه نحو التبلور النهائي للهوية الشخصية والمهنية، زيادة النضج الانفعالي، مع تزايد الحساسية تجاه التوتر المرتبط بالمستقبل المهني والاستقلالية المالية؛ وقد يجد العديد من الشباب أنفسهم أمام حالة من عدم الاستقرار في هذه المرحلة الانتقالية من حياتهم؛ و غالبًا ما يشعرون بأنهم لم يبلغوا سن الرشد بعد ؛ وقد يشعرون أيضًا بالضغط المصاحب لتحمل مسؤوليات أكبر مما كانوا عليه في فترة المراهقة؛ وكثراً ما ينتابهم

القلق بشأن مكانتهم الاجتماعية بين أقرانهم والمهنية وهم يتخذون قرارات مصيرية بشأن مستقبلهم. (seedling, 2006).

- الخصائص المعرفية والفكرية: نضج التفكير النقدي، والقدرة على حل المشكلات والتخطيط الاستراتيجي المستقبلي، والاستقلالية في التحصيل والبحث الأكاديمي؛ في ظل البيئة التنافسية الكاملة الراهنة، يحتاج طلاب الجامعات إلى التفكير ملياً في اتجاه تطورهم المستقبلي وقدرتهم التنافسية؛ في هذه المرحلة، يصبح الشباب أكثر مهارة في التفكير المعقد، ويستطيعون دمج عواطفهم بشكل أفضل عند اتخاذ القرارات؛ كما أنها مرحلة عمرية يشعر فيها الكثيرون بتفاؤل كبير وهم ينطلقون في رحلتهم نحو النضج، إذ يتحررون في الغالب من بعض القيود التي فرضها الأهل والأسرة والمدرسة عليهم في فترة المراهقة.
- الخصائص الرقمية : الارتباط الفطري بالانترنت هذا الجيل أصبح ينظر الى البريد الإلكتروني باعتباره وسيلة قديمة للتواصل، فهم يستخدمون الجوال لإرسال الرسائل النصية بلا توقف، وتصفح الإنترنت، وتحديد الاتجاهات، والتقاط الصور، وتسجيل مقاطع الفيديو، والتعاون بعضهم مع بعض، ويبدو أنهم يستغلون أية فرصة تسنح لهم للدخول على وسائل التواصل الاجتماعي ، حتى في أوقات الدراسة والعمل بل أنه أصبح جزء هام من الدراسة والعمل؛ فالشريحة العمرية الغالبة على مقاعد الدراسة الجامعية اليوم تنتمي إلى جيل زد(Generation Z) ؛ ذلك الجيل الذي وُلد ونشأ في قلب الثورة الرقمية، وتشكّل وعيه وسط تدفق معلوماتي لا متناهٍ، وتحولات اقتصادية وجيوسياسية متسارعة، وصولاً إلى عصر الذكاء الاصطناعي التوليدي؛ جيل Z المتعلمون من هذا الجيل يشعرون بالراحة في التواصل والتعاون مع الزملاء عبر الانترنت أكثر من التعامل وجها لوجه؛ يفضل المتعلمون من هذا الجيل المعلمين (الودودون) الذين يتحمسون لهم ويساندوهم في حياتهم الشخصية والأكاديمية من خلال توفير الدعم العاطفي واعدادهم للحياة العملية؛ يمكن للمتعلم من هذا الجيل البقاء على الانترنت أثناء المحاضرات، وايجاد طرق لقضاء الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي وتبادل الرسائل وغيرها أثناء المحاضرات؛ يشعرون بالملل إذا تأخر رد الفعل فهم يفضلون ردود الفعل الفورية والتحفيز الوقتي، فقد اعتادوا على الوصول الى المعلومات التي يحتاجون اليها بطرق مختصرة وسريعة بدلا من الغوص في الاعماق؛ يميلون الى استخدام الاختصارات في الكتابة بدلا من الجمل الطويلة والكتابة التقليدية، فهم أقل قدرة على التركيز لوقت طويل، ويريدون نتائج سريعة؛ هذا

الجيل متنوع ثقافيا بفضل التعرف على الثقافات المتعددة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي الا أن هذا لا يعني قبوله التنوع بشكل مطلق؛ يتعلم هذا الجيل من خلال العروض التقديمية PowerPoint ومقاطع الفيديو والمقاطع الصوتية المسجلة، ولا يميلون الى الشرح المطول أو الكتيبات في البحث ولكن يتم الاعتماد بشكل كبير على الذكاء الاصطناعي.

- الخصائص الاجتماعية: التوسع في إنشاء شبكات العلاقات الاجتماعية والمهنية المستقلة عن الأسرة، البحث عن الانتماء في مجتمعات تعلم أوسع، وتطوير الوعي بالمسؤولية المجتمعية والمدنية؛ هذه المرحلة تشهد تحولاً في طبيعة العلاقات التي تربط الأفراد بأقرانهم وآبائهم ومجتمعهم؛ وتعتمد العلاقات العاطفية بشكل أكبر على المعتقدات المشتركة، وتزداد أهميتها مع ازدياد استقلال الشباب عن آبائهم؛ وغالباً ما تستمر السلوكيات الخطرة، كتعاطي المخدرات والكحول، التي ربما ظهرت في سن المراهقة، في بداية مرحلة البلوغ إذا استمرت دائرة أقرانهم ثابتة. (seedling, 2006)

ويُنظر إلى طلاب جيل زد في سياسات التعليم العالي كعنصر قيادي قادر على الابتكار والتغيير، بينما تُوجه إليهم انتقادات في خطابات أخرى تتهمهم بالسعي وراء "الشهادة كهدف شكلي" (Degree-seekers)، أو بالنزوع نحو الاستهلاكية والمادية التأثراً بالثقافات الوافدة.

### ٢-٤-٢-٨ احتياجات الشباب والتحديات الأكثر شيوعاً في مرحلة التعليم العالي (١٨ سنة فأكثر)

الاحتياجات الأساسية:

الحاجة إلى الاستقلالية وتأكيد الذات واتخاذ القرارات الأكاديمية والمهنية والحياتية والشعور بالكفاءة والفاعلية الذاتية.

الحاجة إلى توجيه مالي مستدام وتوفر بيئات دعم نفسي يسهل الوصول إليها دون وصمة عار.

الحاجة إلى المساواة وتكافؤ الفرص في بيئات آمنة تحتضن التنوع وتتيح فرص التعبير والابتكار للجميع دون تمييز.

التوازن بين بين الدراسة و-العمل الجزئي- والحياة الشخصية(Work-Life Balance) ، والبحث عن الأمن المالي، والحصول على تغذية راجعة مستمرة وتثمين لمساهماتهم الفردية

التعبير عن آرائهم أمام الإدارات، وحب الاستقلالية وريادة الأعمال، وعدم الرغبة في الالتزام طويل الأمد بمؤسسة واحدة، مما يفسر كثرة تنقلاتهم واستقالاتهم (ظاهرة الاستقالات الكبرى)

التحديات الأكثر شيوعاً:

الضغط الأكاديمي والمهني :التنافسية العالية، الحفاظ على المعدل التراكمي(GPA) ، ومتطلبات الاستعداد لسوق العمل والاشتراطات المهنية.

التحديات النفسية والسلوكية :ارتفاع مستويات القلق والاحتراق الأكاديمي (Academic Burnout)، واغتراب الطلاب المغتربين بعيداً عن مجتمعاتهم المحلية؛ زيادة مستوى القلق بشأن المستقبل يتميز هذا الجيل بأنه "حذر" وواقعي جداً تجاه المستقبل بسبب الأزمات المتتالية (الاقتصادية والعالمية)؛ لذا يفكرون مبكراً في الأمان الوظيفي والمشاريع الجانبية وريادة الأعمال بجانب الدراسة.

إدارة الحياة والتوازن :صعوبة التوفيق بين المتطلبات الدراسية والمسؤوليات الشخصية أو الأسرية والعمل جزئي الوقت.

### ٨-٢-٤-٣ أهداف جودة الحياة والأبعاد ذات الأولوية

- تعزيز الرفاهية الشاملة :تحقيق التوازن بين الأداء الأكاديمي المتميز والصحة النفسية والجسدية والاجتماعية.
- ملاءمة سوق العمل :تمكين الطلاب من اكتساب المهارات المستقبليّة والمؤهلات التنافسية للانتقال السلس إلى الحياة المهنية.
- بناء المرونة النفسية :تزويد الطلاب بآليات التكيف وتجاوز الصدمات والمواقف الضاغطة بنجاح وتوازن.

- البعد الأكاديمي والمعرفي :تعزيز الشغف بالتعلم الذاتي وتوفير بيئة أكاديمية محفزة ومرنة.
- البعد النفسي والصحي :ترسيخ الوقاية النفسية واللياقة البدنية وأنماط التغذية السليمة.
- البعد الاجتماعي والمالي :دعم الدعم الاجتماعي الإيجابي وتعزيز مهارات التخطيط المالي والاستقلال المعيشي.

### ٨-٢-٤-٤ المهارات والمعارف والسلوكيات المستهدف تنميتها

مهارات إدارة الوقت والتنظيم :وضع أهداف ومشاريع محددة، ترتيب الأولويات، والتعامل مع المهل الزمنية الضاغطة بفعالية.

مهارات التواصل والقيادة :التعبير الواضح، التفاوض، العمل الجماعي في فرق متعدّدة التخصصات، وحل النزاعات بشكل بناء.

الثقافة المالية الشخصية :مهارات التخطيط وإعداد الميزانيات الشخصية، إدارة الاستهلاك، والتعامل مع الديون والادخار.

المعارف الإدراكية:

الوعي المهني وسوق العمل :الاستغلال الأمثل لأدوات التوظيف، كتابة السير الذاتية الاحترافية، وبناء شبكات العلاقات المهنية.

الوعي بالصحة النفسية :فهم علامات التوتر والاحتراق، والتعرف على مصادر الدعم النفسي المتخصصة واستخدامها.

السلوكيات المستهدفة:

النزاهة الأكاديمية :الالتزام بالأمانة العلمية وأخلاقيات البحث والاستخدام المسؤول للتقنيات والذكاء الاصطناعي؛ وتنمية أخلاقيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

نمط الحياة المتوازن :الممارسة المنتظمة للأنشطة البدنية، اتّباع نظام غذائي متوازن، والحفاظ على دورة نوم صحية

### ٨-٢-٤-٥ الأنشطة والتطبيقات العملية الفردية والجماعية.

الأنشطة الفردية من أهمها:

خطة التطور الشخصي(Individual Development Plan (IDP صياغة خطط فردية موثقة تحدد الأهداف الأكاديمية والمهنية وتراجع دورياً مع أخصائيين.

جلسات اليقظة الذهنية والتأمل من خلال تدريبات يومية أو أسبوعية لإدارة الضغوط والانفعالات وزيادة التركيز الذهني.

أنشطة أخرى يتم تحديدها وفق الحاجة.

الأنشطة الجماعية:

المشاركة في الأنشطة والنوادي الطلابية تفعيل الأنشطة الثقافية، الرياضية، والتطوعية لتنمية المهارات القيادية والانتماء.

برامج الإرشاد بالأقران :(Peer Mentoring) الربط بين الطلاب الجدد والطلاب المتقدمين لتسهيل التكيف وتوفير الدعم الأكاديمي والاجتماعي.

معارض التوظيف والورش التفاعلية محاكاة مقابلات العمل، ورش بناء السيرة الذاتية، والتواصل المباشر مع أرباب العمل.

### ٨-٢-٤-٦ أدوار المعلم والأسرة والأخصائي والإدارة.

تتطلب تنمية رفاهية الطلاب في مرحلة التعليم العالي (وبخاصة أبناء جيل زد) تكاملاً وثيقاً بين أدوار المعلم، والأسرة، والأخصائي النفسي والاجتماعي، والإدارة الأكاديمية، للتحول من الأنماط التقليدية الهرمية إلى بيئات داعمة وشبكية تستجيب لمتطلبات هذا الجيل وتخفف من التحديات النفسية والأكاديمية التي يواجهها.

يوضح الشكل التالي أهم هذه الأدوار




شكل (٤١) أدوار الأطراف المختلفة في تعزيز جودة الحياة للشباب في مرحلة التعليم العالي (١٨ سنة فأكثر)

تتطلب تعزيز جودة الحياة للشباب في مرحلة التعليم العالي تكاملاً وثيقاً بين أدوار أعضاء هيئة التدريس ، والأسرة، والأخصائي النفسي والاجتماعي، والإدارة الأكاديمية، للتحول من الأنماط التقليدية الهرمية إلى بيئات داعمة وشبكية تستجيب لمتطلبات الشباب وتخفف من التحديات النفسية والأكاديمية التي يواجهها

دور (عضو هيئة التدريس)

- الانتقال من دور " المُلقن" التقليدي إلى تيسير عملية التعلم وتصميم أنشطة تفاعلية قائمة على حل المشكلات والتفكير النقدي والتحول إلى دور الموجه والمرشد (Coach/Mentor):
- تشجيع الطلاب على اعتبار الأخطاء فرصاً طبيعية للتعلم، والتركيز على مدح الجهد والمبادرة والمثابرة بدلاً من تقييم النتائج النهائية فقط لتعزيز "عقلية النمو" (Growth Mindset)
- استخدام أسلوب طرح الأسئلة والحوار لمساعدة الطلاب على استكشاف البدائل وتطوير حلولهم الخاصة بدلاً من إملائها عليهم.
- منح الطلاب مساحة للتجريب وتحمل المخاطر الأكاديمية والإبداعية دون خوف مفرط من الفشل أو فقدان التقدير.

- استخدام الوسائل الرقمية والتفاعلية لإمداد الطلاب بتغذية راجعة إيجابية وبناءة توضح هدف كل مهمة وأهميتها لنموهم الشخصي والمهني.

دور الأسرة

الأسرة دورها أساسي في تعزيز جودة الحياة لدى الشباب ويتكامل مع دور المؤسسات التعليمية ومؤسسات المجتمع بشكل عام؛ ويُمكن أن تقوم الأسرة بما يأتي:

- الابتعاد عن أسلوب الحماية الزائدة (Helicopter Parenting) الذي يحرم الشباب من التعرض لتحديات الحياة والتعلم من نتائج قراراتهم؛ وكذلك الابتعاد عن إهمال الأبناء.
- نقل مسؤوليات اتخاذ القرار الأكاديمي والمهني والحياتي تدريجياً إلى الطالب، مع إتاحة الفرصة له لتحمل تبعات قراراته وتطوير استقلاليته.
- تقديم نموذج أسري يتسم بالاتساق بين المعتقدات والأفعال، وتدريب الأبناء على التعامل مع حالات عدم اليقين والمواقف الغامضة بثبات مرن.
- تقديم الدعم النفسي العاطفي المترابط أسرياً دون فرض توقعات وهمية تثقل كاهل الشباب أو تزيد من حساسيته وزيادة شعوره بالاستحقاق المفرط.

دور الأخصائي (المرشد النفسي – الاجتماعي- الأكاديمي)

للإخصائي النفسي أو الاجتماعي والمرشد الأكاديمي أدوار مختلفة ومؤثرة ومباشرة لتعزيز جودة حياة الشباب ومنها:

- توفير بيئات دعم نفسي موثوقة ومتاحة بسهولة لمعالجة معدلات القلق والاكتئاب والاحتراق الأكاديمي الشائعة لدى طلاب هذا الجيل.
- تقديم ورش عمل وتدريبات متخصصة في المهارات النفسية والاجتماعية العامة لبناء الفاعلية الذاتية والمرونة النفسية.
- تزويد الطلاب بمهارات التفاوض، وإدارة العواطف، والحوار المنفتح، مما يساعدهم على تكوين علاقات اجتماعية واقعية متوازنة وتقليل عزلتهم الرقمية.
- التعامل الجاد والمستمر مع مشاعر الطلاب وجوانبهم العاطفية لمنع تراكم الأمراض النفسية والتسرب الأكاديمي.

- إعلام الشباب بما تقدمه الدولة من خدمات مجانية لتوفير الدعم النفسي في حال التعرض لمشكلة مثل ( صندوق مكافحة الإدمان..وغيرها)

دور الإدارة والقيادة الأكاديمية

يمكن للإدارة والقيادة التربوية القيام بأدوار مختلفة لتعزيز جودة حياة الشباب منها :

- اعتماد هياكل تنظيمية مرنة وشبكية تُشرك الطلاب في صنع القرار وتستمع لآرائهم.
- تقديم خدمات الدعم النفسي من خلال مراكز خدمة المجتمع وتنمية البيئة داخل مؤسسات التعليم العالي
- تخصيص الموارد لبرامج الصحة والعافية :رصد ميزانيات وسياسات واضحة لإنشاء مراكز الارشاد والتوجيه النفسي والمهني ومجموعات دعم تعزز جودة الحياة الأكاديمية.
- تطبيق سياسات إجرائية عادلة وشفافة تضمن المساواة وتكافؤ الفرص واحتواء خلفيات الطلاب المتنوعة دون تمييز.
- توفير أماكن استجمام، ومرافق مريحة، وجدولة مرنة توازن بين متطلبات الدراسة والعمل الجزئي والحياة الشخصية ؛ استناداً إلى تلبية الاحتياجات الأساسية والرفاهية.

### ٨-٢-٤-٧ مؤشرات التقدم والنتائج المتوقعة.

هناك العديد من المؤشرات التي توضح وجود تقدم في تعزيز جودة حياة الشباب ومنها :

- انخفاض معدلات التسرب الأكاديمي، وتراجع نسب طلبات تأجيل الدراسة، وارتفاع درجات الرضا عن البيئة التعليمية.
- انخفاض مستويات الإجهاد المدرك والاحتراق النفسي في الاستبيانات الدورية، وزيادة معدل الإقبال التلقائي على مراكز الدعم النفسي دون حرج.
- ارتفاع تقييمات الطلاب لجودة المرافق الجامعية والمساحات المادية، وزيادة نسبة المشاركة في الأنشطة الإثرائية والأنشطة الطلابية.
- ارتفاع مستوى رضا الطلاب عن التغذية الراجعة والتواصل مع هيئة التدريس، وزيادة الشعور بالمساواة والعدالة الإجرائية والتنوع داخل مؤسسات التعليم العالي.

- ارتفاع نسب مشاركة الطلاب في الأنشطة الإثرائية، وبرامج التطوع، وحاضنات ريادة الأعمال، والفعاليات الرياضية والصحية داخل مؤسسات التعليم العالي.

### ٨-٢-٨-٨ أدوات التقييم الذاتي وملاحظات المتابعة.

- مؤشرات الاستقرار والتحصيل الأكاديمي :انخفاض معدلات التسرب الأكاديمي، وتراجع نسب طلبات تأجيل الدراسة، وارتفاع درجات الرضا عن البيئة التعليمية.
- مقياس جودة الحياة الجامعية (Quality of College Life - QCL)يقيس مدى رضا الطلاب عن تجربتهم الجامعية من خلال ٣ أبعاد رئيسية (الرضا عن الجوانب الأكاديمية، الرضا عن الجوانب الاجتماعية، والرضا عن المرافق والخدمات الجامعية).
- مؤشرات الصحة والسلامة النفسية :انخفاض مستويات الإجهاد المدرك والاحتراق النفسي في الاستبيانات الدورية، وزيادة معدل الإقبال التلقائي على مراكز الدعم النفسي دون حرج.
- مؤشرات جودة الحياة الأكاديمية :(QWL) ارتفاع تقييمات الطلاب لجودة المرافق الجامعية والمساحات المادية، وزيادة نسبة المشاركة في الأنشطة الإثرائية والأنشطة الطلابية.
- مؤشرات التفاعل والثقافة الجامعية :ارتفاع مستوى رضا الطلاب عن التغذية الراجعة والتواصل مع هيئة التدريس، وزيادة درجات الشعور بالمساواة والعدالة الإجرائية والتنوع داخل الحرم الجامعي.

### ٨-٢-٤-٩ متى وكيف تتم الإحالة إلى خدمات الدعم المتخصصة.

إجراءات الإحالة تتم عندما تتجاوز احتياجات الطالب نطاق الإرشاد الأكاديمي أو التوجيه التربوي العادي، وتنقسم إلى مستويين:

الإحالة العاجلة / الفورية (حالات الأزمات والخطر):

- ظهور مؤشرات أو تصريحات صريحة أو ضمنية حول إيذاء النفس أو الأفكار الانتحارية، أو تهديد سلامة الآخرين.
- التعرض لصدمات نفسية حادة، أو حالات عنف، أو تحرش، أو تنمر جسيم.

- ظهور أعراض ذهانية حادة، أو نوبات هلع شديدة، أو فقدان مفاجئ للاتصال بالواقع داخل الحرم الجامعي.
- الاشتباه القوي في تعاطي المواد المخدرة أو الإدمان الذي يهدد السلامة الجسدية.

الإحالة المخططة / التدريجية (مؤشرات التدهور المستمر):

- مؤشرات أكاديمية: التدهور الحاد والمفاجئ في الأداء الدراسي، الغياب المتكرر غير المبرر، الانسحاب من الأنشطة، أو المماطلة المزمنة المصحوبة بقلق شديد.
- مؤشرات انفعالية وسلوكية: الحزن المستمر، سرعة الاستثارة والغضب غير المبرر، العزلة الاجتماعية المفاجئة، أو الشكوى المتكررة من اضطرابات النوم والأرق والإنهاك.
- مؤشرات صعوبات التعلم والاحتياجات الخاصة: وجود دلائل على صعوبات تعلم غير مشخصة (مثل عسر القراءة أو تشتت الانتباه) تستدعي تقييماً متخصصاً وتيسيرات أكاديمية.
- مؤشرات مالية أو اجتماعية: تعثر اقتصادي حاد يهدد استمرار الطالب في الدراسة ويستدعي تدخل وحدات التكافل الاجتماعي.

كيف تتم الإحالة؟

تتم عملية الإحالة وفق اجراءات مؤسسية محددة يراعي فيها الجوانب الإنسانية والقانونية:

الملاحظة الموضوعية:

- توثيق السلوكيات والمؤشرات الملاحظة بموضوعية ودون إصدار أحكام شخصية أو تشخيصات طبية/نفسية (دور عضو هيئة التدريس "الملاحظة والتوجيه" وليس "التشخيص").

التواصل الأولي الآمن وبناء الثقة:

- عقد لقاءات فردية مع الطالب في بيئة آمنة ومريحة.
- التعبير عن الاهتمام الصادق والتعاطف دون لوم (مثل: *"لاحظت غيابك وتراجع نشاطك مؤخراً، وأود الاطمئنان عليك"*).

- تفكيك وصمة العار وتقديم خدمات الدعم كأداة طبيعية للنجاح وتطوير الذات وليست دليلاً على الضعف.

الحصول على الموافقة :

- إشراك الشاب في القرار وشرح طبيعة الجهة المحال إليها وآلية عملها.
- الحصول على موافقة الطالب الطوعية قبل مشاركة بياناته، باستثناء حالات الخطر على حياته أو حياة الآخرين حيث تفرض المسؤولية القانونية والأخلاقية التدخل الفوري لحمايته.
- موافقة الأسرة اذا تطلب الأمر تدخل .

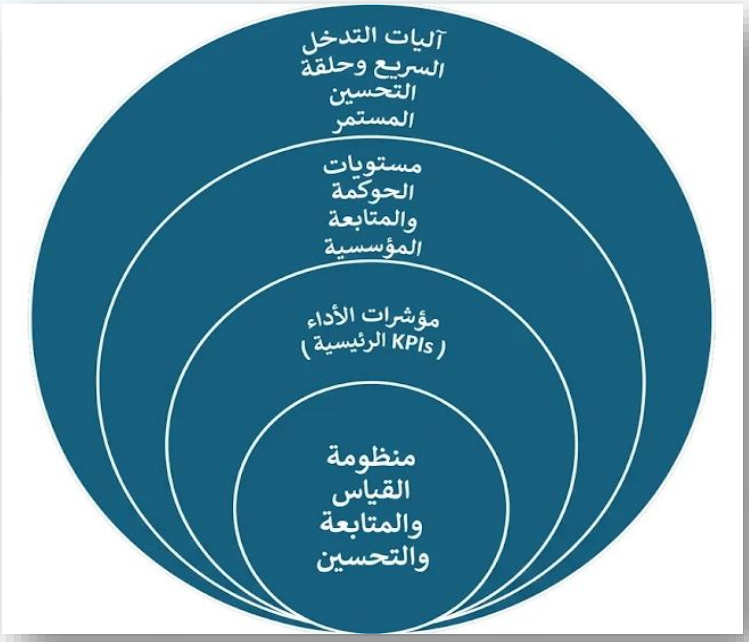
توجيه الإحالة وفق الحالة إلى المسار المناسب:

- وحدة الإرشاد النفسي والصحة العقلية: للاضطرابات الانفعالية، القلق، الاكتئاب، والضغوط النفسية.
- مركز دعم ذوي الإعاقة وصعوبات التعلم
- مكتب الرعاية الاجتماعية والتكافل وذلك للمشكلات الأسرية، السكنية، أو الدعم المالي.
- وحدة مناهضة العنف والتحرش / الشؤون القانونية لحالات الانتهاكات وحماية الحقوق.
- تعبئة نموذج الإحالة الإلكتروني أو الورقي المعتمد وإرساله عبر القنوات المشفرة المخصصة فقط للأخصائيين المعنيين.
- متابعة الطالب لاحقاً بشكل غير متطفل للتأكد من وصوله للخدمة واستقرار حالته الأكاديمية، مع احترام مبدأ السرية المهنية (حيث يكتفي الأخصائي بإبلاغ عضو هيئة التدريس بتأكيد الحضور أو التوصيات الأكاديمية العامة دون كشف تفاصيل الجلسات).
- مرافقة الطالب أو إجراء اتصال تعريفي مباشر مع الأخصائي بحضور الطالب (عند موافقته) بدلاً من الاكتفاء بإعطائه رقم هاتف أو عنوان مكتب، مما يرفع نسبة استجابة الطلاب لتلقي الدعم بشكل كبير.

## ٨-٣ منظومة القياس والمتابعة والتحسين

إن الاستثمارفي الصحة النفسية و تحقيق جودة الحياة والرفاهية الشاملة للطلاب ليس مجرد خيار ؛ بل ركيزة أساسية لضمان تحصيل علمي متميز وبناء أجيال قادرة على العطاء والمشاركة المجتمعية. يتطلب تحقيق هذه الرؤية التزاماً متواصلاً من القيادات التعليمية والمعلمين وأولياء الأمور لجعل الرفاهية النفسي والجسدي والاجتماعية والرقمية أولوية يومية مستدامة.

تحويلاً لمفهوم جودة الحياة الطلابية من شعارات عامة إلى سياسة قائمة على الأدلة والبيانات (*Evidence-Based Policy*)، واسترشاداً بما تم تناوله من جهود المنظمات الدولية وخبرات بعض الدول تتكون منظومة القياس والمتابعة والتحسين من ثلاثة مكونات رئيسية كما في الشكل التالي:




شكل (٤٢) منظومة القياس والمتابعة والتحسين

### ٨-٣-١ مصفوفة مؤشرات الأداء الرئيسية (KPIs) لجودة الحياة الطلابية

تُقاس جودة الحياة عبر نوعين من المؤشرات: مؤشرات (مؤسسية وإحصائية) ومؤشرات ذاتية (تُقيس إدراك الطالب ورضاه الفعلي)، مصنفةً حسب النوع، والمرحلة التعليمية، والموقع الجغرافي (ريف/حضر) وذلك في ضوء الأبعاد المحددة لرفاهية الطلاب في مصر (الصحة والرفاهية البدنية ؛ الصحة النفسية والانفعالية؛ الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الانسانية؛ الرفاهية العقلية والمعرفية؛ الرفاهية الأكاديمية والتعليمية؛ الرفاهية الرقمية ؛ الرفاهية البيئية والمكانية؛ الرفاهية الشخصية والمستقبلية ؛ وذلك كما في الجدول التالي:

جدول (٢٥) مصفوفة مؤشرات الأداء الرئيسية (KPIs) لجودة حياة النشء والشباب المصري

| البُعد | المؤشرات (المؤسسية) | المؤشرات الذاتية (الطالب ؛ الأسرة) | بعض أدوات القياس |
|---|---|---|---|
| الصحة والرفاهية البدنية | نسبة التغطية بالفحص الدوري (الأنيميا، التقزم، السمنة، الإبصار).<br>نسبة الطلاب المشاركين في نشاط بدني منتظم (١٥٠ دقيقة أسبوعياً). | التقييم الذاتي للحاله الصحية ومستوى الطاقه الحيوية.<br>معدل انتظام النوم وتناول الإفطار.<br>معدل تناول الوجبات غير الصحية في الأسبوع/ الشهر | سجل صحي إلكتروني موحد تطبيق استبيان السلوك الصحي والنشاط البدني. |
| الصحة النفسية والانفعالية | نسبة المدارس/الكليات التي توفر خدمة إرشاد نفسي مفعّلة.<br>معدل زمن الاستجابة لحالات الطوارئ النفسية والشكاوى. | متوسط درجات الطلاب على مؤشر الرفاه النفسي.<br>مستوى القلق الأكاديمي ومؤشرات المرونة النفسية. | مقياس منظمة الصحة العالمية للرفاه (WHO-5) + مقياس المرونة النفسية المكيف للبيئة المصرية. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| الرفاهية الاجتماعية والعلاقات الانسانية | انخفاض معدل البلاغات المثبتة للتنمر والعنف المدرسي.<br><br>عدد فرق دعم الأقران الفاعلة. | نسبة الطلاب الذين يشعرون بالأمان والانتماء داخل المدرسة/الجامعة.<br><br>مستوى الثقة في قنوات الإبلاغ والشكاوى الرسمية. | استبيان المناخ المدرسي والانتماء<br>سجل الرصد الإلكتروني الموحد ( وفيه يسجل لحالات العنف والتنمر) |
| الرفاهية العقلية والمعرفية | نسب المشاركة في الأنشطة الفكرية والإبداعية والمسابقات<br>نسبة الأنشطة االلاصفية والمسابقات التي تتطلب التحليل وحل المشكلات .<br>مسابقات الابتكار الاجتماعي للمشاركة في حل بعض مشكلات المجتمع والبيئة | الفضول الفكري والاهتمامات العقلية لدى الطالب خارج المنهج.<br><br>قدرة الطالب على اتخاذ القرار وحل المشكلات<br><br>تشجيع الأسرة بوعي الطالب بالقضايا المجتمعية وقدرته على اقتراح حلول واقعية لها. | سجل الرصد الإلكتروني الموحد ( مسجل به الأنشطة الطلابية والمسابقات الفكرية.)<br><br>مقياس مهارات التفكير النقدي والمرونة المعرفية المختصر.<br>استطلاع رأي مختصر لأولياء الأمور لمتابعة التحسن الذهني. |
| الرفاهية الأكاديمية والتعليمية | معدلات التحصيل الأكاديمي والتقدم الدراسي<br>نسب النجاح والانتقال بين المراحل التعليمية<br>معدل خفض الفقر التعليمي والانقطاع والتسرب الدراسي.<br>نسبة الالتزام بضوابط الواجبات والتقويم التكويني. | مستوى الرضا عن الدعم الأكاديمي والتعليمي المقدم<br>تقدم الطالب<br><br>درجة الكفاءة الذاتية الأكاديمية والرضا عن طرق التدريس. | تقارير نواتج التعلم والتقييم التكويني<br>استبيان رضا المتعلمين/ الطلاب.<br>استطلاعات رأي الكترونية سريعة لأولياء الأمور والمقابلات الفردية<br>مقياس جودة الحياة الجامعية ( Quality of College Life - QCL) |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | الشعور بالمعنى والمتعة في التعلم.<br>مدى ادراك الأسرة بارتياح الطالب للبيئة التعليمية وخلوها من الضغوط | |
| الرفاهية الرقمية | عدد البرامج التوعوية المنفذة حول الأمان السيبراني والذكاء الاصطناعي؛ وعدد الطلاب المشاركين<br>نسبة الاستجابة لبلاغات التحرش والابتزاز الرقمي. | معدل ساعات الاستخدام الترفيهي للشاشات.<br>مستوى الوعي بآليات الحماية الرقمية والخصوصية. | مقياس الرفاهية والمواطنة الرقمية للطلاب وأولياء الأمور. |
| الرفاهية البيئية والمكانية | نسبة المؤسسات المستوفية لكود الإتاحة الشاملة ومعايير التهوية والنظافة والمساحات الخضراء. | مستوى رضا الطلاب والمعلمين ذوي الإعاقة وغيرهم عن جودة المرافق وسهولة الوصول. | بطاقة المراجعة البيئية والهندسية الدورية للمنشآت التعليمية. |

## ٨-٣-٢ مستويات الحوكمة والمتابعة المؤسسية (من المدرسة إلى المستوى القومي)




شكل (٤٣) مستويات الحوكمة والمتابعة المؤسسية (من المدرسة إلى المستوى القومي)

تُدار منظومة المتابعة عبر ثلاث حلقات مترابطة تضمن تدفق البيانات ودقة المساءلة دون تحميل الكوادر أعباءً ورقية إضافية:

### ٨-٣-٢-١ المستوى المؤسسي (لجنة جودة الحياة والرفاهية بالمدرسة / الكلية):

تُشكّل اللجنة برئاسة مدير المدرسة أو عميد الكلية، وعضوية الأخصائي النفسي، الأخصائي الاجتماعي، الزائرة الصحية/الطبيب، ممثل عن المعلمين/أعضاء هيئة التدريس، ممثل عن مجلس الأمناء والآباء، وممثلين منتخبين عن الطلاب ( وكالة الطلاب – اتحاد الطلاب) ؛ الاستفادة من خدمات رعاية الشباب بالجامعات في تحقيق ذلك.

المهام: تطبيق أدوات الرصد المبدئي في بداية العام الدراسي، ومتابعة المؤشرات نصف السنوية ( كل فصل دراسي )، وضمان تنفيذ بروتوكول التدخل السريع، وإعداد «خطة التحسين المؤسسي لجودة الحياة»؛ مع -تطوير هذه الأدوات في حالة الحاجة إلى ذلك-.

### ٨-٣-٢-٢ المستوى الوسيط (الإدارة التعليمية / المديرية / رئاسة الجامعة):

المهام: تحليل البيانات المجمعة على مستوى الإدارات والكليات لرصد الفجوات الجغرافية أو النوعية (مثل ارتفاع معدلات الأنيميا أو التنمر أو التسرب في مناطق بعينها)، وتوجيه القوافل الصحية والنفسية والتدريبية للمؤسسات الأكثر احتياجاً، وتنسيق مسارات الإحالة مع المديريات الخدمية (الصحة، التضامن، الشباب).

### ٨-٣-٢-٣ المستوى الوطني (مرصد بيانات جودة الحياة الطلابية – صندوق تطوير التعليم والوزارات المعنية):

إنشاء لوحة معلومات رقمية وطنية لجودة الحياة ورفاهية الطلاب (*National Student Well-being Dashboard*) تتيح لصانعي القرار متابعة المؤشرات القومية بشكل دوري، وإصدار «تقرير وطني السنوي لجودة الحياة ورفاهية الطلاب في مصر» لدعم التخطيط الاستراتيجي وتوجيه الموازنات العامة نحو بناء الإنسان وتحقيق رؤية مصر .

### ٨-٣-٣ آليات التدخل السريع وحلقة التحسين المستمر (دورة التوقع والعمل والتأمل AAR)

تعمل منظومة التحسين المستمر دورة التوقع والعمل والتأمل (Anticipation–Action–Reflection) وفق أربع خطوات دورية ملزمة:

التشخيص والتوقع المبكر (*Screening & Anticipation*): إجراء مسح رقمي مبسط ومجهول الهوية للطلاب في الأسبوع الثالث أو الرابع من كل فصل دراسي لقياس مؤشرات المناخ النفسي والاجتماعي، مع تفعيل الرصد اليومي من قِبل المعلمين وقادة دعم الأقران لاكتشاف أي مؤشرات خطر مبكرة.

التدخل المتدرج والاستجابة السريعة (*Rapid Action*): تصنيف الاحتياجات المرصودة وفق نظام الرعاية ثلاثي المستويات؛ حيث تُعالج الحالات البسيطة عبر أنشطة الدعم الصفي والأقراني فوراً، وتُحال الحالات المتوسطة والطارئة إلى الأخصائيين لوضع خطة تدخل فردية بمشاركة الطالب وولي الأمر خلال ٤٨ ساعة، مع تفعيل الإحالة الخارجية الفورية للحالات التي تتطلب تدخلاً طبياً أو قانونياً متخصصاً.

التأمل والتقييم التشاركي (*Participatory Reflection*): عقد جلسات مراجعة ربع سنوية داخل المؤسسة التعليمية يشارك فيها الطلاب وأولياء الأمور لتقييم مدى فعالية البرامج والخدمات المقدمة، ومدى شعورهم بالأمان والإنصاف، دون الاقتصار على التقارير الإدارية.

التطوير والتحديث المؤسسي (*Continuous Improvement*): تعديل الخطط التنفيذية المدرسية والجامعية، وتحديث برامج التدريب المهني للمعلمين والأخصائيين بناءً على الدروس المستفادة ونتائج القياس، وتعميم الممارسات المتميزة ومنح المؤسسات الرائدة شارة «المؤسسة التعليمية المعززة لجودة الحياة ورفاهية الطلاب» تحفيزاً للتميز المؤسسي المستدام.

# دليل جودة الحياة للنشء والشباب المصري

## قائمة المراجع

# قائمة المراجع


European Union. (2024). *Wellbeing and mental health at school Guidelines for education policymakers* . Luxembourg: European Union;.

Kimiecik, J. C., Kimiecik, C., & Storey , I. (2025). The self at play: Exploring the core developmental origins of positive psychological well-being . *International Journal of Wellbeing*, 1-30.

Mayer, C.-H. (2017). *The Life and Creative Works of Paulo Coelho: A Psychobiography from a Positive Psychology Perspective.* Springer International Publishing.

Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, M. J. (2000). The Wheel of Wellness Counseling for Wellness: A Holistic Model for Treatment Planning. *Journal of Counseling & Development*, 251–266.

Orenstein, G. A., & Kaur, J. (2026). *Erikson's Stages of Psychosocial Development*. Retrieved from StatPearls : https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/

Resnick, A., & Goldman, R. (2026). *What Is Emotional Wellness?* Retrieved from Verywell mind: https://www.verywellmind.com/emotional-wellness-5206535

Ross, D. A., Hinton, R., Melles-Brewer, M., Engel, D., Zeck, W., Fagan, L., . . . Mohan, A. (2020). Adolescent Well-Being: A Definition and Conceptual Framework. *Journal of Adolescent Health*, 472-476.

Sweeney, T. J., & Witmer, M. J. (1991). Beyond social interest: Striving toward optimum health and wellness. *Individual Psychology*, 527–540.

*Unified K-12 Safety & Student Well-Being*. (2026 ). Retrieved from Navigate360: https://navigate360.com/

Vieira, I., & Faria, L. (2026). The Role of Mindfulness and Emotional Intelligence on Adolescents' Well-Being and Secondary School Achievement. *Psychological Reports*, 4169-4188.

*World Health Organization Who we are*. (2026). Retrieved from World Health Organization: https://www.who.int/about

Abdullah, M. F. (2021). Quality of life and associated factors among university students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 11. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-048446 .

Abrantes, L. C. (2021). Physical activity and quality of life among college students without comorbidities for cardiometabolic diseases: systematic review and meta-analysis. *Quality of Life Research*, 31, 1933 - 1962. https://doi.org/10.1007/s11136-021-03035-5 .

*Academic Wellness*. (2026). Retrieved from Thrive Global Project: https://thriveglobalproject.org/academic-wellness/

Achangwa, C. L.-J.-S. (2022). Quality of Life and Associated Factors of International Students in South Korea: A Cross-Sectional Study Using the WHOQOL-BREF Instrument. *Healthcare*, 10. https://doi.org/10.3390/healthcare10071262.

Alharbi, B. S. (2026). Associations Among Demographic Characteristics, Sleep Behaviors, Physical Activity, Health Status, and Quality of Life Among Undergraduate Students: A Structural Equation Modeling Study. . *Healthcare*, 14. https://doi.org/10.3390/healthcare14162528 .

Ali, H. H. (2024). Exploring the Quality of Life of University Students in Egypt: A Cross-Sectional Survey Using the World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF) Assessment. *American Journal of Health Promotion*, 39, 263 - 273. https://doi.org/10.1177/08901171241285094.

Arkan, Z., & Bal, M. (2025). The relationship between school-age students' literacy skills and digital well-being: a systematic review. *Arkan and Bal BMC Psychology*. doi:https://doi.org/10.1186/s40359-025-03573-4

Asher Ben-Arieh, F. C. (2014). *Handbook of Child Well-Being: Theories, Methods and Policies in Global Perspective.* Springer Reference. DOI 10.1007/978-90-481-9063-8.

Asher Ben-Arieh, F. C. (2014). Well-Being of Preadolescent Children. In *Handbook of Child Well-Being: Theories, Methods and Policies in Global Perspective* (p. 717). New York: Springer Reference.

Ashley , F. P. (2016). Well-being: An essential outcome for higher education. *Change: The Magazine of Higher Learning*. doi:10.1080/00091383.2016.1163163

Avola, P., Soini-Ikonen, T., & Jyrkiäinen, A. (2025). Interventions to Teacher Well-Being and Burnout A Scoping Review. *Educational Psychology Review*. doi:https://doi.org/10.1007/s10648-025-09986-2

Aydar, Ö. (2026). An Evaluation on the Quality of Life: The Case of University Students. *Journal of Literature and Humanities*, https://doi.org/10.55590/literatureandhumanities.1698478.

Basic Plan for the Promotion of Education. (2023, June 16). *Basic Plan for the Promotion of Education*. Retrieved from The Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT): https://www.mext.go.jp/a_menu/keikaku/index.htm

Beyer, A. &. (2025). Chapter 6: Middle Childhood. In *Psychology Through the Lifespan: 2nd Edition* (pp. 371-474). Open Maricopa. https://open.maricopa.edu/psy240mm/ .

Borgonovi, r., & Pál, J. (2016). *FRAMEWORK FOR THE ANALYSIS OF STUDENT WELL-BEING IN THE PISA 2015 STUDY: BEING 15 IN 2015.* OECD.

Bou-Hamad, I. H. (2023). Coping with the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study to investigate how mental health, lifestyle, and socio-demographic factors shape students' quality of life. *PLOS ONE*, 18. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288358.

Care Inspectorate, E. S. (2025). *A quality improvement framework for the early learning and childcare sectors: early learning and childcare.* Scotland: Education Scotland.

CEFAI, C., SIMÕES, C., & CARAVITA, S. C. (2021). *A systemic, whole-school approach to mental health and well-being in schools in the EU.* NESET.

Cherry, K., & Susman, D. (2026). *Erikson's Stages of Psychosocial Development*. Retrieved from Verywell mind: https://www.verywellmind.com/erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-2795740

Chue, K. L., Yeo, A., Nie , Y., & Chang, C. L. (2026). A longitudinal study of student wellbeing in Singapore secondary schools using the PERMA framework . *International Journal of Wellbeing*, 1-23.

*Cohesive*. (2026). Retrieved from Australian Bureau of Statistics: https://www.abs.gov.au/statistics/measuring-what-matters/measuring-what-matters-themes-and-indicators/cohesive

Collins, W. A. (1984). *Development During Middle Childhood: The Years From Six to Twelve.* Washington (DC): National Research Council (US).

Cruz, J. F.-R. (2018). Quality of life of nursing students from nine countries: A cross-sectional study. *Nurse education today*, 66, 135-142. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.04.016.

Da Silva, V. F. (2023). Relationship between depression and quality of life among students: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 13. https://doi.org/10.1038/s41598-023-33584-3.

Diana Lang, M. L., & Valentine-French, S. (2020). Middle and Late Childhood. In Diana Lang, *Parenting and Family Diversity Issues* (pp. 753-848). USA: Iowa State University Digital Press. https://doi.org/10.31274/isudp.8.

Don Wright, M. (2017). *Learning and Growing: Healthy Development During Childhood and Adolescence.* Office Of Disease Prevention and Health Promotion (ODPHP). https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/nchs/data/hpdata2020/hp2020_EMC_and_AH_Progress_Review_Presentation_508.pdf.

Dulit , E. (1972). Adolescent Thinking a la Piaget: The Formal Stage. *Journal of Youth and Adolescence*, 281-301.

*Environmental Wellness*. (2026). Retrieved from newport news: https://www.nnva.gov/2585/Environmental-Wellness

*European Education Area Quality education and training for all*. (2026). Retrieved from https://education.ec.europa.eu/education-levels/school-education/pathways-to-school-success

*European School Education Platform*. (2026, October 8). Retrieved from European Commission: https://school-education.ec.europa.eu/en/discover/news/inclusion-wellbeing-school-success

Evans, S. (2014). Well-being. In *Encyclopedia of Critical Psychology.* New York: Springer Science+Business Media.

Fumiko Shibuya et al. (2025). Comparative study on school-based mental health literacy in three Asian countries. *Tropical Medicine and Health*, PP1-35.

Galgam, F. A. (2025). Assessing the quality of life among African medical and health science students using the WHOQOL-BREF tool. *PeerJ*, 13. https://doi.org/10.7717/peerj.18809.

*Getting it right for every child*. (2025). Retrieved from education Scotland: https://education.gov.scot/about-education-scotland/policies-and-information/education-policy-and-legislation/getting-it-right-for-every-child-girfec/

Gür, M. (2024). Assessment of Student Quality of Life in Relation to University Campus. *Sustainability*, https://doi.org/10.3390/su16208906 .

*Health Promotion Glossary of Terms 2021.* (2021). World Health Organization . Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789240038349

*Healthy*. (2026). Retrieved from Australian Bureau of Statistics: https://www.abs.gov.au/statistics/measuring-what-matters/measuring-what-matters-themes-and-indicators/healthy

Henao Periañez, C. A.-B.-D. (2026). Assessing quality of life among university students: psychometric evidence of the EUROHIS-QOL in a Latin American context. *Frontiers in Public Health*, 14. https://doi.org/10.3389/fpubh.2026.1894108 .

Hoskins, B. a. (2019). *Measuring life skills in the context of Life Skills and Citizenship Education the Middle East and North Africa.* United Nations Children's Fund (UNICEF) and the World Bank.

Howaida Adly Roman. (2026, November 3). *Child Deprivation in Egypt: Alarming Indicators and a Threat to Human Capital*. Retrieved from The Arab reform initiative (ARI): https://www.arab-reform.net/publication/child-deprivation-in-egypt-alarming-indicators-and-a-threat-to-human-capital/

Human Early Learning Partnership. (2018, Augest ). *THE MIDDLE YEARS DEVELOPMENT INSTRUMENT(MDI): Measuring and promoting children's social and emotional health, well-being, and assets with the Middle Years Development Instrument.* Retrieved from Human Early Learning Partnership: https://earlylearning.ubc.ca/app/uploads/2022/06/mdi_researchbrief_2018Aug.pdf

*Intellectual Wellness*. (2026). Retrieved from University of New Hampshire: https://www.unh.edu/health/intellectual-wellness

Jarden , A., & Roache, A. (2023). What Is Wellbeing? *International Journal of Enviromental Research & Public Health*, 2-4.

Jaroslava Simonová, J. S. (2025, June 4). *Framework for the Monitoring and Evaluation of Early Childhood Education and Care in the Czech Republic*. Retrieved from unicef: https://www.unicef.org/eca/media/40791/file/M&E%20Framework%20(EN).pdf

Jurić, J., Krstulović , L. P., & Mišurac, I. (2026). Professional Well-Being of Teachers in the Digital Age: The Role of Digital Competences and Technostress. *Education Sciences*, https://doi.org/10.3390/educsci16010130.

Kaspersky. (2024). *Growing Up Online Analytical report by Kaspersky for the Middle East, Türkiye and Africa.* Kaspersky.

Khadra, F. A. (2025). Health behavior and life satisfaction of university students. *Journal of International Students*, https://doi.org/10.32674/js6yx584.

Kuzik, N., Duncan, M. J., Beshara, N., MacDonald, M., Santos Silva, D. A., & Tremblay, M. S. (2025). A systematic review and meta-analysis of the first decade of compositional data analyses of 24-hour movement behaviours, health,and well-being in school-aged children. *Journal of Activity, Sedentary and Sleep Behaviors*, 1-17.

Li, H.-M. Z. (2022). Quality of life among college students and its associated factors: a narrative review. *AME Medical Journal*, https://doi.org/10.21037/amj-22-96.

Maggio, I. D., Ginevra, M. C., Santilli, S., Nota, L., & Soresi, S. (2021). Life Design for an Inclusive and Sustainable Future. In M. L. Kern, & M. L. Wehmeyer, *The Palgrave Handbook of Positive Education* (pp. 251-270). Cham, Switzerland: Springer Nature.

Mayer, Claude-Hélène; Larsen, Jeff. (2024). Sense of coherence in students while studying abroad. *Health SA Gesondheid*.

*Measuring What Matters for Child Well-being and Policies.* (2021). Paris: OECD Publishing.

*Ministry of Education Singapore* . (2026, October 22). Retrieved from Our Mission and Vision: https://www.moe.gov.sg/about-us/our-mission-and-vision

Ministry of Planning, E. D., the Ministry of Social Solidarity, C., UNICEF, & OPHI. (2024). *Multidimensional Poverty in Egypt: An In-depth Analysis.* Egypt: United Nations Economic and Social Commission for Western Asia (ESCWA).

Moussa-Chamari, I. F.-H. (2024). The relationship between quality of life, sleep quality, mental health, and physical activity in aninternational sample of college students: a structural equation modeling approach. *Frontiers in Public Health*, 12. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1397924.

Naoko Tochibayashi, M. O. (2025, February 17). *Education and Skills: What Japan's inclusive school systems can teach us about resilience*. Retrieved from World Economic Forum: https://www.weforum.org/stories/education-and-skills/japans-inclusive-school-systems-teach-us-about-resilience

National Institute of Education. (2015). *The National curriculum framework.* Retrieved from The UNESCO Document Repository (UNESDOC): https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000244598

Newport. (2022, September 27). *Pre-Teens (Ages 9–11): Teenage Development Milestones*. Retrieved from Newport Academy: https://www.newportacademy.com/resources/well-being/teenage-developmental-milestones-middle-childhood/

OECD. (2026). *About: Better policies for better lives*. Retrieved from OECD: https://www.oecd.org/en/about.html

OECD Child Well-being Data Portal. (2026). *OECD Child Well-being Data Portal*. Retrieved from OECD: https://www.oecd.org/en/data/datasets/oecd-child-well-being-data-portal.html

*OECD Learning Compass 2030 - Glossary*. (2024). Retrieved from Flourish: https://public.flourish.studio/visualisation/18452732/

Pats Consultants. (2025, February 6). *Essential Guide to Developmental Screening for Early Childhood Success*. Retrieved from Pats Consultants: https://patsconsultants.com/guide-to-developmental-screening-for-early-childhood-success/

Petrovič, F. M. (2025). Measuring the quality of life university students and its predictors as a basis for its applied research. Cross-country evidence. *Sustainable Futures*, https://doi.org/10.1016/j.sftr.2025.101214.

*Physical Wellness*. (2026). Retrieved from newport news: https://www.nnva.gov/2589/Physical-Wellness

*Prosperous*. (2026). Retrieved from Australian Bureau of Statistics: https://www.abs.gov.au/statistics/measuring-what-matters/measuring-what-matters-themes-and-indicators/prosperous

Ragelienė , T. (2016). Links of Adolescents Identity Development and Relationship with Peers: A Systematic Literature Review. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 97-105.

Rahman, M. S. (2025). Factors impacting university students' quality of life. *PLOS One*, 20. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0329851.

Ramón-Arbués, E. E.-S.-A.-S.-R.-A.-V. (2022). Predictors of the Quality of Life of University Students: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19. https://doi.org/10.3390/ijerph191912043 .

Rattanaburi, K., Ketwan, P., & Hernandez, A. C. (2026). Generation Z's work-life balance, mental welfare, and career ambitions: The impact of digital workspaces, psychological resilience, and social media influence. *Social Sciences & Humanities Open*. doi:https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2026.102791

Reigstad, B., & Peterson, S. (2024). Module 6: Early Childhood Development. In *Introduction to Human Development: An introductory textbook on developmental and psychological principles, focusing on applications to healthcare professions.* (pp. 292-342). Pressbooks. https://mlpp.pressbooks.pub/humandevelopment/.

RUTGERS University. (2026). *Minor in Holistic Wellness*. Retrieved from RUTGERS University: https://sebs.rutgers.edu/minors/holistic-wellness

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory.* New York: THE GUILFORD PRESS.

Sany, S. T.-M. (2021). Quality of life and life satisfaction among university students: Exploring subjective norms, general health, optimism, and attitude as potential mediators. *Journal of American College Health*, 71, 1045 - 1052. https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1920597.

*Secure*. (2026). Retrieved from Australian Bureau of Statistics: https://www.abs.gov.au/statistics/measuring-what-matters/measuring-what-matters-themes-and-indicators/secure

Servili, C. (2025, June 2). *Children and young people's mental health: the case for action*. Retrieved from World Health Organization (WHO): https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/children-and-young-people-s-mental-health--the-case-for-action

*Strengthening mental health and well-being for all*. (2026, October 22). Retrieved from Ministry of Education Singapore: https://www.moe.gov.sg/education-in-sg/our-approach/mental-health-and-well-being

*Student Welfare Act*. (2013). Retrieved from Finlex : https://www.finlex.fi/en/legislation/translations/2013/eng/1287

*Sustainable*. (2026). Retrieved from Australian Bureau of Statistics: https://www.abs.gov.au/statistics/measuring-what-matters/measuring-what-matters-themes-and-indicators/sustainable

Tayiz, V., Vangölü, M. S., Özo, H. İ., & Tanhan, F. (2025). Concept of Digital Well-being. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 673-686.

The Australian Government. (2025, May). *The National Best Practice Framework for Early Childhood Intervention – Decision-making guide.* Retrieved from The Australian Government: https://www.health.gov.au/sites/default/files/2025-09/the-national-best-practice-framework-for-early-childhood-intervention-decision-making-guide.pdf

The Ministry of Education, C. S. (2017, April ). *Special Feature 2 ： Work Style Reform of Schools*. Retrieved from The Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT): https://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/html/hpab201701/detail/1418105.htm

The Tokyo Foundation. (2024, December 16). *The Importance of Well-being in Educational Activities*. Retrieved from The Tokyo Foundation: https://www.tokyofoundation.org/research/detail.php?id=982

*The Well-Being Wheel*. (2026). Retrieved from University of New Hampshire: https://www.unh.edu/health/wellbeing-wheel

*The World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5).* (2024). The World Health Organization.

UNESCO. (2026, March 17). *Early childhood care and education - Progress Assessment Tool for Transformation (ECCE-PATT)*. Retrieved from UNESCO : https://www.unesco.org/en/early-childhood-education/patt

UNICEF . (2026). *Guide: Ten key approaches for working with adolescents*. Retrieved from UNICEF for every child Adolescent Kit for Expression and Innovation: https://www.unicef.org/adolescentkit/reports/guide-ten-key-approaches-working-adolescents

UNICEF. (2022, Dec 19). *Training Manual on Early Childhood Development (ECD) and Parenting.* Retrieved from UNICEF Pakistan: https://www.unicef.org/pakistan/documents/training-manual-early-childhood-development-and-parenting

UNICEF. (2023). *PROTECTING AND FULFILLING THE RIGHTS OF CHILDREN IN EGYPT.* UNICEF - GOVERNMENT OF EGYPT COUNTRY PROGRAMME 2023-2027.

unicef. (2024). *Situation Analysis OF CHILDREN AND ADOLESCENTS IN EGYPT 2024.* Egypt: The United Nations Children's Fund (unicef).

UNICEF. (2025, May). *Child Well-Being in an Unpredictable World: Innocenti Report Card 19.* Retrieved from UNICEF Office of Strategy and Evidence – Innocenti: https://www.unicef.org/innocenti/reports/child-well-being-unpredictable-world#report

UNICEF. (2026, May 12). *Unequal Chances Children and economic inequality: Innocenti Report Card 20.* Retrieved from UNICEF Office of Strategy and Evidence – Innocenti: https://www.unicef.org/innocenti/reports/report-card-20

UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight,. (2025). *Innocenti Report Card 19: Child Well-Being in an Unpredictable World.* Florence, Italy: UNICEF Innocenti.

United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). *Early Childhood Development. UNICEF Vision for Every Child.* New York: UNICEF.

United Nations Children's Fund. (2023). *THE EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT INDEX 2030: A NEW MEASURE OF EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT.* New York: UNICEF.

United Nations Children's Fund(UNICEF). (2016). *EARLY LEARNING AND DEVELOPMENT STANDARDS (ELDS) AND SCHOOL READINESS.* New York: UNICEF.

V Kandice Mah, M. ,.-J. (2012). Spotlight on middle childhood: Rejuvenating the 'forgotten years' Get access Arrow. *Paediatrics & Child Health, Volume 17, Issue 2,*, 81-83.

Verma, P. H. (2022, July 21). *"The Quality of Private Early Childhood Education and Care Centers: A Ras Al Khaimah-based Case Study".* Retrieved from Anecd : https://www.anecd.net/db-resource/the-quality-of-private-early-childhood-education-and-care-centers-a-ras-al-khaimah-based-case-study/

Wagner, K. R. (2025). University students' health-related quality of life and its determinants. Results from a cross-sectional survey during the COVID-19 pandemic. *PLOS ONE*, 20, e0310378 - e0310378. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0310378 .

WBG, & UNESCO. (2024, September 6). *Egypt, Arab Rep - Learning Poverty Brief 2024 (English).* Retrieved from World Bank Group: http://documents.worldbank.org/curated/en/099060124163512192

*well-being*. (2026 ). Retrieved from OXFORD: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/well-being

(n.d.). *Well-being in education in childhood and adolescence.* International Baccalaureate.

WFP. (2024). *Egypt- Annual Country Reports: Country Strategic Plan 2023 - 2028.* Egypt: The World Food Programme (WFP).

WFP. (2025). *Egypt- Annual Country Reports: Country Strategic Plan 2023 - 2028.* Egypt: The World Food Programme (WFP).

*What is Mental Wellness?* (2026). Retrieved from SAMH: https://www.samhealth.org.sg/understanding-mental-health/what-is-mental-wellness/

*What Is SEL?* (2026). Retrieved from https://casel.org/what-is-sel/?

*What is wellbeing?* (2026). Retrieved from CAMBRIDGE: https://www.cambridge.org/insight/discover/what-is-wellbeing-in-schools

WHO. (2020, November 25). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance.* Retrieved from World Health Organization: https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

WHO. (2022, May 31). *Promoting physical activity through schools: policy brief.* Retrieved from World Health Organization(WHO): https://www.who.int/publications/i/item/9789240049567

WHO. (2025, May – December). *Parenting Project: Scaling parenting support through healthcare systems and allied sectors for stronger families.* Retrieved from World Health Organization (WHO): https://www.who.int/initiatives/supporting-parents

WHO, & UNICEF. (2025, June 6). *UNICEF and WHO Joint Programme on Mental Health and Psychosocial Well-being and Development of Children and Adolescents.* Retrieved from World Health Organization (WHO): https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/unicef-and-who-joint-programme-on-mental-health-and-psychosocial-well-being-and-development-of-children-and-adolescents

WHO, UNICEF, & UNESCO. (2023, May 3). *How school systems can improve health and well-being: topic brief: mental health.* Retrieved from World Health Organization (WHO): https://www.who.int/publications/i/item/9789240064751

WISE. (2026). *Centre on Well-Being,Inclusion, Sustainability and Equal Opportunity (WISE)*. Retrieved from OECD: https://www.oecd.org/en/about/directorates/centre-on-well-being-inclusion-sustainability-and-equal-opportunity.html

World Health Organization. (2001). *The World Health Report 2001: Mental health: new understanding, new hope.* World Health Organization.

Zhou, W., Taylor, L., Boyle, L., DeBorst, L., & De Neve, J.-E. (2025). *Wellbeing in a Digital World: online-facilitated interventions to support wellbeing in Childhood and Adolescence.* International Baccalaureate Organization.

Zietse, J., Keijsers, L., Hillegers, M. H., Vreeker, A., Harmelen, A.-L. v., & de Vries, L. P. (2026). Daily resilience: A systematic review of measures and associations with well-being and mental health in experience sampling studies. *Development and Psychopathology*, 130–155.

أحمد محمد رضوان، أسماء محمد مجدي. (يوليو, ٢٠٢٦). جودة حياة المرأة الريفية بمصر " دراسة اجتماعية في ضوء مؤشرات المسح الصحي للأسرة المصرية ٢٠٢١" . *السكان بحوث ودراسات، العدد (١١١)*، الصفحات ٣٧-٧١.

(٢٠٢٤ - ٢٠٢٩). *الاستراتيجية الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة في مصر ٢٠٢٤ - ٢٠٢٩* . القاهرة: المجلس القومي للطفولة والأمومة ومنظمة يونيسف - مصر.

*التنمية المستدامة* .وزارة التعليم. (2026). Retrieved from https://www.moe.gov.sa/ar/ministry/about-ministry/sustainabledevelopment :

اللجنة العليا الدائمة لحقوق الإنسان. (٢٠٢١). *الإستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان: جمهورية مصر العربية (٢٠٢١ - ٢٠٢٦)*. جمهورية مصر العربية.

*المبادرات* .المجلس القومي للطفولة والأمومة. (2026). Retrieved from https://nccm.gov.eg/initiatives/ :

المجلس القومي للطفولة والأمومة. (٢٠٢٦). *الحماية*. تم الاسترداد من المجلس القومي للطفولة والأمومة: https://nccm.gov.eg/protection/

المجلس القومي للطفولة والأمومة، يونيسف مصر. (٢٠١٨). أنت أقوى من التنمر. *التنمر وأطفالنا*، ٤-١٧.

المجلس الوطني لشؤون الاسرة. (٢٠٢١). *المعايير النمائية للطفل من الميلاد الى الخمس سنوات في المملكة الاردنية الهاشمية*. تم الاسترداد من الشبكة العربية للطفولة المبكرة: https://www.anecd.net/

المجلس الوطني لشؤون الأسرة. (٢٠٢٦). *الجوانب النمائية*. تم الاسترداد من المجلس الوطني لشؤون الأسرة، أسرتي: https://osraty.ncfa.org.jo/default/ar

المجلس الوطني لشؤون الأسرة. (٢٠٢٦). *الجوانب النمائية*. تم الاسترداد من المجلس الوطني لشؤون الأسرة، أسرتي: https://osraty.ncfa.org.jo/default/ar

المجلس الوطني لشؤون الأسرة. (٢٠٢٦). *المعايير النمائية*. تم الاسترداد من المجلس الوطني لشؤون الأسرة (أسرتي): https://osraty.ncfa.org.jo/ar/pages/%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B9%D8%A7%D9%8A%D9%8A%D8%B1_%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%85%D8%A7%D8%A6%D9%8A%D8%A9?View=2465

المجلس الوطني لشؤون الأسرة. (٢٠٢٦). *المعايير النمائية*. تم الاسترداد من https://osraty.ncfa.org.jo/ar

*الهيئة العامة للاستعلامات بوابتك إلى مصر*. (٢٠٢٦). تم الاسترداد من الاستراتيجيات والبرامج الداعمة للطفل في مصر: https://sis.gov.eg/ar/

اليونسكو .(2022) .*استراتيجية اليونسكو بشأن التعليم من أجل الصحة والرفاهية (٢٠٢٢–٢٠٢٩): عالم يزدهر فيه جميع المتعلمين* . باريس: منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة.اليونسكو.

اليونسكو .(2023) .*مبادئ توجيهية لحماية حرية التعبير والحصول على المعلومات في حوكمة المنصات الرقمية : نهج متعدد الأطراف* .باريس: اليونسكو.

اليونسكو .(2025) .*دليل استرشادي :ادماج الصحة والرفاهية في سياسات وتخطيط قطاع التعليم* .باريس: اليونسكو.

اليونسكو .(2025) .*لماذا يحتاج العالم إلى مدارس سعيدة؟ تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم تقرير عالمي حول العلاقة بين السعادة في المدرسة وجودة التعليم* .باريس: اليونسكو.

أميرة شاهر عبد الحميد، سارة محمد السيد. (يوليو, ٢٠٢٦). العوامل المرتبطة بالعنف ضد المرأة من قبل الزوج " في ضوء مؤشرات المسح الصحي للأسرة المصرية ٢٠٢١". *السكان بحوث ودراسات، العدد (١١١)*، الصفحات ١٣٩-١٦٣.

جمهورية مصر العربية. (١٩٩٦). *قانون رقم ١٢ لسنة ١٩٩٦* . القاهرة: الجريدة الرسمية - العدد ١٣ (تابع).

جمهورية مصر العربية. (٢٠٢٠). *القانون رقم ١٨٩ لسنة ٢٠٢٠ بتعديل بعض أحكام قانون العقوبات الصادر بالقانون رقم ٥٨ لسنة ١٩٣٧* . الجريدة الرسمية ،العدد ٣٦ مكرر (ب).

جمهورية مصر العربية. (٢٠٢٥). *اليوم العالمي لحقوق الطفل ٢٠٢٥* . تم الاسترداد من الجهاز المركزي للتعبئة العامة والاحصاء : https://www.capmas.gov.eg/mediaLanding/news/3305

*حقوق الطفل ولماذا هي مهمة* .اليونيسيف. (2026). Retrieved from https://www.unicef.org/ar/ :

حنان حسن حسين عطية. (يوليو, ٢٠٢٦). العنف الرقمي وأثاره على الأسرة المصرية. *مجلة السكان بحوث ودراسات*، الصفحات ٢-٣٥.

حنان حسن حسين عطية, سهير متولي أحمد وليد امين عبد الخالق محمد. (٢٠٢٣). التمكين الاقتصادي للمرأة المصرية بين الألفية والاستدامة: الفرص والتحديات. *سلسلة أوراق ديموجرافية إصدارة خاصة بمؤتمر جودة حياة : محور التمكين الاقتصادي للمرأة، المركز الديموجرافي بالقاهرة، (الإصدارة الثانية)*، عدد (٢١)، الصفحات ٤٤-٧١.

(2023).*خطة تنفيذ برنامج جودة الحياة* . المملكة العربية السعودية.

دستور جمهورية مصر العربية .(2019) .*دستور جمهورية مصر العربية لعام ٢٠١٤ المعدل في ٢٣ أبريل ٢٠١٩* .جمهورية مصر العربية الجريدة الرسمية.

*رؤية ٢٠٣٠* ,2026) .اكتوبر Retrieved from .(مجتمع حيوي : https://www.vision2030.gov.sa/ar/overview/pillars/a-vibrant-society

سوسن شاكر الجلبي. (٢٠١٥). مشكلات الأطفال النفسية وأساليب المساعدة فيها. تأليف سوسن شاكر الجلبي، *مشكلات الأطفال النفسية وأساليب المساعدة فيها* (صفحة ٣٥٦). سوريا: دار ومؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع.

عائشة بنت أحمد كوزي. (٢٠ مايو, ٢٠٢٣). *الخصائص النمائية لمرحلة الطفولة المبكرة*. تم الاسترداد من مدرسة تاونزة العلمية: /https://tawenza-school.org/alkhsays-alnmayy-lmrhl-altfol-almbkr

*علاج أمراض سوء التغذية للأطفال في المدارس*. (٢٠٢٦). تم الاسترداد من رئاسة الجمهورية: /https://www.presidency.eg/ar

فايدة عبدالدايم. (يوليو/سبتمبر, ٢٠٢٥). تأثير تطبيقات القمار الإلكتروني على المراهقين في مصر: دراسة من خلال نظرية الإستخدامات والإشباعات ونموذج العاطفة الثنائية. *مجلة بحوث الإعلام الرقمي، العدد الثامن*، الصفحات ٤٤٩-٤٧٨.

فوزي الطواهري, سهيل كمون محمد بالراشد. (٢٠١٩). *التربية على مهارات الحياة اليومية: أسس مرجعية و نماذج تطبيقية*. تونس: Unicef.

*محطة فاندربيلت للتحول الوطني في المملكة العربية السعودية* Retrieved from .(2026) .رؤية السعودية ٢٠٣٠ : https://vision2030.ai/tracker/programmes/qol-progress/

محمد المهدي. (٢٠٢٥). العنف اللفظي وتأثير "الكلمات " على الصحة النفسية. *آفاق اجتماعية، مركز المعلومات ودعم إتخاذ القرار*، ٩٩-١٠٣.

محمد فتحي حصان. (مارس, ٢٠٢٤). التنمر بالأطفال...هل يكفي القانون وحده للتصدي لتلك الظاهرة؟ *تمكين المرأة والطفل في إطار أهداف التنمية المستدامة*، الصفحات ٣٢-٣٥.

محمود الطباخ. (٢٠٢٤). آليات ومخاطر التنشئة الرقمية في عصر الذكاء الإصطناعي. *تمكين المراة والطفل، مركز المعلومات ودعم إتخاذ القرار*، ٩٦-٩٨.

محمود علاء الدين. (مارس, ٢٠٢٤). العنف المدرسي القائم على النوع الاجتماعي ضد الاطفال. *تمكين المراة والطفل*، الصفحات ٢٦-٣٠.

*منتدى مصر ٢٠٢٦* . (٢٠٢٦). تم الاسترداد من رئاسة الجمهورية : /https://www.presidency.eg/ar

منظمة اليونيسف. (٢٠١٨). *إعادة النظر في تعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، مقاربة الأنظمة والأبعاد الأربعة نحو تحقيق مهارات القرن الحادي والعشرين: الإطار المفاهيمي والبرامجي*. تم الاسترداد من مكتب اليونيسف في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا: https://www.unicef.org/mena/media/6146/file/lsce%20conceptual%20and%20programmatic%20framework_ar.pdf%20.pdf

مؤسسة التعليم للجميع اللجنة الوطنية لتنمية الطفولة المبكرة. (٢٠١٩). *تنمية الطفولة المبكرة:ما الذي نحتاج لمعرفته؟* فلسطين: unicef.

(٢٠٢١). *ميثاق جنيف للصحة والرفاه*. جنيف: منظمة الصحة العالمية.

هند فؤاد السيد. (مايو, ٢٠٢٥). مناهضة العنف ضد النساء والفتيات عبر بلدان العالم: الجهود وآليات الحماية. *آفاق اجتماعية*، الصفحات ٧٧-٨٨.

هولي كوك بريتي فيرما. (٢٤ فبراير, ٢٠٢٠). *تعليم الطفولة المبكرة، ما هو، وما هي أهميته؟* تم الاسترداد من مؤسسة الشيخ سعود بن صقر القاسمي لبحوث السياسة العامة: https://publications.alqasimifoundation.com

هويدا عدلي رومان. (مايو, ٢٠٢٥). العنف في المدارس ظاهرة عالمية: الأسباب وسبل العلاج. *آفاق اجتماعية*. مركز *المعلومات ودعم إتخاذ القرار*، الصفحات ٩٣-٩٦.

وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية. (٢٠٢١). *تقرير التنمية البشرية في مصر ٢٠٢١* . برنامج الأمم المتحدة الإنمائي (UNDP)، وزارة التخطيط والتنمية الإقتصادية.

وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني .(2024) *قرار وزاري رقم ١٥٠ لسنة ٢٠٢٤ بشأن إصدار لائحة التحفيز التربوي والانضباط المدرسي بمرحلة التعليم ما قبل الجامعي* .القاهرة: وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني - جمهورية مصر العربية.

وزارة التعليم .(2025) . *المجلس الطلابي* . الرياض : الإدارة العامة للتوجيه الطلابي.

وزارة التعليم. (٢٠٢٤). *دليل التوجيه المهني* . الرياض: الادارة العامة للتوجيه الطلابي.

وزارة التعليم .(2024) *.دليل توعوي للحد من التنمر )نحو بيئة تربوية أمنة* . (الرياض :الإدارة العامة للتوجيه التربوي.

وزارة التعليم .(2025) *.برنامج إرشادي لخفض العنف في مدارس التعليم العام* . الرياض: الادارة العامة للتوجيه الطلابي.

وزارة التعليم .(2025) *.دليل التوجيه وقت الأزمات* .الرياض: الادارة العامة للتوجيه الطلابي.

وزارة التعليم. (٢٠٢٥). *مشروع المدارس المعززة للسلوك الإيجابي (الدليل الإجرائي)*. الرياض: الإدارة العامة للتوجيه الطلابي.

وزارة التعليم السعودية. (٢٠١٨). *معايير التعلم المبكر النمائية للفئة العمرية من الميلاد وحتى ثلاث سنوات*. تم الاسترداد من جامعة الملك سعود: https://faculty.ksu.edu.sa/sites/default/files/Early_Learning_Standards_From_Birth_-_3_Years-.pdf



