

أثر التفكير الإيجابي في السعادة الوظيفية
دراسة ميدانية على القطاع الصحي السعودي
أخصائي أول صالح راشد صالح أبا الصافي
الإدارة مستشفى الزلفي العام

مقدمة:

إن عملية بناء المجتمعات المتطورة تتطلب الاهتمام بالبناء المعرفي، وباعتبار التعليم من ركيزة أساسية في هذا البناء، فمن الضروري الاهتمام بشكل كبير بالمؤسسات التعليمية، وتوظيف كافة الجهود للوصول للمستوى المطلوب، لأن عملية تطوير المؤسسات التعليمية تتطلب التميز، ووضع الخطط والاستراتيجيات التي تضمن الاستمرارية وتحقيق التطور بشكل سليم، وتمثل مؤسسات التعليم العالي خياراً استراتيجياً هاماً في عملية التنمية الاقتصادية.

لذا تسعى المؤسسات جاهدة إلى تحقيق أهدافها وغاياتها، وخاصة في عصرنا الحالي الذي يشهد تقدماً هائلاً في الابتكارات والتكنولوجيا، الذي نتج عنه حالة من عدم التوازن بين المتطلبات الفنية المرتبطة بالتكنولوجيا وبين قدرة المورد البشري والمؤسسات على التكيف والانسجام معها، حيث أن هذا التطور والتغير التكنولوجي السريع أثر تأثيراً ملحوظاً على طبيعة المهارات والقدرات البشرية المطلوبة.

The Effect of Positive Thinking in Functional Happiness

A Field Study on the Saudi Health Sector

Saleh Aba Rashid Al-Safi

Abstract:

The research seeks to identify positive thinking and its impact on job happiness in the Saudi health sector. The descriptive and analytical approach was relied upon, by selecting a simple random sample from the researched population.

The research found a statistically significant effect of positive thinking on achieving job happiness represented by its dimensions (achievement, health status, self-esteem).

Keywords: Positive Thinking, Job Happiness, Achievement, Health Status, Self-esteem

ثانيا: مصطلحات البحث

- **التفكير الإيجابي** : تركيز النتائج الإيجابية لعقل الإنسان على ماهو بناء وجيد من أجل التخلص من الأفكار الهدامة أو السلبية ولتحل محلها الأفكار والمشاعر الإيجابية. كما أنه الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للانتفاع بشكل إيجابي، فإذا أردنا أن نغير سلوكنا أو أداءنا فيجب أن يكون ذلك من خلال العقل الباطن، وهذا يعني أن نختار أفكاراً إيجابية جيدة وتغذي بها مراراً وتكراراً لأن الأفكار المتكررة ترسخ في العقل اللاواعي
- **السعادة الوظيفية**: هي انتشار للمشاعر الإيجابية في العمل والتأثيرات المزاجية وتصورات الموظف الجيدة عن العمل الذي يقوم به، مما يؤدي ذلك إلى تطوير الإمكانيات لديهم وتحقيق أهدافهم بالحياة.⁽¹⁾ وتأتي بثلاثة أبعاد **البُعد الأول الإنجاز** : لقد شاع لفترة طويلة أن وجود الأهداف يكون من بين الدوافع، حيث تدفعنا الأهداف والغايات إلى السُّبل من أجل تحقيق الأشياء التي تمنحنا الشعور بالإنجاز؛ حيث يُعبر الإنجاز عن عملية الإدراك التي تتعلق بتطوير مهارات ومعارف وإمكانيات الموظفين في العمل والتقدم والسعي إلى تحقيق أهدافهم الحياتية.⁽²⁾ **البُعد الثاني الحالة الصحية** : إن علم الصحة النفسية يهدف إلى تحقيق السعادة للأشخاص، فالصحة النفسية هدفها إعانة الشخص وتدريبه ليكون قادراً على العيش بسعادة داخل المجتمع، والمؤشرات التي تقاس بها الصحة النفسية هي نفس المؤشرات التي تقيس مستوى السعادة لدى الشخص، ومن هذه المؤشرات مستوى قبول الفرد واستمتاعه بعلاقاته الاجتماعية والإنسانية، ونجاحه في العمل، والإقبال على الحياة بإيجابية وتفاؤل، وإشباع الفرد لحاجاته ورغباته وإثبات اتجاهاته؛ فالأشخاص السعداء يتمتعون بأجهزة مناعة أفضل، لأن أجسامهم تفرز نسب قليلة من الهرمونات التي تسبب القلق والتوتر والإجهاد، ويعتبرون أقل عُرضة للأمراض وأكثر قدرة على الشفاء ومن الممكن أن يكون لتجارهم السعيدة أثراً على صحتهم على المدى الطويل، **البُعد الثالث تقدير الذات** : هي قدرة الشخص على تحقيق الذات والاتجاهات الإيجابية نحو تحقيق الذات وتقبل المظاهر المتنوعة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وسلبية، أي مدى مقدرة الشخص على تكوين مواقف إيجابية تجاه نفسه والإعتراف وقبول الجوانب المتنوعة من النفس كالشعور الإيجابي تجاه حياته السابقة

ثالثا: الدراسات السابقة.

كما هدفت دراسة (Taherkhani, et al.,2023) إلى التحقق من تأثير التدريب على التفكير الإيجابي في تحسين المرونة والرضا عن الحياة بين كبار السن، وتوصلت إلى أنه أدى التدريب على التفكير الإيجابي إلى

تفكير أفضل ومرونة أعلى ورضا أكبر عن الحياة ، وهذا يدل على فعالية التدريب على التفكير الإيجابي في تحسين المرونة والرضا عن الحياة لدى كبار السن.⁽³⁾

سعت دراسة (Huck, et al.,2022) إلى تقييم كيفية ارتباط إطار بيرما للرفاهية بالتجربة الشخصية الفردية للمصابين بالثعلبة البقعية، تبين أن المتغيرات الديموغرافية ومتغيرات PERMA ترتبط بشكل كبير بالتجارب الإيجابية لكل نتائج جودة الحياة. أي أن هناك علاقة بين متغيرات PERMA ونتائج نوعية الحياة بين الأشخاص الذين يعانون من الثعلبة البقعية. وتناقش الآثار السريرية واتجاهات البحث المستقبلية.⁽⁴⁾ من الدراسات السابقة يتبين أنها اتفقت على أهمية كلا من التفكير الإيجابي والسعادة الوظيفية وفي العديد من القطاعات والمنظمات والمجالات التطبيقية المختلفة. واستكمالاً لهذه الأهمية فإن البحث الحالي سيركز على موضوع التفكير الإيجابي والسعادة الوظيفية بالتطبيق على القطاع الصحي السعودي.

رابعاً: مشكلة البحث.

تتمثل مشكلة البحث فيما يلي :

" محدودية فرصة تحسين السعادة الوظيفية، بالإضافة إلى عدم الدراية من قبل القطاع الصحي بأهمية ودور التفكير الإيجابي.

خامساً: أهداف البحث.

بقصد الوصول إلى المعرفة الدقيقة لتفاصيل عناصر الدراسة الحالية فإنها تهدف بالدرجة الأولى الإجابة عن الأسئلة التي تم طرحها سابقاً كما أنها تسعى لتحقيق جملة من الأهداف الأساسية والتي يمكن حصرها فيما يلي:

- مستوى التفكير الإيجابي في القطاع الصحي السعودي.
- مستوى السعادة الوظيفية في القطاع الصحي السعودي.
- تأثير التفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي.
- الوصول الى مجموعة من التوصيات في ضوء النتائج التي سيتم التوصل إليها.

سادساً: أهمية البحث.

- تنبع أهمية هذه الدراسة من الدور المعرفي والتنموي الذي تقوم به القطاع الصحي السعودي من خلال تقديم خدماتها الصحية لمختلف أفراد المجتمع، بالإضافة إلى أهمية المتغيرات المبحوثة، وتبسيط الضوء على التفكير الإيجابي والسعادة الوظيفية
- تبرز الأهمية العملية للدراسة في تقديم معلومات عن واقع أثر التفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية في القطاع الصحي السعودي.

سابعا: فروض البحث.

- الفرض الرئيسى : يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية لدى العاملين في القطاع الصحى السعودى ويتفرّع من هذا الفرض الرئيسى الفروض الفرعية الآتية:
- يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الإنجاز لدى العاملين في القطاع الصحى السعودى.
 - يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الحالة الصحية لدى العاملين في القطاع الصحى السعودى.
 - يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تقدير الذات لدى العاملين في القطاع الصحى السعودى.

ثامنا: منهج البحث

سعيًا نحو تحقيق أهداف الدراسة واختبار فروضها؛ اعتمد الباحث في إجراء هذه الدراسة على الأسلوب الوصفى التحليلي، الذي يقوم على وصف وتحليل الظاهرة محل الدراسة، وهي أثر التفكير الإيجابي (كمُتغير مُستقل) على السعادة الوظيفية (كمُتغير تابع) ، واعتمد الباحث في تجميع بيانات الدراسة الميدانية من مصادرها الأولية على قائمة استبيان ، واعتمدت على مقياس ليكارت الخماسي لقياس كل بُعد من الأبعاد الفرعية الخاصة بمتغيرات البحث، وقام الباحث بتحليل هذه البيانات بما أمكنها من جمع استمارات الاستقصاء، وقد بذل الباحث جهداً مضمناً للحصول على أكبر قدر من هذه الاستمارات من أفراد عينة البحث، وذلك لدقة اختبار صحة أو خطأ فروض البحث والتوصل إلى النتائج.

وتقوم هذه المرحلة من البحث على البحث الميداني لميدان البحث، حيث يتم التعرف على آراء عينة البحث، ومعرفة رغباتهم واتجاهاتهم والعناصر غير المرضية التي تواجههم وانطباعاتهم واقتراحاتهم، وذلك توطئة لاختبار فروض البحث ، وتمت الزيارة الميدانية القطاع الصحى السعودى وإجراء العديد من المقابلات وتم توضيح أبعاد الموضوع وتوزيع قائمة الاستبيان عليهم .

تاسعا: مجتمع وعينة البحث.

يتكون مجتمع الدراسة من الموظفين في الجسم الإداري بمختلف مستوياتهم الوظيفية في القطاع الصحى السعودى، نظراً لأهمية الدور التنموي الذي يقومون به من خلال تسيير العمل ، ولأنهم يواجهون الكثير من الضغوط والمشاكل، حيث يعتبر أكثر ملائمة للموضوع محل الدراسة. ، أما عينة الدراسة، فكانت عينة عشوائية بسيطة العينة المبحوثة على (375) من المسميات الوظيفية التالية (مدير، نائب مدير/ مساعد مدير، رئيس قسم / ممرض، فنى، إدارى) بالمستشفيات الحكومية بمدينة القصيم.

عاشرا: الإحصاءات الوصفية لمتغيرات الدراسة.

1- الإحصاءات الوصفية لمتغير التفكير الإيجابي

يعرض الجدول التالي الإحصاء الوصفي للتفكير الإيجابي من وجهة نظر عينة البحث.

جدول رقم (3) الإحصاء الوصفي لأبعاد التفكير الإيجابي

الترتيب	الأهمية النسبية %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات	
1	81.6	0.97	4.08	لا أسمح للقلق والتوتر بالسيطرة علي.	1
3	81.0	0.92	4.05	أواجه التحديات بقوة وبرباطة جأش.	2
2	81.5	0.88	4.07	الحياة الرتيبة والروتين لا يهمني.	3
4	79.0	0.96	3.95	أحقق احتياجاتي وأثير اهتمامي لكل ما هو جديد.	4
8	78.2	0.95	3.91	تملؤني الطاقة عند متابعتي للنتائج التي أحققها.	5
11	75.8	0.97	3.79	أعمل وكلي ثقة في مهاراتي وقدراتي.	6
6	78.8	0.91	3.94	لا أسمح للتشاؤم من النبل من تفاؤلي.	7
7	78.8	0.99	3.94	أتعامل مع المخاطر والأزمات بمنطق إيجاد الحلول.	8
9	78.2	0.91	3.91	اعتبر الوقوع في الخطأ فرصة للتعلم والنضج.	9
10	75.8	0.92	3.79	أتصدى لمواجهة العقبات وأحولها لفرص تعلم.	10
5	79.0	0.96	3.95	أركز على أهدافي وغاياتي قدر الإمكان.	11
12	74.2	1.12	3.71	ابتعد عن مشاعر القلق في التعامل مع المشكلات والأزمات.	12
-	79.6%	0.41	3.98	المتوسط العام	

المصدر: مخرجات البرنامج الإحصائي Spss

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن المؤشر العام المعبر عن كافة فقرات وبنود إجمالي (التفكير الإيجابي) فقد تبين أن متوسط آراء أفراد العينة بلغ (3.98) بانحراف معياري يساوي (0.41)، وبأهمية نسبية (79.6%)، وهذا يعني أن اتجاهات مفردات العينة نحو إجمالي أبعاد " التفكير الإيجابي " تميل إلى الموافقة والموافقة إلى حد ما.
- هذا وقد تراوحت المتوسطات الحسابية من (3.71 إلى 4.08)، بأهمية نسبية من (74.2%) إلى (81.6%)، وأن أكثر العبارات موافقة في آراء المبحوثين على الترتيب (لا أسمح للقلق والتوتر بالسيطرة علي)، (الحياة الرتيبة والروتين لا يهمني) وذلك بأهمية نسبية مقدارها (81.6%)، (5.81%).

- كما يتضح من الجدول أيضاً أن أقل العبارات موافقة في آراء الباحثين على الترتيب (أعمل وكلي ثقة في مهاراتي وقدراتي)، (ابتعد عن مشاعر القلق في التعامل مع المشكلات والأزمات) وذلك بأهمية نسبية مقدارها (75.8٪)، (74.2٪) وفقاً لردود عينة الدراسة.

2- الإحصاءات الوصفية للسعادة الوظيفية

يعرض الجدول التالي الإحصاء الوصفي للسعادة الوظيفية من وجهة نظر عينة البحث:
جدول رقم (4) ملخص المقاييس الوصفية لأبعاد متغير "السعادة الوظيفية"

المقاييس	الانجاز	الحالة الصحية	تقدير الذات
المتوسط الحسابي	3.9	3.91	3.45
الانحراف المعياري	0.56	0.48	0.43
الأهمية النسبية %	77.5%	71.1%	71.5%
إجمالي أبعاد السعادة الوظيفية	المتوسط الحسابي = 3.68 الانحراف المعياري = 0.49 الأهمية النسبية = 73.3%		

المصدر : مخرجات برنامج SPSS

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

تتصف بالموافقة النسبية على إجمالي أبعاد (السعادة الوظيفية) حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي 3.68 ، وبانحراف معياري 0.49 بأهمية نسبية 73.3 %، وهو ما يعني وجود قدر من التجانس ما بين مختلف آراء العينة حول هذا المتغير، وهذا يشير إلى وجود اتفاق وإجماع بين آراء أفراد العينة على اتجاههم الإيجابي على مستوى جميع الأبعاد.

ومن هنا نستنتج أن أهم أبعاد السعادة الوظيفية موافقة في الأهمية على الترتيب (الانجاز) بأهمية نسبية مقدارها (77.5٪)، و(تقدير الذات) بأهمية نسبية (71.5٪) و (الحالة الصحية) بأهمية نسبية مقدارها (71.1٪)، وفقاً لردود مفردات عينة الدراسة.

حادي عشر: اختبار صحة فروض الدراسة.

يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي

ولقياس شكل التأثير تم استخدام معامل الانحدار الخطي كما يلي :

جدول رقم (5) نتائج تحليل الانحدار لتأثير التفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية :

Sig. T	t. Value	R ²	Beta	المتغير المستقل
0.01**	20.214	51.2%	0.691	التفكير الايجابي
	1.674			المعامل الثابت Constant
	50.0%			معامل التحديد المعدل Adj. R ²
	356.6			قيمة F
	0.01*			معامل جوهرية النموذج (Sig. F)
	374			درجات الحرية

*دالة عند 0.05 فاقل

المصدر: مخرجات البرنامج الإحصائي Spss

ويتضح من الجدول السابق ما يلي :

- يشير معامل الارتباط إلى وجود علاقة ارتباط موجبة لبعد " التفكير الايجابي " على أبعاد السعادة الوظيفية " ، حيث بلغ معامل الارتباط (0.691)، وذلك عند مستوى دلالة أقل من 0.05
- يشير معامل التحديد R² إلى أن بعد " التفكير الايجابي " يفسر حوالي (51.2%) من التباين في أبعاد السعادة الوظيفية ، وأن باقي النسبة ربما يرجع لعوامل مستقلة كان المفروض ان تدخل بالنموذج .
- باستخدام اختبار (t.test) نجد أن المتغير المستقل " التفكير الايجابي " ، ذو تأثير معنوي على المتغير التابع (السعادة الوظيفية)، حيث بلغت قيمة "t" (20.214) وذلك عند مستوى معنوية أقل من (0.05).
- يشير معامل جوهرية النموذج (Sig. F) إلى معنوية هذه النتائج عند مستوى دلالة قدره (0.05)، حيث بلغت قيمة "F" (356.6)، وتؤكد إشارات معاملات هذا النموذج على إيجابية هذه العلاقة.
- كما أن معادلة نموذج الانحدار تمثلت فيما يلي :

$$\text{السعادة الوظيفية} = 1.674 + 0.691 \times \text{التفكير الايجابي}$$

- ومن نموذج العلاقة الانحدارية السابق ، يمكن التنبؤ بالسعادة الوظيفية، من خلال قياس التفكير الايجابي، وتطبيق ذلك النموذج ، وهو يدل على أن :-
- كل زيادة في درجة (التفكير الايجابي)، قدرها (0.701) تؤدي إلى زيادة السعادة الوظيفية بمقدار واحد صحيح.
- من خلال نموذج الانحدار السابق فنجد ان معامل التحديد (R²)، يفسر نسبة جيدة في المتغير التابع (السعادة الوظيفية)، بلغت (49.2%)، ويعتبر هذا التأثير معنوي .

في ضوء ما سبق من نتائج تم إثبات وجود أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تحقيق السعادة الوظيفية لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي.

وتتفرع عن هذه الفرضية الفروض الفرعية الآتية:

- الفرض الفرعي الأول: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الإنجاز لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي.

ولقياس ذلك من خلال تحليل الانحدار الخطي كما يلي:

جدول رقم (6) نتائج تحليل الانحدار لتأثير التفكير الإيجابي في الإنجاز

البعد المستقل	الاتجاه	الأبعاد التابعة	درجات الحرية	التقدير β	الخطأ المعياري	قيمة "ت"	المعنوية	R^2 معامل التحديد
التفكير الإيجابي	<--	الإنجاز	374	0.463	0.02	12.743	0.01*	35.5%

*دالة عند مستوى معنوية أقل من (0.05).

ويوضح الجدول السابق الآتي:

- يوجد تأثير معنوي ذو دلالة إحصائية لإجمالي بعد المتغير المستقل "التفكير الإيجابي" على إجمالي بعد المتغير التابع "الإنجاز" حيث بلغت قيمة معامل التحديد R^2 الذي يمثل نسبة تفسير المتغير المستقل في التابع (35.5%)، كما بلغت قيمة "ت" (12.743)، بمستوي معنوية أقل من (0.05)، وبالتالي صحة قبول الفرض الفرعي الأول والذي ينص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الإنجاز لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي".

الفرض الفرعي الثاني: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الحالة الصحية لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي.

ولقياس ذلك من خلال تحليل الانحدار الخطي كما يلي:

جدول رقم (7)

نتائج تحليل الانحدار لتأثير التفكير الإيجابي في الحالة الصحية

البعد المستقل	الاتجاه	الأبعاد التابعة	درجات الحرية	التقدير β	الخطأ المعياري	قيمة "ت"	المعنوية	R^2 معامل التحديد
التفكير الإيجابي	<--	الحالة الصحية	374	0.482	0.02	13.481	0.01*	26.7%

*دالة عند مستوى معنوية أقل من (0.05).

ويوضح الجدول السابق الآتي:

- يوجد تأثير معنوي ذو دلالة إحصائية لإجمالي بعد المتغير المستقل " الممارسات الإدارية " علي إجمالي بعد المتغير التابع " إدارة المعرفة " حيث بلغت قيمة معامل التحديد R^2 الذي يمثل نسبة تفسير المتغير المستقل في التابع (26.7٪)، كما بلغت قيمة "ت" (13.481)، بمستوي معنوية اقل من (0.05)، وبالتالي صحة قبول الفرض الفرعي الثاني والذي ينص على أنه " يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في الحالة الصحية لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي.

- الفرض الفرعي الثالث : " يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تقدير الذات لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي
- ولقياس ذلك من خلال تحليل الانحدار الخطي كما يلي :

جدول رقم (8)

نتائج تحليل الانحدار لتأثير التفكير الايجابي في تقدير الذات

البعـد المستقل	الاتجاه	الأبعاد التابعة	درجات الحرية	التقدير β	الخطأ المعياري	قيمة "ت"	المعنوية	R^2 معامل التحديد
التفكير الإيجابي	<--	تقدير الذات	374	0.571	0.03	12.451	0.01*	32.8%

*دالة عند مستوى معنوية أقل من (0.05).

ويوضح الجدول السابق الآتي:

- يوجد تأثير معنوي ذو دلالة إحصائية لإجمالي بعد المتغير المستقل " التفكير الإيجابي " علي إجمالي بعد المتغير التابع " تقدير الذات " حيث بلغت قيمة معامل التحديد R^2 الذي يمثل نسبة تفسير المتغير المستقل في التابع (32.8٪)، كما بلغت قيمة "ت" (12.2451)، بمستوي معنوية اقل من (0.05)، وبالتالي صحة قبول الفرض الفرعي الثالث والذي ينص على أنه " يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للتفكير الإيجابي في تقدير الذات لدى العاملين في القطاع الصحي السعودي

ثاني عشر: النتائج والتوصيات

توصل الباحث إلى عدة نتائج يمكن أن تساهم في حل مشكلة البحث والإجابة عن تساؤلاته واختبار فروضه والتي تلخص فيما يلي:

أ. التفكير الإيجابي

أوضحت نتائج الدراسة الميدانية بالقطاع الصحي السعودي محل التطبيق أن جميع عبارات التفكير الإيجابي تتوفر بشكل كبير وفقاً لآراء العينة من حيث عدم توافر مصادر للقلق في العمل والقدرة على تحقيق الاحتياجات وتوافر مصدر الثقة من حيث المهارات والقدرات والتعلم من الأخطاء، والقدرة على التعامل مع المشكلات والأزمات، حيث يأتي التفكير الإيجابي بمتوسط حسابي (3.98)، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه بعض الدراسات ومنها دراسة سكيك، 2023، ب.

السعادة الوظيفية

أوضحت نتائج الدراسة الميدانية بالقطاع الصحي السعودي محل التطبيق أن جميع عبارات السعادة الوظيفية تتوفر بشكل كبير وفقاً لآراء العينة من حيث:

- **الإنجاز لدى العاملين:** من خلال تمكين العاملين في القطاع الصحي السعودي من القيام بكافة المهام والأنشطة الموكلة إليهم ضمن الوصف الوظيفي، والحرص على إدارة الوقت بشكل يمكنهم من أداء الأعمال يتم تحقيقها في العمل.
- **الحالة الصحية:** من خلال عدم الشعور بالضغط والإجهاد نتيجة طبيعة العمل، والحرص على الاستفادة من وسائل السلامة المهنية المتوفرة، في العمل وتوافر جميع مقوماتها.
- **تقدير الذات:** من خلال الشعور بالرضا عن التقدير والاحترام من قبل رؤساء العمل، وأيضاً الرضا عن التقدير والاحترام من قبل زملاء العمل في ضوء كلاً من التقدير المادي والعملي.
- كما يأتي الإنجاز لدى العاملين في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.9)، ثم في المرتبة الثانية الحالة الصحية بمتوسط حسابي (3.7)، ثم المرتبة الثالثة تقدير الذات بمتوسط حسابي (3.45)، ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه بعض الدراسات ومنها دراسة السديري والشماسي، Huck, et al., 2022، أبوليفة والطحان، 2021، مانع وبوهرارة، 2021، المعشني، 2019.

جدول (9): التوصيات والمقترحات

الموارد اللازمة	جهة التنفيذ	الأنشطة اللازمة لتحقيقها	التوصية
-شمولية ثقافة القطاع الصحى السعودى لذلك -شمولية استراتيجية القطاع الصحى السعودى لذلك. -الموارد المعنوية - الموارد النفسية	-إدارة شئون العاملين -إدارة التخطيط والمتابعة	-خلو بيئة العمل من مصادر القلق الوظيفى -التخلص من روتينيات العمل -التعامل مع المخاطر والأزمات بمنطق إيجاد الحلول.	1- ضرورة ترسيخ ثقافة لدى العاملين الإداريين بالقطاع الصحى السعودى محل الدراسة نحو التفكير الايجابى
توفير الموارد البشرية اللازمة لذلك - الموارد المعرفية		- وجود خطط وأهداف واضحة في العمل - اعطاء صلاحيات كافية لإنجاز مهام وظيفتي	5. تمكن العاملين في القطاع الصحى السعودى من القيام بكافة المهام والأنشطة الموكلة إليهم
توفير الموارد المالية للوفاء بذلك - الموارد الفكرية	إدارة شئون العاملين	- إعداد برامج تدريبية إدارية ومتخصصة. -عقد اجتماعات ونداوات للعاملين بصفة مستمرة.	6. العمل على زيادة المعارف والمهارات لكل المستويات الإدارية للحفاظ على المعارف المخزنة وتطويرها بشكل مستمر .
الموارد المالية والبشرية	إدارة شئون العاملين	- تشجيع العاملين على الاستفادة من وسائل السلامة المهنية المتوفرة. - التركيز في أداء العمل	10. ضرورة توفير مناخ تنظيمى يسمح بالمساهمة في تخفيف ضغوط العمل

*المصدر: من إعداد الباحث

المراجع

- (1) J. &Porto, J. (2015), Happiness at work: organizational Values and Person- organization Fit Impact , Available in www.scielo.br/paideia, Vol.25, No.61,P211-220.
- (2) Paschoal, T. & Demo, G.,(2013), Well-Being At work scale: Exploratory and Confirmatory Validation in the United States Comprising Affective and Cognitive Components, *EnANPAD, Encontro da ANPAD Journal*, P.(1-16)
- (3)Taherkani, Z., Kaveh, M., Mani, A., Ghahremani, L., & Khademi, K. (2023). The effect of positive thinking on resilience and life satisfaction of older adults: a randomized controlled trial, Scientific Reports, www.nature.com/scientificreports. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-30684-y>.
- (4) , Huck, G. E., Umucu, E., Shelton, S., Brickham, D., & Smedema, S. (2022). An evaluation of the PERMA model as a framework for reducing psychiatric comorbidity in individuals with alopecia areata. *European Journal of Health Psychology*, 29(2), 77–87. <https://doi.org/10.1027/2512-8442/a000086>.