

## مضامين الصحة النفسية في رؤية المملكة العربية السعودية 2030

نجاتي أحمد يونس  
قسم التربية الخاصة - كلية الملكة رانيا للطفولة  
الجامعة الهاشمية  
[najati@hu.edu.jo](mailto:najati@hu.edu.jo)

أحمد عبدالله الشرفين  
قسم علم النفس الإرشادي والتربوي  
جامعة اليرموك  
[Ahmed.sh@yu.edu.jo](mailto:Ahmed.sh@yu.edu.jo)

### الملخص:

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مضامين الصحة النفسية في رؤية المملكة العربية السعودية 2030، وقد استخدمت الدراسة المنهج النوعي- تحليل الوثائق؛ إذ جرى تحليل وثيقة رؤية المملكة العربية السعودية 2030 التي بنيت بالارتكاز إلى مكامن القوة المحورية التي تتمتع بها المملكة. وضعت ثلاثة محاور تتكامل وتتسق مع بعضها لتحقيق أهداف رؤية 2030، هي: المجتمع الحيوي، والاقتصاد المزدهر، والوطن الطموح التي تعمل على رفع كفاءة الإنفاق، وترشيد الاستهلاك. تطلب تحقيق رؤية 2030 وضع ستة أهداف عامة تتضمن عددا من الأهداف الفرعية والأهداف التفصيلية تعمل على تحقيق التكامل المتناغم في المجتمع السعودي من خلال توافق الفرد مع ذاته ومع الآخرين، والاستقلالية، والإبداع، ووجود فلسفة واضحة للحياة، وتحقيق هذه الأهداف يعزز من مكانة الصحة النفسية للفرد والمجتمع؛ كونها تساعد على الانسيابية في الحياة، وجعلها خالية من التوترات والصراعات المستمرة. وبهدف ترجمة الرؤية إلى واقع صُمم عدد من البرامج التي تعمل على مواءمة أنشطتها بعد الأخذ بالاعتبار العديد من العوامل السياسية، والاقتصادية، والاجتماعية، والأسرية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، رؤية 2030، المملكة العربية السعودية.

### The Mental Health contents in Saudi Arabia Kingdom 2030 Vision

Ahmad Al-Shraifin  
Department of Counseling and Educational  
Psychology - Yarmouk University  
[Ahmed.sh@yu.edu.jo](mailto:Ahmed.sh@yu.edu.jo)

Najati ahmad younis  
Special education department - Queen Rania Faculty  
for Childhood - The Hashemite University  
[Najati@hu.edu.jo](mailto:Najati@hu.edu.jo)

### Abstract:

The purpose of this study was to examine the psychological well-being contents in Saudi Arabia Kingdom 2030 vision. The researcher employed the qualitative approach based on discourse analysis. To achieve the purpose of this study, the Saudi Arabia Kingdom 2030 vision document was analyzed. That document included three main domains; Active society, prospered economy and an ambitious homeland. Those domains complement each other to raise the spending efficiency and rationalize consumption. The vision of 2030 required setting some general, detailed and sub-goals, which wok to achieve harmonious integration in the Saudi community, through individual compatibility, independency, and creativity; which enhance mental health level of individuals and society. To make the vision real, many programs have been designed that harmonize their activities after taking into consideration many political, economic, social, and family factors.

**Keywords:** Mental Health, 2030 Vision, Saudi Arabia Kingdom.

## مقدمة

يشهد العصر الحالي نهضة علمية وتكنولوجية غير مسبوقة في جميع المجالات العلمية والحياتية، ويؤثر العلم الحديث وتطبيقاته تأثيراً بالغاً في الحياة اليومية. وفي سبيل مواكبة التغيرات العالمية، جاءت رؤية المملكة العربية السعودية 2030 بدعم ورعاية خادم الحرمين الشريفين، وسمو ولي عهده - حفظهما الله - للعمل على استثمار القدرات والموارد المختلفة، وتسخير الإمكانيات لتحقيق الطموحات التي تسعى إليها المملكة بكافة أفرادها ومؤسساتها؛ مما يسهم في إيجاد المواطن المنتمي المتكيف مع نفسه، ومجتمعه، ومتطلبات العصر الحديث، والقادر على تأدية أدواره في الحياة بأحسن صورة الذي من شأنه أن يجعله في حالة من الرضا والسعادة والثقة.

وتُعدّ الجامعات من أبرز مؤسسات المجتمع التي يقع على عاتقها العمل بشكل رائد من أجل تحقيق رؤية المملكة؛ فالجامعات تتولى إعداد الطلبة في إحدى المراحل المهمة التي يمرون بها؛ إذ يبدؤون ببناء مستقبلهم العلمي والعملية، ويحددون ما يرغبون أن يكونوا عليه في المستقبل، ويواجهون في البيئة الجامعية العديد من المطالب الأكاديمية والاجتماعية، التي من الممكن أن تتجاوز مقدرتهم على الارتقاء إليها بطريقة متوازنة، مما يتطلب العمل على إعدادهم للتكيف مع هذه الظروف، والتفاعل معها بإيجابية، والتعبير بطريقة فاعلة ومتوازنة عن المشاعر السلبية التي قد يتعرضون لها.

ورغم أن الجامعة مؤسسة تربوية يستكمل فيها الطلبة نموهم الذي من الممكن أن يسهم في رفع مستوى الصحة النفسية؛ إلا أن المناخ السائد في هذه البيئة قد لا يخلو من المؤثرات والضغط النفسية التي من الممكن أن تسهم في انخفاض مستويات الصحة النفسية لدى الطلبة، وبالتالي لدى أفراد المجتمع. ونظراً لأهمية تحقيق الصحة النفسية - ليس فقط لطلبة الجامعات، بل للمجتمع ككل - فقد حظيت بالاهتمام والدراسة؛ وذلك لما لها من أثر في إيجاد جيل منتج قادر على تحقيق أهدافه، وحل مشكلاته، محققين بذلك أهداف الجامعة التي تسعى إلى تحقيقها، والمتمثلة في بناء الشخصية السوية للطلاب القادرة على التفاعل الإيجابي في مواقف الحياة المختلفة (الشريفين والشريفين، 2014).

وتُعدّ الصحة النفسية جزءاً مهماً من الصحة العامة، ومكملة لها، وتُقدّم منظمة الصحة العالمية أنه لا يمكن أن تكون هناك صحة بدون صحة نفسية (Prince et al., 2007). ويشير مفهوم الصحة النفسية إلى التكامل المتناغم للذات مع النفس والآخرين، والاستقلالية، والإبداع، ووجود فلسفة واضحة للحياة (Vegors, 1999). أما وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية (U.S. Department of Health and Human Services, 2001) فتعرّف الصحة النفسية بأنها: الأداء الناجح للوظيفة النفسية والعقلية، بما يؤدي إلى أنشطة إنتاجية، والقدرة على بناء علاقات جيدة بالآخرين، والتكيف مع التغيرات الحياتية، والتعامل البناء مع الشدائد، وتعرّفه الجمعية الماليزية لعلم النفس (Malaysian Mental Health Association [MMHA], 2008) بأنه: القدرة على شعور الفرد بذاته، وكيف يشعر تجاه الآخرين، والقدرة على التعامل مع متطلبات الحياة. وتقودنا هذه التعريفات التي تركز على أنّ الصحة النفسية تتعلق بمهارات الفرد وقدراته إلى ما أشارت إليه منظمة الصحة العالمية (World Health Organization [WHO], 2012) في تعريفها للصحة النفسية على أنها: حالة من الرفاهية الجسدية والعقلية والاجتماعية الكاملة، وليس مجرد غياب المرض. ويؤكد على ذلك تعريف كل من عزيزيان وآخرين (Azizan et al., 2013) الذي يشير إلى أنّ الصحة النفسية تعني الشعور بالرفاهية والسعادة، والقدرة على التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة، ومواجهة التحديات بفاعلية، وتقبّل الآخرين، ووجود موقف إيجابي تجاه الذات. في حين يرى الشريفين والشريفين (2014) أن الصحة

النفسية هي توافق الطلبة مع أنفسهم ومع العالم الخارجي، بدرجة كبيرة من النجاح والرضا والسلوك الاجتماعي السليم، والقدرة على مواجهة حقائق الحياة، وقبولها.

وتعد الصحة النفسية حالة ديناميكية (Dynamic case) تبدو في قدرة الطالب على عقد صلات اجتماعية تتميز بالأخذ والعطاء والتعاون والتسامح، وهي حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة عقلية وجسدية، وليس مجرد الغياب أو الخلو من أعراض المرض النفسي.

وتُعد الصحة النفسية حاليًا إحدى مجالات الرعاية الصحية الرئيسية التي يتم التركيز عليها من الحكومة السعودية في خطوات لجعل خدماتها متاحة بشكل أكبر، وفي متناول السكان السعوديين (Ministry of Health, 2016). ويعتمد بناء الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية للمواطن السعودي بشكل عام ولطلبة الجامعات بشكل خاص على مكامن القوة المحورية التي بنيت على أساسها رؤية المملكة 2030، المتمثلة بأن المملكة العربية السعودية هي أرض الحرمين الشريفين، وأظهر بقاع الأرض، وقبله أكثر من مليار مسلم؛ مما يجعلها قلب العالمين العربي والإسلامي، وتُطوع المملكة قوتها الاستثمارية لخلق اقتصاد أكثر تنوعًا واستدامة، وتسخر موقعها الاستراتيجي لتعزيز مكانتها بوصفها محركًا رئيسًا للتجارة الدولية، ولربط القارات الثلاث: أفريقيا، وآسيا، وأوروبا (Al-Subaie et al., 2020).

وبالنظر إلى أن الصحة النفسية حالة يمكن فيها للفرد تكريس قدراته الخاصة، والتكيف مع أنواع الإجهاد العادية بتفانٍ وإسهام فعّالٍ في مجتمعه (كور المشار إليه في رضوان، 2002)، فإن مكامن القوة سالفه الذكر تتسق مع هذا، ويستدل من خلالها على مدى السعي لتحقيق الصحة النفسية لأفراد المجتمع السعودي، متمثلًا ذلك بسعي المملكة لتكريس قدراتها الخاصة، وما تتمتع به من ميزات لا تتوافر في أي مكان بالعالم بوصفها أظهر بقاع الأرض، وقبله المسلمين، والقوة الاستثمارية التي تتمتع بها المملكة، وطبيعة موقعها الجغرافي الذي يربط بين ثلاث قارات، وهذا يدعم قوتها المؤثرة في حركة التجارة الدولية.

وتعد الصحة النفسية أحد المعايير الرئيسية المستخدمة لتقييم الصحة العامة، وتُعرّف على أنها الرفاهية الذاتية، والكفاءة الذاتية المتصورة، والاستقلالية، والكفاءة، والاعتماد بين الأجيال، وتحقيق الذات للإمكانيات الفكرية والعاطفية للفرد (Hashemiv et al., 2008)، وتؤدي دورًا مهمًا في ديناميكية كل مجتمع، وكفاءته (Haddadi & Besharat, 2010)، وتتحقق عندما يكون لدى الفرد حالة كاملة من الرفاهية البدنية والعقلية والاجتماعية (World Health Organization, 2007).

وإن التكامل السابق بين ما تمتلكه المملكة من طاقات وقدرات ومزايا يؤكد على السعي لتحقيق الصحة النفسية لأفراد المجتمع بشكل عام. وما يؤكد ذلك ما أشارت إليه القريطي (1998) من أن الصحة النفسية تكمن في تكامل الطاقات والوظائف المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة للسلوكيات في مجتمع ما. وهي حالة دينامية (Dynamic State) تبدو في القدرة على عقد الصلات التي تتميز بالأخذ والعطاء والتعاون والتسامح، ويتمثل ذلك في السعي وفق رؤية المملكة لخلق اقتصاد أكثر تنوعًا واستدامة، وتعزيز مكانة المملكة كمحرك رئيس للتجارة.

### مشكلة الدراسة وأسئلتها

إن نتائج دراسة المسح للدراسات التي تناولت رؤية المملكة العربية السعودية 2030، تشير إلى عدم وجود دراسات سعت لتحليل الرؤية باستخدام منهجية البحث النوعي، ولم يكن هناك أي دراسة سعت للكشف عن المضامين النفسية لرؤية المملكة العربية السعودية، وهذا يؤكد الحاجة لإجراء مثل هذه الدراسة؛ ذلك لأن الرؤية

تتضمن مجالات الحياة كافة داخل المملكة، وتتناول جميع الافراد في المراحل العمرية المختلفة، كما أن دراسة وفق منهجية علمية لم يحظ بالاهتمام الكافي؛ إذ إن الدراسات التي أجريت ورغم قلتها اعتمدت على مناهج البحث والتحليل الإحصائي أكثر من مناهج البحث النوعي؛ وربما يعود السبب بذلك إلى القصور في فهم تطبيق المناهج الخاصة بالبحث النوعي ميدانياً؛ لذلك، مع إطلاق رؤية المملكة العربية السعودية، برزت الحاجة الماسة للكشف عن المضامين النفسية في رؤية المملكة العربية السعودية كعنصر مهم في التحقق من مدى فعالية وكفاءة البرنامج التي تضمنتها الرؤية في رفع مستوى الصحة النفسية للأفراد في المملكة العربية السعودية. وبالتحديد، فإن هذه الدراسة سعت للإجابة عن الأسئلة التالية:

**السؤال الأول:** ما مؤشرات الصحة النفسية في كل محور من محاور رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟

**السؤال الثاني:** ما مؤشرات الصحة النفسية في كل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة العربية السعودية 2030؟

**السؤال الثالث:** ما مظاهر الصحة النفسية في كل برنامج من برامج رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟

#### أهمية الدراسة

تمثلت أهمية الدراسة في تسليط الضوء على رؤية المملكة العربية السعودية 2030، كمنهج شامل ومنظم يعبر عن الطموح وتعكس القدرات التي يمتلكها أبناء المملكة العربية السعودية، وتحليل رؤية المملكة العربية السعودية 2030، والكشف عن فعاليتها وكفاءتها، وتحديد جوانب قوتها فيما يدعم تمتع الافراد بالصحة النفسية، وتوجيه أنظار الباحثين وطلبة الدراسات العليا لإجراء المزيد من الدراسات التقييمية لبرامج رؤية المملكة العربية السعودية المختلفة؛ مما يشكل إضافة للأدب التربوي والنفسية.

#### محددات الدراسة

- اقتصرت الدراسة على وثيقة رؤية المملكة العربية السعودية 2030، ولم يتم تناول أي وثائق أخرى حول الرؤية.
- اعتمدت الدراسة على أسلوب تحليل الوثائق، وتحليلها، وتفسيرها من الباحثين، وقد تختلف النتائج لو استخدمت أساليب أخرى، أو قام باحث آخر بتحليل وثيقة الرؤية، وتفسيرها.
- اقتصرت الدراسة على تحليل محاور رؤية المملكة 2030، وأهدافها، وبرامجها.
- لم تتم مقارنة وربط نتائج الدراسة مع أي من الدراسات؛ لعدم وجود أي دراسة استخدمت المنهجية البحثية ذاتها.

#### الطريقة والإجراءات

استخدم الباحثان منهجية البحث النوعي، وقد اعتمد في جمع البيانات النوعية التي تميل الى أن تكون مفتوحة بلا استجابات محددة على أسلوب تحليل الوثائق الرسمية والصادرة عن جهات حكومية؛ وذلك لسهولة الحصول عليها، وعلى المعلومات الواردة فيها.

#### دور الباحثان والمشاركين في الدراسة

بدأت هذه الدراسة في شهر كانون الثاني من عام (2022)، حيث بدأ الباحثان بالاطلاع على رؤية المملكة 2030، وما ارتبط بها من تفسيرات في مجالات مختلفة، بالإضافة للأبحاث التي تناولت بعض برامج الرؤية. وقد

تمثل دور الباحثين في إجراء عملية تحليل الوثائق وفق معايير محددة تبعاً لهدف الدراسة، وقد تمت عملية جمع البيانات من الوثائق الرسمية من مصادرها الأصلية.

#### أداة الدراسة

استخدم الباحثان لجمع البيانات النوعية أسلوب تحليل الوثائق برؤية المملكة العربية السعودية 2030، التي تم الحصول عليها من مصادر مختلفة، وبأشكال رقمية متعددة، مثل الملفات من نوع PDF، وملفات العروض التقديمية، والفيديو؛ إذ تم تحليلها، والحصول على التصنيفات ذات العلاقة للوصول الى إجابات لأسئلة الدراسة. وقد تم الحصول على الوثائق الخاصة بالرؤية، من قبل المواقع الرسمية للجهات التي أطلقت رؤية المملكة 2030.

#### صدق الوثائق

تم التحقق من صدق المحتوى للوثائق التي تم تحليلها في هذه الدراسة بعرضها على عدد من الخبراء للتحقق من مدى مناسبة مضمونها ومحتواها، في الإجابة عن أسئلة الدراسة الخاصة بمؤشرات الصحة النفسية في محاور وأهداف رؤية المملكة، ومظاهر الصحة النفسية في برامج رؤية المملكة، في ضوء ستة معايير، حول توفر البيانات التالية: الرضا الشخصي، والموقف الإيجابي، وضبط النفس، والاستقلالية، وحل المشكلات، وإضفاء الطابع الذاتي، ومهارات العلاقات الشخصية (Lluch Canut, 2003).

وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات على وثائق التحليل في أنها لا تكشف عن مؤشرات الصحة النفسية، ومظاهره جميعها، وبالتالي تم توسيع نطاق عملية التحليل بحيث أضيفت (5) مؤشرات أخرى، بالإضافة للأخذ بمقترح المحكمين في عدم تحديد المؤشرات، ومحاولة استنتاج بعضها نتيجة لدراسة وتحليل وثيقة رؤية المملكة 2030.

#### ثبات الوثائق

للتحقق من ثبات تحليل الوثائق، فقد تم تحليل عينة من الوثائق المستهدفة في هذه الدراسة، من الباحثين، وباحث آخر لحساب درجة الاتفاق في التحليل، باستخدام معادلة باستخدام معادلة كوبر (Cooper)، ليكون الحكم على ارتفاع ثبات تحليل المحتوى إذا كان المعامل مساوياً أو يفوق (0.85)، وذلك في ضوء المعايير التي حددت في الدراسة لتحليل الوثائق، وبعد تطبيق المعادلة على مرات الاتفاق بين المحللين ضمن المعايير السابقة المتفق عليها على عينة الوثائق، بلغت نسبة الاتفاق بين المحللين (88.8%)، وعليه تم اعتماد الوثائق التي تم استهدافها كأداة في تحقيق غرض الدراسة.

#### نتائج الدراسة

السؤال الأول: ما مؤشرات الصحة النفسية في كل محور من محاور رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟ للإجابة عن هذا السؤال تم مراجعة الوثائق الخاصة بمحاور رؤية المملكة 2030؛ إذ تم تحليل الملفات من نوع العروض التقديمية، ومن نوع ال PDF، والفيديوهات المنشورة على اليوتيوب يدوياً. والجدول (1) يبين مؤشرات الصحة النفسية وفقاً لكل محور من محاور رؤية المملكة 2030.

## جدول 1.

### مؤشرات الصحة النفسية وفقاً لكل محور من محاور رؤية المملكة 2030

مؤشرات الصحة النفسية	المحور
الوسطية والاعتدال.	- المجتمع الحيوي
الهوية الوطنية، والاعتزاز بها.	-
الثقة بالنفس.	-
البيئة الإيجابية.	-
جودة الحياة.	-
الشعور بالأمن.	-
التماسك الأسري.	-
توافر البنية التحتية والخدمات الأساسية.	-
الرعاية الصحية.	-
مراكز الترفيه.	-
استثمار الطاقات والمواهب.	-
ممارسة الرياضة والسلوكيات الصحية.	-
الدور الفاعل للأسر في رعاية الأبناء.	-
تطور المنظومة التعليمية.	-
تقدير ما لدى الفرد من قدرات ومهارات.	- الإقتصاد المزدهر
التعزيز التميز والتميزين.	-
وجود أهداف مستقبلية.	-
العدالة الاجتماعية.	-
إتاحة الفرص أمام جميع أفراد المجتمع.	-
تقدير المرأة والاعتراف بمكانتها الرفيعة.	-
إتاحة الفرص أمام ذوي الإعاقة للتعليم والتوظيف.	-
الإحساس بالمسؤولية.	- وطن طموح
التطور المستمر.	-
الشفافية والمساءلة.	-
الفاعلية في إدارة الموارد.	-
ترشيد الاستهلاك.	-
مكافحة الفساد.	-
توفير مخزون من الاحتياجات الأساسية.	-
رفع كفاءة الإنفاق.	-
توزيع المهام ومكافحة الترهل الإداري.	-
الإحساس بالأمن النفسي والمادي والاجتماعي.	-
خفض مستوى قلق المستقبل.	-
التفاعل الإيجابي مع الآخرين.	-

**السؤال الثاني:** ما مؤشرات الصحة النفسية في كل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة العربية السعودية 2030؟ للإجابة عن هذا السؤال تم مراجعة الوثائق الخاصة بمحاور رؤية المملكة 2030؛ إذ تم تحليل الملفات من نوع العروض التقديمية، ومن نوع ال PDF، والفيديوهات المنشورة على اليوتيوب يدوياً. والجدول (2) يبين مؤشرات الصحة النفسية وفقاً لكل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة 2030.

## جدول 2.

### مؤشرات الصحة النفسية وفقاً لكل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة 2030

مؤشرات الصحة النفسية	الهدف
- تعزيز القيم الإسلامية والهوية الوطنية.	- تعزيز الإسلام منهج حياة.
- وجود مرجعية لجميع الأنظمة والأعمال والقرارات.	- تنمية مفاهيم التربية الوطنية.
- تنمية المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات.	- تنمية روح المواطنة وخدمة الوطن.
- تحقيق حياة عامرة وصحية.	- تعزيز النمو والازدهار.
- تنمية الجوانب الفضلى في الأفراد.	- الاهتمام بالصفات الشخصية الإيجابية.
- الرضا عن الحياة.	- تحقيق الرفاه النفسي.
- الاعتراف بقدرات الأفراد على التكيف والتنظيم والتطوير.	- إيجاد معنى للحياة.
- تنمية وتنوع الاقتصاد.	- احترام الذات وتقديرها.
- زيادة معدلات التوظيف.	- فاعلية العلاقات الاجتماعية.
-	- انخفاض الضغوط النفسية.
-	- القدرة على مواجهة مطالب الحياة.
-	- القيام بالأنشطة الإنتاجية.
-	- التكيف مع التغيرات.
- تعزيز فاعلية الحكومة انعكاساً للحس بالمسؤولية تجاه أفراد المجتمع السعودي، والعمل على خدمتهم من خلال أفضل الممارسات المسؤولة.	- جودة الخدمات العامة.
-	- صياغة السياسات وتنفيذها.
-	- البعد عن البيروقراطية.
-	- انخفاض الجريمة.
-	- محاربة الوساطة والمحسوبية.
-	- تحمل المسؤولية الأخلاقية.
-	- التوافق مع الذات ومع الآخرين.
- تمكين المسؤولية الاجتماعية.	- ارتفاع مستوى التمكين النفسي.
-	- استثمار الطاقات والإمكانات.
-	- جودة الحياة الاجتماعية والاسرية.
-	- القدرة على حل المشكلات.
-	- معرفة القوانين.
-	- ارتفاع مستوى الإنتاجية في المجتمع.
-	- الثقة بالنفس.
-	- الاعتماد على الذات.
-	- بناء علاقات جيدة مع الآخرين.

**السؤال الثالث: ما مظاهر الصحة النفسية في كل برنامج من برامج رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟** للإجابة عن هذا السؤال تم مراجعة الوثائق الخاصة ببرامج رؤية المملكة 2030؛ إذ تم تحليل الملفات من نوع العروض التقديمية، ومن نوع ال PDF، والفيديوهات المنشورة على اليوتيوب يدويًا. والجدول (3) يبين مظاهر الصحة النفسية وفقًا لكل برنامج من برامج رؤية المملكة 2030.

### جدول 3.

#### مظاهر الصحة النفسية وفقًا لكل برنامج من برامج رؤية المملكة 2030

البرنامج	مظاهر الصحة النفسية
- برنامج صندوق الاستثمارات العامة.	- الأمن المالي والاقتصادي. - التأثير والتأثير بالآخر. - تنمية الشعور بالسعادة. - الشعور بالطمأنينة. - خفض مستويات الضغط النفسي وقلق المستقبل. - تحقيق الامن الغذائي. - الواقعية في النظر للذات والآخرين. - التفكير المنطقي. - الاهتمام والشعور المجتمعي.
- برنامج الإسكان.	- وجود المسكن المناسب. - توفير الحلول السكنية والخيارات التمويلية. - توفير برامج سكنية للفئات الأشد حاجة. - وجود تشريعات لتنظيم قطاع السكن. - تحقيق الرفاه الأسري والاجتماعي. - تحقيق الاستقرار والامن النفسي. - ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة.
- برنامج خدمة ضيوف الرحمن.	- إشباع الحاجات المختلفة لضيوف الرحمن. - الإحساس بالمسؤولية. - فاعلية العلاقات الاجتماعية. - إشباع الحاجات الروحانية. - انخفاض معدل الاضطرابات النفسية. - الشعور بالأمل. - احترام الذات. - تمثل قيم الاعتدال والوسطية.
- برنامج الاستدامة المالية.	- القدرة على التعامل مع الأحداث الطارئة. - وجود فرص العمل. - الأمن النفسي وانخفاض مستوى الشعور بالفراغ. - وجود مراكز الترفيه. - انخفاض الضغط النفسي. - التعامل وفق نظره واقعية. - القدرة على التوفيق بين حجم الدخل والإنفاق.
- برنامج تنمية القدرات البشرية.	- تمثل القيم الإنسانية. - استثمار الطاقات والإمكانات. - الإعداد والتهيئة للمستقبل. - تقبل العمل بمختلف أشكاله. - التركيز على التعلم مدى الحياة. - دعم الابتكار وريادة الاعمال. - الدور الفاعل للفرد في المجتمع. - التمكين النفسي. - وجود معنى للحياة.



-	وجود أهداف مستقبلية.	-
-	برنامح جودة الحياة.	-
-	إحساس الفرد بالأهمية.	-
-	الاهتمام والشعور المجتمعي.	-
-	الإحساس بالرضا والرفاه.	-
-	تلبية الاحتياجات الشخصية والموضوعية.	-
-	أداء الأدوار بفاعلية.	-
-	القدرة على حل المشكلات والتعامل مع مطالب الحياة.	-
-	معرفة الفرد لقيمه وأهدافه.	-
-	الشعور بالفناعة.	-
-	السيطرة على أحداث الحياة الشخصية.	-
-	العلاقة الإيجابية مع الطبيعة.	-
-	برنامح التحول الوطني.	-
-	القدرة على مواجهة التحديات.	-
-	الاستخدام الفاعل للموارد.	-
-	رفع مستوى كفاءة وفعالية الرعاية الصحية.	-
-	تحسين الحوكمة في مجالات الحياة المختلفة.	-
-	تحسين البنية التحتية.	-
-	توافر عناصر الامن والسلامة في المرافق المختلفة.	-
-	تطور الأنظمة الحكومية والخدمات المقدمة للمواطنين.	-
-	المشاركة في صنع القرار.	-
-	الاعتماد على الذات.	-
-	برنامح التخصيص.	-
-	الحصول على خدمات ذات جودة عالية.	-
-	انخفاض تكلفة الخدمات التي يتم الحصول عليها.	-
-	جذب الاستثمارات.	-
-	وجود التنافسية في تقديم الخدمات للمواطنين.	-
-	توفر فرص العمل.	-
-	انخفاض نسبة الجريمة والسرقة.	-
-	الشعور بأهمية الفرد وفاعليته في المجتمع.	-
-	برنامح تحول القطاع الصحي.	-
-	إحساس الفرد بأهميته.	-
-	تحسين الوصول للخدمات الصحية.	-
-	الشعور بالرضا عن الخدمات المقدمة.	-
-	التركيز على الجانب الوقائي والإنمائي.	-
-	برنامح تطوير القطاع المالي.	-
-	تنمية الاقتصاد.	-
-	تنوع مصادر الدخل.	-
-	الشعور بالأمن المالي والاقتصادي.	-
-	الشعور بالاستقرار.	-
-	الإحساس بمعنى الحياة والشعور بالرضا.	-
-	الشعور بالسعادة الحياتية.	-
-	برنامح تطوير الصناعات الوطنية والخدمات اللوجستية.	-
-	تطور البنية التحتية.	-
-	تحسين السياسات والتشريعات.	-
-	القدرة على التأقلم مع المستجدات.	-
-	القدرة على التعامل مع أحداث الحياة الطارئة.	-
-	تقبل الآخر والتعامل معه بإيجابية.	-
-	انخفاض مستوى قلق المستقبل.	-

## مناقشة نتائج الدراسة

**مناقشة نتائج السؤال الأول الذي نص على:** "ما مؤشرات الصحة النفسية في كل محور من محاور رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟". أشارت نتائج السؤال إلى وجود عدد من مؤشرات الصحة النفسية في كل محور من محاور رؤية المملكة 2030، وقد يرد ذلك إلى أن السعي إلى تحقيق رؤية 2030 المجتمع السعودي قد يقود للابتعاد عن المخاطر المختلفة التي من الممكن أن تسبب للمجتمعات والأفراد القلق والتوتر، وبالتالي الوصول إلى مجتمع يتمتع بمستويات مرتفعة من الصحة النفسية، وذلك بالنظر إلى أن رؤية 2030 تسعى للعمل نحو الاستقرار الدولي، والبعد عن الصراع السياسي من خلال القوة الاستثمارية، والاقتصاد القوي والمتنوع، والمكانة الدولية في التجارة، وهذا من الممكن أن يتحقق من خلال البرامج المختلفة التي وضعت لتحقيق الرؤية، والتي تعتمد على ثلاثة محاور تتكامل وتتسق مع بعضها لتحقيق أهداف رؤية 2030، وهي: المجتمع الحيوي، والاقتصاد المزدهر، والوطن الطموح.

وإن القراءة المتعمقة لما جاء في المحاور الثلاثة يُبرز مدى الاهتمام في تحقيق دعائم الصحة النفسية لأفراد المجتمع السعودي؛ فالمحور الأول- المجتمع الحيوي- يتبنى فلسفة ترسيخ المبادئ الإسلامية والوسطية والاعتدال بعيدا عن الأفكار المتطرفة التي تدعو لها العديد من الجماعات الإرهابية التي تمثل في أفكارها معلما بارزا للابتعاد عن التفكير السوي الذي يعد من ركائز الصحة النفسية، كما أن هذا المحور يعزز الهوية الوطنية، والاعتزاز بها وما تحمله من آراء ثقافية يكون لها الأثر في رفع مستوى ثقة المواطن بنفسه ضمن بيئة إيجابية وجاذبة تتوافر فيها مستويات مرتفعة لجودة الحياة في ظل مجتمع آمن وأسر متماسكة تتوافر فيها البنية التحتية ذات الجودة العالية، وسبل الرعاية الصحية والنفسية من خلال تطوير مراكز الترفيه ليتمكن كل من يعيش على أرض المملكة من استثمار ما لديهم من طاقات ومواهب، الأمر الذي من شأنه أن ينعكس بشكل إيجابي على تعزيز ممارسة السلوك الصحي والأنشطة الرياضية، ويُمكّن الأسر من تلبية دورها في رعاية الأبناء، حيث توافر عوامل النجاح التي تساعد في تنمية قدرات الأبناء ومواهبهم في ظل تطوير المنظومة التعليمية والتربوية.

ويعطي المحور الثاني المتمثل بالاقتصاد المزدهر القيمة للمهارات والقدرات التي يمتلكها المواطن السعودي، ويعدّها من أهم الموارد في المملكة؛ لذلك، هناك تركيز على تحقيق الاستفادة القصوى من طاقاتهم من خلال تبني ثقافة الجراء مقابل العمل، وإتاحة الفرصة للجميع، وإكسابهم المهارات اللازمة التي تمكنهم من السعي نحو تحقيق أهدافهم، وهذا يعبر عن مبدأ العدالة الاجتماعية التي ينظر إليها على أنها الأساس في تحقيق الرضا للوصول إلى الصحة النفسية التي ننشد. كما يسعى هذا المحور إلى تنمية الفرص للجميع لكي يسهموا بأفضل ما لديهم من قدرات، وتنسيق الجهود لتحقيق ذلك، وتركيز الجهود لإعطاء المرأة السعودية الفرصة لتنمية مواهبها، واستثمار طاقاتها، وتمكينها من الحصول على الفرص المناسبة لبناء مستقبلها، والإسهام في تنمية المجتمع والاقتصاد، وتوفير الفرص للأشخاص ذوي الإعاقة للحصول على فرص عمل مناسبة وتعليم يضمن استقلاليتهم واندماجهم بوصفهم عناصر فاعلة في المجتمع، وذلك من خلال توفير التسهيلات والأدوات التي تساعدهم على تحقيق النجاح، وهذا من شأنه أن يعزز من مستوى تمتعهم بالصحة النفسية.

ويمثل المحور الثالث- الوطن الطموح- الإحساس بالمسؤولية تجاه الوطن وأبنائه ومقدراته المختلفة، حيث يتضمن العمل على تطوير مستمر لأداء الحكومة ليوأكب تطلعات وآمال المواطنين، ويواجه التحديات المختلفة في ظل العالم المتغير والتطورات العلمية المتسارعة، وذلك بالاستناد إلى معايير الحوكمة، والشفافية، والمساءلة، وإدارة

الموارد المالية بكفاءة واقتدار؛ فالرؤية تعمل على ضبط الإنفاق، ومحاربة الفساد المالي والإداري في جميع القطاعات، وتسعى لتوفير الموارد الغذائية من خلال بناء المخزون الاستراتيجي بمستويات آمنة، وهذا يرتبط بشكل مباشر بشعور الافراد بالأمن النفسي والاقتصادي، فبناء المخزون الاستراتيجي يضمن للأفراد إشباع الحاجات الأساسية المختلفة المتمثلة بالحاجات الفسيولوجية، والحاجة للأمن التي ترتبط بمستويات الصحة النفسية لديهم. ويعمل المحور الثالث من خلال إشباع الحاجات المختلفة، وتحقيق الشفافية إلى رفع كفاءة الإنفاق، وترشيد الاستهلاك بأجهزة الدولة، حيث العمل على تأسيس مجلس الشورى السياسية والأمنية، ومجلس الشؤون الاقتصادية والتنمية بدلاً من المجالس العليا؛ مما يعزز من ضبط الإنفاق، من خلال مراجعة الهياكل والإجراءات الحكومية، وتوزيع المهام والمسؤوليات والصلاحيات وتطويرها، وبما يحقق الحوكمة الفاعلة للعمل الحكومي. وينظر للإجراءات السابقة على أنها تعزز من مكانة الصحة النفسية لدى المواطن من خلال الإحساس بالأمن النفسي والمادي والاجتماعي، وتوافر البيئة المحفزة والداعمة، كما أن عدم الرغبة في فرض الضرائب على الدخل أو الثروة أو السلع الأساسية يخفف من قلق المستقبل لدى المواطنين؛ بسبب تحقيق التوازن في الميزانية العامة، واستقرار الأسعار.

وإن رفع كفاءة الإنفاق، وتحقيق الكفاءة في استخدام الموارد، والحد من الهدر هو تجسيد لتعاليم الدين الحنيف الذي يدعو إلى عدم الإسراف، قال تعالى: "وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا (67) الفرقان"، فالدين يرتبط ارتباطاً وثيقاً بحياة الأفراد؛ فهو مصدر يستقي منه الفرد معايير الاجتماعية والأخلاقية والنفسية التي تنظم حياته بجميع مجالاتها من أجل تحمل مسؤولياته المختلفة والقيام بالأدوار المتوقعة منه بشكل فاعل، ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: "كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، الْإِمَامُ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي أَهْلِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ فِي بَيْتِ زَوْجِهَا وَمَسْئُولَةٌ عَنْ رَعِيَّتِهَا، وَالْخَادِمُ رَاعٍ فِي مَالِ سَيِّدِهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ" (صحيح البخاري: 849)؛ فإذا ما تحمل الفرد مسؤولياته - وخاصة الدينية منها- وقام بالأدوار المتوقعة منه فإن ذلك سيشعره بالسعادة والأمن، وقد يتفاعل بعد ذلك مع الآخرين بإيجابية أكثر، ولكن في حال عدم تمكنه من تحقيق التوافق بين مسؤولياته، وما يرتبط بها من أدوار مختلفة، فإنه قد يكون عرضة للعديد من الضغوطات النفسية التي قد تنعكس بشكل مباشر أو غير مباشر على جوانب شخصيته المختلفة، كما أنه في حال لم يقدّم بالواجبات المنوطة به، ولم يتحمل مسؤولياته قد لا يحصل على حقوقه؛ مما قد ينتج عنه اضطرابات نفسية مختلفة قد تحول دون إمكانية تحقيق السعادة الحياتية.

وهناك العديد من المعوقات التي تؤثر في تحمل الفرد للمسؤولية، منها ما هو مرتبط بذات الفرد كأن يقوم بإشباع حاجاته بشكل غير متزن، أو المبالغة والإسراف في إشباعه لها، كما أن الجهل بالمسؤوليات الدينية، وتفضيل المصالح الشخصية على مصالح المجتمع يؤثر في قيام الفرد بمسؤولياته على أكمل وجه، أما المعوقات الخارجية فتتمثل في العادات والتقاليد الاجتماعية، ورفاق السوء، وضغوط الواقع الذي يعيشه الفرد، والتربية غير السوية.

**مناقشة نتائج السؤال الثاني الذي نص على:** "ما مؤشرات الصحة النفسية في كل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة العربية السعودية 2030؟". أشارت نتائج هذا السؤال وجود عدد من مؤشرات الصحة النفسية في كل هدف من الأهداف الرئيسية لرؤية المملكة العربية السعودية 2030، وربما ينظر للنتيجة في ضوء معرفة أن تحقيق رؤية 2030 تطلب وضع ستة أهداف عامة في المستوى الأول، والمتمثلة بتعزيز القيم الإسلامية والهوية

الوطنية، وتمكين حياة عامرة وصحية، وتنمية وتنوع الاقتصاد، وزيادة معدلات التوظيف، وتعزيز فاعلية الحكومة، وتمكين المسؤولية الاجتماعية. ويعزز الالتزام بالسعي لتحقيق هذه الأهداف من مكانة الصحة النفسية للفرد والمجتمع؛ كونها تساعد على الانسيابية في الحياة، وجعلها خالية من التوترات والصراعات المستمرة، مما من شأنه أن يجعل المجتمع يعيش في طمأنينة وسعادة، كما يجعله أكثر قدرة على الثبات والصمود حيال الشدائد والأزمات، ومحاولة التغلب عليها دون الهروب منها، وتساعد على جعل أفراد المجتمع أكثر حيوية وإقبالاً على الحياة والمثابرة والإنتاج، واتخاذ القرارات الصائبة.

ويمثل الهدف الأول المتمثل بتعزيز القيم الإسلامية والهوية الوطنية انعكاساً واضحاً لتبني المبادئ الإسلامية بوصفها منهج حياة ومرجعية لجميع الأنظمة والأعمال والقرارات، فهو يعمل على تنمية إحساس الأفراد بمفاهيم التربية الوطنية، كالولاء، والانتماء، والحقوق، والواجبات، وتنمية المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات التي تحفزهم للمشاركة في خدمة الوطن، وبالتالي، يعمل هذا الهدف على إعداد المواطنين كمواطنين صالحين، وهذا من المظاهر الرئيسية للصحة النفسية.

ويمثل الهدف الثاني المتمثل بتحقيق حياة عامرة وصحية انعكاساً واضحاً لعلم النفس الإيجابي الذي أخذ منحىً مختلفاً في دراسته ونظريته للإنسان من خلال التركيز على تعزيز النمو والازدهار بالدراسة العلمية لجوانب الاقتدار الشخصي، وتنمية الجوانب الفضلى في الأفراد (حجازي، 2012)، والاهتمام بالصفات الشخصية الإيجابية، كالنفاؤل، والأمل، والسعادة، والرضا عن الذات بكل مكوناتها النفسية والجسدية، والرضا عن الحياة بشكل عام، والرفاه النفسي، والفضائل الاجتماعية والمؤسسات التي تُعنى بالأفراد وتُتميمهم، ويقوم على رؤية مفادها أن الفرد يمتلك القدرة على التكيف وتنظيم حياته، وتطوير مهاراته ونقاط القوة لديه، مما يؤدي إلى رفاهه النفسي وشعوره بالرضا عن حياته (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

وبالنظر إلى الهدفين الثالث والرابع والمتمثلين بتنمية وتنوع الاقتصاد، وزيادة معدلات التوظيف، يمكن ملاحظة مدى ما يتحقق من صحة نفسية في حال تحقيقهما؛ فالعمل لا يزود الأفراد بالمال فقط، بل يجعل للحياة معنى، وهو حياة وحيوية، وقد يشكل عدم توفر فرصة للعمل العديد من الأزمات، وخاصة بعد مرور فترة من الزمن يكون فيها الفرد عاطلاً عن العمل، مما سيكون له آثار سلبية ليست فقط من الناحية الاقتصادية أو المالية، بل كذلك على الصحة النفسية بصورة مباشرة؛ لأن احترام الذات، وتقديرها، والعلاقات الاجتماعية قد تأتي من خلال العمل. كما أن مستوى الرفاه النفسي يرتبط بالعديد من العوامل التي قد تؤثر سلباً أو إيجاباً في مستواه ومقداره، ومن أبرزها الوضع الاقتصادي، وقلة الضغوط في العمل التي تؤثر إيجاباً في مستوى الصحة النفسية للفرد. وهذا ما تسعى رؤية 2030 لتحقيقه من خلال الأهداف العامة التي تسعى إليها.

ويمثل الهدف الخامس المتمثل بتعزيز فاعلية الحكومة انعكاساً للحس بالمسؤولية تجاه أفراد المجتمع السعودي، والعمل على خدمتهم من خلال أفضل الممارسات المسؤولة، ويتمثل ذلك في جودة الخدمات العامة، وصياغة السياسات، وتنفيذها، ومصداقية التزام الحكومة في البعد عن البيروقراطية، وهذا يؤدي لتجنيب المجتمع العديد من الظواهر السلبية كالعنف، وتخريب الممتلكات العامة، والواسطة والمحسوبية، واللامسؤولية الأخلاقية، والتذمر، والإحباط، وهو انعكاس واضح لمؤشرات الصحة النفسية التي تجعل الفرد بعيداً عن التناقض في سلوكه، ويساعد على فهم نفسه والآخرين، ويدرك دوافع سلوكه، ويتحكم برغباته، ويتجنب السلوك اللامسؤول.

وأخيرًا، يُنظر للهدف السادس المتمثل بتمكين المسؤولية الاجتماعية من منطلق التمكين الذي كانت بداية نشوئه مرتبطة بمجالات التنمية المهنية وسوق العمل قبل أن يُصبح من المفاهيم التي تقع ضمن توجهات علم النفس الإيجابي، وهو من أهم الأدوات التي تهتم برفع مستوى كفاءة الفرد والمجتمع بحيث تستثمر طاقاتهم وإمكاناتهم لتطوير قدراتهم على الإنجاز، وتحسين جودة حياتهم وقدرتهم على حل المشكلات (شاهين، 2017).

وينظر إلدرد (Eldred, 2013) للتمكين على أنه عملية يتم من خلالها دعم الفرد ليصبح أكثر وعيًا بتماسك العلاقات، وأنظمتها، وتفهم القوانين لإيجاد جو مريح في العلاقات، وأن يكون لديه الجاهزية بشكل جيد للتحكم في حياته واتخاذ القرارات المناسبة. وينظر بيرري (Perry, 2013) له على أنه إدراك الفرد لامتلاكه المعرفة والقدرة والكفاءة ليكون عضوًا فعالاً في حياته والمجتمع. وترى إدراين وآخرون (Edralin et al, 2015) أن التمكين يعزز وعي الفرد، وإيمانه بكفاءته الذاتية، ووعيه ومعرفته بالمشكلات والحلول، وكيف يمكن معالجة المشاكل التي تؤثر في جودة حياته، ويهدف إلى خلق الثقة بالنفس، وإعطاء الفرد المهارات اللازمة لاكتساب المعرفة، لذا مع زيادة التمكين، يصبح الفرد أكثر كفاءة وقدرة على الاعتماد على نفسه أكثر من اعتماده على الآخرين، وبهذا يكون التمكين آلية تمكّن من إحداث تغيير إيجابي في المجتمع. يلاحظ مما تقدم أن الأهداف الستة لرؤية 2030، وما تتضمنه من أهداف فرعية وأهداف تفصيلية تعمل على تحقيق التكامل المتناغم في المجتمع السعودي من خلال توافق الفرد مع ذاته ومع الآخرين، والاستقلالية والإبداع، ووجود فلسفة واضحة للحياة. ويؤكد فيجرز (Vegors, 1999) على هذا في تناوله للصحة النفسية ومؤشرات تمتع الفرد بها. إضافة إلى ذلك، تؤدي الأهداف إلى شعور المواطن السعودي بذاته وتقديره، وكيف يشعر تجاه الآخرين، والقدرة على التعامل مع متطلبات الحياة. وتؤكد الجمعية الماليزية لعلم النفس (Malaysian Mental Health Association [MMHA], 2008) على هذا في تعريفها للصحة النفسية.

كما يلاحظ أن العمل على تحقيق الأهداف السابقة يقود للأداء الناجح للوظائف المختلفة للمواطن السعودي، بما يؤدي إلى أنشطة إنتاجية، والقدرة على بناء علاقات جيدة بالآخرين، والتكيف مع التغيرات الحياتية، والتعامل البناء مع الشدائد. وهذا ما تؤكد وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية (U.S. Department of Health and Human Services, 2001) في تعريفها للصحة النفسية.

إن الأهداف السابقة تركز على أن الصحة النفسية تتعلق بمهارات الفرد، وقدراته، وكيفية استثمارها، الأمر الذي يقود إلى ما أشارت إليه منظمة الصحة العالمية (World Health Organization [WHO], 2012) في تعريفها للصحة النفسية على أنها ليست مجرد الخلو من الأمراض، وأنها جزء مكمل للصحة، وتتعلق بما هو أبعد من السلوك والصحة الجسدية، كما تشير إلى أنها تعني الكمال الجسدي، والنفسي، والعقلي، والعافية الاجتماعية. ويؤكد عزيزيان وآخرون (Azizan et al., 2013) على ذلك من خلال الإشارة إلى أن الصحة النفسية تعني الشعور بالرفاهية والسعادة، والقدرة على التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة، ومواجهة التحديات بفاعلية، وتقبل الآخرين، ووجود موقف إيجابي تجاه الذات والآخرين.

**مناقشة نتائج السؤال الثالث الذي ينص:** "ما مظاهر الصحة النفسية في كل برنامج من برامج رؤية المملكة العربية السعودية 2030؟". أشارت نتائج هذا السؤال إلى وجود عدد من مظاهر الصحة النفسية في كل برنامج من برامج رؤية المملكة العربية السعودية 2030، وقد يعود ذلك للهدف الذي صممت من أجله هذه البرامج؛

حيث صُممت برامج تحقيق الرؤية لترجمة رؤية السعودية 2030 إلى واقع، معتمدة في ذلك على مكامن القوة المحورية التي بنيت على أساسها رؤية المملكة 2030؛ حيث تقوم برامج تحقيق الرؤية بمواءمة أنشطتها من خلال خطط التنفيذ المعتمدة التي تسترشد بالأهداف المحددة مسبقاً ومؤشرات الأداء الرئيسية، وقد أعيد هيكلة بعض البرامج، واستحداث أخرى جديدة لتحقيق رؤية 2030 على أكمل وجه. وإن الاعتماد على مكامن القوة المحورية في بناء الرؤية يمثل أحد السمات الرئيسية التي تضمن تحقيق الصحة النفسية الإيجابية للأفراد من خلال فهم نقاط القوة والضعف، وأن تكون الخصائص الإيجابية تفوق السلبية لديهم، ووجود مستوى من الاستقلال والمبادرة واحترام الذات (Cardwel & Flanagan, 2005).

وقد وضعت البرامج لتحقيق الرؤية بعد الأخذ بالاعتبار العديد من العوامل السياسية والاقتصادية والاجتماعية والأسرية التي كان لها دور سلبي في تحقيق مؤشرات التقدم والازدهار. ويرى جالجر وآخرون (Gallagher et al., 2016) أن الصحة النفسية تتأثر بالعديد من العوامل، كالعوامل الاقتصادية والاجتماعية، والتغيير في الحياة سواء كان سلبياً أم إيجابياً، إضافة إلى العوامل الثقافية والبيئية؛ إذ تؤدي المشكلات المرتبطة بهذه العوامل إلى زيادة الضغوطات على الفرد مما يؤدي به إلى الشعور بالضيق النفسي. وسيتم تسليط الضوء على كل برنامج من البرامج، ومدى اشتمالها على مضامين الصحة النفسية وفق الآتي:

#### برنامج صندوق الاستثمارات العامة

يهدف البرنامج إلى تعزيز دور صندوق الاستثمارات العامة، وتطوير قطاعات استراتيجية محددة بحيث يصبح أكبر صناديق الثروة السيادية في العالم، فضلاً عن تأسيس شركات اقتصادية وطيدة تسهم في تعميق أثر المملكة ودورها في المشهد الإقليمي والعالمي، ويسعى إلى تعزيز الاستدامة الاقتصادية والاستثمارية للمملكة. ويعد تحسين الوضع الاقتصادي، وتعزيز الاستدامة أحد أسباب الوصول إلى السعادة؛ إذ يحتاج الفرد للمال لتلبية حاجاته الأساسية الذي قد يؤدي إلى شعوره بالطمأنينة التي تعد من شروط السعادة والرفاه النفسي، وتؤثر طريقة الحصول على المال وطريقة إنفاقه - ضمن الشروط الأخلاقية والدينية - بشكل مباشر على سعادة الفرد وجودة حياته (بكار، 2008).

لذلك، جاء برنامج صندوق الاستثمارات العامة الذي استطاع منذ إنطلاقه تحقيق العديد من الإنجازات الكبيرة؛ مما أسهم في استحداث مئات الآلاف من الوظائف المباشرة وغير المباشرة، إلى جانب زيادة مشاركة الصندوق في الناتج المحلي غير النفطي، وبما يرسخ مكانته في رسم ملامح مستقبل الاقتصاد العالمي؛ إذ ينظر للاقتصاد القوي الذي تطمح رؤية الدولة الوصول إليه على أنه يسهم وبشكل رئيس في خفض مستوى الضغوط النفسية المرتبطة بالأعباء المالية والاقتصادية من خلال ضبط ارتفاع تكاليف المعيشة، والبعد عن النمط الاستهلاكي الذي ينطوي على عدم قدرة المواطن على تأمين الحاجات الأساسية.

ولأن شعور الفرد بجودة حياته مرتبط بمدى إشباعه للحاجات النفسية، فقد أشار بوزجيكلي (Bozgeyikli, 2018) أن الحاجات النفسية تُعد من أهم المتنبئات بجودة الحياة، وأشار أكريمان وآخرون (Akkerman et al, 2017) إلى أن عدم إشباعها ينعكس بشكل سلبي على مستوى أداء الفرد في العمل.

وتعمل الرؤية على رفع مستوى الإنتاج الكلي للمملكة الذي سيساعد على خفض مستوى الاكتئاب لدى الأفراد ممن لديهم مستويات اقتصادية صعبة. وتشير الدراسات إلى أن الوضع الاقتصادي السيء يرتبط بعلاقة إيجابية دالة إحصائياً بالاكتئاب والقلق، كما وجدت دراسات أخرى علاقة سالبة بين المستويات الاقتصادية المتدنية،

والشعور بالسعادة والحرية والاستقلالية، والقدرة على اتخاذ القرارات؛ فالدخل الاقتصادي المنخفض يحرم الفرد من القدرة على التمييز الواعي لما يرغب في قبوله أو رفضه بناء على ما يتناسب معه ومع شخصيته.

وتتضمن الأوضاع الاقتصادية الجيدة التي تسعى الرؤية لتحقيقها الإدراك الخالي من التشويش الذي يُشير إلى الواقعية في النظر للذات والآخرين، وأحداث الحياة، ورؤية الحقائق كما هي دون تزييف، وتفسير الأحداث بطريقة منطقية، والقدرة على اتباع القواعد المجتمعية بطريقة إيجابية، وإدراك الواقع والتعاطف والحساسية الاجتماعية التي تشير إلى القدرة على إدراك مشاعر الآخرين، ومراعاتها، وتقديم الدعم والاهتمام لهم، والمشاركة الاجتماعية الفاعلة، التي تعد من مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية.

كما أن السعي ليصبح صندوق الاستثمارات العامة من أكبر صناديق الثروة السيادية في العالم قد يعمل على خفض قلق المستقبل والتوتر الدائم بسبب إحساس المواطن السعودي بالثقة بالنفس المنبثقة في بعض جوانبها من الدور السيادي للمملكة وقدرتها على تأمين متطلبات مواطنيها من الحاجات المختلفة، وهذا قد يحسن من المزاج، ويضعف التركيز وتجنب التخبط في اتخاذ القرارات.

### برنامج الإسكان

تم إنشاء برنامج الإسكان في عام (2018)، كجزء من رؤية 2030، لتحقيق هدف الرؤية للأسر السعودية في الوصول إلى السكن المناسب. ويعمل البرنامج على تقديم الحلول السكنية والخيارات التمويلية لتمكين الأسر السعودية من تملك المساكن المناسبة وفق احتياجاتهم وقدراتهم المالية، وتوفير برامج سكنية متخصصة للفئات الأشد حاجة في المجتمع، وتطوير البيئة التشريعية والتنظيمية لقطاع الإسكان. وقد حقق البرنامج عدداً من النجاحات، كان أبرزها تسهيل إجراءات التملك باستحقاق فوري للحصول على القرض العقاري المدعوم عوضاً عن فترات الانتظار، واستفادة 30 ألف أسرة شهرياً من القروض العقارية الجديدة؛ مما أسهم في تعزيز العرض، وتمكين الطلب، وزيادة نسبة التملك السكني للأسر السعودية من 47% في عام 2016 إلى أكثر من 60% في عام 2020. كما أطلق البرنامج خدمة توثيق عقود الإيجارات "منصة إيجار" لتنظيم قطاع الإيجار العقاري في المملكة؛ نظراً لأهميته في حفظ حقوق المتعاقدين.

وإن أهمية الإسكان معترف بها عالمياً من الحكومات في جميع أنحاء العالم التي تستثمر (0.1-1%) من الناتج المحلي الإجمالي لدعم الوصول إلى مساكن جيدة وبأسعار معقولة للمواطنين. وتعكس المملكة هذا الاتجاه العالمي لسياسة الإسكان وتضع معياراً جديداً من خلال تضمين تطوير سوق الإسكان السكني، وتحديد الوصول إلى الإسكان كهدف مباشر لاستراتيجية الرؤية الوطنية. ومن خلال البرنامج، يمكن لرؤية 2030 تحسين جودة حياة الأسر السعودية بشكل مباشر من خلال التحسين الشامل للوصول إلى مساكن ميسورة التكلفة، وعالية الجودة، وأمنة وذات موقع جيد. بالإضافة إلى ذلك، يسهم البرنامج بشكل غير مباشر في العديد من أهداف الرؤية الأخرى، وسيصبح محركاً حاسماً للتحويل الحضري في المملكة؛ نظراً لأن شكل المدن وكثافتها وترابطها يعتمدان على قطاع الإسكان.

### برنامج خدمة ضيوف الرحمن

يتمثل دور البرنامج في إتاحة الفرصة لأكثر عدد ممكن من المسلمين لأداء فريضة الحج والعمرة، وتحقيق رسالة الإسلام العالمية، وتهيئة المواقع السياحية والثقافية، ويهدف البرنامج إلى تيسير استضافة قاصدي

الحرمين الشريفين؛ لذا، كانت البداية بإجراء دراسة شملت آلاف المسلمين حول العالم، أسهمت في تحديد التوقعات ومعرفة احتياجات ضيوف الرحمن.

ومن أجل تحقيق تجربة روحية متميزة للحجاج والمعتمرين، صمم البرنامج، حيث تضمن سبع نقاط اتصال رئيسية، تبدأ بنقطة ما قبل الوصول، ثم القدوم والمغادرة، يليها النقل، وزيارة الحرمين والمشاعر المقدسة، وأداء بسلاسة وأمن، وتوصل أخيراً إلى نقطتين من الضيافة والاكتشاف في المملكة.

ويُعد الجانب الروحي جانباً مُهماً في الصحة النفسية؛ فالصحة النفسية ذات أبعاد تتمثل في عدم وجود مرض عقلي، ووجود شخصية جيدة تُسهم بفعالية في حياة المجتمع، وتكون مسؤولة ومرنة ونشطة اجتماعياً، تتسم بالحكمة، وقادرة على تقدير العلاقات المتناغمة مع الذات وغيرها بما في ذلك الطبيعة والله. ونتيجة لذلك، فإن عدم وجود الجانب الروحي يؤدي إلى نشأة الاضطرابات النفسية (Verghese, 2008)؛ وذلك بالنظر إلى أن الممارسات الدينية ترتبط بزيادة الأمل، واحترام الذات جنباً إلى جنب مع شعور أكبر بمعنى الحياة (Bear et al., 2018).

ومما يرتبط بالممارسات الروحية التي تتعلق بمشاعر التقارب من الطاقة العليا "التعامل الذاتي و / أو المشاركة في العبادات" مثل الصلاة، أو المشاركة في الممارسات مثل التأمل (Koenig, 2009). وبالنظر إلى اتصالها العميق بالقيم التي تنطبق على الأفراد في حياتهم اليومية، فمن الطبيعي أن يعد الدين والروحانية عوامل مؤثرة ذات علاقات متعددة الأوجه مع جوانب حياة الناس، بما في ذلك عادات حياتهم النفسية والصحية، مثل النظام الغذائي، والتدخين (Aldwin et al., 2014).

وإن ممارسة الشعائر الدينية والروحانية ضرورة لعدة عوامل؛ فهي تساعد الأفراد في إيجاد مصدر داخلي عميق يتم من خلاله اكتساب قوة التحمل والتكيف مع البيئة التي يعيش فيها، ومساعدته في تطوير حس واضح وثابت لهويته الوطنية، كما تساعد في تحديد وترتيب القيم الشخصية للفرد من خلال إظهار مستوى عالٍ من النزاهة والمسؤولية في التعامل مع الآخرين (George, 2000).

وإن أهم ما يميز الأفراد الملتزمين بأداء الشعائر الدينية والروحانية الوعي بالآخرين، والحكمة وبعد النظر، والقدرة على الإحساس بوجود الله، وسماع نداء التنكير به، والشعور بالأسى من الفوضى والتناقض، وهم ملتزمون بعقيدهم ويطبقون في سبيل قضيتهم ويتمسكون بتحقيق ما التزموا به من مبادئ وقيم (الدفتار، 2011)، ويظهرون المرونة، والوعي الذاتي، والقدرة على المواجهة، والتعلم من خبرات الفشل والمواقف المختلفة التي يتعرضون لها، والقدرة على الربط بين المواقف المختلفة، والتفكير الجماعي، والقدرة على العمل (Tekveehil, 2003). وهذا يعكس مدى أهمية رؤية المملكة 2030 في نشر ثقافة الصحة النفسية ليس فقط داخل المملكة بل على مستوى العالم الإسلامي بأكمله.

وبما أن رؤية 2030 تسعى لأن تكون فاعلة وناضجة، وتكرس اهتمامها من أجل تحقيق أهدافها المختلفة، فقد وضعت هذا البرنامج للوصول إلى تلك الأهداف. وقد أشارت نتائج دراسة هاي ومرسي (Hay & Morisy, 1978) أن هناك علاقة بين ممارسة السلوكيات الروحية، وتحقيق الصحة النفسية، كما أكد إيمونز (Emmons, 2000) وجود علاقة ارتباطية بين الروحية والسمات الشخصية الإيجابية، وأكد سيبولد وهيل (Seybold & Hill, 2001) أن الممارسات والمعتقدات الروحية ترتبط بنتائج إيجابية مع كل من الصحة النفسية والبدنية والاستقرار، وأداء الشخصية الإيجابي، وتحسين نوعية الحياة، وأكدت نتائج دراسة وست (West, 2004) أن الممارسات الروحية هي أداة مفيدة لتحقيق الصحة النفسية.



## برنامج الاستدامة المالية

يمثل برنامج الاستدامة المالية آلية للتخطيط المالي متوسط المدى لاستدامة وضع المالية العامة، وتحقيق ميزانية متوازنة. وقد أسهم البرنامج منذ انطلاقه في تأسيس منظومة وأدوات مالية قادرة على التأثير والتفاعل الإيجابي مع المتغيرات والتحويلات على المستوى المالي والاقتصادي، وتعزيز الضبط المالي وتطوير المالية العامة، والسيطرة على نسب العجز من الناتج المحلي الإجمالي وتقوية الموقف المالي للمملكة، وتعزيز مركزها المالي للتعامل مع الصدمات الخارجية، وانخفاض متوسط التباين السنوي للأداء الفعلي لإجمالي النفقات عن تقديراتها في الميزانية، وتعزيز الإيرادات غير النفطية، وخلق فرص العمل للمواطنين والمواطنات.

وترتبط الصحة النفسية والسلامة المالية ارتباطاً وثيقاً، فالإصابة باضطراب نفسي يمكن أن تؤدي إلى زيادة الضغوط المالية، كما يمكن أن تزيد الضغوط المالية من الاضطرابات النفسية. بالمقابل، يمكن أن تجلب السلامة المالية الأمن وراحة البال، إلى جانب وقت الفراغ والأنشطة الترفيهية التي يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي في الرفاهية والصحة النفسية. ويشير ريتشاردسون وآخرون (Richardson et al., 2015) أن القدرة على العمل، ودفع الفواتير بانتظام يمكن أن تخفف الضغط النفسي على الأفراد.

ويؤكد الأدب النفسي على وجود العلاقة بين الأوضاع المالية للأفراد، وصحتهم النفسية، وتتضح طبيعة العلاقة من خلال معاناة الأفراد من مستويات مرتفعة من الضغط النفسي الناتجة عن الديون (Selenko & Batinic, 2011)، فقد أشارت النتائج إلى أن زيادة الضغط النفسي الناتج عن الديون تنبأت بمزيد من القلق والاكتئاب والتوتر. كما أدى الضغط النفسي المتزايد بشأن الديون إلى تفاقم القلق والاكتئاب والتوتر (Cooke et al., 2004). من هذا المنطلق، فإن برنامج الاستدامة المالية ينظر إليه بوصفه من البرامج الوقائية والنمائية والعلاجية الموجهة للبيئة السعودية وفق رؤية 2030 لتجنيب المواطنين، مثل هذه الضغوط، والوصول بالتالي لحالة الاستقرار النفسي والصحة النفسية.

## برنامج تنمية القدرات البشرية

يسعى البرنامج إلى أن يمتلك المواطن قدراتٍ تمكنه من المنافسة عالمياً من خلال تعزيز القيم، وتطوير المهارات الأساسية ومهارات المستقبل، وتنمية المعارف، وذلك من خلال تركيزه على تطوير أساس تعليمي متين للجميع يساهم في غرس القيم منذ سن مبكرة، وتحضير الشباب لسوق العمل المستقبلي المحلي والعالمي، وتعزيز ثقافة العمل لديهم، وتنمية مهارات المواطنين عبر توفير فرص التعلم مدى الحياة، ودعم ثقافة الابتكار وزيادة الأعمال، مما يمكن المواطن من المشاركة في التنمية الاقتصادية والاجتماعية والثقافية محلياً والمنافسة في سوق العمل عالمياً.

وسيعمل البرنامج على تعزيز مشاركة الشباب في تجارب التعلم التي تساعدهم على الاستعداد لمتطلبات سوق العمل المحلية والعالمية من خلال: (1) عروض تربوية مرنة لغرس القيم وتعزيز الشعور بالانتماء الوطني، و(2) توفير فرص تعليمية متنوعة على أساس احتياجات سوق العمل لإعدادهم للمستقبل، و(3) تعزيز الخبرات المهنية والعملية للمهنيين والمدربين، و(4) تقديم الإرشاد والتوعية لدخول ناجح إلى سوق العمل، و(5) زيادة أساليب التعلم العملي والتطبيقي، وتقديم الدعم لتنمية مهارات ريادة الأعمال.

ومن شأن الاهتمام بقدرات المواطن السعودي - وتحديداً في مرحلة الشباب - أن يقود إلى إيجاد مواطن يتمتع بمستوى مرتفع من التمكين النفسي؛ فالبرنامج يعزز من امتلاك الفرد لمجموعة من العمليات، التي تنتج

في النهاية فردًا يتمتع بمستوى مرتفع من التمكين النفسي، وهي: امتلاك الفرد للمهارات والقدرات، وإتاحة المجال أمامه للوصول إلى المصادر والمعلومات المناسبة، وتوفير مساحة من الخيارات، وتنمية التفكير الإيجابي. ويؤكد على ذلك فريدمان (Friedmann, 1992) الذي يرى بأن التمكين النفسي يتضمن مجموعة من العمليات، منها: امتلاك السلطة، وتوفير المعلومات، وإعطاء المجال للاختيار من بين عدد من الخيارات، وتوفير فرص التعلم من أجل تحسين المهارة والقوة الشخصية والجماعية، القدرة على تعديل آراء وتصورات الآخرين بطريقة ديمقراطية، وزيادة القدرة لدى الآخرين للتفريق بين ما هو صواب وما هو خاطئ. ويرى زيمرمان (Zimmerman, 1995) بأنه يجب التركيز على تنمية مهارات الفرد، وتنمية روح المشاركة من أجل رفع مستوى التمكين النفسي لديه. ويرتكز التمكين إلى عدة مبادئ أساسية، أهمها: أن يختار الفرد أهدافه الخاصة بنفسه، ويمتلك زمام المبادرة، والنظر للنجاحات والفشل على أنها فرص للتعلم وبناء القدرات، واكتشاف العناصر والقوى الداخلية للفرد وتحسينها، وإدخال تحسينات على شبكات الدعم لتحسين عملية حل المشكلات، ورفع وتعزيز الدافعية لتحسين ظروف الفرد (Anne, 2008). وهذا ينسجم مع العديد من الأهداف التي يسعى البرنامج لتحقيقها، بالنظر إلى أنه يلحظ أهمية الدور الذي توليه رؤية 2030 في حماية المواطنين من عوامل الخطر التي من الممكن أن تؤثر في مستويات الصحة النفسية لديهم، أخذًا بالاعتبار التجارب والاحداث التي تترك أثرًا في البناء النفسي للمواطنين؛ ف رؤية 2030 تجنب المواطن الشعور بالإهمال، وأن هناك من يهتم به ويعتني بقدراته، وبالتالي الشعور بالكفاءة والأهلية وتقدير الذات في ظل ظروف اقتصادية واجتماعية وتعليمية تراعي حاجاته وتعمل على اشباعها بشكل متوازن بعيدًا عن الإسراف والتبذير.

مما سبق، يلاحظ مدى الأثر الذي يتركه برنامج تنمية القدرات البشرية على جودة حياة المواطنين، وإنَّ جودة الحياة تشمل توفير وتحقيق بيئة تنظيمية مشجعة للعاملين، وذلك من خلال استثمار المؤسسة لرأس مالها البشري، وتنمية قدرات العاملين الابتكارية، وزيادة معارفهم وبناء مصادر قوتهم الذاتية، وبالتالي العمل على تطويرهم مهنيًا بما يوفر الشعور بجودة حياة العمل الذي سينعكس فيما بعد على الأداء الكلي للمؤسسة.

وإن برنامج تنمية القدرات البشرية يؤكد على الإيجابية وعلى نقاط القوة لدى الأفراد، ويرى يلديز (Yildiz, 2018) أن التركيز على نقاط القوة، يساعد بشكل كبير المؤسسات على تحقيق أهدافها؛ فهي تساعد الأفراد على الوعي بالقدرات والسمات الإيجابية التي يمتلكونها، ويؤثر بشكل إيجابي في تطوُّرهم وأدائهم، ويوفِّر نهجًا تنمويًا لزيادة الإيجابية في المؤسسات، ويرتبط بالأداء المرتفع لدى الأفراد، ويؤثر بشكل إيجابي في مستوى الالتزام الوظيفي، من خلال إدراك الجوانب الإيجابية، وتطوير خصائصهم ومهاراتهم بما يتناسب وأهداف المؤسسة.

### برنامج جودة الحياة

برنامج يُعنى بتحسين جودة حياة الفرد والأسرة من خلال تهيئة البيئة اللازمة لدعم واستحداث خيارات جديدة تُعزِّز مشاركة المواطن والمقيم والزائر في الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية والسياحية والأنماط الأخرى الملائمة التي تسهم في تعزيز جودة حياة الفرد والأسرة، وتوليد الوظائف، وتنويع النشاط الاقتصادي، وتعزيز مكانة المدن السعودية في ترتيب أفضل المدن العالمية.

ويعد البرنامج ركيزة أساسية لتعزيز جودة الحياة؛ فجودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد يشمل الصحة الجسدية والنفسية، والصحة البيئية، والعلاقات الاجتماعية الديناميكية والذاتية (Bonomi et al., 2000)، وهذا ما تسعى رؤية 2030 للاهتمام به. وترى منظمة الصحة العالمية أن جودة الحياة تعبر عن تقييم الفرد وإدراكه لمكانته في الحياة في

سياق الثقافة وأنظمة القيم التي يعيش فيها (Murphy et al., 2015)، وهذا ما لم تغفل عنه رؤية 2030 من حيث تركيزها على المواطن، وما يتصل به من سياقات ثقافية وقيمية تمت الإشارة إليها وبشكل صريح. ومن الممكن أن نستنتج أن أهداف الفرد وتوقعاته ورغباته يمكن أن تؤثر في صحته وحالاته النفسية والاجتماعية (Holtan et al., 2015). ويركز تعريف منظمة الصحة العالمية على تصور الناس، مما يشير إلى أن البعد الذاتي مهم للغاية (AI-Ghafri et al., 2015). من ناحية أخرى، عند معالجة البعد العقلي لنوعية الحياة، من الضروري إيلاء اهتمام خاص للصحة النفسية للأفراد.

ويسهم إحساس الشخص بالرضا والرفاهية، والقدرة على تلبية الاحتياجات الذاتية والموضوعية التي تشمل الجانب الشخصي، والشعور بالرفاهية المادية والجسدية، وكذلك الاجتماعية بمعنى الحياة (Al-Karkhi, 2011)، وهو ما تسعى رؤية 2030 لتحقيقه؛ فبرنامج جودة الحياة يحقق التكامل بين العلاقات الاجتماعية التي تساعد الأفراد على أداء أدوارهم، وتحقيق أهدافهم، كما يستخدم القوى الإيجابية للأشخاص والإمكانات البيئية المتاحة للقضاء على المشاكل أو الصعوبات البيئية، ويركز على المشاركة واكتساب مهارة حل المشاكل التي تواجه (Alhazzani, 2021). ويتطابق هذا الاتجاه مع رؤية المملكة 2030 التي سيكون لها باذن الله أثر كبير في تحسين جودة حياة الفرد والمجتمع.

ويرى رايف (Ryff, 1989) أن الإحساس بالمعنى الوجودي للحياة يُعد مُنبئاً بالصحة النفسية. ويؤكد فرانكل (1988) على أن الإحساس بمعنى يتمثل بقدرة الفرد على اكتشاف قيمة وأهدافه، وهذا ما يجعل الحياة جديرة بالعيش. وهذا ما يسعى برنامج جودة الحياة لتحقيقه وفق رؤية 2030. ويرى فرانكل (2011) أن هناك عدة عوامل تقلل من مستوى إحساس الفرد بمعنى الحياة، أهمها: زيادة أوقات الفراغ؛ حيث يشعر الفرد من خلال أوقات الفراغ بالملل والضيق، فكيف بمن يقضي أيام الأسبوع دون عمل أو أي نشاط وليس لديه أي هوايات يقضي بها يومه، فلن يجد أمامه إلا الانحراف باتجاه اللامبالاة والسطحية في الحياة، وقد يقوده إلى الإدمان، والعُدوان، وارتكاب الجرائم، ومن العوامل أيضاً عدم وجود توجه صوب المستقبل، حيث يرى أن الاهتمام بالمستقبل أهم حافز لدى الفرد ليعيش حياته، فتحمل الألم والمعاناة يكون من خلال التوجه صوب المستقبل، بحيث يدرك الفرد أنّ عليه مسؤولية يجب أن يقوم بها لأن هناك أملاً يعيش من أجله سيجده في المستقبل.

وحدد كرومباخ وموليش (Crumbaugh & Maholick, 1964) أربعة مصادر يبحث الفرد فيها لتحقيق الإحساس بالمعنى في حياته، وهي: الالتزام بأهداف محددة وإنجازها، والقناعة في الحياة، وأن تكون الحياة تحت السيطرة، والاستثارة والحماس في الحياة. أما ريكر (Reker, 1991) فقد ذكر عدة مصادر تحقق للفرد الإحساس بالمعنى، وتضمنت: العلاقات الشخصية، والإيثار، والفعاليات الدينية، والأعمال الإبداعية، والنمو الشخصي، وإشباع الحاجات الأساسية، والقيم، والتقاليد والثقافة، والموضوعات الاجتماعية والسياسية، والاهتمامات الإنسانية، والعلاقة مع الطبيعة. يلاحظ مما سبق أن جميع المصادر المشار إليها تسعى رؤية 2030 لتحقيقها، وبالتالي يمكن الاستنتاج أن الرؤية تعمل دون أدنى شك على تهيئة المناخ المناسب من أجل تحقيق الصحة النفسية للأفراد من خلال برامجها المختلفة.

## برنامج التحول الوطني

يهدف برنامج التحول الوطني إلى تطوير البنية التحتية اللازمة، وتهيئة البيئة الممكنة للقطاع العام والخاص وغير الربحي لتحقيق رؤية المملكة 2030، وذلك بالتركيز على تحقيق التميز في الأداء الحكومي، ودعم التحول الرقمي، والإسهام في تنمية القطاع الخاص، وتطوير الشراكات الاقتصادية، وتعزيز التنمية المجتمعية، وضمان استدامة الموارد الحيوية.

ويُعرّف برنامج التحول الوطني من الناحية الإجرائية على أنه بعض المبادرات التي تمكّن الأفراد، وتساعدهم للتغلب على التحديات التي تواجههم، وتدعم قدراتهم، وتسمح لهم بأن يكونوا أساساً للتنمية (Alhazzani, 2021)، وتشمل أهداف برنامج التحول الوطني 2020 زيادة حصة القطاع الخاص من خلال التمويل البديل والإشراف، وزيادة الاستخدام الفعال للموارد الموجودة، وتحسين كفاءة وفعالية الرعاية الصحية باستخدام تكنولوجيا المعلومات والتحول الرقمي، وتحسين الحوكمة في نظام الرعاية الصحية من خلال آليات المساءلة، ومعالجة قضايا جودة سلامة المرضى، وتحسين البنية التحتية ومعايير السلامة في مرافق الرعاية الصحية وكذلك في إدارة المرافق (The government of Saudi Arabia, 2016).

وقد أسهم البرنامج خلال المرحلة السابقة في تحقيق العديد من الإنجازات المهمة والمؤثرة في تطوير الأنظمة الحكومية وتحسين الخدمات المقدمة للمواطنين، مثل: تطوير الخدمات العدلية والارتقاء بالرعاية الصحية، وتحسين المشهد الحضري، وتطوير البنية التحتية للمملكة، مثل: إنشاء محطات لتحلية المياه المالحة، وتطوير شبكة الربط التكاملية لها، وتسهيل ممارسة الأعمال، والتوسع في التحول الرقمي والحلول التقنية، إلى جانب تنظيم سوق العمل، وتمكين المرأة، وزيادة مشاركتها في القوى العاملة، فضلاً عن تنمية القطاع غير الربحي، وتطوير القطاع السياحي.

وهذا ما أكدته الحزاني (Alhazzani, 2021) في الدراسة التي أجرتها لمعرفة أثر برامج التحول الوطني في حياة المرأة السعودية، من أن البرامج غيرت حياة المرأة، وأسهمت في تمكينها وتفعيل مشاركتها في صنع القرار، وتقلد المناصب القيادية، وقد كان هناك ارتباط إيجابي بين برامج التحول الوطني، مما يعزز اعتماد المرأة على نفسها، وتحسين نوعية الحياة. كما كانت هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين برامج التحول الوطني وإحساس المرأة المتزايد بالرضا عن المجتمع، وجودة الحياة والمتعة، فضلاً عن الأمان والرفاه.

وفي ضوء ما سبق، يُلاحظ مدى الترابط بين برنامج جودة الحياة وبرنامج التحول الوطني ذلك أن مفهوم جودة الحياة يتطلب تأمين بيئة عمل مشجعة للعاملين، بحيث تُشعرهم بالانتماء والأمان والاحترام، فمن واجب المؤسسات، القيام بتوفير حياة وظيفية جيدة للعاملين فيها، والذي بدوره سينعكس على مستوى الأداء لديهم، وبالتالي رفع أداء المؤسسة، وتحقيق أهدافها، ورفع مستوى الخدمات المقدمة، وهذا ما تسعى رؤية المملكة 2030 لتحقيقه.

وإنّ لجودة حياة العمل أهمية كبيرة في تطوير العمل، وتنمية دور الأفراد في المؤسسات، والذي قد ينعكس أثره على جودة الخدمات المقدمة، ويتم ذلك من خلال توفير بيئة عمل ملائمة على الصعيدين المادي والمعنوي الذي سيسهم في تحقيق مستوى أفضل من الخدمات. وهذا ما يسعى برنامج التحول الوطني لتحقيقه. ويرى لوليمو وآخرون (Lolemo et al., 2017) أنّ جودة حياة العمل يتمّ بموجبها امتلاك الموظف وأصحاب المصالح نظرة ثاقبة حول كيفية العمل بشكل أفضل لتحسين نوعية الحياة للموظفين والفعالية التنظيمية في وقت واحد.

ويرى الشريفيين وآخرون (2019) أن هناك تأثيرات ايجابية ببناء لتوافر وتطبيق مجالات جودة الحياة، ومن أهمها: خلق بيئة عمل أكثر إنتاجية، وحل جميع المظالم، وتهيئة مناخ جيد من خلال التعامل البناء في حل المشكلات، ومشاركة أعضاء العمل بالعديد من الأفكار الجيدة والبناءة التي تساعد في تحسين ظروف العمل، وزيادة الطمأنينة والولاء والانتماء لدى العاملين والموازنة بين أهدافهم الشخصية وأهداف المؤسسة، وتحسين العلاقات الإنسانية ودعمها، وانخفاض معدل غياب العاملين، وزيادة الفعالية والكفاءة التنظيمية، وأخيراً استثمار أفضل وأمثل للموارد البشرية.

### برنامج التخصيص

يهدف برنامج التخصيص إلى تعزيز دور القطاع الخاص في تقديم الخدمات وإتاحة الأصول الحكومية أمامه، مما يحسن من جودة الخدمات المقدمة، ويسهم في تقليل تكلفتها، كما يحفز التنوع الاقتصادي، وتعزيز التنمية الاقتصادية وزيادة القدرة التنافسية لمواجهة التحديات والمنافسة الإقليمية والدولية، علاوة على ذلك يسعى البرنامج إلى جذب الاستثمارات الأجنبية المباشرة، وتحسين ميزان المدفوعات.

ونجح البرنامج في المرحلة السابقة في وضع الأطر العامة لمنظومة التخصيص، وإنشاء المركز الوطني للتخصيص وتعزيز مشاركة القطاع الخاص، والتأكد من نزاهة الإجراءات المرتبطة بالعقود، كما أسهم البرنامج أيضاً في تفعيل اللجان الإشرافية للقطاعات. وسيركز البرنامج جهوده على تقديم الخدمات وتعظيم القيمة المستفادة من الأصول الحكومية، ورفع كفاءة الإنفاق، حيث سيستمر في تطوير استراتيجيات تخصيص قطاعية، تشمل: النقل، والصحة، والتعليم وغيرها، مما يمكن إعادة تركيز الجهود الحكومية على الأدوار التشريعية والتنظيمية.

ويعد الاستثمار في بيئة آمنة ومحفزه رافداً أساسياً لضمان جودة الخدمات المقدمة للمواطنين، حيث يتيح المجال لتقديم أفضل الخدمات في بيئة تنافسية منضبطة، وهذا ما قد ينعكس بشكل إيجابي على المواطن من حيث توافر فرص العمل للمواطنين؛ مما يوفر مصدر دخل ثابت، والاستغناء عن الاعتماد على الآخرين مما يتيح المجال للفرد لتنمية المهارات وتطوير قدرات الاتصال والتواصل، كما أنه يعمل على خفض نسبة الجريمة، والسرقة، ومظاهر الفقر والتشرد، ويخفض من مستوى شعور الفرد بالفراغ، وهو مؤشر على الصحة النفسية.

ومن الممكن أن يعمل الاستثمار في القطاع الخاص على تقوية الاقتصاد الوطني الذي تمت الإشارة إلى دوره في تعزيز الصحة النفسية في السابق. ومن الجدير بالذكر أن البرنامج يركز على تقديم الخدمات وتعظيم القيمة المستفادة من الأصول الحكومية، ورفع كفاءة الإنفاق من خلال الاستثمار برأس المال البشري؛ حيث يبدأ الفرد ممن يحصل على فرصة للعمل نتيجة الاستثمار بشعور أكبر بذاته، والشعور بدور فاعل في المجتمع.

كما أن تعزيز دور القطاع الخاص في تقديم الخدمات وإتاحة الأصول الحكومية أمامه يحسن من جودة الخدمات المقدمة، ويسهم في تقليل تكلفتها، وهذا قد يتيح المجال للتنافس في تقديم أفضل الخدمات للمواطنين، الأمر الذي من المتوقع أن ينعكس بأثر إيجابي على جودة الحياة؛ فالخصخصة قد تحسن من الأداء والإنتاجية، وتعالج بعض المشكلات في أداء الموظفين، وترفع من التنافسية في مجال العمل، وتخفف من مستوى البيروقراطية، وتؤدي لتبسيط الإجراءات، وتتيح المجال للإبداع، وزيادة ثقة العاملين، والمشاركة في حل المشاكل، وزيادة الرضا الوظيفي، وزيادة الفاعلية التنظيمية، وتقليل معدّل دوران العمل، وزيادة الإنتاجية والأداء، وهذا ما قد يساعد في رفع مستويات الصحة النفسية لدى المواطنين والعاملين.

## برنامج تحول القطاع الصحي

يهدف البرنامج إلى إعادة هيكلة القطاع الصحي في المملكة ليكون نظاماً صحياً شاملاً وفعالاً ومتكاملاً، ويعتمد على مبدأ الرعاية القائمة على القيمة التي تضمن الشفافية والاستدامة المالية من خلال تعزيز الصحة العامة، والوقاية، وتطبيق النموذج الجديد للرعاية المتعلقة بالوقاية من الأمراض، فضلاً عن تحسين الوصول إلى الخدمات الصحية وتحسين جودة الخدمات الصحية، والتركيز على رضا المستفيدين، وإنشاء وتمكين أنظمة الرعاية الصحية المتكاملة، وتعزيز الوعي المجتمعي.

ويؤكد البرنامج على أهمية تطوير المنظومة الصحية من خلال تحسين جودة الخدمات الصحية بشقيها الوقائي والعلاجي؛ فالجانب الوقائي يمثل مجموعة من الجهود المبذولة للوقاية من الاضطرابات الجسمية والنفسية، والتحكم بها للتقليل من حدوثها، مهتماً بالأسوياء والأصحاء لكي يفهم ويبيدهم عن أسباب الاضطرابات وعواملها، وتهيئة الظروف التي تحقق لهم الصحة الجسدية والنفسية. وينطوي المنهج الوقائي بحسب رؤية 2030 على ثلاثة مستويات، هي: الوقاية الأولية، وهي الإجراءات المسبقة لمنع حدوث الاضطرابات الجسدية والنفسية، مثل التشجيع والنصح والإرشاد وتأكيد الذات والدعم الاجتماعي والبيئة الصحية. أما المستوى الثاني والمتمثل بالوقاية الثانوية فهو انعكاس للإجراءات المشار إليها في وثيقة الرؤية والمتبعة من دور الرعاية الصحية المختلفة من أجل التشخيص المبكر للاضطرابات لمنع تطورها، والتقليل منه بالرعاية والعلاج للسيطرة على الاضطرابات في مراحل مبكرة. أما الوقاية من الدرجة الثالثة فتهدف إلى خفض حالات العجز الناتج عن الاضطرابات وإيقاف حالة إزمائه، مثل صعوبات وجود عمل والتكيف معه، والتقليل من المشكلات الاسرية الناتجة عن الاضطرابات وتأهيل المريض لمنع انتكاسه.

ويؤكد مضمون الرؤية الملكية على أهمية توفير إجراءات وقائية حيوية متعلقة بالصحة العامة، وإجراءات وقائية نفسية، تركز على النمو النفسي السوي وتحقيق التكيف، وإجراءات وقائية اجتماعية، ترتبط برفع مستوى المعيشة وتيسير الخدمات، وبرامج التوعية والإعلام. كما أن سعي المملكة لتوفير بعض أفضل الكفاءات العالمية في أدق التخصصات الطبية، وارتفاع متوسط العمر للفرد خلال العقود الثلاث الماضية تعبير واضح عن مستوى الخدمات المقدمة بهدف علاج المشكلات والاضطرابات الجسمية والنفسية بمختلف أشكالها حين حدوثها، وذلك بهدف العودة بالصحة إلى حالتها السوية.

ولا يقتصر الأمر على المنهج الوقائي والعلاجي؛ فقد تضمنت الرؤية العديد من الالتزامات التي تظهر المنهج الإنمائي من خلال التركيز على مختلف شرائح المجتمع للوصول بهم إلى أقصى درجة ممكنة من الصحة الجسدية والنفسية والتكيف، حيث التركيز على تنمية قدرات الأفراد وتطويرها لتحقيق الفعالية والكفاية والسعادة. ويحقق إعادة هيكلة القطاع الصحي العديد من المزايا، ومنها توفير قوة عمل أكثر مرونة وولاء، وتوفير ظروف عمل أفضل، وتعظيم القدرة التنافسية، متضمناً منح العاملين الفرصة للإسهام في وضع الأهداف، وإتخاذ القرارات، وتشجيعهم على المشاركة في حل المشكلات، وكذلك الإحساس بالأمان الوظيفي.

## برنامج تطوير القطاع المالي

تندرج تحت مظلة هذا البرنامج عدة قطاعات فرعية مثل البنوك والتأمين، والاستثمار، وأسواق الأسهم، والدين، ويهدف إلى تطوير قطاع مالي متنوع وفعال يدعم تنمية الاقتصاد الوطني، وتنويع مصادر دخله، وتحفيز

الادخار والتمويل والاستثمار، من خلال تطوير وتعميق مؤسسات القطاع المالي، وتطوير السوق المالية السعودية لتكوين سوق مالية متقدمة بما لا يتعارض مع الأهداف الاستراتيجية للحفاظ على استقرار ومتانة القطاع المالي. وينظر للأهداف التي يسعى البرنامج إلى تحقيقها أنها ركيزة أساسية في تحقيق جودة الحياة؛ نظراً لما يتضمنه من تنمية للاقتصاد، والمحافظة على الاستقرار المالي الذي ينعكس بآثاره على المواطنين بشكل مباشر ومستوى رفاههم النفسي نتيجة للاستقرار والقدرة المالية للمملكة. وتتطلب جودة الحياة مناخاً تنظيمياً وهيكلية يدعم ويُقَدِّم آليات لتحسين الإجراءات القائمة، حيث يُنظر إلى الأفراد على أنهم أصول تمتلكها الدولة كرسام لها تشركهم في إدارة كافة عملياتها، وبالتالي فإن إرضاء احتياجاتهم المتنوعة سيؤدي لزيادة رضاهم، مما ينعكس على ارتفاع معدل أدائهم الوظيفي، وتحسين مستويات هويتهم المهنية (Kanten, 2014). وهذا ما تسعى رؤية المملكة 2030 لتحقيقه من خلال تطوير قطاع مالي متنوع وفعال يدعم تنمية الاقتصاد الوطني، وتنويع مصادر دخله، وتحفيز الادخار، والتمويل، والاستثمار.

وأشار سبيك (Spek, 2017) في دراسته إلى أن الموظف الذي لديه حافز قوي لتحقيق وإشباع حاجاته، يكون لديه قدرة عالية على الإنتاجية، ولديه زيادة في مستوى الرفاه والسعادة، وكذلك لديه مستوى إجهاد منخفض، ويكون أداءه التنظيمي والمالي بشكل أفضل، وكذلك تقليل أعباء العمل والإرهاق العاطفي لديه. ومن هنا، فإن رفاه الفرد المرتبط بعمله وتوافقه مع متطلبات العمل يساهم في سعادته الشخصية، والإحساس بالرضا عن العمل والحياة، وتحقيق المكانة الاجتماعية المرغوبة، مما من شأنه أن ينعكس إيجاباً على الإنتاجية ونجاح المؤسسات والمنظمات (Bester, 2020).

#### برنامج تطوير الصناعات الوطنية والخدمات اللوجستية

يهدف البرنامج إلى تحويل المملكة إلى قوة صناعية رائدة ومنصة لوجستية عالمية عبر تعظيم القيمة المتحققة من قطاعي التعدين والطاقة، والتركيز على محوري المحتوى المحلي والثورة الصناعية الرابعة، ليسهم البرنامج بدوره بشكل كبير في تعظيم الأثر الاقتصادي وتنويعه للقطاعات المستهدفة، واستدامة نمو تلك القطاعات وتحقيق ريادتها، وخلق بيئة استثمارية جاذبة فيها.

ويعمل البرنامج حالياً على تطوير البنية التحتية لتكون أحد أهم عوامل رفع تنافسية المملكة وجاذبيتها كوجهة مثالية للاستثمار، إلى جانب الاستغلال الأمثل للموارد، وتحسين السياسات والتشريعات الخاصة بالقطاعات لتمكين البرنامج من تحقيق مستهدفاته وتمكين استثمار القطاع الخاص المحلي والأجنبي.

ولأن الظروف التي يعايشها قطاع التعليم يمكن أن تثير مخاوف وتزيد القلق حول مدى قدرة الأفراد على التأقلم مع هذه المستجدات المختلفة، والتبعات المالية والمهنية التي يمكن أن تتبع هذا التغيرات (Talidong & Toquero, 2020)، مثلما أن التغيرات المفاجئة التي تحدث في حياة الأفراد والمجتمعات تؤدي أيضاً إلى ارتفاع مستوى قلق المستقبل (Anderson, 2010)، وعلى الرغم من أن القلق ردة فعل طبيعية للظروف الطارئة، إلا أنه إذا لم يتم إعداد الأفراد لمواجهة مختلف الأحداث الطارئة، فإن القلق المتزايد يصبح جزءاً من تركيبة الحياة اليومية، مما ينعكس على مجالات حياة الفرد المختلفة بشكل سلبي (Irawan et al., 2020; Kidd & Murray, 2020)؛ لذلك من شأن الاستثمار في التعليم والتدريب، وتزويد الأفراد بالمعارف والمهارات اللازمة لوظائف المستقبل أن يجنب المواطن السعودي الشعور بقلق المستقبل، حيث يتم العمل على مواءمة مخرجات المنظومة التعليمية مع احتياجات سوق العمل. وعليه فإن ما تتضمنه الرؤية من تهيئة وإعداد للطلبة بمختلف المراحل الدراسية من خلال تزويدهم

بالمعارف والمهارات اللازمة للتعامل مع المستقبل وما ينطوي عليه من أحداث قد يكون وسيلة رائدة لضمان الوصول للصحة النفسية.

### التوصيات

- فيما يلي أهم التوصيات والمقترحات التي توصلت إليها الدراسة:
- متابعة تطبيق أهداف وبرامج رؤية المملكة العربية السعودية 2030، ضمن معايير محددة مسبقاً.
  - الحاجة الى توفير كادر بشري مدرب، وعلى قدر عال من الكفاءة والمعرفة برؤية المملكة 2030؛ من أجل نشرها في جميع القطاعات المعنية مع أهمية التركيز على مضامينها الإيجابية.
  - الحاجة الى تضمين رؤية المملكة في المناهج الدراسية وخاصة لدى طلبة الجامعات، وضمن المتطلبات الاجبارية حتى يكون الطلبة طرفاً رئيساً من الأطراف التي تشارك في نشر الوعي والايمان بالرؤية في مختلف القطاعات، ولدى جميع فئات المجتمع.
  - تكوين لجان متخصصة، لتقويم درجة تنفيذ أنشطة البرنامج المختلفة، على مستوى المملكة، وتقديم حوافز معنوية أو مادية للمتميزين في التنفيذ، ونشر قصص نجاحهم لتحقيق الفائدة لدى الجميع.
  - توفير دعم مالي مستمر يضمن استمرار العمل على تحقيق الأهداف وتنفيذ البرامج المختلفة، والعمل على تأمين موارد البرامج المادية، من خلال جهات ممولة أخرى محلية، أو عالمية.
  - الحاجة لعمل دراسات علمية تتناول البرامج المختلفة للكشف عن فاعليتها في تحقيق أهداف رؤية المملكة 2030.
  - إتاحة الفرصة للباحثين الاطلاع على نتائج التقويم، الذي تقوم به الجهات الرسمية، وتعميم هذه النتائج ونشرها على موقع الرؤية لإتاحة الفرصة للمهتمين من إجراء دراسات ومقارنات بين الأهداف المخططة للرؤية والنتائج، وبيان جوانب القوة، والجوانب التي تحتاج للتحسين للاستفادة، وليطلع المشاركون في تنفيذ الرؤية من معرفة مستوى الجهود المبذولة منهم، مقارنة بالمخطط لها.



## المراجع العربية

- بكار، عبد الكريم. (2008). *السعادة*. سوريا: نحو القمة للطباعة.
- حجازي، مصطفى. (2012). *إطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الإيجابي)*. بيروت: التنوير للطباعة والنشر.
- الدفطار، خديجة. (2011). *التكاء الروحي لدى الاطفال*. دار الفكر، عمان.
- رضوان، سامر. (2002). *الصحة النفسية (ط 1)*. دار المسيرة، عمان.
- شاهين، إيمان. (2017). *فاعلية برنامج إرشادي مختصر قصير المدى قائم على استكشاف المنفعة وتحديد الأهداف في تنمية التمكين النفسي لدى عينة من طلاب الدراسات العليا*. مجلة الإرشاد النفسي، 52(1)، 59-1.
- الشريفين، أحمد والشريفين، نضال وطوالبة، هادي وعباسي، مجد. (2019). *السعادة المؤسسية وبيئة العمل والطاقة الإيجابية*. اصدار شركة المقارنات المعيارية- الامارات العربية المتحدة.
- الشريفين، أحمد والشريفين، نضال. (2014). *التنبؤ بالصحة النفسية من خلال بعض المتغيرات النفسية والتربوية والديمغرافية لدى طلبة الجامعات الاردنية*. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية، 21: 19-54.
- فرانكل، فيكتور. (1997). *إرادة المعنى أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى (إيمان فوزي)*. القاهرة: دار زهراء الشرق.
- فرانكل، فيكتور. (2011). *الإنسان والبحث عن المعنى، الحياة والعلاج بالمعنى (طلعت منصور، مترجم)*. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- القريطي، عبد المطلب. (1998). *في الصحة النفسية*. دار الفكر العربي، القاهرة.

## المراجع الأجنبية

- Akkerman, A, Kef, S & Meininger, H. (2018). Job satisfaction of people with intellectual disabilities: the role of basic psychological need fulfillment and workplace participation. *Disability and Rehabilitation*, 40 (10), 1192 - 1199.
- Aldwin, C. M., Park, C. L., Jeong, Y.-J., & Nath, R. (2014). Differing pathways between religiousness, spirituality, and health: A self-regulation perspective. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(1), 9-21. <https://doi.org/10.1037/a0034416>
- Al-Ghafri, H., A-Sayed, M., Yousif-Ali, A. (2015). Social drift in patients suffering from alcohol and substance related disorders, Amman, Jordan. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 17(1), 345-51.
- Alhazzani, A. (2021). Impact of the national transformation programs on the life quality of the Saudi Woman: A Study Applied to Riyadh. *Journal of Educational and Social Research*, 11(2), 220-237.
- Al-Karkhi, K. (2011). *Quality of life and mental health*. Jordan: Dar Al Massira.
- Al-Subaie, A., Al-Habeeb, A., & Altwaijri, Y. (2020). Overview of the Saudi national mental health survey. *The International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 29(3), DOI: [10.1002/mpr.1835](https://doi.org/10.1002/mpr.1835)
- Anderson, B. (2010). Security and the future: Anticipating the event of terror. *Geoforum*, 41(2), 227-235.
- Anne, A. (2008). Evaluating empowerment and control of the e-learning in a secure environment. In: British Educational Research Association (BERA) Conference, 2008, Edinburgh, U.K. [https://www.researchgate.net/publication/47761674\\_Evaluating\\_empowerment\\_and\\_control\\_of\\_HE\\_e-learning\\_in\\_a\\_secure\\_environment](https://www.researchgate.net/publication/47761674_Evaluating_empowerment_and_control_of_HE_e-learning_in_a_secure_environment)
- Azizan, C. R., Razali, A., & Pillai, R. (2013). Promoting positive mental health among students in Malaysia. *Psychology and Behavioral Science*, 2 (2), 73-82

- Bear, U., Garrouthe, E., Beals, J., Kaufman, C., Manson, S. (2018). Spirituality and mental health status among Northern Plaintribes. *Ment Health Relig Cult.* 21 (3), 274-287.
- Bonomi, A., Patrick, D., Bushnell, D., & Martin, M. (2000). Validation of the United States' version of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) instrument. *Journal of clinical epidemiology*, 53 (1), 1-12.
- Bozgeyikli, H. (2018). Psychological needs as the working-life quality predictor of special education teachers. *Universal Journal of Educational Research*, 6(2), 289-295.
- Cardwell, M & Flanagan, C. (2005). *Psychology AS The Good Companion*. UK : Nelson Thornes.
- Cooke, R., Barkham, M., Audin, K., Bradley, M., & Davy, J. (2004). Student debt and its relation to student mental health. *Journal of Further and Higher Education*, 28 (1), 53–66.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20 (2), 200–207.
- Edralin, D., Tugan, F. & Tibon, M.(2015). Initiating women empowerment and youth development through involvement in non-formal education in three selected parishes: An action research on poverty alleviation. *DLSU Business & Economics Review*, 24 (2), 108-123.
- Eldred, J.(2013). *Literacy and women's empowerment: Stories of success and inspiration*. Germany: UNESCO Institute for Lifelong Learning.
- Emmons, R. (2000). Is spirituality intelligence: Motivation, cognition and the psychology of the ultimate concern. *International journal for the psychology of Religion*, 10 (1), 3-26.
- Friedmann, J. (1992). *Empowerment: The politics of alternative development*. New York: New American Library.
- Gallagher, J. E., Wilkie, A. A., Cordner, A., Hudgens, E. E., Ghio, A. J., Birch, R. J., & Wade, T. J. (2016). *Factors associated with self-reported health: implications for screening level community-based health and environmental studies*. *BMC Public Health*, 16 (1). doi:10.1186/s12889-016-3321-5.
- George.(2000). Emotional and leadership: The role of Emotional intelligence. *Human Relations*,53 (8), 1027-1055.
- Haddadi, P., & Besharat, A. (2010). Resilience, vulnerability and mental health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 639-42.
- Hashemiv, H., Mirmahalleh, S., Ghafelehbashy, H., & Sarichloo, M. (2008). Investigating the mental health of the first-and last-year students of QUMS. *The Journal of Qazvin University of Medical Sciences & Health Services*, 2(12), 41-49.
- Hay, D. & Morisy, A. (1978) Reports of ecstatic, paranormal, or religious experience in Great Britain and the United States -- A comparison of trends. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 17, 255-268.
- Holtan, M., Dieterlen, S., & Sullivan, C. (2015). Social life under cover tree canopy and social capital in baltimore, Maryland. *Environment and behavior*, 47(5), 502-25.
- Irawan, A. Dwisona, D., & Lestari, M. (2020). Psychological impacts of students on online learning during the pandemic COVID-19. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 7 (1), 53-60. <https://doi.org/10.24042/kons.v7i1.6389>.
- Jessop, C., Herberts, C., & Solomon, L. (2005). The impact of financial circumstances on student health. *British Journal of Health Psychology*, 10(3), 421–439.
- Kanten, P. (2014). Effect of Quality of Work Life (QWL) on Proactive and Pro-Social Organizational Behaviors: A Research on Health Sector Employees. *The Journal of Faculty of Economics*, 19, 1, 251-274.
- Khalil, M. (2010). *Social safety and improving the quality of life of the poor*. Alexandria: Modern University Office.
- Kidd, W., & Murray, J. (2020). The Covid-19 pandemic and its effects on teacher education in England: How teacher educators moved practicum learning online. *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 542-558.
- Koenig, H. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *Can. Journal Psychiatry*, 54, 283–291.
- Lolemo, K, Admasu B and Mirkuzie, W. (2017). Determinants of Quality of Work Life among Nurses Working in Hawassa Town Public Health Facilities, South Ethiopia: A Cross-Sectional Study, *Nursing Research and Practice*. (11), ID 5181676.

- Malaysian Mental Health Association. (2008). About Us. Retrieved from <http://mentalhealth.org.my/index.cfm?menuid=63&parentid=35>
- Ministry of Health. (2016). *Mental and social health general department*. Saudi Arabia. <https://www.moh.gov.sa/en/Ministry/Forms/MentalandSocialHealth/Pages/default.aspx>
- Murphy, M., Holzer, C., Richardson, L., Epperson, K., Ojeda, S.,.....& (2015). *Quality of life of young adult survivors of pediatric burns using World Health Organization Disability Assessment Scale II and Burn Specific Health Scale-Brief: A Comparison*. DOI: [10.1097/BCR.000000000000156](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25167373/). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25167373/>.
- Perry, A. (2013). *Effect of demographic factors on empowerment attributions of parents of children with autism spectrum disorders*. Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Alabama, Tuscaloosa, Alabama, USA. <https://ir.ua.edu/handle/123456789/1812>
- Prince, M., Patel, V., Saxena, S., Maj, M., Maseko, J., Phillips, M. R., & Rahman, A. (2007). No health without mental health. *The lancet*, 370 (9590), 859-877.
- Reker, G. (1991). Contextual and thematic analyses of sources of provisional meaning: A life-span perspective. Paper presented at the Biennial Meetings of the International Society of the Study of Behavioral Development, Minneapolis, MN.
- Richardson, T., Elliott, P., Roberts, R. (2015). The impact of tuition fees amount on mental health over time in British students. *Journal of Public Health*, 37(3), 412-418.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(7), 1069-1081.
- Selenko, E., Batinic, B., & Beyond, D. (2011). A moderator analysis of the relationship between perceived financial strain and mental health. *Social Science & Medicine*, 73(12), 1725-1732.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5- 14. doi: 10.1007/978-94-017-9088-8\_18.
- Seybold KS, Hill PC (2001).The Role of Religion in Mental and Physical Health, *Current Directions in Psychology Science*.v(10).p.21-24
- Spek, E. (2017). *An investigation of the three psychological needs of the self-determination theory: the effects of autonomy, task complexity and peer support in relation to intrinsic motivation and job strain*. Master Thesis, Tilburg University.
- Talidong, K. & Toquero, C.. (2020). Philippine teachers' practices to deal with anxiety amid COVID-19. *Journal of Loss and Trauma*, 1-7.
- Tekkeveettil, Cherian P. (2012). IQ and Genius - Now it's SQ! . Retrieved March, 11, 2014 from <http://www.lifepositive.com/mind/evolution/iq-enius/intelligence.asp>
- The government of Saudi Arabia. (2016). National transformation program 2020. Available from: [https://planipolis.iiep.unesco.org/sites/default/files/ressources/saudi\\_arabia\\_ntp\\_en.pdf](https://planipolis.iiep.unesco.org/sites/default/files/ressources/saudi_arabia_ntp_en.pdf).
- U.S. Department of Health and Human Services.(2001). Mental health: A report of the surgeon general. Executive summary. Rockville, MD: National Institute.
- Vegors, S. (1999). Developing psychological health with transcendental meditation. *Alternative health practitioner*, 5(1), 19-23.
- Verghese, A. (2008). Spirituality and mental health. *Indian Journal Psychiatry*. 50(4), 233-237.
- West, W. (2004). **Spiritual Issues in Therapy :Relating Experience to Practice**, Palgrave Macmillan
- World Health Organization (WHO). (2012). Mental Health. Retrieved From: <https://www.who.int/home/search>
- World Health Organization. (2007). International Classification of Functioning, Disability, and Health: Children & Youth Version: ICF-CY: World Health Organization.
- Yildiz, E. (2018). A case study on relationships between psychological capital, personality and organizational commitment. *International Journal of Business Administration*, 9, (2), 99-122.
- Zimmerman, M. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 581-599.