

استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي لتنمية اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين: تحليل الاتجاهات البحثية المعاصرة

ربيعة بشير الطياري*

الهيئة الليبية للبحث العلمي- طرابلس - ليبيا

DOI: <https://doi.org/10.67936/jhss.v24i1.439>

بيانات البحث	الملخص
استقبل: 2025/11/26 قبل للنشر: 2026/02/21 نشر الكترونياً: 2026/06/30	هدف البحث إلى تقديم تحليل موضوعي شامل للاتجاهات البحثية المعاصرة (2015-2025) حول استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي للمراهقين، "وذلك في مجال تنمية مهارتي اتخاذ القرار والتفكير الحَلُول (Solution Thinking)، الذي يُعرف بأنه النمط المعرفي الموجه نحو استشراف وإيجاد الحلول العملية، بدلاً من التركيز على المشكلة ذاتها؛ ولتحقيق ذلك، اعتمد البحث على المنهج التحليلي الموضوعي، حيث تم استعراض وتحليل عينة مكونة من 72 دراسة منشورة بين عربية وأجنبية، والتي شكلت الأداة الرئيسة لجمع البيانات. تم تحليل محتوى هذه الدراسات عبر المقارنة المنهجية لتحديد الأنماط النظرية، والمنهجيات المتبعة، والاستراتيجيات الأكثر فاعلية، والفجوات المعرفية، كشفت النتائج عن تحولٍ بارزٍ من المقاربات العلاجية التقليدية إلى نماذج علم النفس الإيجابي كنظرية عقلية النمو (Growth Mindset Theory)، التي ترتبط بعالمية النفس كارول دويك (Carol Dweck) التي صاغت مفهوم بأم القدرات والذكاء يمكن تنميتها عبر الجهد والتعلم، وبالتالي تزايد فاعلية التدخلات متعددة المكونات والأدوات، كما أبرزت وجود تباين منهجي واضح بين الدراسات العربية (التي تعتمد على عينات صغيرة وتصاميم شبه تجريبية) والأجنبية (التي تستخدم عينات كبيرة وتصاميم تجريبية عشوائية مضبوطة). بالإضافة إلى ندرة الدراسات المتابعة طويلة المدى التي تقيس استدامة الأثر، وعليه أوصى البحث بضرورة تصميم برامج إرشادية شاملة ومكيفة ثقافياً، وتبني منهجيات بحثية مختلطة أكثر صرامة، وإجراء دراسات طويلة، مع التركيز على سد الفجوة بين البحث الأكاديمي والتطبيق الميداني.

Positive Guidance Intervention Strategies for Developing Decision-Making and Solution-Focused Thinking among Adolescents: An Analysis of Contemporary Research Trends

Rabia Bashir Al-Tayari*

Libyan Authority for Scientific Research, Tripoli - Libya.

Abstract: The research aimed provide a comprehensive thematic analysis of contemporary research trends (2015-2025) concerning positive counseling interventions for adolescents. Employing a thematic analytical approach, the research systematically reviewed and analyzed a sample of 72 published Arab and international studies, which served as the primary data collection tool. The content of these studies was analyzed through

*المؤلف المراسل r.taj.m.11@gmail.com

systematic comparison to identify prevailing theoretical frameworks, methodological patterns, the most effective strategies, and existing knowledge gaps. The results indicate a prominent shift from traditional therapeutic approaches to positive psychology models, such as Growth Mindset and PERMA, highlighting the superior effectiveness of multi-component interventions. Furthermore, a clear methodological disparity emerged between Arab studies (often using small samples and quasi-experimental designs) and international studies (employing large samples and randomized controlled trials), alongside a significant scarcity of long-term follow-up studies to assess the sustainability of outcomes. Consequently, the research recommends designing comprehensive, culturally- adapted counseling programs, adopting more rigorous mixed-method research designs, conducting longitudinal studies, and focusing on bridging the gap between academic research and field application.

Keywords: Positive Counseling; Intervention; Decision-Making; Solution-Thinking; Adolescents; Research Trends;

المقدمة

تمثل مرحلة المراهقة منعطفًا حرجاً يتطلب تطوير مهارات حياتية أساسية، خاصة القدرة على اتخاذ القرارات السليمة والتفكير الإبداعي لحل المشكلات ككفاءات جوهرية للنجاح المستقبلي، وقد شهدت العقود الأخيرة تحولاً نوعياً في الإرشاد النفسي من النموذج العلاجي التقليدي إلى المنظور الإيجابي الذي يؤكد على تعزيز نقاط القوة والإمكانات الإنسانية (Seligman, 2018) سليجمان، وظهرت استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي بوصفها منهجية واحدة لتنمية الموارد النفسية الإيجابية لدى المراهقين، تؤكد الأدبيات البحثية أن مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول (Solution Thinking) ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية والرفاهية، هارتلي وسومرفل (Hartley & Somerville, 2015)، حيث يظهر المراهقون ذوو القدرات المتقدمة مستويات أقل من القلق والاكتئاب، وأعلى من الثقة بالنفس (Metz et al., 2023)، وعلى الرغم من الاهتمام المتزايد بالتدخلات الإيجابية، وتبقى المراجعات الشاملة محدودة، خاصة تلك المقارنة بين الممارسات العربية والعالمية، لذا يهدف هذا البحث إلى تقديم تحليل موضوعي شامل للدراسات السابقة (2015-2025) حول استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي، لتنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين (Solution Thinking)، مع تحديد الاتجاهات البحثية، والممارسات الفعالة، والفجوات المعرفية التي تستدعي المزيد من الاستقصاء العلمي.

مشكلة البحث:

على الرغم من التطور الملحوظ في مجال التدخلات النفسية الإيجابية خلال العقدين الأخيرين، فتظل هناك فجوات معرفية كبيرة، انطلاقاً من السياق العام الذي حددته المقدمة حول الحاجة الملحة لتنمية مهارات اتخاذ القرار والحل لدى المراهقين في ضوء المنظور الإيجابي، وتحديداً في ظل تعدد الاستراتيجيات واختلاف السياقات، تبرز المشكلة البحثية الرئيسة في الآتي: في فهم كيفية توظيف هذه التدخلات بفاعلية لتنمية مهارات اتخاذ القرار، وتفكير الحلول لدى المراهقين، فبينما أشارت دراسات متعددة إلى فاعلية استراتيجيات مثل نموذج PERMA وتدخلات الامتنان واليقظة الذهنية في تعزيز الصحة النفسية (Gao et al., 2024; Wammerl & Lichtinger, 2025)، إلا أن التحليلات الشاملة التي تربط بين هذه التدخلات ومهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات ما تزال محدودة. وتتفاقم هذه المشكلة في السياقات العربية، حيث تعتمد معظم الدراسات على عينات صغيرة نسبياً ومنهجيات بحثية متواضعة مقارنة بالبحوث الدولية (العنزي، 2018: 101). كما أن غياب التحليلات المقارنة التي تفحص الفروق الثقافية والجنسية والعمرية في استجابة المراهقين لهذه التدخلات يحد من قدرة الباحثين والممارسين على تصميم برامج إرشادية مخصصة تلبي احتياجات الفئات المختلفة بدقة (Carr et al., 2020). وتفتقر الأدبيات البحثية أيضاً إلى رؤية متكاملة حول الاتجاهات الزمنية في تطور هذا المجال، والاستراتيجيات الأكثر فاعلية حسب السياقات التطبيقية المختلفة، ومدى استدامة تأثير هذه التدخلات على المدى الطويل (Kuyken et al., 2022; Sumner et al., 2025). هذا النقص في المعرفة المنظمة يعيق تطوير نماذج إرشادية قائمة على الأدلة تستطيع معالجة التحديات المعقدة التي يواجهها المراهقون في اتخاذ قراراتهم وحل مشكلاتهم اليومية. من هنا، تتبلور مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي:

ما الاتجاهات البحثية المعاصرة في استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي لتنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين

خلال الفترة (2015-2025)؟

تساؤلات البحث:

- معالجة المشكلة البحثية والوصول إلى أهداف الدراسة، يُصاغ البحث عبر الإجابة عن التساؤلات الرئيسة الآتية:
- ما أنواع استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي المستخدمة في تنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين، ومستويات فاعليتها؟
- ما الأطر النظرية والمنهجيات البحثية المعتمدة في دراسات التدخل الإرشادي الإيجابي للمراهقين، وكيف تطورت زمنياً؟
- كيف تختلف فاعلية التدخلات الإرشادية الإيجابية باختلاف الخصائص الديموغرافية للمراهقين (الفئة العمرية، الجنس، السياق الثقافي)؟
- ما السياقات التطبيقية الرئيسة لتنفيذ التدخلات الإرشادية الإيجابية؟ وما العوامل المؤثرة في استدامة تأثيرها؟

أهداف البحث:

تحديد وتصنيف استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي المستخدمة لتنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين، وتقييم مستويات فاعليتها.

تحليل الأطر النظرية والمنهجيات البحثية المعتمدة في هذا المجال، ورصد التطورات الزمنية في الاتجاهات البحثية خلال الفترة (2015-2025).

استكشاف التباينات في فاعلية التدخلات الإرشادية الإيجابية وفقاً للخصائص الديموغرافية للمراهقين (الفئة العمرية، الجنس، السياق الثقافي).

تقديم رؤية شاملة حول السياقات التطبيقية المثلى؛ لتنفيذ هذه التدخلات، والعوامل المؤثرة في استدامة نتائجها على المدى الطويل.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية: يسهم البحث في إثراء الأدبيات النظرية حول علم النفس الإيجابي والإرشاد النفسي من خلال تحليل شامل يربط بين الأطر النظرية المختلفة واستراتيجيات التدخل المعاصرة. كما يوفر رؤية متكاملة لتطور المفاهيم والنماذج عبر عقد كامل، مما يساعد الباحثين على فهم التحولات المنهجية في ميدان التدخلات الإيجابية للمراهقين. يملأ البحث فجوة معرفية بتوثيق العلاقات بين مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول، ويقدم إطاراً تصنيفياً لتنظيم الاستراتيجيات الإرشادية، مما يسهم في بناء نظريات أكثر شمولية تتلاءم مع الخصوصيات الثقافية.

الأهمية التطبيقية: تتجلى في توفير دليل عملي للمرشدين والمعلمين؛ لاختيار الاستراتيجيات الإرشادية المناسبة للمراهقين، بناءً على خصائصهم العمرية والثقافية.

يقدم البحث توصيات لتصميم وتنفيذ برامج إرشادية فعالة في بيئات متنوعة، مع مراعاة العوامل المؤثرة في استدامة التأثير. كما يساعد التحليل المقارن بين الممارسات العربية والدولية صانعي القرار في تطوير سياسات مبنية على أفضل الممارسات العالمية، مع تكييفها للواقع الثقافي المحلي، مما يعزز جودة الخدمات الإرشادية للمراهقين.

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: يقتصر البحث على تحليل استراتيجيات التدخل الإرشادي الإيجابي لتنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول، شاملاً تدخلات PERMA، والامتنان، واليقظة الذهنية، والمرونة النفسية، والتفكير الإيجابي، مع تناول المنهجيات البحثية، والأطر النظرية، والسياقات التطبيقية المختلفة، وقياس الفاعلية والاستدامة.

الحدود البشرية: يستهدف المراهقين (10-18 سنة) بمراحلهم الثلاث: المبكرة (10-13)، المتوسطة (14-16)، المتأخرة (17-18)، من

الجنسين في سياقات ثقافية عربية وأجنبية متنوعة، شاملاً الفئات الخاصة.

الحدود الزمنية: يغطي الدراسات المنشورة (2015-2025)، مع التركيز على فترة النضج البحثي (2021-2023)، لرصد الاتجاهات والتطورات المنهجية والنظرية.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

النظريات والنماذج التفسيرية:

نظرية علم النفس الإيجابي (Positive Psychology Theory): تُعد نظرية علم النفس الإيجابي التي أسسها سيليجمان الإطار المرجعي الأساسي للتدخلات الإرشادية الإيجابية، وتركز هذه النظرية على تعزيز نقاط القوة والفضائل الإنسانية بدلاً من التركيز الحصري على معالجة الاضطرابات النفسية، ويمثل نموذج PERMA العمود الفقري لهذه النظرية، حيث يتضمن خمسة عناصر جوهرية للرفاهية النفسية: المشاعر الإيجابية (Positive Emotions)، والانخراط (Engagement)، والعلاقات الإيجابية (Relationships)، والمعنى (Meaning)، والإنجاز (Accomplishment)، وقد أثبتت الدراسات المعاصرة فاعلية هذا النموذج في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين عبر سياقات ثقافية متنوعة (Gao et al., 2024; Wammler & Lichtinger, 2025).

نظرية عقلية النمو (Growth Mindset Theory): طورت كارول دويك نظرية عقلية النمو التي تفترض أن الذكاء والقدرات قابلة للتطوير من خلال الجهد والممارسة والتعلم المستمر، وتنقسم العقلية إلى نوعين: العقلية الثابتة التي ترى القدرات محدودة وراثياً، والعقلية النامية التي تؤمن بإمكانية التطور المستمر، وتشير الأبحاث إلى أن تعزيز عقلية النمو لدى المراهقين يحسن من قدرتهم على اتخاذ القرارات ومواجهة التحديات، حيث يصبحون أكثر استعداداً لخوض المخاطر المحسوبة والتعلم من الأخطاء (Gao et al., 2024)، كما أن هذه العقلية تعزز من المثابرة الأكاديمية والإنجاز الشخصي، مما يساهم في بناء شخصية مرهقة أكثر مرونة وقدرة على التكيف.

نظرية المرونة النفسية (Resilience Theory): تركز نظرية المرونة النفسية على القدرة على التكيف الإيجابي والتعافي من الشدائد والصدمات، وتشير الأدبيات إلى أن المرونة ليست سمة ثابتة بل عملية ديناميكية تتأثر بعوامل فردية واجتماعية وبيئية متعددة (Masten et al., 2011)، وبالنسبة للمراهقين، تتضمن المرونة القدرة على إدارة الضغوط، والحفاظ على التوازن الانفعالي، وتطوير استراتيجيات مواجهة فعالة، وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن التدخلات المصممة لتعزيز المرونة تساهم بشكل كبير في تحسين مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات (Cai et al., 2025).

نظرية التنظيم الذاتي (Self-Regulation Theory): توفر نظرية التنظيم الذاتي إطاراً مفاهيمياً لفهم كيفية إدارة الأفراد لانفعالاتهم وسلوكياتهم وأفكارهم لتحقيق أهدافهم، وتتضمن هذه النظرية ثلاثة مكونات رئيسية: المراقبة الذاتية، والحكم الذاتي، والاستجابة الذاتية (Gross, 2015)، وبالنسبة للمراهقين، يعد التنظيم الذاتي مهارة حاسمة لاتخاذ قرارات مدروسة، حيث يساعدهم على التحكم في الاندفاعات، وتقييم العواقب المحتملة، والتخطيط للمستقبل، وقد أشارت الدراسات إلى أن التدخلات الإيجابية التي تستهدف تعزيز التنظيم الانفعالي تحسن من جودة القرارات وتقلل من السلوكيات الاندفاعية (Wang et al., 2025).

النظرية المعرفية السلوكية (Cognitive Behavioral Theory): تمثل النظرية المعرفية السلوكية أحد الأطر العلاجية الأكثر تطبيقاً في مجال الإرشاد النفسي، حيث تركز على العلاقة التفاعلية بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات، وتفترض هذه النظرية أن تعديل الأنماط المعرفية المشوهة يؤدي إلى تحسين الحالة الانفعالية والسلوكية (Hofmann & Hayes, 2019)، وعند دمج مبادئ العلاج المعرفي السلوكي مع التدخلات الإيجابية، يتم التركيز على بناء أنماط تفكير إيجابية ومهارات حل مشكلات فعالة، مما يعزز من قدرة المراهقين على اتخاذ قرارات عقلانية ومواجهة التحديات بثقة.

نظرية التنمية الإيجابية للشباب (Positive Youth Development - PYD): تقدم نظرية التنمية الإيجابية للشباب إطاراً شاملاً يركز على تعزيز الكفاءات والإمكانات الإيجابية بدلاً من مجرد الوقاية من المشكلات السلوكية، وتؤكد هذه النظرية على أهمية السياقات البيئية

والعلاقات الاجتماعية في تشكيل نمو المراهقين (Lerner et al., 2021)، وتتضمن المكونات الأساسية لهذه النظرية تنمية الكفاءة، والثقة، والارتباط الاجتماعي، والشخصية، والرعاية تجاه الآخرين، وقد أظهرت البحوث أن البرامج المبنية على هذا الإطار تساهم في تحسين مهارات اتخاذ القرار والتفكير النقدي لدى الشباب (Shek et al., 2019).

مهارات اتخاذ القرار لدى المراهقين:

تُعرف مهارات اتخاذ القرار بأنها القدرة على تحليل المواقف المختلفة، وتقييم البدائل المتاحة، واختيار الخيار الأنسب بناءً على معايير محددة، (الحري، 2024: 67) وتتضمن هذه المهارات ثلاثة أبعاد رئيسية: اتخاذ القرار المستقل الذي يعكس الاستقلالية والثقة بالنفس، واتخاذ القرار المشترك الذي يشير إلى القدرة على التعاون والتشاور، واتخاذ القرار الأخلاقي الذي يراعي القيم والمبادئ الأخلاقية (Bosch et al., 2025)، وخلال مرحلة المراهقة، تتطور هذه المهارات بشكل تدريجي متأثرة بالنضج العصبي والخبرات الحياتية والسياق الاجتماعي الثقافي. النمو العصبي واتخاذ القرار: تشير الدراسات العصبية إلى أن مناطق الدماغ المسؤولة عن اتخاذ القرارات، خاصة القشرة الجبهية الأمامية، تستمر في النمو حتى منتصف العشرينيات من العمر، وخلال فترة المراهقة، يحدث عدم توازن نسبي بين نضج الجهاز الحوفي المسؤول عن المكافآت والانفعالات، والقشرة الجبهية المسؤولة عن التحكم والتخطيط، مما يفسر ميل المراهقين للاندفاعية والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر (Hartley & Somerville, 2015)، وهذا يبرز أهمية التدخلات الإرشادية المصممة لتعزيز مهارات التفكير التأملي والتنظيم الذاتي. العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار: تتأثر عملية اتخاذ القرار لدى المراهقين بعوامل متعددة تشمل: العوامل المعرفية كالنضج المعرفي والقدرة على التفكير المجرد، والعوامل الانفعالية كالتنظيم الانفعالي والمرونة النفسية، والعوامل الاجتماعية كتأثير الأقران والسياق الثقافي (Icenogle & Cauffman, 2021)، كما تلعب الثقة بالنفس والخبرات السابقة دوراً حاسماً في جودة القرارات المتخذة، وقد أظهرت الأبحاث أن المراهقين الذين يتلقون تدريباً منظماً على مهارات اتخاذ القرار يظهرون أداءً أفضل في المواقف الحياتية المختلفة. كما ترتبط مهارات اتخاذ القرار ارتباطاً وثيقاً بمتغيرات نفسية متعددة، فالمرهقون ذوو الكفاءة العالية في اتخاذ القرارات يظهرون مستويات أعلى من الرفاهية النفسية، والثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية (Metz et al., 2023)، كما أن القدرة على اتخاذ قرارات فعالة تقلل من مستويات القلق والاكتئاب، وتعزز من المرونة النفسية في مواجهة الضغوط، وقد أكدت دراسة دغيش (2017: 55) على وجود علاقة إيجابية دالة بين اتخاذ القرار والثقة بالنفس والكفاءة الذاتية لدى المراهقين.

تفكير الحلول والتوجه نحو المستقبل:

يُعرف تفكير الحلول بأنه نمط معرفي يركز على إيجاد حلول عملية للمشكلات بدلاً من التركيز على المشكلة ذاتها أو أسبابها، ويتضمن هذا النمط ثلاثة مكونات أساسية: التوجه نحو الحل بدلاً من المشكلة، والقدرة على تحديد بدائل متعددة، والمرونة في التفكير والانفتاح على الأفكار الجديدة (Zhang et al., 2025)، ويعد هذا النوع من التفكير مهارة حيوية للمراهقين، حيث يساعدهم على مواجهة التحديات النمائية والأكاديمية والاجتماعية بفاعلية.

الاستراتيجيات المعززة لتفكير الحلول: تتضمن الاستراتيجيات المستخدمة لتنمية تفكير الحلول: التدريب على حل المشكلات من خلال تحليل المواقف وتوليد البدائل واختبار الحلول، والتدريب على التفكير الإيجابي لتعزيز التفاؤل والأمل، وتنمية الكفاءة الذاتية لتعزيز الثقة في القدرة على إيجاد الحلول (Metz et al., 2023; Michelson et al., 2022)، كما يُستخدم أسلوب العصف الذهني والتفكير الإبداعي لتوسيع نطاق الحلول المحتملة، وقد أثبتت هذه الاستراتيجيات فاعليتها في تحسين الأداء الأكاديمي والتكيف الاجتماعي للمراهقين.

ويرتبط تفكير الحلول ارتباطاً إيجابياً بالصحة النفسية والرفاهية، حيث يقلل من مستويات القلق والاكتئاب ويعزز من الشعور بالسيطرة والفاعلية الذاتية، كما أن المراهقين ذوي التوجه القوي نحو الحلول يظهرون مرونة نفسية أعلى في مواجهة الشدائد (Zhang et al., 2025)، وقد أشارت الأبحاث إلى أن تطوير مهارات حل المشكلات يحسن من التحصيل الأكاديمي والعلاقات الاجتماعية، مما يعكس تأثيره الشامل على

جوانب متعددة من حياة المراهق، كما يشكل التفكير المستقبلي والتخطيط بُعداً مهماً من تفكير الحلول، حيث يتطلب القدرة على تصور السيناريوهات المحتملة، وتحديد الأهداف، ووضع خطط عمل واقعية، وخلال مرحلة المراهقة، تتطور هذه القدرات بشكل ملحوظ، مما يمكن الشباب من اتخاذ قرارات أكثر استراتيجية وبعد نظر (السديس والحلي، 2024: 75)، وتشير الدراسات إلى أن التدخلات التي تعزز التفكير المستقبلي تساهم في تحسين التخطيط المهني والأكاديمي، مما يزيد من فرص النجاح المستقبلي.

خصائص المراهقين النمائية:

المراهقة المبكرة (10-13 سنة): تتميز هذه المرحلة ببداية التغيرات البيولوجية والنفسية الكبرى، حيث يبدأ المراهقون في تطوير القدرة على التفكير المجرد، لكنهم يبقون بحاجة إلى توجيه ودعم كبيرين، وخلال هذه الفترة، تكون تدخلات اليقظة الذهنية والامتنان والأنشطة القائمة على اللعب أكثر فاعلية، نظراً لطبيعتها التفاعلية البسيطة (Gao et al., 2024)، كما يحتاج المراهقون في هذه المرحلة إلى تنمية المهارات الأساسية للتفكير والتعبير عن المشاعر.

المراهقة المتوسطة (14-16 سنة): تعد هذه المرحلة الأكثر تحدياً، حيث تتكثف التغيرات الجسدية والانفعالية والاجتماعية، ويواجه المراهقون ضغوطاً متزايدة من الأقران، وتحديات أكاديمية أكبر، وأسئلة وجودية حول الهوية والمستقبل، وفي هذا السياق، تبرز فاعلية تدخلات PERMA وبرامج حل المشكلات وتطوير عقلية النمو، حيث تعالج هذه التدخلات التحديات المتعددة بشكل شامل (المنشاوي، 2022: 56)، وقد أظهرت البحوث أن المراهقين في هذه المرحلة يستجيبون بشكل إيجابي للبرامج التي تعزز الاستقلالية والمشاركة الفعالة.

المراهقة المتأخرة (17-18 سنة): تنسم هذه المرحلة بنضج أكبر في القدرات المعرفية والانفعالية، حيث يصبح المراهقون أكثر قدرة على التفكير المجرد والتخطيط المستقبلي، وتكون التدخلات المعرفية المتقدمة وبرامج تحسين اتخاذ القرار والتوجه المهني أكثر ملاءمة لهذه الفئة العمرية، حيث تلبي احتياجاتهم في الإعداد للمرحلة الجامعية وسوق العمل (Icenogle & Cauffman, 2021)، كما أن المراهقين في هذه المرحلة يستفيدون من التدخلات التي تعزز المسؤولية الذاتية والتفكير الأخلاقي.

الفروق الجنسية والثقافية: تشير الأدلة البحثية إلى وجود فروق دالة في استجابة الذكور والإناث للتدخلات الإيجابية، حيث تظهر الإناث استجابة أفضل لتدخلات الامتنان والتفكير الإيجابي والأنشطة التعبيرية، بينما يفضل الذكور الأنشطة العملية والرياضية وبرامج حل المشكلات (Bono et al., 2023)، كما تلعب العوامل الثقافية دوراً مهماً، حيث تركز الثقافات الجماعية على القيم الأسرية والمسؤولية الاجتماعية، بينما تؤكد الثقافات الفردية على الاستقلالية والإنجاز الشخصي، وهذا يستدعي تصميم تدخلات مراعية للخصوصيات الثقافية والجنسية لضمان فاعليتها القصوى.

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

تناولت الدراسات العربية خلال الفترة (2015-2025) موضوع التدخلات الإرشادية الإيجابية للمراهقين بتركيز متزايد، مع ملاحظة تطور واضح في المنهجيات المستخدمة وحجم العينات، وقد أظهرت هذه الدراسات اهتماماً خاصاً بالتفكير الإيجابي والامتنان والمرونة النفسية كاستراتيجيات رئيسة لتعزيز الصحة النفسية لدى المراهقين.

في دراسة رائدة أجراها العنزي (2018) في السعودية، استخدم الباحث منهجاً شبه تجريبي؛ لاختبار فاعلية برنامج قائم على التفكير الإيجابي في تنمية الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى 28 تلميذة تتراوح أعمارهن بين 12-14 سنة، وأظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في المتغيرات المستهدفة، مع حجم تأثير بلغ 0.85، مما يشير إلى فاعلية البرنامج العالية، وأوصت الدراسة بضرورة دمج استراتيجيات التفكير الإيجابي ضمن المناهج المدرسية، وفي السياق المصري، أجرى محمد وآخرون (2023) دراسة شبه تجريبية على عينة قوامها 30 طالبة (12-15 سنة) لاختبار فاعلية برنامج قائم على علم النفس الإيجابي في تحسين الوجود النفسي الأفضل، واستخدمت الدراسة مقاييس الفيسبوك للرفاهية النفسية،

وأُسفرت النتائج عن تحسن جوهري في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يعكس أهمية التدخلات المنظمة في تعزيز الصحة النفسية، كما قدم شواش وجبريل (2020) إسهاماً مهماً من خلال دراسة شبه تجريبية في الجزائر شملت 20 تلميذاً، حيث طبقوا برنامجاً إرشادياً قائماً على الإرشاد الإيجابي (التفاؤل، الأمل، التدفق، والطفو الذاتي) لمدة 12 أسبوعاً، وأظهرت النتائج انخفاضاً ملحوظاً في القلق الاجتماعي لدى التلاميذ المتعلمين، مما يؤكد إمكانية استخدام هذه التدخلات مع فئات خاصة من المراهقين، وفي دراسة حديثة، اختبر الحربي (2024) في الكويت فاعلية برنامج إرشادي قائم على التفكير الإيجابي، وشمل 46 طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية باستخدام منهج شبه تجريبي، وأظهرت النتائج تنمية ملحوظة في التفكير الإيجابي والأمل المستقبلي لدى المشاركين، مع استمرار الأثر في القياس التبعي بعد شهرين، مما يشير إلى استدامة التأثير، من جهة أخرى، قدم السديس والحلي (2024) في السعودية دراسة شبه تجريبية على 40 طالباً من المرحلة الثانوية، حيث اعتمدوا على برنامج انتقائي يدمج عدة استراتيجيات إيجابية، وأسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج في تنمية التفكير الإيجابي، مع توصيات بتطبيقه على نطاق أوسع في المدارس الثانوية.

الدراسات الأجنبية:

شهدت الدراسات الأجنبية تطوراً كبيراً في مجال التدخلات الإيجابية للمراهقين، مع توظيف منهجيات بحثية متقدمة وعينات كبيرة وتصاميم تجريبية صارمة.

في دراسة محورية، أجرى Gao وآخرون (2024) في الصين تجربة عشوائية مضبوطة شملت 167 مراهقاً (84 في المجموعة التجريبية و83 في الضابطة) لاختبار فاعلية برنامج قائم على نموذج PERMA، واستمر البرنامج 12 أسبوعاً، وأظهرت النتائج تحسناً كبيراً في العقلية النمو والمرونة النفسية بحجم تأثير استثنائي بلغ 0.96، مع ارتباط العقلية النمو بالتحصيل الأكاديمي والمثابرة، وتعد هذه الدراسة من أكثر الدراسات صرامة منهجية في هذا المجال.

كما قدم Bosch وآخرون (2025) دراسة حالة نوعية فريدة استكشفت تدخلات زيادة المشاركة في اتخاذ القرار لدى 76 من المراهقين، حيث ركزت على تدخلات زيادة مشاركة الأطباء والمراهقين في عملية اتخاذ القرار، مما يمهّد لبحوث مستقبلية أكثر تفصيلاً.

وفي دراسة واسعة النطاق، حلل Carr وآخرون (2020) بيانات 347 دراسة لتقييم فاعلية تدخلات علم النفس الإيجابي على الرفاهية والاكتمال والقلق، وأظهرت النتائج فاعلية متوسطة إلى كبيرة لهذه التدخلات، مع تفاوت في التأثير حسب نوع التدخل والفئة المستهدفة، وتعد هذه الدراسة التحليلية من أشمل الدراسات التي قدمت أدلة قوية على فاعلية التدخلات الإيجابية عبر سياقات متنوعة.

من جانب آخر، أسهم Bono وآخرون (2020، 2023) بسلسلة من الدراسات التجريبية في الولايات المتحدة وأفريقيا حول تدخلات الامتنان في المدارس الثانوية، وفي دراستهم الأولى (2020)، طبقوا تدخل الامتنان على مدى 5 أسابيع، على 106 طالباً وطالبة وأظهرت النتائج تحسناً في الصحة النفسية والرفاهية مع فروق جنسية ملحوظة، وفي الدراسة اللاحقة (2023)، اختبروا تدخل الامتنان عبر وسائل التواصل الاجتماعي لدى 214 طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية، حيث أظهرت النتائج أن الإناث يستفدن أكثر من الذكور، مما يبرز أهمية مراعاة الفروق الجنسية عند تصميم التدخلات.

وفي مجال اليقظة الذهنية، قدم Dunning وآخرون (2018) دراسة تحليلية بعدياً شاملاً لفاعلية تدخلات اليقظة الذهنية لدى الأطباء والمراهقين شملت 3669، وأظهرت النتائج أن هذه التدخلات لها تأثيرات إيجابية كبيرة على الصحة النفسية والرفاهية، مع حجم تأثير متوسط إلى كبير ($d = 0.65$)، مما يدعم توصياتها بدمج ممارسات اليقظة الذهنية في البرامج المدرسية.

كما أجرى Kuyken وآخرون (2022) تجربة عشوائية مضبوطة كبرى باسم MYRIAD شملت عدة 8376 من المراهقين في 48 مدرسة، لاختبار فاعلية التدريب المدرسي على اليقظة الذهنية، وعلى الرغم من النتائج المختلطة على المستوى الجماعي، فإن الدراسة أبرزت أن بعض الفئات استفادت بشكل ملحوظ، خاصة أولئك الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية.

وفي سياق المرونة النفسية، اختبر Cai وآخرون (2025) فاعلية التدخلات المدرسية في تعزيز المرونة لدى الأطفال والمراهقين من خلال تحليل

شبيكي بعدي، من خلال تنفيذ 42 تجربة بمجموع 15.347 مشارك وأظهرت النتائج أن التدخلات المتعددة المكونات كانت الأكثر فاعلية، مع حجم تأثير كبير ($d = 0.82$)، مما يؤكد أهمية الأساليب الشاملة.

من ناحية أخرى، ركز Metz وآخرون (2023) على تدخلات حل المشكلات وعلاقتها بالاكتئاب والقلق لدى المراهقين والشباب، شملت 34 مشاركاً، وأسفرت النتائج عن فاعلية ملموسة لهذه التدخلات في معالجة الاكتئاب، مع توصيات بدمجها ضمن البرامج الوقائية المدرسية. وفي دراسة حديثة، حلل Zhang وآخرون (2025) تطوير مهارات حل المشكلات عبر التعلم المعرفي بالتخصصات، بمشاركة 60 طالباً وطالبة من المرحلة المتوسطة، حيث أظهرت النتائج تحسناً في الأداء الأكاديمي والقدرة على التفكير النقدي، وتعد هذه الدراسة مساهمة مهمة في ربط مهارات حل المشكلات بالسياق التعليمي.

كما قدم Sumner وآخرون (2025) تحليلاً بعدياً لتدخلات اليوجا واليقظة الذهنية المدرسية للمراهقين، شمل 53 دراسة و10.356 مشارك، حيث أظهرت النتائج تحسناً في الصحة النفسية بحجم تأثير متوسط ($d = 0.58$)، مع توصيات بمزيد من البحوث حول العوامل الوسيطة. وفي سياق التطبيقات الرقمية، استكشف Osborn وآخرون (2020) فاعلية تدخل رقمي للإرشاد للاكتئاب والقلق والرفاهية لدى المراهقين 147 مراق في كندا، حيث أظهرت النتائج إمكانية التدخلات الرقمية في الوصول إلى أعداد كبيرة من المراهقين، لكن مع تحديات تتعلق بالالتزام والاستمرارية.

عند مقارنة الدراسات العربية والأجنبية، تبرز عدة فروق جوهرية، فمن حيث المنهجية، تميل الدراسات الأجنبية إلى استخدام التصاميم التجريبية العشوائية المضبوطة بعينات كبيرة (100-300+ مشارك)، بينما تعتمد الدراسات العربية غالباً على التصاميم شبه التجريبية بعينات أصغر (20-50 مشاركاً)، ومن حيث الأدوات، تستخدم الدراسات الأجنبية مقاييس مقننة ذات خصائص سيكومترية قوية، بينما تعتمد الدراسات العربية غالباً على أدوات مترجمة أو معربة دون تقنين كافٍ.

ومن حيث المدة، تمتد التدخلات الأجنبية لفترات أطول (8-16 أسبوعاً) مع قياسات تتبعية تصل إلى سنة، بينما تقتصر الدراسات العربية على فترات أقصر (6-12 أسبوعاً) بقياسات تتبعية محدودة، كما أن الدراسات الأجنبية تشمل سياقات تطبيقية متنوعة (مدارس، مراكز إرشادية، منصات رقمية)، بينما تركز الدراسات العربية بشكل شبه حصري على السياق المدرسي.

ومن حيث النتائج، حققت الدراسات الأجنبية أحجام تأثير أكبر بشكل عام ($d = 0.70-0.96$)، مقارنة بالدراسات العربية ($d = 0.55-0.85$)، وهو ما قد يعزى إلى الصرامة المنهجية وحجم العينات، ورغم ذلك، تتفق الدراسات في كلا السياقين على فاعلية التدخلات الإيجابية في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين.

الاتجاهات البحثية الحديثة:

تشير المراجعة إلى عدة اتجاهات بحثية حديثة جديرة بالملاحظة:

التحول نحو التدخلات متعددة المكونات التي تدمج عدة استراتيجيات إيجابية (PERMA، الامتنان، اليقظة الذهنية، المرونة) بدلاً من التركيز على استراتيجية واحدة، حيث أظهرت هذه التدخلات فاعلية أعلى (Cai et al., 2025).

الاهتمام المتزايد بالتطبيقات الرقمية والمنصات الإلكترونية لتقديم التدخلات، مما يتيح الوصول إلى أعداد أكبر من المراهقين بتكلفة أقل، رغم التحديات المتعلقة بالالتزام والفاعلية (Osborn et al., 2020).

التركيز المتزايد على الفروق الفردية والثقافية والجنسية في الاستجابة للتدخلات، مما يتطلب تصميم برامج مخصصة تراعي هذه الفروق (Bono et al., 2023).

الاهتمام بقياس استدامة التأثير من خلال قياسات تتبعية أطول تمتد لستة أشهر أو أكثر، للتأكد من أن التحسينات المحققة ليست مؤقتة (Kuyken et al., 2022).

دمج التدخلات الإيجابية مع علم الأعصاب والتعليم الإيجابي، لفهم الآليات العصبية الكامنة وراء فاعلية هذه التدخلات (Gao et al., 2024).

التوسع في السياقات التطبيقية لتشمل المراكز الصحية، والبرامج المجتمعية، والمؤسسات الخاصة، وليس فقط المدارس.

الفجوات البحثية:

تكشف مراجعة الدراسات السابقة عن مجموعة فجوات بحثية رئيسة:

- نقص الدراسات العربية ذات التصاميم التجريبية العشوائية المضبوطة بعينات كبيرة.
- قلة الدراسات المقارنة بين أنواع التدخلات الإيجابية المختلفة حسب الفئات العمرية والثقافية.
- ندرة البحوث التي تربط مباشرة بين التدخلات الإيجابية ومهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول.
- قلة الدراسات التتبعية طويلة المدى (سنة فأكثر) لقياس استدامة التأثير.
- تركيز الدراسات على المدارس دون استكشاف سياقات أخرى (مجتمعية، رقمية، أسرية).
- اعتماد نماذج غربية دون تكييف كافٍ للقيم العربية المحلية.
- قلة استهداف ذوي الاحتياجات الخاصة، الأيتام، والمتعثرين.
- نقص الدراسات المختلطة (كمية ونوعية) لفهم أعمق لآليات التغيير.

يسعى هذا البحث لسد بعض هذه الفجوات من خلال تقديم تحليل موضوعي شامل للاتجاهات البحثية المعاصرة، ومقارنة الممارسات العربية والعالمية، وتحديد الاستراتيجيات الأكثر فاعلية وفقاً للخصائص الديموغرافية والسياقات التطبيقية المختلفة، مما يوفر قاعدة معرفية صلبة لتطوير برامج إرشادية قائمة على الأدلة تلي احتياجات المراهقين في السياقات العربية والعالمية.

النتائج والمناقشة:

- (إجابة التساؤل الأول): تنوع استراتيجيات التدخل الإيجابي وتركيبها وفعاليتها للدراسات المنشورة خلال الفترة (2015-2025) تراوحت الاستراتيجيات الفعالة بين البرامج القائمة على نموذج PERMA، والبرامج المعرفية السلوكية المعدلة، وبرامج اليقظة الذهنية... وقد أظهرت النتائج أن التدخلات متعددة المكونات، والبرامج القائمة على علم النفس الإيجابي والتي تستهدف تعزيز العوامل الخمسة لنموذج PERMA، والبرامج المعرفية السلوكية التي تركز على تعديل أنماط التفكير السلبية واستبدالها بأنماط تفكير بناءة موجهة نحو تنمية التفكير الموجه لحل المشكلات، إضافة إلى برامج التدريب على اليقظة الذهنية والامتنان التي تساهم في تحسين التنظيم الذاتي والوعي الانفعالي، أظهرت النتائج أن البرامج التي دمجت بين عدة مكونات نظرية حققت فاعلية أعلى مقارنة بالبرامج أحادية البعد، وهو ما يتسق مع ما أشار إليه العنزي (2018) من أن التكامل بين الاستراتيجيات المعرفية والانفعالية يعزز من قدرة المراهقين على مواجهة المشكلات بمرونة أكبر، تتفق هذه النتيجة مع الأطر النظرية التي تؤكد على الطبيعة المتعددة الأبعاد لمهارات حل المشكلات، حيث يدعم نموذج نظرية التنمية الإيجابية للشباب (PYD) الذي طرحه Lerner وآخرون (2021) فكرة أن تنمية الكفاءات لدى المراهقين تستلزم توفير بيئات داعمة ومتنوعة، كما تتوافق النتيجة مع دراسة Carr وآخرين (2020) التي أكدت أن التدخلات القائمة على علم النفس الإيجابي تحقق تحسينات متوسطة إلى مرتفعة عندما تكون شاملة ومتكاملة.
- (إجابة التساؤل الثاني): التحول في الأطر النظرية والمنهجية وتطورها الزمني سجلت المراجعة تحولاً ملحوظاً في الأطر النظرية والمنهجية المعتمدة في الدراسات التي تناولت تنمية مهارات حل المشكلات لدى المراهقين عبر العقد الأخير، إذ انتقل التركيز من المقاربات العلاجية التقليدية التي تستهدف معالجة أوجه القصور والاضطرابات النفسية إلى مقاربات وقائية وتنموية تركز على تعزيز نقاط القوة والإمكانات الإيجابية، بدأت الدراسات الأولى في الفترة (2015-2018) بالتركيز على النماذج المعرفية السلوكية التقليدية، بينما شهدت الفترة (2019-2025) تزايداً ملحوظاً في اعتماد نماذج علم النفس الإيجابي ونظرية عقلية النمو ونماذج

المرونة النفسية، مع توظيف منهجيات أكثر تعقيداً تشمل التصاميم شبه التجريبية والدراسات الطولية، يعكس هذا التطور نضجاً في فهم طبيعة المراهقة بوصفها مرحلة نمائية تمثل فرصة ثرية للنمو وتطوير الكفاءات، كما أشار Seligman (2018) في إطار نظرية علم النفس الإيجابي، ويمكن تفسير التحول المنهجي بزيادة الوعي بأهمية الأدلة التجريبية القوية، وهو ما يتسق مع دعوات Kuyken وآخرين (2022) لإجراء دراسات واسعة النطاق، مع ذلك ما زالت الدراسات العربية متأخرة نسبياً في تبني هذه المنهجيات المتقدمة.

• (إجابة التساؤل الثالث): أوضحت نتائج المراجعة وجود تباينات دالة في فاعلية استراتيجيات تنمية تفكير الحلول تبعاً للخصائص الديموغرافية للمراهقين، وعلى رأسها العمر والجنس والسياق الثقافي، أشارت الدراسات إلى أن المراهقين في المرحلة المتوسطة (14-16 سنة) أظهروا استجابة أفضل للبرامج التدريبية مقارنة بنظرائهم في المرحلة المبكرة أو المتأخرة، ويعزى ذلك إلى نضج مناطق الدماغ المسؤولة عن التنظيم الذاتي والتفكير المجرد، كما كشفت بعض الدراسات عن فروق جنسية، حيث أبدت الفتيات استجابة أقوى للبرامج القائمة على الامتنان والعلاقات الاجتماعية، في حين استفاد الذكور من البرامج التي تركز على الأنشطة العملية والرياضة، أما على المستوى الثقافي، فقد لوحظ أن الثقافات الجماعية أظهرت تفضيلاً للاستراتيجيات التي تؤكد على القيم الأسرية والترابط الاجتماعي، بينما كانت الثقافات الفردية أكثر استجابة للتدخلات التي تعزز الاستقلالية، كما أشار Bono وآخرون (2023)، تؤكد هذه النتيجة على ضرورة مراعاة الفروق الفردية والثقافية عند تصميم البرامج التدخلية، وتدعم نظرية التنظيم الذاتي التي طرحها Gross (2015)، كما تتسق مع دراسة Somerville & Hartley (2015) من أن التطورات العصبية تجعل بعض المراحل العمرية أكثر حساسية للتدخلات، مما يستدعي تطوير نماذج تدخلية تأخذ بعين الاعتبار الخصوصيات الثقافية للمجتمعات العربية.

• (إجابة التساؤل الرابع): كشفت مراجعة الدراسات عن مجموعة من العوامل الوسيطة والمعدلة التي تؤثر في فاعلية استراتيجيات تنمية مهارات حل المشكلات وتفكير الحلول، ومن أبرزها عقلية النمو والمرونة النفسية والثقة بالنفس والدعم الاجتماعي المدرك، أظهرت الدراسات أن المراهقين الذين يمتلكون عقلية نمو مرتفعة استفادوا بشكل أكبر من البرامج التدريبية، حيث كانوا أكثر استعداداً لتبني استراتيجيات جديدة والمثابرة أمام التحديات، كما تبين أن المرونة النفسية تلعب دوراً وسيطاً مهماً في العلاقة بين المشاركة في البرامج التدخلية وتحسن مهارات حل المشكلات، كما أشارت دراسة Cai وآخرين (2025)، إضافة إلى أن جودة العلاقات الاجتماعية والدعم الأسري لعبت دوراً معدلاً في استدامة التحسينات المحققة، تسلط هذه النتيجة الضوء على التعقيد الذي يكتنف عملية التغيير النفسي والسلوكي لدى المراهقين، وتتوافق مع نظرية عقلية النمو التي طرحها Dweck، ونظرية المرونة النفسية التي قدمها Masten وآخرون (2011)، مما يشير إلى أهمية تبني مقاربة شمولية في تصميم البرامج التدخلية تشمل تعزيز عقلية النمو وبناء المرونة النفسية وإشراك الأسر والمدارس كشركاء فاعلين، وهذا يؤكد الطبيعة التفاعلية والمعقدة لعملية التغيير النفسي التي تفترضها نظريات مثل نظرية التنمية الإيجابية للشباب (PYD) ونظرية النظم البيئية، حيث لا تعمل التدخلات بمعزل عن السياق.

• كشفت المراجعة عن فجوة بحثية كبيرة تتمثل في ندرة الدراسات التتبعية طويلة المدى التي تقيس استدامة التحسينات المحققة في مهارات حل المشكلات وتفكير الحلول لدى المراهقين، معظم الدراسات المراجعة اقتصرت على قياسات قبلية وبعدية فورية أو قياسات تتبعية قصيرة المدى (من أسبوعين إلى ثلاثة أشهر)، في حين أن الدراسات التي امتدت لفترة تزيد عن ستة أشهر كانت نادرة للغاية، وفي السياق العربي، كانت الفجوة أكثر وضوحاً، إذ لم تتجاوز فترات المتابعة في معظم الدراسات ثمانية أسابيع، كما في دراسات العنزي (2018) والخولي (2024)، تشير هذه النتيجة إلى قصور منهجي جوهري في الأدبيات البحثية الحالية، وتتفق مع ما أشار إليه Sumner وآخرون (2025) من أن الاكتفاء بالقياسات القصيرة المدى قد يعطي انطباعاً مضللاً عن فاعلية التدخلات، خاصة وأن بعض المهارات قد تحتاج لوقت أطول لتترسخ، ولسد هذه الفجوة، يوصى بتصميم دراسات تتبعية طويلة المدى تمتد

لسنة على الأقل، مع قياسات متكررة لرصد مسارات التغيير.

- أظهرت المراجعة وجود فجوة واضحة بين ما تتوصل إليه البحوث العلمية من نتائج واعدة وبين التطبيق الفعلي لهذه النتائج في السياقات التعليمية والمجتمعية الواقعية، فبينما أثبتت العديد من الدراسات فاعلية برامج محددة في تنمية مهارات حل المشكلات وتفكير الحلول لدى المراهقين، إلا أن معظم هذه البرامج ظلت محصورة في إطار البحث الأكاديمي، وتعود هذه الفجوة إلى عدة أسباب، منها تعقيد البرامج التدريبية وحاجتها إلى ميسرين مدربين تدريباً عالياً، وارتفاع تكلفة التطبيق، وعدم توفر أدلة إرشادية واضحة وعملية للممارسين، كما أشار Osborn وآخرون (2020) إلى أن محاولات تطبيق بعض البرامج عبر منصات رقمية واجهت تحديات متعلقة بالالتزام والمتابعة، تعكس هذه النتيجة إشكالية عامة في مجال علم النفس التطبيقي، وتتفق مع ما أشار إليه Carr وآخرون (2020) من ضرورة تطوير نماذج تدخلية أكثر واقعية، وعلى المستوى السياسي، تستدعي هذه الفجوة بذل جهود منظمة لنقل المعرفة من المجال الأكاديمي إلى الميدان، من خلال تطوير أدلة تدريبية مبسطة وبناء شراكات مستدامة بين الجامعات والمؤسسات التعليمية، مع الاستفادة من التقنيات الرقمية لتوسيع نطاق الوصول.

التوصيات والمقترحات:

التوصيات:

- تصميم برامج تدخلية شاملة تجمع بين علم النفس الإيجابي والعلاج المعرفي السلوكي وتدريبات اليقظة الذهنية، مع مراعاة الخصوصية الثقافية والفروق الفردية، وإشراك الأسرة والمدرسة لضمان استدامة الأثر.
- تنفيذ دراسات تتبعية طويلة المدى لقياس تغيرات مهارات حل المشكلات عبر الزمن، مع استخدام تحليلات متقدمة للعوامل الوسيطة مثل المرونة النفسية والدعم الاجتماعي، واعتماد تصاميم منهجية صارمة وعينات ممثلة.
- تعزيز نقل المعرفة إلى الممارسة عبر إعداد أدلة تدريبية عملية للمعلمين والمرشدين، وتوفير برامج تدريبية متخصصة، وبناء شراكات بين الجامعات والمؤسسات التعليمية، وإنشاء منصات رقمية تفاعلية لتبادل الخبرات.
- تبني البحوث التطبيقية التشاركية التي تشرك جميع الأطراف (معلمون، مرشدون، مراهقون، أسر)، مع إجراء دراسات مقارنة لاختبار مكونات البرامج، والاهتمام بتطوير تدخلات منخفضة التكلفة قابلة للتطبيق في البيئات محدودة الموارد.

المقترحات البحثية المستقبلية:

- استكشاف توظيف التكنولوجيا والذكاء الاصطناعي في تصميم تدخلات رقمية لتنمية مهارات حل المشكلات، واختبار فاعليتها مقارنة بالأساليب التقليدية، ودراسة عوامل الالتزام والمتابعة في البيئات الإلكترونية.
- إجراء دراسات طويلة ممتدة تتبع المراهقين لسنوات لبحث العلاقة بين تنمية مهارات حل المشكلات والنتائج الأكاديمية والوظيفية والنفسية اللاحقة، وتقدير العائد طويل المدى لهذه التدخلات.
- تطوير أدوات قياس عربية مبنية ثقافياً لقياس مهارات حل المشكلات وتفكير الحلول، مع تقنيها على عينات عربية واسعة، والتحقق من خصائصها السيكومترية، إضافة إلى تصميم مهام أداء سلوكية تعزز دقة التقييم.

الخلاصة:

خلص هذا التحليل الموضوعي للاتجاهات البحثية المعاصرة (2015-2025) إلى تحولٍ منهجيٍّ ونظريٍّ بارزٍ في مجال تنمية مهارات اتخاذ القرار وتفكير الحلول لدى المراهقين، حيث انتقل التركيز من المقاربات العلاجية التقليدية إلى نماذج علم النفس الإيجابي التي تعزز الموارد النفسية، مع تزايد واضح في فاعلية التدخلات متعددة المكونات التي تدمج استراتيجيات مثل اليقظة الذهنية والامتنان ونموذج PERMA، ورغم هذه النتائج الواعدة، كشفت المراجعة عن فجوات معرفية ومنهجية هامة، أبرزها محدودية الدراسات العربية من حيث صرامة التصاميم البحثية

وحجم العينات، وندرة القياسات التتبعية طويلة المدى لتقييم استدامة الأثر، بالإضافة إلى ضعف الربط بين المكتشفات البحثية والتطبيقات الميدانية، وعليه، أوصي البحث بضرورة التوجه نحو تصميم دراسات بينية وثقافية تستخدم منهجيات مختلطة، وتطوير برامج إرشادية شاملة ومكيفة للسياقات المحلية، مع التركيز على بناء جسر متين بين النظرية والتطبيق لتمكين المراهقين من مواجهة تحديات المستقبل بكفاءة وثقة.

ملخص الدراسات السابقة:

المؤلف/السنة	عنوان الدراسة	المنهج	العينة	الأداة	أهم النتائج
العنزي (2018)	فاعلية برنامج قائم على التفكير الإيجابي في تنمية الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية	شبه تجريبي	28 تلميذة (12-14 سنة)	مقاييس الاتزان الانفعالي والمرونة	تحسن ملحوظ بحجم تأثير 0.85
محمد وآخرون (2023)	برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لتحسين الوجود النفسي الأفضل	شبه تجريبي	30 طالبة (12-15 سنة)	مقياس الفيسبوك	تحسن جوهري في الوجود النفسي
شواش وجبريل (2020)	برنامج إرشادي قائم على الإرشاد الإيجابي للقلق الاجتماعي	شبه تجريبي	20 تلميذاً	مقياس القلق الاجتماعي	انخفاض ملحوظ في القلق
الحري (2024)	برنامج إرشادي قائم على التفكير الإيجابي لتنمية الأمل المستقبلي	شبه تجريبي	46 طالباً وطالبة بالثانوية	مقياس الأمل الإيجابي والأمل	تنمية التفكير الإيجابي والأمل
السديس والحلي (2024)	برنامج انتقائي لتنمية التفكير الإيجابي	شبه تجريبي	40 طالباً بالثانوية	مقياس التفكير الإيجابي	فاعلية البرنامج
Gao et al (2024)	برنامج PERMA للتعليم الإيجابي والمرونة النفسية	تجريبي عشوائي	167 مراهقاً	مقياس PERMA والعقلية النمو	تحسن كبير بحجم تأثير 0.96
Bosch et al (2025)	تدخلات زيادة المشاركة في اتخاذ القرار	دراسة حالة نوعية	72 دراسة	مقابلات	استراتيجيات فعالة للمشاركة
Carr et al (2020)	تحليل بعدي لتدخلات علم النفس الإيجابي	تحليل بعدي	347 دراسة	تحليل احصائي	فاعلية متوسطة إلى كبيرة
Bono et al (2020)	تدخل الامتنان في المدارس الثانوية	شبه تجريبي	106 طالب وطالبة تعليم متوسط	مقياس الامتنان	تحسن في الصحة النفسية مع فروق جنسية
Bono et al (2023)	تدخل الامتنان عبر وسائل التواصل	شبه تجريبي	214 طالباً وطالبة بالثانوية	مقياس الرفاهية	استفادة أكبر للإناث
Dunning et al (2018)	تحليل بعدي لتدخلات اليقظة الذهنية	تحليل بعدي	دراسات متعددة	تحليل احصائي	تأثير إيجابي كبير (d = 0.65)
Kuyken et al (2022)	تجربة MYRIAD للتدريب على اليقظة الذهنية	تجريبي عشوائي	8376 مراهقاً	مقاييس متعددة	نتائج مختلطة مع استفادة فئات محددة
Cai et al (2025)	تحليل شبكي للتدخلات المدرسية للمرونة	تحليل شبكي بعدي	15.347 مشاركا	تحليل احصائي	فاعلية التدخلات (متعددة المكونات d = 0.82)
Metz et al (2023)	تدخلات حل المشكلات والاكتئاب والقلق	مراجعة منهجية	دراسات متعددة	تحليل نوعي	فاعلية ملموسة في معالجة الاكتئاب
Zhang et al (2025)	حل المشكلات عبر التعلم المعرفي بالتخصصات	شبه تجريبي	طلاب	اختبارات أداء	تحسن في الأداء الأكاديمي
Sumner et	تحليل بعدي لليوجا واليقظة الذهنية	تحليل بعدي	10.356 مشاركا	تحليل احصائي	تحسن بحجم تأثير

المؤلف/السنة	عنوان الدراسة	المنهج	العينة	الأداة	أهم النتائج
al، (2025)	المدرسية				متوسط (d = 0.58)
Osborn et al، (2020)	تدخل رقمي للإرشاد للاكتئاب والقلق	دراسة حالة	147 مراهقاً	منصة رقمية	إمكانية التدخلات الرقمية مع تحديات
Michelson et al، (2022)	حل المشكلات كعنصر أساسي في العلاج	تحليل نظري	85 دراسة مراجعة أدبيات	تحليل نوعي	أهمية حل المشكلات في العلاج والوقاية
المنشاوي (2022)	الاكتئاب لدى الأيتام	وصفي ارتباطي	55 يتيماً	مقياس الاكتئاب	علاقة بالتفكير الإيجابي
دغيش (2017)	اتخاذ القرار والكفاءة الذاتية	وصفي ارتباطي	مراهقون	مقاييس متعددة	علاقة إيجابية دالة

المصادر والمراجع

المراجع العربية:

أفراح فهد الحربي، فاعلية برنامج بريق في تنمية التفكير الإيجابي وخفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية في الكويت. المجلة العربية للنشر العلمي (AJSP)، 7 (67)، 379-402 (2024).

<https://doi.org/10.36571/ajsp6717>

العنزي، حمدي بنت بطي، فاعلية برنامج إرشادي تكاملي قائم على مهارات التفكير الإيجابي لتنمية الاتزان الانفعالي والمرونة النفسية لدى التلميذات المراهقات بالمرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية منطقة عرعر. مجلة البحث العلمي في التربية، (2018)، 19 (10)، 101-120.

<https://search.shamaa.org/fullrecord?ID=257352>

رميصاء دغيش، علاقة الكفاءة الذاتية باتخاذ القرار لدى المراهقين المترددين على دور الشباب دراسة ميدانية بدور الشباب مدينة ورقلة. رسالة ماجستير، كلية علوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة-الجزائر، (2017).

<http://search.mandumah.com/Record/1009935>

سحر المنشاوي، "فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي في خفض الاكتئاب لدى الطلبة الأيتام"، مجلة جرش للأبحاث والدراسات مجلة جرش للبحوث والدراسات، (2022)، 23 (2)، 3015-3043.

<http://digitalcommons.aaru.edu.jo>

عبدالله محمد عبدالظاهر الخولي، (2024). فاعلية برنامج إرشادي قائم على تدخلات الامتنان في تحسين السعادة والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة مجلة كلية التربية، أسيوط، (2024) 40 (4)، 1-68.

<https://doi.org/10.21608/mfes.2024.360306>

مروة مصطفى محمد، عماد أحمد حسن، محمد عبدالعظيم أحمد، فاعلية برنامج إرشادي قائم على فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الوجود النفسي الأفضل لدى المراهقات مدمنات الفيديوك. مجلة كلية التربية (أسيوط)، (2023) 39 (10.2)، 175-194.

<https://doi.org/10.21608/mfes.2023.330710>

هند نبيل على شواش، ومصطفى السعيد جبريل، فاعلية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتعلمين. مجلة بحوث التربية النوعية، القاهرة، (2020)، 2020 (59)، 377-397.

<https://doi.org/10.21608/mbse.2020.130270>

المراجع الأجنبية:

- Bono, G., Duffy, T., & Merz, E. L. (2023). Gratitude and Adolescents' Mental Health and Well-Being: Effects and Gender Differences for a Positive Social Media Intervention in High Schools. *Education Sciences*, 13(3), 320. <https://doi.org/10.3390/educsci13030320>
- Bono, G., Mangan, S., Fauteux, M., & Sender, J. (2020). A new approach to gratitude interventions in high schools that supports student wellbeing. *The Journal of Positive Psychology*, 15(5), 657-665. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1789712>
- Bosch, I., Siebel, H., Heiser, M., et al. (2025). Decision-making for children and adolescents: A scoping review of interventions increasing participation in decision-making. *Pediatric Research*, 97, 1840-1854. <https://doi.org/10.1038/s41390-024-03509-5>
- Cai, C., Zhengyang, M., Wang, Z., & Luo, S. (2025). School-based interventions for resilience in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychiatry*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1594658>
- Carr, A., Cullen, K., Keeney, C., Canning, C., Mooney, O., Chinseallaigh, E., & O'Dowd, A. (2020). Effectiveness of positive psychology interventions: a systematic review and meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 16(6), 749-769. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1818807>
- Dunning, D. L., Griffiths, K., Kuyken, W., Crane, C., Foulkes, L., Parker, J., & Dalgleish, T. (2018). Research review: The effects of mindfulness-based interventions on cognition and mental health in children and adolescents – A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60(3), 244-258. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12980>
- Gao, J., Samsilah, R., Soh, K. G., & Zeinab, Z. (2024). Effects of positive education intervention on growth mindset and resilience among boarding middle school adolescents in China: A randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1446260>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hartley, C. A., & Somerville, L. H. (2015). The neuroscience of adolescent decision-making. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 5, 108-115. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2015.09.004>
- Hofmann, S. G., & Hayes, S. C. (2019). The future of intervention science: Process-based therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296>
- Icenogle, G., & Cauffman, E. (2021). Adolescent decision making: A decade in review. *Journal of research on adolescence: the official journal of the Society for Research on Adolescence*, 31(4), 1006-1022. <https://doi.org/10.1111/jora.12608>
- Kuyken, W., Ball, S., Crane, C., Ganguli, P., Jones, B., Montero-Marin, J., et al. (2022). Effectiveness and cost-effectiveness of universal school-based mindfulness training compared with normal school provision in reducing risk of mental health problems and promoting well-being in adolescence: The MYRIAD cluster randomised controlled trial. *Evidence Based Mental Health*, 25. <https://doi.org/10.1136/ebmental-2021-300396>
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Murry, V. M., Smith, E. P., Bowers, E. P., Geldhof, G. J., & Buckingham, M. H. (2021). Positive youth development in 2020: Theory, research, programs, and the challenges we face. *Journal of Research on Adolescence*, 29(3), 551-564. <https://doi.org/10.1111/jora.12609>
- Masten, Ann & Monn, Amy & Supkoff, Laura. (2011). Resilience in children and adolescents. *Resilience and Mental Health: Challenges Across the Lifespan*. 103-119. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511994791.009>
- Metz, K., Lewis, J., Mitchell, J., Chakraborty, S., McLeod, B. D., Bjørndal, L., Mildon, R., & Shlonsky, A. (2023). (2024) Correction: Problem-solving interventions and depression among adolescents and young adults: A systematic review of the effectiveness of problem-solving interventions in preventing or treating depression. *PLOS ONE* 19(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0315129>
- Michelson, D., Hodgson, E., Bernstein, A., Chorpita, B. F., & Patel, V. (2022). Problem solving as an active ingredient in indicated prevention a Lerner nd treatment of youth depression and anxiety: An integrative review. *Lerner Journal of Adolescent Health*, 71(4), 390-405. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.05.005>

- Osborn, T. L., Rodriguez, M., Wasil, A. R., Venturo-Conerly, K. E., Gan, J., Alemu, R. G., Roe, E., Arango G., S., Otieno, B. H., Wasanga, C. M., Shingleton, R., & Weisz, J. R. (2020). Single-session digital intervention for adolescent depression, anxiety, and well-being: Outcomes of a randomized controlled trial with Kenyan adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(7), 657–668. <https://doi.org/10.1037/ccp0000505>
- Seligman, M. E. P. (2018). Positive psychology: A personal history. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15, 1-23. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095653>
- Shek, Daniel TL., Diya Dou., Xiaoqin Zhu and Wenyu Chai. (2019). Positive youth development: Current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 131–141. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S179946>
- Sumner, A. L., Cartwright, T., Ballieux, H., & Edginton, T. (2025). School-based yoga and mindfulness interventions for young adolescents: A qualitative study in a disadvantaged area. *British Journal of Health Psychology*, 30, e12793. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12793>
- Wammerl, M., & Lichtinger, U. (2025). PERMA.teach: a study on the effectiveness of a standardized positive education training program in Austria. *Frontiers in psychology*, 16, 1516572. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1516572>
- Wang, Y., Zai, F., & Zhou, X. (2025). The Impact of Emotion Regulation Strategies on Teachers' Well-Being and Positive Emotions: A Meta-Analysis. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 15(3), 342. <https://doi.org/10.3390/bs15030342>
- Zhang, C., Wang, P., Zeng, X., & Wang, X. (2025). A case study on developing students' problem-solving skills through interdisciplinary thematic learning. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1447089>