تعتبر الرفاهية النفسية من المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي باعتبارها عنصرا أساسيا في تحقيق التوازن النفسي عند الشخص لارتباطها بإحساس الشخص بالرضا عن حياته وقدرته على التكيف مع الضغوط والتحديات اليومية بفاعلية كما تدل الرفاهية النفسية على مجموعة من المؤشرات الإيجابية التي تعبر عن الصحة النفسية الجيدة مثل الشعور بالسعادة الاستقلالية تقدير الذات هدف في حياة بناء علاقات إيجابية مع الآخرين . كما يعتبر التفاؤل من الجوانب النفسية الإيجابية المرتبطة ارتباطا وثيقا بالصحة النفسية للفرد فهو يمنحه شعورا بالطمأنينة والانسجام الداخلي ويدفع الإنسان إلى النظر بنظرة إيجابية في حياة وتعد تعد ظاهرة التدخين من أكثر السلوكيات السلبية انتشارا بين فئة الشباب حيث يلجأ إليه البعض نتيجة عدة مؤثرات نفسية واجتماعية وعافية كرغبة في إثبات الذات أو جذب اهتمام الآخرين غير أن تدخين لا يحقق هذه الأهداف بل يؤدي إلى آثار عكسية تؤثر سلبا في الاستقرار والصحة النفسية.و من خلال دراستنا هذه حاولنا تسليط الضوء على فئة الشباب المدخن و الكشف على مستوى تفاؤلهم و رفاهيتهم النفسية ، وعليه قمنا بتقسيم دراستنا إلى جانبين : الجانب النظري ويضم الفصل الأول وهو مدخل الدراسة، الفصل الثاني بعنوان الرفاهية النفسية،ثم الفصل الرابع بعنوان التدخين، وفي الجانب التطبيقي تطرقنا إلى أبرز إجراءات دراستنا الميدانية وخطواتها وكذلك عرضنا نتائج دراستنا ومناقشتها وهذا في الفصل الخامس بعنوان الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، أما الفصل الأخير فيحتوي على عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها على ضوء الدراسات السابقة والتراث النظري، ثم الخاتمة وصولا إلى الاقتراحات و التوصيات الخاصة بدراستنا.

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي