

هدفت هذه الدراسة البحثية إلى تطوير نموذج مفاهيمي لاستكشاف محددات العمل عن بعد وأثرها التأثير على الصحة النفسية للموظفين. العلاقة بين محددات العمل عن بعد والصحة النفسية والتعرف على أهمها ترتبط النزعة وتقرير المصير والتوازن بين العمل والحياة بشكل إيجابي بالصحة النفسية تقرير المصير هو العامل الأكثر تأثيراً. والتوازن بين العمل والحياة تظهر أيضاً إيجابية يوفر هذا النموذج أساساً للموظفين الذين يعانون من العمل عن بعد لتطوير استراتيجياتهم الحفاظ على صحتهم النفسية أو تحسينها. إذا كان الموظفون يعانون من اضطرابات في عملهم وبالتالي تحسين رفاهيتهم بشكل عام. نظراً لأنه تم ذلك باستخدام حجم عينة وتركيز محدود قد تختلف النتائج باختلاف عينة أكبر وأكثر تنوعاً. بالإضافة إلى ذلك، 5% فقط من التباين في الصحة النفسية، مما يشير إلى عوامل أخرى قد تؤثر تتوافق نتائج هذه الدراسة مع الأدبيات الموجودة حول تأثير العمل عن بعد على الحالة النفسية (2022) أكد على أن الموظفين ذوي الرفاهية العالية يظهرون وظائف أفضل عامل، أداء. يتماشى التركيز على النزعة التصرفية والتوازن بين العمل والحياة مع الأبحاث السابقة (2019). مما يجعله ضرورياً للموظفين لإدارته التوازن بين العمل والحياة بشكل فعال لمنع التوتر والإرهاق. بالإضافة إلى ذلك، فإن العلاقة الإيجابية بين إتقان التكنولوجيا والرفاهية النفسية يدعمان فكرة أن الوصول إلى التكنولوجيا واستخدامها بشكل فعال هذا عن بعد. والنزعة التصرفية، تعزيز هذه العوامل، ومؤسسات التعليم والتدريب المهني، التعليم والتدريب المهني والتقني تحديات العمل عن بعد. ويساهم البحث في تنامي المعرفة حول العمل عن بعد والصحة النفسية. تستطيع المنظمات إدارة الميول التصرفية، والاستفادة من التكنولوجيا تعزيز بيئة عمل عن بعد داعمة تعزز الصحة النفسية للموظفين. بحث دور الدعم التنظيمي في تعزيز تقرير المصير والمرونة بين العاملين عن بعد يمكن أن توفر رؤى أعمق. مثل الواقع الافتراضي والذكاء الاصطناعي، ديناميكيات العمل عن بعد والرفاهية وينبغي للباحثين أيضاً النظر في الطولية دراسات لفهم الطبيعة المتطورة للعمل عن بعد وآثارها على رفاهية الموظف مع مرور الوقت. إن توسيع حجم العينة وضم التركيبة السكانية المتنوعة يمكن أن يساعد في تعميم النتائج وتطويرها