



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا
قسم علم النفس

برنامج لتحسين جودة الحياة كمدخل لرفع درجة تقدير الذات للتأخرين دراسيا من طلاب المرحلة الثانوية

دراسة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(علم نفس تعليمي)

إعداد

ضياء أحمد حسني الكرد

إشراف

أ.د. أسماء عبد المنعم إبراهيم

أستاذ علم النفس - كلية البنات - جامعة عين شمس

أ.د. سناء محمد سليمان

أستاذ علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس

2013 م - 1435 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْشَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً
طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾

سورة النحل آية 97 .



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه الفلسفة في التربية

اسم الباحث : ضياء أحمد حسني الكرد

عنوان الرسالة

"برنامج لتحسين جودة الحياة كمدخل لرفع درجة تقدير الذات لدى المتأخرين دراسياً من
طلاب المرحلة الثانوية"

دراسة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص علم نفس تعليمي

لجنة المناقشة و الحكم :

أ.د/ أمينة محمد كاظم مناقشاً أستاذ علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس
أ.د/ رشاد عبدالعزيز موسى مناقشاً أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة الأزهر.
أ.د. سناء محمد سليمان مشرفاً أستاذ علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس
أ.د/ أسماء عبد المنعم إبراهيم مشرفاً أستاذ علم النفس - كلية البنات - جامعة عين شمس

الدراسات العليا

تمت المناقشة العلنية في كلية البنات يوم الأحد الموافق 2013/12/22

اجيزت الرسالة بتاريخ: / /

موافقة مجلس الكلية بتاريخ: / /

موافقة مجلس الجامعة بتاريخ: / /

ختم الاجازة

شكر وتقدير

الحمد لله رب العلمين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد الصادق الأمين، وعلى صحبه الغر الميامين وعلى من اتبعه بإحسان إلى يوم الدين .

الحمد لله الذي بفضله وكرمه ونعمته، أن من على بأن سخر لي من عبادة من جعل لي الصعب سهلاً ، وذلك لي الصعاب، ومن لم يشكر الله لا يشكر الناس.

يسعدني ويشرفني أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى من قدم لي يد العون والمساعدة طيلة مسيرة هذا العمل المتواضع.

وعرفاناً مني بالجميل فإنني أتقدم بخالص شكري وتقديري للأستاذة الدكتورة سناء محمد سليمان ؛ والأستاذة الدكتورة أسماء عبد المنعم إبراهيم لتفضلهما لقبول الاشراف عليّ في رسالتي وأيضاً لما بذلتاه من جهد عظيم في توجيهي وإسداء النصح والإرشاد لي طوال فترة كتابة وإعداد رسالتي ، ولم تدخرا من بحر علمهما، وفيض عطائهما شيئاً فلهن مني خالص الشكر والتقدير ... وفي هذا المقام أيضاً، فإنني أسطر خالص آيات الشكر والوفاء إلى كل من ، الأستاذة الدكتورة أمينة محمد كاظم ؛ والأستاذ الدكتور رشاد عبد العزيز موسى لتفضلهما عليّ ومنحي وسام شرف قبولهما مناقشتي في أطروحة الرسالة هذه .. ليثرياها بعلمهما .. قوة وبلاغة وعلماً .. فأسأله سبحانه أن يجعل هذا الجهد في ميزان حسناتهم ورفعته درجاتهم يوم القيامة..

والشكر موصولاً لأخطه بمداد الوفاء الذين واكبوا مشواري في خضم هذه الدراسة إلى الكنز الثمين ، اللذين من صبرهما وعطفهما أستمد عزيمتي ، وبدعائهما أحقق نجاحي .. إلى أمي وأبي أطل الله في عمرهما إلى من ضحت لأجلي بوقتها وجهدها.... إلى شريكة حياتي... زوجتي الغالية... إلى الأمل المشرق في حياتي ... إلى أبنائي الأعزاء "أحمد، مالك، شذى، غنى ... إلى أختي العزيزة وإخواني الأفاضل.... إلى اصدقائي وزملائي الاعزاء.

وإلى الأرض التي احتضنتني .. طالبا للعلم .. ولطالما شعرت بأنني واحدا من ابنائها فهي بلد لها فضل لن انساه .. وأناس عرفتهم ولن انساهم .. أرض العروبة .. أرض الكنانة .. انها مصر الحبيبة .. سائلا الله عز وجل ان يحفظها و شعبها من كل سوء ..

كما أسأل الله أن يكون هذا العمل خالصاً لوجهه تعالى، ويجعله من العلم النافع في خدمة وطني ، وما كان فيه من صواب فمن الله ، وما كان فيه من خطأ ونسيان فمن الشيطان ونفسي .

" اللهم إنفعني بما علمتني ، وعلمي ما ينفعني، وزدني علماً "

الباحث

مستخلص الدراسة

عنوان الدراسة : برنامج لتحسين جودة الحياة كمدخل لرفع درجة تقدير الذات لدى المتأخرين دراسياً من طلاب المرحلة الثانوية.

أهداف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية إلى تحسين جودة الحياة لدى المتأخرين دراسياً من طلاب المرحلة الثانوية وذلك بهدف رفع درجة تقدير الذات.

منهج الدراسة : استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي ، حيث تم التصميم التجريبي المكون من مجموعتين متكافئتين " التجريبية والضابطة " ، و تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية ، ثم القياس البعدي على المجموعتين " التجريبية والضابطة " والقياس التتبعي بعد شهرين من انتهاء جلسات البرنامج على المجموعة التجريبية.

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (32) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية (الحادي عشر) بمدرسة عبد الكريم العكوك بالمحافظة الوسطى بغزة ، وتقسمهم إلى مجموعتين إحداهما ضابطة (16) طالباً ، والأخرى تجريبية (16) طالباً.

أدوات الدراسة :

- 1- مقياس جودة الحياة لطلاب المرحلة الثانوية (من إعداد الباحث).
- 2- مقياس تقدير الذات للمراهقين والراشدين (إعداد هيلمريتش وستاب وإيرافن تعريب عادل محمد 1991).
- 3- برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية (من إعداد الباحث).
- 4- اختبار ذكاء (المصفوفات المتتابعة) إعداد جون رافن.
- 5- استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة (من إعداد الباحث).

نتائج الدراسة :

أثبتت فعالية البرنامج التدريبي في تحسين جودة الحياة ورفع درجة تقدير الذات لدى المجموعة التجريبية (المتأخرين دراسياً من طلاب المرحلة الثانوية) سواء بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي أو في القياس التتبعي .

الكلمات المفتاحية : البرنامج التدريبي - جودة الحياة - تقدير الذات - المتأخرين دراسياً

ABSTRACT

Title of the study: A Program for Improving Quality of Life As An Entry for Raising Self- Esteem for Underachiever Students To Secondary Stage.

Objectives of the study: The present study aims to improve the quality of life for Underachiever Students To Secondary Stage and in order to raise self-esteem, to identify the extent of the program's effectiveness in improving the quality of life of the latecomers semester of high school students (sample) after the end of the program training and during the follow-up period.

Methodology: researcher used the quasi-experimental, where the selection and appointment of the two sets of study, "the control and experimental" randomly "have been confirmed by a large margin of homogeneity, then applied the training program on the experimental group, and again applied the standard dimensional to two" control and experiment "and after a period of follow-up "two months of the end of the program sessions" post-test was applied second tracing test on the experimental group to determine the continuing impact of the training program.

Sample of the study: The study sample consisted of 32 students from the high school students Al Aklok school maintain central Gaza, and divided into two groups, one experimental group (16 students), and (16) students.

Tools of the study:

- 1 - measure of the quality of life for high school students (prepared by the researcher).
- 2 - measure of self-esteem of adolescents and adults (Helmrich setting and Stubbs and Aaruffin Arabization Adel Mohamed 1991).
- 3 - a training program to improve the quality of life of students at the secondary level (prepared by the researcher).
- 4-IQ test (Raven progressive matrices)
- 5 - Measure of socio-cultural level of the family (prepared by the researcher).

Results of the study: effectiveness of the program to improve the quality of life as an input to raise the degree of self-esteem to the experimental group (Underachievement of high school students)and after finish to the program or the tracing test.

Key Words: The training program - Quality of life - Self esteem -

Underachievement

محتويات الدراسة

الصفحة	الموضوع
	الفصل الأول
	مدخل الدراسة
2	مقدمة الدراسة:.....
5	مشكلة الدراسة:.....
6	أهداف الدراسة:.....
6	أهمية الدراسة:.....
7	مصطلحات الدراسة:.....
10	حدود الدراسة :
10	إجراءات الدراسة:.....
	الفصل الثاني
	الإطار النظري للدراسة
	المحور الاول: جودة الحياة
13	مفهوم جودة الحياة :النشأة والتطور:.....
14	تعريف جودة الحياة:.....
17	النماذج المفسرة لجودة الحياة.....
23	جودة الحياة من المنظور الإسلامي:.....
26	أبعاد جودة الحياة:.....
28	مظاهر جودة الحياة:.....
34	مقاييس جودة الحياة:.....
36	دواعي الحاجة لجودة الحياة:.....
39	

تابع المحتويات

الصفحة	الموضوع
45	المحور الثاني: تقدير الذات
46	مفهوم تقدير الذات:.....
48	أهمية تقدير الذات:.....
50	خصائص تقدير الذات:.....
53	النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات:.....
58	العوامل المؤثرة في مفهوم تقدير الذات:.....
65	المحور الثالث :التأخر الدراسي
66	تعريف التأخر الدراسي:.....
67	خصائص الطلاب المتأخرين دراسياً:.....
71	أسباب التأخر الدراسي:.....
73	أبعاد مشكلة التأخر الدراسي:.....
74	التأخر الدراسي وعلاقته بتقدير الذات:.....
	الفصل الثالث
	دراسات سابقة
78	أولاً : دراسات تناولت جودة الحياة:.....
78	ثانياً : دراسات تناولت تقدير الذات:.....
84	ثالثاً : دراسات تناولت التأخر الدراسي:.....
89	رابعاً : تعقيب عام على الدراسات السابقة:.....
92	خامساً : فروض الدراسة :.....
93	

تابع المحتويات

الصفحة	الموضوع
	الفصل الرابع
	منهج وإجراءات الدراسة
95 منهج الدراسة:
95 مجتمع الدراسة:
96 عينة الدراسة:
97 أدوات الدراسة:
101 مقياس جودة الحياة:
101 مقياس تقدير الذات:
120 اختبار الذكاء (المصفوفات المتتابعة لرافن):
124 استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي:
127 برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة كمدخل لرفع تقدير الذات لدى المتأخرين دراسياً:
129	
	الفصل الخامس
	نتائج الدراسة ... تحليلها وتفسيرها
154	أولاً : نتائج الدراسة الوصفية
157 السؤال الأول ونتائجه:
158 السؤال الثاني ونتائجه:
159	ثانياً : نتائج الدراسة التجريبية
159 الفرض الأول ونتائجه:
164 الفرض الثاني ونتائجه:
168 الفرض الثالث ونتائجه:
173 الفرض الرابع ونتائجه:
 الفرض الخامس ونتائجه:

176	الفرض السادس ونتائجه:.....
179	توصيات الدراسة:.....
183	بحوث مقترحة:.....
183	مراجع الدراسة:.....
185	المراجع العربية:.....
185	المراجع الأجنبية:.....
197	ملاحق الدراسة:.....
202	ملخص الدراسة باللغة العربية:.....
232	ملخص الدراسة باللغة الانجليزية:.....
236	

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
96	تصميم لمجموعي الدراسة.	1
97	خصائص عينة الدراسة قبل تطبيق البرنامج التدريبي .	2
99	متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية والعينة الضابطة على مقياس جودة الحياة.	3
100	متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية والعينة الضابطة على مقياس تقدير الذات.	4
100	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية والعينة الضابطة على مقياس المستوى الاجتماعي الثقافي ومقياس القدرة العقلية (الذكاء).	5
103	المقاييس السابقة التي تناولت جودة الحياة وتم الاستفادة منها في بناء المقياس.	6
106	استجابات المجموعة الاستطلاعية على الأسئلة المفتوحة	7
108	توزيع الفقرات الإيجابية والفقرات السلبية على أبعاد المقياس.	8

تابع

110	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة الصحية ودرجتها الكلية.	9
111	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة النفسية ودرجتها الكلية.	10
112	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة الأسرية ودرجتها الكلية.	11
114	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة الاجتماعية ودرجتها الكلية.	12
115	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة إدارة وشغل الوقت ودرجتها الكلية.	13
116	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة الدينية ودرجتها الكلية.	14
117	معاملات ارتباط بيرسون ودلالاتها الإحصائية بين جميع فقرات جودة الحياة المدرسية ودرجتها الكلية.	15
118	معاملات ارتباط بيرسون بين جميع مجالات مقياس جودة الحياة وبين درجته الكلية.	16
119	معامل الارتباط قبل وبعد تعديل مقياس جودة الحياة باستخدام معادلة جوتمان.	17
120	معامل ألفا كرونباخ لجميع مجالات مقياس جودة الحياة ودرجته الكلية.	18
121	معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات مقياس تقدير الذات ودرجته الكلية.	19
125	معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات اختبار رافن للقدرة العقلية (الذكاء) ودرجته الكلية.	20
128	معامل ارتباط بيرسون لجميع فقرات مقياس المستوى الاجتماعي الثقافي مع الدرجة الكلية للمقياس.	21
145	ملخص لمحتوى البرنامج التدريبي.	22

تابع

23	خصائص العينة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي المستخدم في الدراسة.	151
24	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لدرجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات (قبل تطبيق البرنامج)	154
25	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لدرجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات (بعد تطبيق البرنامج)	155
26	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لدرجات عينة الدراسة الضابطة على مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات (قبل تطبيق البرنامج)	155
27	المتوسطات والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لدرجات عينة الدراسة الضابطة على مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات (بعد تطبيق البرنامج)	156
28	القيم المرجعية التي تحدد مستوى الوزن النسبي.	157
29	المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لمقياس جودة الحياة	157
30	المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لمقياس تقدير الذات	158
31	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس جودة الحياة قبل وبعد تطبيق البرنامج المستخدم.	160
32	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات العينة التجريبية والعينة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس جودة الحياة.	164
33	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس جودة الحياة بعد فترة المتابعة.	169
34	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس تقدير الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي.	173
35	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات العينة الضابطة والتجريبية على مقياس تقدير الذات وبعد تطبيق البرنامج التدريبي.	176
36	متوسط الرتب ومجموع الرتب وقيمة Z ودلالاتها الإحصائية بين درجات عينة الدراسة التجريبية على مقياس تقدير الذات بعد تطبيق البرنامج وبعد فترة المتابعة	179

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
24	نموذج جودة الحياة النفسية لستاسي وآخرون	1
29	أبعاد جودة الحياة لفينتنو كودت	2
33	تصنيف محددات جودة الحياة وفق موقعها وطريقة قياسها	3
55	هرم ماسلو للحاجات الإنسانية	4
62	العوامل المؤثرة في تكوين تقدير الذات	5
135	المخطط العام للبرنامج التدريبي	6

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
202	مقياس جودة الحياة في صورته الأولية	1
210	مقياس جودة الحياة في صورته النهائية	2
216	مقياس تقدير الذات في صورته الأولي	3
220	مقياس تقدير الذات في صورته النهائية	4
222	استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي	5
224	نموذج من اختبار الذكاء (المصفوفات المتتابعة) لرافن	6
226	أسماء السادة المحكمين	7
227	برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة ورفع درجة تقدير الذات لدى المتأخرين دراسيا من طلاب المرحلة الثانوية	8
228	الخطابات الرسمية	9

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة الدراسة

مشكلة الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

مصطلحات الدراسة

حدود الدراسة

إجراءات الدراسة

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة الدراسة

أنعم - الله سبحانه وتعالى - على الإنسان بنعمة الحياة ، ومن حق كل إنسان أن يحيا حياة ملؤها الحب والسعادة والتفاؤل ، وهذا ما أجمعت عليه كافة الديانات والشرائع السماوية ، وكذلك قوانين البشر؛ ولتحقيق ذلك في حياة الفرد داخل المجتمع كان الاهتمام بعلم النفس الايجابي أن يسير في اتجاه الارتقاء بالفرد في حياته باحثاً عن السمات الايجابية ، ومحققاً لها، ومعالجاً لجوانب الضعف وإحلالها بأخرى ايجابية وذلك من خلال النظريات النفسية والدراسات و الأبحاث التربوية.

إن ما يقدمه علم النفس الايجابي من مقترحات وحلول وأساليب تسهم في إرتقاء الأفراد ، وتساعدهم في التغلب على مشكلاتهم النفسية والتربوية، ظهر جلياً في المؤسسات التعليمية من خلال معالجة الكثير من الظواهر والسلوكيات التي يعاني من الطلبة بوجه عام، والطلبة الفلسطينيين بوجه خاص، نتيجة للانتهاكات والممارسات القمعية والتي يعيشها المجتمع الفلسطيني المحتل ، مما انعكس ذلك على ظهور الكثير من الإضطرابات السلوكية والتربوية لدى فئات المجتمع ، ومنهم الطلبة ، ومن أبرزها التأخر الدراسي .

يعتبر التأخر الدراسي Underachievement مشكلة تربوية وإجتماعية ونفسية لفتت أنظار علماء النفس والمربين و تظهر هذه المشكلة في كل فصل دراسي، حيث نجد مجموعة من الطلبة تعجز عن مسايرة بقية زملائهم في تحصيل و إستيعاب المنهج المقرر، وفي أحيان كثيرة تمثل هذه المجموعة مصدر من مصادر الإعاقات و القلق، وهم الطلبة المتأخرين دراسياً حيث يعانون من مشاعر النقص و عدم الاكتفاء والإحساس بالعجز عن مسايرة زملائهم، مما يجعل البعض منهم يقوم بالتعبير عن هذه المشاعر السلبية إما بالسلوك العدواني أو الانطواء. مما يترتب عليه اضطراب في العملية التربوية والتعليمية بالنسبة للمعلم و المتعلم العادي (صالح الجدعي، 2001: 4).

ولذا كان لزاماً البحث عن مفهوم يسهم في نهوض الطلبة المتأخرين دراسياً ويساعدهم للوصول إلى بر الأمان والإرتقاء في حياتهم العلمية والعملية ، فكان مفهوم جودة الحياة أحد مفاهيم علم النفس الايجابي، الذي يشمل الصحة العامة والتوافق والتفاؤل بالمستقبل والسعادة والرضا عن الحياة.