



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

## فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى

### معلمي مرحلة التعليم الأساسي

رسالة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص علم نفس تعلمي)

إعداد

**فاطمة علي أحمد المرخبي**

محاضر مساعد بقسم التربية وعلم النفس

كلية المعلمين / جامعة الزاوية

إشراف

**د/وفاء محمد السعيد**

أستاذ علم النفس المساعد

كلية البنات - جامعة عين شمس

**أ.د/ شاديه أحمد عبد الخالق**

أستاذ علم النفس التربوي

كلية البنات - جامعة عين شمس

(٢٠١٣ - ٢٠١٢)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿قَالَ رَبُّ أَشْرَمَ لِي صَدِّيقٍ (٣٥) وَيَسِّرْ لِي أَمْرِيَّ  
﴾ (٣٦) وَاحْلُلْ مُقْدَّةً مِّنْ لِسَانِيَّ (٣٧) يَفْقَهُوا قَوْلِيَّ (٣٨)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"من سورة طه"

**صفحة العنوان :**

أسم الطالبة : فاطمة علي أحمد المرخي .

الدرجة العلمية : دكتوراه - تخصص علم النفس .

القسم التابع له : قسم علم النفس .

أسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربيـة .

سنة التخرج : ٢٠٠٣ .

سنة المنح : ٢٠١٣ .



كلية البناء

### رسالة الدكتوراه

اسم الطالبة: فاطمة على أحمد المرخي .

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى معلمى مرحلة التعليم الأساسي.

اسم الدرجة : الدكتوراه .

لجنة الإشراف والمناقشة :

١ - أ. د / شاديه أحمد عبد الخالق - أستاذ علم النفس بكلية البناء - جامعة عين شمس .  
( مشرفاً )

٢ - أ. د / سعيدة محمد أبو سوسو- أستاذ علم النفس بكلية الدراسات الإنسانية - جامعة الأزهر.  
( مناقشاً )

٣ - د / وفاء محمد السيد - أستاذ علم النفس المساعد بكلية البناء - جامعة عين شمس .  
( مشرفاً )

٤ - د / ماجي وليم يوسف - أستاذ علم النفس المساعد بكلية البناء - جامعة عين شمس .  
( مناقشاً )

تاریخ البحث : ٢٠١٣ / /

الدراسات العليا

ختم الإجازة

٢٠١٣ / /

أجيزت الرسالة بتاريخ

٢٠١٣ / /

موافقة مجلس الجامعة

٢٠١٣ / /

موافقة مجلس الكلية

٢٠١٣ / /

# اللهم

إلى روح أبي الطاهرة :

تغmedها الله بواسع رحمته وأسكنها فسيم جنانه.

إلى أمي الغالية :

أطال الله في عمرها ومتعمها بالصحة والعافية .

إلى زوجي العزيز وأسرته وأبنائي الأعزاء :

حفظهم الله ورعاهم .

إلى إخوتي وأخواتي الأعزاء :

الذين عاشوا معي الحياة حلوها ومرها.

إليكم جميعاً أهدي ثمرة هذا الجهد



# شکر و نقاش

بسم الله الذي وسع كل شيء علمًا، والحمد لله حمدًا كثيرًا يليق بجلال وجهه الكريم  
وسلطانه العظيم، والصلوة والسلام على سيدنا ورسولنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

وبعد،،،

فيطيب لي بعد أن وفقي الله تعالى في إنجاز هذه الدراسة المتواضعة، أن اعترف ملخصة بالشكر له أولاً وأخراً، وأن أنقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى أصحاب الفضل الكبير، لما قدموه لي من نصح وإرشاد ومعونة، وفي مقدمتهم أستاذتي الفاضلة الدكتورة شاديه أحمد عبد الخالق، التي سعدت بإشرافها، ونهلت من ينبوع علمها، وسمو أخلاقها الفاضلة، ولقد أعطتني بإنصاف من وقتها، وجانب فكرها، فجزاها الله عنى خير الجزاء وجزيل العطاء، وجعلني لها تلميذة من أهل الوفاء .

وأنقدم بخالص شكري أيضاً إلى أستاذة الفاضلة الدكتوره وفاء محمد السيد على عطائها سعة صدرها، فجزاها الله عنى كل خير .

كما يسرني أن أسجل خالص شكري وامتناني إلى كل من الأستاذتين الفاضلتين: الدكتورة سعيدة محمد أبو سسو، أستاذ علم النفس بكلية الدراسات الإنسانية - جامعة الأزهر ، والدكتورة ماجي وليم يوسف، أستاذ علم النفس بكلية البنات - جامعة عين شمس، اللتان تقضلانا مشكورتين بقبول مناقشة هذه الدراسة، وإداء الملاحظات حولها ، والتي ستؤخذ بإذن الله بعين الاعتبار.

كما أنقدم بوافر التقدير والعرفان بالجميل إلى جميع أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية البنات - جامعة عين شمس، لما قدموه لي من ملاحظات وتسهيلات طيلة فترة الدراسة.

كما لا يفوتي أن أنقدم بالشكر والامتنان إلى كل من الأساتذة الأفاضل : الدكتور فتحي عبد الرحمن الضبع، والدكتور كمال عبد الرحمن محمد، والدكتور محمد السيد، الذين كانوا مثالاً للعطاء والتعاون، فجزاهم الله عنى كل خير .

كما أتقدم بجزيل الشكر والاحترام إلى معلمات مدرسة أبي شيبة بالزاوية، على التزامهن وسعت صدرهن ، وأخص بالذكر المعلمة الفاضلة تركية الخامس على تعاونها الدائم معى، فجزاهم الله جميعا عنى كل خير .

كما أسجل خالص تقديرى وامتنانى إلى صديقاتي العزيزات وفي مقدمتهن : الدكتورة مريم النائي، والدكتورة أمينه العريفى، والأستاذة الزهراء محمد، والأخت ولاء السيد على عطائهن اللامحدود معى، فجزاهم الله عنى كل خير، ولجميع صديقاتي اللاتي لا يسع المجال لذكرهن وإلى جميع زملاء الدراسة الذين لم أجد منهم سوى كل احترام وتقدير، وففهم الله جميعاً.

كما أتقدم ببالغ الحب وأسمى آيات الود لوالدى الكريمين، مع دعواتي بالرحمة والمغفرة لأبى، والصحة ودوام العافية لأمى، وعظيم الشكر لزوجي وصديقى ورفيق دربى عبد الرزاق سلمان، ولبقية أفراد أسرتى الذين وقفوا معي طيلة مرحلة البحث والإطلاع، وففهم الله جميعاً وجراهم عنى خير الجزاء .

إلى كل من ذكرت ومن لم أنظر خالص التقدير والامتنان، والله الحمد من قبل ومن بعد، وأدعوه أن يوفقني لما فيه الخير والرشاد، فإن وفقت بذلك ما أصبوا إليه، وإن صاحبني القصور فالقصور من صفات البشر، والكمال الله وحده وأختم بقول الله تعالى : بسم الله الرحمن الرحيم ﴿ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا﴾ صدق الله العظيم .

## **مستخلص الدراسة**

هدفت الدراسة الحالية إلى: بناء برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بلبيبا، والتحقق من مدى فاعليته.

**تعددت مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الرئيسي التالي:**

ما فاعليه البرنامج الإرشادي لتحسين جودة الحياة لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بلبيبا؟ ومنه تتفرع التساؤلات التالية:

١ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب معلمات المجموعة التجريبية على مقاييس جودة الحياة بأبعاده الثلاث: (الصحة - خصائص الشخصية السوية - البُعد الخارجي) بالنسبة للتطبيقين القبلي والبعدي؟

٢ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب التطبيق البعدى لمقياس جودة الحياة وأبعاده الثلاث على معلمات المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب معلمات المجموعة الضابطة على مقاييس جودة الحياة بأبعاده الثلاث: (الصحة - خصائص الشخصية السوية - البُعد الخارجي)؟

٣ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب التطبيق البعدى لمعلمات المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب المعلمات بعد فترة المتابعة على مقاييس جودة الحياة بأبعاده الثلاث: (الصحة - خصائص الشخصية السوية - البُعد الخارجي)؟

استخدمت الدراسة الحالية المنهج التجاربي لتحديد مدى فاعليه البرنامج الإرشادي في تنمية وتحسين جودة الحياة لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي.

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٠٠) معلمة من معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدرسة أبي شيبة بالزاوية، كما قامت الباحثة بتطبيق مقاييس جودة الحياة على عينة تكونت (٢٤) معلمة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين ومتجانستين، أحدهما المجموعة الضابطة وعدها (١٢) معلمة، والثانية المجموعة التجريبية وعدها (١٢) معلمة.

## **فروض الدراسة:**

- ١ - توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة وأبعاده الفرعية، وذلك لصالح القياس البعدي.
- ٢ - توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة على معلمات المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب معلمات المجموعة الضابطة لصالح البعثدي لمعلمات المجموعة التجريبية.
- ٣ - لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة على معلمات المجموعة التجريبية، ومتوسطات رتب المعلمات بعد فترة المتابعة.

## **نتائج الدراسة:**

أسفرت الدراسة الحالية على النتائج التالية:

- ١ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات رتب التطبيق القبلي والبعدي لمعلمات المجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة بأبعاده الثلاث لصالح التطبيق البعدي.
- ٢ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بالنسبة للبعد الخارجي والدرجة الكلية كمؤشر على جودة الحياة، وعند مستوى (٠,٠٥) بالنسبة لبعد خصائص الشخصية السوية، وبعد الصحة بين متوسطات رتب معلمات المجموعة الضابطة، ومتوسطات رتب التطبيق البعدي لمعلمات المجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة بأبعاده الثلاث لصالح التطبيق البعدي لمعلمات المجموعة التجريبية، مما يعد مؤشراً على إن الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمعلمات المجموعة التجريبية يرجع إلى تأثير البرنامج وليس إلى عوامل الصدفة والعنوانية.
- ٣ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب التطبيق البعدي لمعلمات المجموعة التجريبية، ومتوسطات رتبهن بعد فترة المتابعة على مقياس جودة الحياة بأبعاده الثلاث، مما يعد مؤشراً على فاعلية البرنامج وأثره طويل المدى في التأثير على جودة الحياة لمعلمات مرحلة التعليم الأساسي.

## **المستخلص الانجليزي**

The present study aimed to: build Counseling Program to Improve the Quality of Life of Basic Education in Libya, and verity of its Effectiveness so that the Study Trying to Answer that Questions:

1. Are there significant differences between experimental and control groups in post experiment of quality of life questionnaire?
2. Are there significant differences between experimental group quality of life questionnaire degrees in post and pre experiment?
3. Are there significant differences between experimental group quality of questionnaire degrees after applicant and after evaluation?

The present study used Experimental Approach to Determent Efficacy of Counseling Program which Preparing to Improve Quality of Life for (100) Female Teachers in Libyan Basic Education, From ABI-SHEBA School, the Present Researcher Divided the Study Sample With Lower Degrees in Quality of Life Questionnaire ( $n=24$ ) into Two Groups, the First One Control Group ( $n=12$ ), the Second One Experimental Group ( $n=12$ ), Who are Applicant the Counseling Program, The Results Showed That Effectiveness of The Program in Improving Teachers Quality of Life and also; the Long Term Effect of That Program, Finally, The Study a Commended Some Future Studies For New Researchers, and Some Educational Commendations for Individuals Based on The Educational Process.

# قائمة محتويات الدراسة

الصفحة	الموضوع
	<b>الفصل الأول: الإطار العام للدراسة</b>
١٢	المقدمة .
١٥	مشكلة الدراسة .
١٦	أهداف الدراسة .
١٦	أهمية الدراسة .
١٧	مصطلحات الدراسة .
١٨	حدود الدراسة .
	<b>الفصل الثاني : الإطار النظري</b>
٢٢	أولاً : جودة الحياة .
٢٢	أولاً : التطور التاريخي لمفهوم جودة الحياة :
٢٣	١ - جودة الحياة من المنظور الطبيعي .
٢٤	٢ - جودة الحياة من المنظور الاقتصادي والسياسي .
٢٥	٣ - جودة الحياة من المنظور الاجتماعي .
٢٦	ثانياً : تعريف جودة الحياة .
٢٩	ثالثاً : مؤشرات جودة الحياة :
٣٠	١ - المؤشرات الموضوعية .
٣١	٢ - المؤشرات الذاتية .
٣٢	٣ - التكامل بين المؤشرات الموضوعية والذاتية .

الصفحة	الموضوع
٣٣	رابعاً : أبعاد ومعايير جودة الحياة :
٣٥	١ - معيار الصحة .
٣٦	٢ - معيار خصائص الشخصية السوية .
٣٧	٣ - المعيار الخارجي .
٣٩	خامساً : مظاهر جودة الحياة :
٣٩	١ - العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال .
٣٩	٢ - إشباع الحاجات والرضا عن الحياة .
٤٠	٣ - إدراك الفرد القوى والمتضمنات الحياتية وإحساسه بجودة الحياة
٤٠	٤ - الصحة والبناء البيولوجي واحساس الفرد بالسعادة
٤٠	٥ - جودة الحياة الوجودية .
٤١	سادساً : معوقات جودة الحياة .
٤٣	سابعاً : مقومات جودة الحياة .
٤٧	ثامناً : الرؤى النظرية التي تناولت تفسير جودة الحياة :
٤٧	١ - تفسير جودة الحياة في ضوء نظرية إشباع الحاجات الإنسانية .
٤٨	٢ - تفسير جودة الحياة في ضوء نظرية المقارنة الاجتماعية .
٤٩	٣ - تفسير جودة الحياة في ضوء نظرية اتجاه ساميول .
٤٩	٤ - تفسير جودة الحياة في ضوء النظرية التكاملية .
٥٠	ثانياً : العلاج بالمعنى لفيكتور فرانكل .
٥٠	أولاً : التطور التاريخي للعلاج بالمعنى وأصوله الفلسفية والنفسية .
٥٤	ثانياً : مفهوم العلاج بالمعنى .

الصفحة	الموضوع
٥٤	ثالثاً : الاسس النظرية والافتراضات الاساسية للعلاج بالمعنى :
٥٤	١ - رؤية العلاج بالمعنى للطبيعة الانسانية .
٥٦	٢ - الافتراضات الاساسية للعلاج بالمعنى :
٥٦	• حرية الارادة .
٥٧	• ارادة المعنى .
٥٨	• معنى الحياة .
٦٢	رابعاً : الأهداف الإرشادية للعلاج بالمعنى .
٦٤	خامساً : فنيات العلاج بالمعنى .
٦٤	سادساً : العلاقة العلاجية في العلاج بالمعنى .
٦٧	ثالثاً : مرحلة التعليم الاساسي
٦٨	أولاً : تعريف التعليم الاساسي .
٦٩	ثانياً : أهداف التعليم الاساسي .
٧٠	ثالثاً : الضغوط التي يعاني منها معلمى مرحلة التعليم الاساسي بليبيا .
	<b>الفصل الثالث : الدراسات السابقة وفرض الدراسة</b>
٧٨	أولاً : الدراسات السابقة :
٧٨	المحور الأول : دراسات تناولت متغير جودة الحياة بوجه عام .
٨٥	المحور الثاني : دراسات تناولت جودة الحياة لدى عينة من المعلمين
٨٧	المحور الثالث : دراسات تناولت برامج إرشادية لتنمية وتحسين جودة الحياة .
٩٥	المحور الرابع: دراسات تجريبية تناولت فعالية العلاج والإرشاد بالمعنى.

الصفحة	الموضوع
١٠٥	ثانياً: فروض الدراسة .
	<b>الفصل الرابع : إجراءات الدراسة :</b>
١٠٧	أولاً : منهج الدراسة .
١٠٧	ثانياً : عينة الدراسة :
١٠٧	١ - عينة الدراسة الاستطلاعية .
١٠٧	٢ - عينة الدراسة الأساسية .
١١١	ثالثاً : أدوات الدراسة ومؤشراتها السيكومترية :
١١١	١ - الأدوات السيكومترية :
١١١	* مقياس جودة الحياة .
١١٩	* مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي .
١١٩	٢ - الأدوات التجريبية "برنامج تنمية وتحسين جودة الحياة" .
١٢٠	* الفكرة العامة القائم عليها البرنامج الإرشادي .
١٢١	* التخطيط العام للبرنامج الإرشادي .
١٢١	* أهداف البرنامج الإرشادي .
١٢٢	* مصادر اشتقاق وبناء البرنامج الإرشادي .
١٢٤	* عينة البرنامج الإرشادي .
١٢٤	* الحاجة إلى البرنامج الإرشادي وأهميته .
١٢٥	* أسس البرنامج الإرشادي .
١٢٦	* محتوى البرنامج الإرشادي .
١٣٠	*أسلوب تطبيق البرنامج الإرشادي .

الصفحة	الموضوع
١٣٠	*مكان تطبيق البرنامج الإرشادي .
١٣٠	*تقييم البرنامج الإرشادي .
١٣١	رابعاً : الأساليب الإحصائية .
١٣١	خامساً : خطوات الدراسة .
	<b>الفصل الخامس : نتائج الدراسة</b>
١٣٤	أولاً : فروض الدراسة ونتائجها :
١٣٤	١ - نتائج الفرض الأول .
١٣٥	٢ - نتائج الفرض الثاني .
١٣٧	٣ - نتائج الفرض الثالث .
١٣٩	ثانياً : تفسير النتائج ومناقشتها .
١٤٣	ثالثاً : توصيات الدراسة .
١٤٥	رابعاً : البحوث المقتربة .
	<b>مراجع الدراسة :</b>
١٤٧	أولاً : المراجع العربية .
١٥٦	ثانياً : المراجع الأجنبية .
	<b>ملحق الدراسة :</b>
١٦٢	ملحق ( ١ ) مقياس جودة الحياة .
١٧٠	ملحق ( ٢ ) مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي .
١٧٢	ملحق ( ٣ ) قائمة بأسماء السادة الممكّمين للبرنامج الإرشادي .
١٧٤	ملحق ( ٤ ) البرنامج الإرشادي لتحسين جودة الحياة .