



**جامعة عين شمس**

**كلية التربية**

**قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي**

## **برنامج إرشادي لتحسين مهارات الحياة في خفض العنف لدى عينة من طلاب المرحلة الابتدائية**

**رسالة مقدمة**

**للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية  
تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي**

**إعداد الباحثة**

**رانيا فكرى السيد احمد**

**إشراف**

**أ.م.د/ نبيل عبد الفتاح حافظ**

**أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد  
كلية التربية - جامعة عين شمس**

**أ.د/ سيد محمد صبحي**

**أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي  
كلية التربية - جامعة عين شمس  
عميد كلية التربية النوعية الأسبق**

**٢٠١٦ - ١٤٣٧**

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ"

(صدق الله العظيم)

(سورة البقرة: آية ٢٥٥)



**جامعة عين شمس**

**كلية التربية**

**قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى**

## **صفحة العنوان**

**عنوان الرسالة : برنامج إرشادى لتحسين مهارات الحياة فى خفض العنف**

**لدى عينة من طلاب المرحلة الابتدائية .**

**اسم الباحثة : رانيا فكرى السيد احمد.**

**الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة فى التربية.**

**القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسى.**

**اسم الكلية : التربية.**

**اسم الجامعة : عين شمس.**

**سنة التخرج : ٢٠٠٤.**

**سنة المنح : ٢٠١٦**



**جامعة عين شمس**

**كلية التربية**

**قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى**

## **رسالة دكتوراه**

اسم الباحثة : رانيا فكرى السيد احمد.  
عنوان الرسالة : برنامج إرشادى لتحسين مهارات الحياة فى خفض العنف  
لدى عينة من طلاب المرحلة الابتدائية.  
اسم الدرجة : دكتوراه الفلسفة فى التربية.  
لجنة الإشراف

- ١ - أ.د/ سيد محمد صبحى:  
استاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى - كلية التربية جامعة عين شمس.  
٢ - أ.م.د/ نبيل عبد الفتاح حافظ:  
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى المساعد - كلية التربية جامعة عين  
شمس.

## **تاريخ البحث**

٢٠١٦/ /

**الدراسات العليا**

أجيزت الرسالة بتاريخ ٢٠١٦/٤/٢١ ختم الاجازة / / ٢٠١٦

**موافقة مجلس الجامعة**

٢٠١٦ / /

**موافقة مجلس الكلية**

٢٠١٦ / /

## شكر وتقدير

الحمد لله الذى هدانا لهذا وما كنا لنهتدى لولا أن هدانا الله ، الحمد لله الذى يسر لى إتمام هذا العمل المتواضع الذى بين أيديكم. أما بعد فلا يسعنى بعد أن وفقنى المولى عز وجل إلى أن أتقدم بالشكر والعرفان بالجميل لكل من ساهم فى إخراج هذه الدراسة أتقدم بخالص عرفانى وعميق شكرى وإمتنانى إلى من وقفوا بجانبى طوال فترة إعداد الدراسة وأخص بالشكر من كان لهم الفضل بعد المولى عز وجل فى إخراج الرسالة فى شكلها الحالى فكل التقدير للأستاذ الدكتور /سيد صبحى أستاذ الصحة النفسية و الإرشاد النفسى بكلية التربية جامعة عين شمس على تفضله بالإشراف على الرسالة فلم يدخر جهداً فى مساعدتى بإسداء نصائحه لى فادعو الله أن يوفقه ويبارك له فى علمه وصحته. فله منى جزيل الشكر والعرفان بالجميل.

فمن حسن قدرى فى هذه الحياة أن أنعم الله على يابى الروحى الأستاذ الدكتور / نبيل عبدالفتاح حافظ أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى المساعد بكلية التربية جامعة عين شمس فلم ييخل بإعطائى أى معلومة متى إستعنت به، ولم يدخر جهداً أو وقتاً فى مساعدتى، فقد كان مثلاً يحتذى بيه فى التواضع ومساعدة طلابه، فادعو الله له وينعم بالصحة وتمام العافية ويعطيه من فضله وكرمه.

كما أتقدم بعظيم شكرى وتقديرى وأحترامى إلى الاستاذ الدكتور/ بطرس حافظ بطرس استاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة القاهرة. على تفضل سيادته بقبول مناقشة هذه الدراسة والذى يعتبر ذلك إثراءً وشرفاً للدارسة والباحثة. فجزاه الله عنى خير الجزاء وأنعم عليه بموفور الصحة وتمام العافية.

كما يشرفنا أن أتقدم بعظيم شكرى وتقديرى إلى الأستاذة الدكتورة / سميرة محمد شند، على تفضلها بقبول مناقشة هذه الدراسة والذى يعد ذلك شرفاً إثراءً للدارسة والباحثة على حد سواء، فجزاها الله عنى كل الخير، وأطال الله فى عمرها.

ولا يفوتنى أن أقدم عظيم شكرى وأحترامى وتقديرى لمديرى المدارس بالسماح تطبيق الجانب العملى للرسالة والمعلمين والأخصائيين وأفراد العينة على حسن تعاونهم معى من أجل إتمام الجانب العملى للدارسة.

كما لا أنسى فضل والدى الكرام (بارك الله فى عمرها) فقد كانا وما زالوا العمود الفقرى بالنسبة للباحثة، فقد قدما للباحثة الكثير من الدعم المعنوى والمادى،

بالنسبة للباحثة وتحملًا إنشغالي عنهما كثيراً ، فلهم منى جزيل الشكر، وجزاهم الله خيراً كثيراً.

وأعترف بأننى لم أستطيع الوفاء بحق أخواتى الذين وقفوا إلى جوارى طيلة مشوارى العلمى (رشا- رحاب - محمد- أحمد- إيهاب- محمد حلمى)، وفقهم الله وجزاهم عنى كل خير.

وكلمة شكر وعرفان بالجميل إلى أصدقائى(سلوى- أسماء- إيمان- منى- زكية)، على تشجيعهم لى لمواصلة الدراسة وبذل أقصى ما عندى من جهد وشاركوا فى دفع هذه الدراسة خطوات إلى الأمام .

هؤلاء من ذكرتهم من أصحاب الفضل أما من أغفلتهم من غير قصد فهم أصحاب فضل وأولى الناس بالشكر والإعتزاز جزى الله الجميع عنى خير الجزاء أنه سميع مجيب.

الباحثة

## مستخلص الدراسة

**عنوان الرسالة:** برنامج إرشادى لتحسين مهارات الحياة فى خفض العنف لدى عينة من طلاب المرحلة الابتدائية "

**هدف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية إلى :تحسين مهارات الحياة وخفض العنف لدى طلاب المرحلة الابتدائية.

- **منهج الدراسة:**تستخدم الدراسة الحالية المنهج التجريبي.

- **عينة الدراسة:** تتكون عينة الدراسة الحالية من (٤٠) طالباً من عينة كلية قوامها (١٨٠) من طلاب المرحلة الابتدائية تتراوح أعمارهم (١٢) سنة.

- **أدوات الدراسة:** تطلب الدراسة الحالية الاستعانة بمجموعة من الأدوات هي:

١. مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي للأسرة المصرية (إعداد/عبدالعزیز الشخص: ٢٠٠٦).

٢. استمارة ملاحظة خاصة بالباحثة. (إعداد/ الباحثة).

٣. استمارة ملاحظة خاصة بالمعلم والإخصائى النفسى والاجتماعى. (إعداد/ الباحثة).

٤. مقياس العنف. (إعداد/ الباحثة).

٥. مقياس المهارات الحياتية. (إعداد/ الباحثة).

٦. البرنامج الإرشادي. (إعداد/ الباحثة).

- **نتائج الدراسة:**أسفرت نتائج الدراسة عن : توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادى وذلك على مقياس المهارات الحياتية لصالح المجموعة التجريبية.توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادى ومتوسطات درجات نفس المجموعة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك على مقياس المهارات الحياتية لصالح المجموعة التجريبية. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياس البعدى ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياس التتبعى وذلك على مقياس المهارات الحياتية.

**الكلمات المفتاحية**

المهارات الحياتية Skills Life

العنف Violence

## قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	دليل القوائم
أ- ب	فهرس الموضوعات.
ت	فهرس الملاحق .
ث- ج	فهرس الجداول.
ح	فهرس الأشكال.
١١-١	<b>الفصل الأول "مدخل الدراسة".</b>
٢	مقدمة.
٤	مشكلة الدراسة.
٧	أهداف الدراسة.
٧	أهمية الدراسة.
٨	مصطلحات الدراسة.
١٠	حدود الدراسة.
٧٣-١٢	<b>الفصل الثاني "الإطار النظري" ويحتوى على محورين</b>
١٣	<b>تمهيد.</b>
٣٨-١٥	<b>أولاً: سيكولوجية العنف</b>
٧٢-٣٩	<b>ثانياً: المهارات الحياتية</b>
٤٤-٣٩	<b>تمهيد.</b>
٥٤-٤٥	<b>أولاً: مهارة إدارة الغضب.</b>
٦٥-٥٥	<b>ثانياً: مهارة التسامح.</b>
٧٢-٦٥	<b>ثالثاً: المهارات الإجتماعية.</b>
٧٣-٧٢	<b>تعقيب عما سبق.</b>
١٠٣-٧٤	<b>الفصل الثالث "دراسات وبحوث سابقة"</b>
٧٥	<b>تمهيد</b>
٨٠-٧٦	<b>القسم الأول: دراسات وبحوث سابقة</b>
	<b>أولاً : دراسات تناولت العنف في المرحلة الابتدائية.</b>
٩١-٨١	<b>ثانياً: دراسات تناولت مهارات الحياة في المرحلة الابتدائية.</b>



رقم الصفحة	دليل القوائم
٩٧-٩١	ثالثاً: دراسات تناولت مهارات الحياة والعنف لدى طلاب المرحلة الابتدائية.
١٠٢ - ٩٧	القسم الثاني : تعقيب على الدراسات والبحوث السابقة.
١٠٣-١٠٢	فروض الدراسة .
١٤٩-١٠٤	الفصل الرابع "إجراءات الدراسة"
١٠٥	تمهيد.
١٠٥	أولاً: منهج الدراسة.
١٠٥	ثانياً: عينة الدراسة.
١١٢-١٠٦	ثالثاً: أدوات الدراسة.
١٤٨ - ١٠٨	رابعاً: إجراءات الدراسة .
١٤٩	خامساً: أساليب المعالجة الإحصائية.
١٦٨-١٥٠	الفصل الخامس "نتائج الدراسة وتفسيرها"
١٥١	تمهيد.
١٦٠-١٥١	أولاً: نتائج الدراسة.
١٦٧-١٦١	ثانياً: مناقشة النتائج
١٦٧	ثالثاً: التوصيات
١٦٨	رابعاً: البحوث المقترحة.
١٨٦-١٦٩	المراجع
١٧٧-١٦٩	أولاً: المراجع العربية.
١٨٦-١٧٨	ثانياً: المراجع الأجنبية.

## قائمة الملحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	٣٣٥-١٨٧
(١)	مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.	١٨٨
(٢)	استمارة ملاحظة السلوكيات الدالة على العنف.	١٨٩
(٣)	استمارة ملاحظة خاصة بالمعلم والإخصائي النفسي والاجتماعي.	١٩٠
(٤)	الصورة الأولية عن مقياس العنف لدى طلاب المرحلة الابتدائية.	١٩١
(٥)	قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقياس المهارات الحياتية.	١٩٤
(٦)	نسب الاتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس العنف للطلاب	١٩٥
(٧)	الصورة النهائية مقياس العنف لدى طلاب المرحلة الابتدائية	١٩٧
(٨)	الصورة الأولية عن مقياس المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الابتدائية.	٢٠٠
(٩)	نسب الاتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الابتدائية.	٢٠٣
(١٠)	الصورة النهائية عن مقياس المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الابتدائية.	٢٠٥
(١١)	البرنامج الإرشادي.	٣١٧-٢٠٨
(١٢)	صور تم عرضها للطلاب في جلسات البرنامج.	٣٢٦-٣١٨
(١٣)	خطاب موجه لجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء.	٣٢٧
(١٤)	قرار رئيس الجهاز المركزى للتعبئة والإحصاء (التفويض).	٣٢٨
(١٥)	صور فوتوغرافية تعبر عن البرنامج	٣٣٥-٣٢٩
<b>ملخص الدراسة</b>		
* ملخص الدراسة باللغة العربية .		
* ملخص الدراسة باللغة الأجنبية .		
٣-١		

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١١٢	دلالة الفروق بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على متغير العمر الزمني .	١
١١٥-١١٤	مفردات مقياس العنف بعد التدوير باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي	٢
١١٧-١١٦	الاتساق الداخلي لعبارات مقياس العنف .	٣
١١٧	معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس .	٤
١١٨	معاملات الثبات لأبعاد مقياس و المقياس ككل .	٥
١٢٤-١٢٣	مفردات مقياس المهارات الحياتية بعد التدوير باستخدام التحليل العاملي الاستكشاف .	٦
١٢٦-١٢٥	الاتساق الداخلي لعبارات مقياس المهارات الحياتية .	٧
١٢٦	معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس .	٨
١٢٧	معاملات الثبات لأبعاد المقياس و المقياس ككل .	٩
١٤٧-١٤١	يوضح جلسات البرنامج الإرشادي وما تحتويه من فنيات والهدف منها.	١٠
١٥١	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها على مقياس المهارات الحياتية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي.	١١

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٥٣	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها فى مقياس المهارات الحياتية فى القياسيين القبلي والبعدي.	١٢
١٥٥	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها على مقياس المهارات الحياتية فى القياسيين البعدي و التتبعي	١٣
١٥٦	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها على مقياس العنف لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى التطبيق البعدي	١٤
١٥٨	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها فى مقياس العنف فى القياسيين القبلي والبعدي	١٥
١٦٠	يوضح الأعداد و المتوسطات و الانحرافات المعيارية و قيمة " ت " و دلالتها على مقياس العنف فى القياسيين البعدي و التتبعي	١٦

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٥٣	تفسير بياك للغضب	١
٦٩	مكونات المهارات الاجتماعية	٢
١١٢	المتوسط الحسابي للعمر الزمني لأطفال المجموعة التجريبية و الضابطة	٣
١٥٢	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس المهارات الحياتية لأطفال المجموعة التجريبية و الضابطة بعد تطبيق البرنامج .	٤
١٥٤	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس المهارات الحياتية لأطفال المجموعة التجريبية في القياس القبلي و البعدي .	٥
١٥٥	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس المهارات الحياتية لأطفال المجموعة التجريبية في القياس البعدي و التتبعي .	٦
١٥٧	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس العنف لأطفال المجموعة التجريبية و الضابطة بعد تطبيق البرنامج .	٧
١٥٩	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس العنف لأطفال المجموعة التجريبية في القياس القبلي و البعدي .	٨
١٦٠	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس العنف لأطفال المجموعة التجريبية في القياس البعدي و التتبعي .	٩

# الفصل الأول

## مدخل الدراسة

- مقدمة.
- مشكلة البحث.
- أهداف الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- تحديد مصطلحات الدراسة.
- حدود الدراسة.

## الفصل الأول

### مدخل الدراسة

#### المقدمة:

ظل العنف على مر العصور ظاهرة مستهجنة في كل المجتمعات وقد حاول الكثيرون بذل أقصى ما يستطيعون من جهد ووقت وأموال لمحاولة السيطرة على هذه الظاهرة حتى لا تنفشي في المجتمعات إلا أننا نلاحظ أن هذه الظاهرة أصبحت وكأنها جزا لا يتجزأ من مجتمعاتنا المعاصرة لدرجة أن المجتمع الذي لا نسمع به عن أحداث عنف فانه سرعان ما يصبح مجتمع في طي النسيان.

وفى ضوء سيادة مفردات ثقافة العنف واجتياحها كافة المجتمعات البشرية تقريباً في الوقت الحاضر كما أشارت إلى ذلك تقرير منظمة الصحة العالمية حول العنف. (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٠٢: ٣)

وزاد الاهتمام بظاهرة العنف الآونة الأخيرة وتم اعتبارها مشكلة عامة و تستدعى الدراسة، حتى أن بعض المتأملين في أحداث القرن العشرين يرون أنه أكثر القرون عنف، فالعنف ظاهرة نفسية اجتماعية، وهو استجابة سلوكية تعبر عن العدوان، ولقد تفشت ظاهرة العنف بأنماطها المختلفة وأدواتها المتعددة إلى حد بعيد، ولذلك فان هذه الظاهرة تأخذ أشكالاً وأشد وأكثر خطورة وأكثر تعقيداً وتركيباً في الوقت الحاضر في كل المجتمعات.

وبما أن سلوك العنف لا يورث فهو أسلوب مكتسب يتعلمه المرء و يتعايش معه خلال حياته وخاصة مرحله الطفولة. (خليل شكور، ١٩٩٧: ٨٥)

وهذا هو الحال للأطفال حالياً فقد أصبح العنف سمة سائدة في سلوكهم وتزايد لديهم بشكل سريع وخطير خاصة داخل المدارس حيث أن ٨٩% من استجابات ٧٠ مدينة في الدول العظمي أكدت على أن العنف المدرسي يعد مشكله في تلك المجتمعات.