



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى

السرطان لتحسين جودة الحياة

دراسة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

( علم نفس تعليمي )

إعداد الباحثة

إبتسام محمد علي الضويلع

مدرس مساعد في كلية الآداب - جامعة صبراتة

إشراف

د. حنان محمود زكي

أ.م. د. عواطف إبراهيم شوكت

مدرس علم النفس التعليمي

أستاذ علم النفس المساعد

كلية البنات - جامعة عين شمس

كلية البنات - جامعة عين شمس



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

### صفحة العنوان

العنوان : فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان لتحسين  
جودة الحياة

اسم الباحثة: إبتسام محمد علي الضويلع  
الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص علم نفس تعليمي)

القسم التابع له: علم النفس

اسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

الجامعة :عين شمس

سنة التخرج : ٢٠٠٠

سنة المنح : ٢٠١٩



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

اسم الباحثة : إبتسام محمد علي الضويلع

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان

لتحسين جودة الحياة

اسم الدرجة : دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص علم نفس تعليمي)

لجنة الإشراف : أ.م.د. / عواطف إبراهيم شوكت

أستاذ علم النفس المساعد كلية البنات - جامعة عين شمس

د / حنان محمود زكي

مدرس علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس

تاريخ البحث : / / ٢٠١٨

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ / ٢٠١٩

موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٩

ختم الإجازة

/ / ٢٠١٩

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٩

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَعَلَيْكَ يَا كَرِيمُ  
وَكَانَ أَنْ فَضَّلَ اللَّهُ عَلَيْكَ عَظِيمًا

# شكر وتقدير

الحمد لله الذي بحمده تتم النعم والصلاة والسلام على نبينا وحبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

أتقدم بخالص شكري وعظيم تقديري وامتناني إلى أستاذتي ومعلمتي القديرة أ-د/عواطف إبراهيم شوكت لتفضلها بالإشراف على هذه الدراسة وما قدمته لي من توجيه ونصح ومتابعة حتى تم إنجاز هذه الدراسة بهذه الصورة.

وبطيب لي أن أتقدم بالشكر الجزيل الى الدكتور **حنان محمود زكي** التي شرفتني بالإشراف على دراستي ولما أبدته لي من توجيهات وملاحظات سديدة أسهمت في بلورة هذه الدراسة. وأقدم شكري وامتناني الى عضوي لجنة المناقشة على تكريمهما بمناقشة دراستي أ.د/ بدرية كمال احمد. أ.د/ أسماء عبدالمنعم إبراهيم.

ولا يفوتني أن أتقدم بأسمى معاني الشكر إلى كل من تكّرت بتطبيق الدراسة عليهن، ويجدر بي تقديم بالغ التقدير والثناء إلى كل الذين مدوا لي يد العون والمساعدة أثناء إجراء الدراسة وتطبيقها.

وكل التقدير والإعزاز والحب لأسرتي والدي و والدي وإبني وأخواني فقد أعانوني وعانوا في سبيل تذليل كل صعب وتعبيد كل درب، داعية الله أن يعينني في تعويضهم لما بذلوه من جهد وعناء، ودعاء خالص لهم من الأعماق بالصحة والعافية.

## مستخلص الدراسة

الاسم : إبتسام محمد علي الضويلع

عنوان الدراسة: فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان لتحسين جودة الحياة.

أهداف الدراسة :معرفة فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان لتحسين جودة الحياة.

منهج الدراسة : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، حيث تكونت عينة الدراسة من مجموعتين التجريبية والضابطة ."

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من ( ٢٠ ) مريضة من المريضات المتواجدات في المعهد القومي لعلاج الأورام بمدينة صبراته في ليبيا، ممن تعانين من أوراماً سرطانية في الثدي تتراوح أعمارهن الزمنية ( ٣٠ - ٥٠ ) سنة، حيث تم تقسيمهن إلى مجموعتين ( ١٠ ) مريضات للمجموعة التجريبية، و ( ١٠ ) مريضات للمجموعة الضابطة. الحاصلات على أقل الدرجات في أبعاد مقياس التفاؤل ومقياس الأمل ومقياس جودة الحياة.

أدوات الدراسة:

١. مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي للأسرة (إعداد الباحثة)
٢. مقياس التفاؤل لدى مريضات سرطان الثدي (إعداد الباحثة).
٣. مقياس الأمل لدى مريضات سرطان الثدي (إعداد الباحثة).
٤. مقياس جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي (إعداد الباحثة).
٤. البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان لتحسين جودة الحياة (إعداد الباحثة).

نتائج الدراسة:

توصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تنمية التفاؤل والأمل لدى مريضات سرطان الثدي وتحسين جودة الحياة لديهن.

كلمات مفتاحية: العلاج المعرفي السلوكي - التفاؤل - الأمل - جودة الحياة - السرطان.

## **ABSTRACT**

**Name:** Ebtisam Mohamed Ali Al-Thwila

**Study Title:** “The Effectiveness of A Cognitive Behavioral Program for Developing Optimism and Hope among Cancer Patients For improving Quality of Life”

**Study Objectives:** Identify the effectiveness of a cognitive behavioral program for developing optimism and hope among cancer patients for improving quality of life.

**Study Method:** the researcher uses the experimental method and the study sample is consistent of both the experimental group and the control group.

**Study Sample:** It consists of (20) female cancer-patients selected from the National Institute for tumors in Sebrata City in Libya and suffer from breast-tumors; aged (30-50 yrs. Old) and divided into (10) as the experimental group and (10) patients as the control one who achieved low scores on scale of optimism, quality of life and hope.

### **Study Instruments:**

1. The Socio-Economic Family Form (by researcher).
2. Scale of Optimism
3. Scale of Hope
4. Scale of Quality of Life
5. The Cognitive-Behavioral Program for Developing Optimism, hope, and Quality of Life for Cancer Patients.

**Study Results:** The results demonstrate the efficacy of the proposed cognitive-behavioral program for developing optimism and hope among female breast-tumor patients for improving their quality of life.

**Keywords:** Cognitive-behavioral therapy – optimism – hopes – quality of life – cancer.

### قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٤-١	الفصل الأول : مدخل الدراسة
٢	مقدمة الدراسة
٦	مشكلة الدراسة
٨	أهداف الدراسة
٩	أهمية الدراسة
١٠	مصطلحات الدراسة
١٣	محددات الدراسة
٨٢-١٥	الفصل الثاني : الإطار النظري للدراسة
١٦	المحور الأول : العلاج المعرفي السلوكي
١٨	نشأة العلاج المعرفي السلوكي
١٩	تعريف العلاج المعرفي السلوكي
٢٢	أهداف العلاج المعرفي السلوكي
٢٥	مبادئ العلاج المعرفي السلوكي
٢٧	مسلّمات العلاج المعرفي السلوكي
٢٨	المحور الثاني : التفاؤل
٢٩	مفهوم التفاؤل
٣١	العوامل المؤثرة في درجة التفاؤل
٣٢	النظريات المفسرة للتفاؤل
٣٧	الآثار الإيجابية للتفاؤل
٣٨	ملامح الشخصية المتفائلة
٤٠	تنمية التفاؤل



تابع قائمة المحتويات

٤٣	<b>المحور: الثالث الأمل</b>
٤٤	مفهوم الأمل
٤٧	أبعاد الأمل
٤٩	النظريات المفسرة للأمل
٥٣	الآثار الإيجابية للأمل
٥٤	العلاقة بين التفاؤل والأمل
٥٦	جوانب الأمل
٥٧	<b>المحور الرابع: جودة الحياة</b>
٥٨	بدايات ظهور مفهوم جودة الحياة
٦٠	تعريف جودة الحياة
٦٦	مؤشرات جودة الحياة
٦٨	النظريات المفسرة لجودة الحياة
٧٠	قياس جودة الحياة
٧١	جودة الحياة لدى مرضى السرطان
٧٢	<b>المحور الخامس: السرطان</b>
٧٢	مفهوم السرطان
٧٤	سرطان الثدي
٧٤	العوامل المسببة لسرطان الثدي
٧٥	أنواع سرطان الثدي
٧٦	النظريات المفسرة لمرض سرطان الثدي
٧٦	علاج الأورام السرطانية
٧٨	الآثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية للسرطان
٨٤-٩٦	<b>الفصل الثالث: دراسات سابقة</b>
٨٤	أولاً : دراسات اهتمت بتنمية التفاؤل والأمل لدى مرضى السرطان
٨٥	ثانياً : دراسات اهتمت بتنمية جودة الحياة لدى مرضى السرطان

تابع قائمة المحتويات

٨٨	ثالثاً : دراسات اهتمت بالتفاؤل والأمل وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السرطان
٩٢	رابعاً : تعقيب على الدراسات السابقة
٩٥	خامساً : فروض الدراسة
١٥٣-٩٦	<b>الفصل الرابع: منهج الدراسة وإجراءاتها</b>
٩٨	أولاً : منهج الدراسة
٩٨	ثانياً : عينة الدراسة
١٠٥	ثالثاً: أدوات الدراسة
١٠٥	١. مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي للأسرة
١١٠	٢. مقياس التفاؤل لدى مريضات سرطان الثدي
١١٧	٣. مقياس الأمل لدى مريضات سرطان الثدي
١٢٨	٤. مقياس جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي
١٣٨	٥. البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية التفاؤل والأمل لتحسين جودة الحياة لدى عينة من المريضات المصابات بسرطان الثدي
١٥٢	رابعاً: خطوات الدراسة
١٥٣	خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
١٨١-١٥٤	<b>الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيرها</b>
١٥٧	أولاً: نتائج الفرض الأول وتفسيره
١٥٩	ثانياً: نتائج الفرض الثاني وتفسيره
١٦١	ثالثاً: نتائج الفرض الثالث وتفسيره
١٦٣	رابعاً: نتائج الفرض الرابع وتفسيره
١٦٦	خامساً: نتائج الفرض الخامس وتفسيره
١٦٩	سادساً: نتائج الفرض السادس وتفسيره
١٧٢	سابعاً: نتائج الفرض السابع وتفسيره
١٧٤	ثامناً: نتائج الفرض الثامن وتفسيره
١٧٨	تاسعاً: نتائج الفرض التاسع وتفسيره
١٨٠	عاشراً: توصيات الدراسة

تابع قائمة المحتويات

١٨١	حادي عشر: بحوث مقترحة
٢٠٣ - ١٨٣	قائمة المراجع
١٨٣	أولاً : المراجع العربية
١٩٦	ثانياً : المراجع الأجنبية
٩٧٩-٢٠٤	ملاحق الدراسة
٥-٢	ملخص الدراسة باللغة العربية
٧-٢	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

### قائمة بجدول الدراسة

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
--------	--------------	------------

١٠٠	توزيع عينة الدراسة وفقاً للمجموعتين التجريبية والضابطة	١
١٠٠	الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني	٢
١٠١	الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي	٣
١٠٢	الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفاؤل في القياس القبلي	٤
١٠٣	الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأمل في القياس القبلي	٥
١٠٤	الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس جودة الحياة في القياس القبلي	٦
١٠٩	الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى وبين متوسطات درجات الإرباعي الأدنى على إستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي	٧
١٠٩	معامل ثبات إستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي بطريقة ألفاكرونباخ	٨
١١١	استجابات عينة الدراسة الاستطلاعية عن التفاؤل	٩
١١١	المقاييس التي استعانت بها الباحثة في إعداد مقياس التفاؤل	١٠
١١٢	العبارات التي استعانت بها الباحثة في بناء مقياس التفاؤل	١١
١١٤	آراء المحكمين حول عبارات المقياس التفاؤل	١٢
١١٥	الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى وبين متوسطات درجات الإرباعي الأدنى بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس التفاؤل .	١٣
١١٦	معاملات ثبات مقياس التفاؤل بطريقة ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية	١٤
١١٦	قيم معاملات الارتباط بين عبارات مقياس التفاؤل والدرجة الكلية	١٥
١١٨	استجابات عينة الدراسة الاستطلاعية عن الأمل	١٦

#### تابع قائمة بجداول الدراسة

١١٩	المقاييس التي استعانت بها الباحثة في إعداد مقياس الأمل	١٧
-----	--	----

١٢٠	العبارات التي استعانت بها الباحثة في بناء مقياس الأمل	١٨
١٢٢	آراء المحكمين حول عبارات مقياس الأمل	١٩
١٢٣	الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى وبين متوسطات درجات الإرباعي الأدنى بالنسبة إلى درجات المكونات الفرعية وكذلك بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس الأمل	٢٠
١٢٤	معاملات ثبات مقياس الأمل باستخدام التجزئة النصفية وألفا كرونباخ	٢١
١٢٥	قيم معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الأمل والدرجة الكلية	٢٢
١٢٦	معامل الارتباط بين درجة كل مكون من مقياس الأمل ، وبين الدرجة الكلية للمقياس	٢٣
١٢٦	أرقام توزيع العبارات على كل بعد من أبعاد مقياس الأمل	٢٤
١٢٨	استجابات عينة الدراسة الاستطلاعية على جودة الحياة	٢٥
١٢٩	المقاييس التي استعانت بها الباحثة في إعداد مقياس جودة الحياة	٢٦
١٣٠	العبارات التي استعانت بها الباحثة في بناء مقياس جودة الحياة	٢٧
١٣٢	آراء المحكمين حول عبارات مقياس جودة الحياة	٢٨
١٣٤	الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى وبين متوسطات درجات الإرباعي الأدنى بالنسبة إلى درجات المكونات الفرعية وكذلك بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة .	٢٩
١٣٥	معاملات ثبات مقياس جودة الحياة باستخدام التجزئة النصفية وألفا كرونباخ	٣٠
١٣٦	قيم معاملات الارتباط بين عبارات مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية	٣١
١٣٦	معامل الارتباط بين درجة كل مكون من مقياس جودة الحياة ، وبين الدرجة الكلية للمقياس	٣٢
١٣٧	أرقام توزيع العبارات على كل مكون من مكونات مقياس جودة الحياة	٣٣
١٤٧	توزيع جلسات البرنامج المعرفي السلوكي والهدف من كل جلسة	٣٤

#### تابع قائمة بجداول الدراسة

١٥٥	الإحصاء الوصفي لمقياس التفاؤل	٣٥
-----	-------------------------------	----

٣٦	الإحصاء الوصفي لمقياس الأمل	١٥٦
٣٧	الإحصاء الوصفي لمقياس جودة الحياة	١٥٦
٣٨	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على مقياس التفاؤل في القياسين القبلي والبعدي	١٥٧
٣٩	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفاؤل في القياس البعدي	١٥٩
٤٠	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على التفاؤل في القياسين البعدي والتتبعي	١٦١
٤١	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على مكونات مقياس الأمل والدرجة الكلية في القياسين القبلي والبعدي	١٦٤
٤٢	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مكونات مقياس الأمل والدرجة الكلية في القياس البعدي	١٦٧
٤٣	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على مكونات مقياس الأمل والدرجة الكلية في القياسين البعدي والتتبعي	١٧٠
٤٤	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على مكونات مقياس جودة الحياة والدرجة في القياسين القبلي والبعدي	١٧٢
٤٥	دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مكونات مقياس جودة الحياة والدرجة في القياس البعدي	١٧٥
٤٦	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) لاختبار ويلكوكسون على مكونات مقياس جودة الحياة والدرجة في القياسين البعدي والتتبعي	١٧٨

#### قائمة بأشكال الدراسة

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
١	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في التفاؤل	١٥٨

١٦٠	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في التفاؤل	٢
١٦٢	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في التفاؤل	٣
١٦٥	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في الأمل (مكوناته والدرجة الكلية)	٤
١٦٨	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في الأمل (مكوناته والدرجة الكلية)	٥
١٧١	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الأمل (مكوناته والدرجة الكلية)	٦
١٧٣	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في جودة الحياة (مكوناته والدرجة الكلية)	٧
١٧٦	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في جودة الحياة (مكوناته والدرجة الكلية)	٨
١٧٩	الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في جودة الحياة (مكوناته والدرجة الكلية)	٩

### قائمة بملاحق الدراسة

م	عنوان الملحق	الصفحة
١	مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي للأسرة	٢٠٦
٢	مقياس التفاؤل في صورته الأولية	٢٠٩
٣	مقياس التفاؤل في صورته النهائية	٢١٢
٤	اتفاق المحكمين على عبارات مقياس التفاؤل	٢١٤
٥	مقياس الأمل في صورته الأولية	٢١٦