



بسم الله الرحمن الرحيم

٥٥٥٥٥

تم رفع هذه الرسالة بواسطة / حسام الدين محمد مغربي

بقسم التوثيق الإلكتروني بمركز الشبكات وتقنيات المعلومات دون أدنى

مسؤولية عن محتوى هذه الرسالة.

ملاحظات : لا يوجد





كالبيه التربويه

قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسي

برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى

رسالة مقدمة من الباحثة

میادة محمد ابراهیم مصطفی الشاوی

الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص صحة نفسية وارشاد نفسي)

Worship

الأستاذ الدكتور/ حسام إسماعيل هيبة

الأستاذ الدكتور/ محمد إبراهيم عبد

المساعد والارشاد النفسي، الصحة النفسية وأستاذ

أستاذ الصحة النفسية و الإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عدن، شمس

كلية التربية - جامعة عين شمس

(رحمه الله)

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
٦ - ١	الفصل الأول : مدخل الدراسة
٢	مقدمة
٣	مشكلة الدراسة
٤	أهداف الدراسة
٤	أهمية الدراسة
٥	مصطلحات الدراسة
٦	محددات الدراسة
٩٠ - ٧	الفصل الثاني : الإطار النظري والمفاهيم الأساسية
١٧ - ٨	المحور الأول: البرنامج الإرشادى
٨	تمهيد
٩	١ - تعريف البرنامج الإرشادى
١١	٢ - مبادئ تخطيط برامج الإرشاد النفسي
١١	٣ - التخطيط للبرنامج الإرشادى
١١	٤ - أسس البرامج الإرشادية
١٢	٥ - مسلمات الإرشاد النفسي
١٢	٦ - مستويات الإرشاد النفسي
١٣	٧ - أهداف الإرشاد النفسي في ضوء علم النفس الإيجابي
١٣	٨ - أهمية وال الحاجة إلى البرامج الإرشادية
١٤	٩ - أساليب الإرشاد النفسي
١٤	١٠ - المعايير المستخدمة في تقييم البرامج الإرشادية
١٥	١١ - محددات البرنامج الإرشادى
١٥	١٢ - إجراءات تطبيق البرنامج الإرشادى
١٦	١٣ - تقييم البرنامج الإرشادى
١٦	١٤ - الصعوبات التي تواجه تقييم البرنامج الإرشادى
١٧	١٥ - فوائد الإرشاد النفسي وخدمات البرامج الإرشادية

٤١ - ٤٢	المحور الثاني : الإيجابية
٢٠	١ - تطور الإيجابية
٢١	٢ - أشكال الدعم النفسي الإيجابية
٢١	٣ - تعريفات الإيجابية
٢٣	٤ - أهداف الإيجابية
٢٣	٥ - أهمية الدعم النفسي الإيجابي
٢٤	٦ - معايير الإيجابية
٢٥	٧ - وظائف الدعم النفسي الإيجابي
٢٦	٨ - مكونات الإيجابية
٢٨	٩ - عناصر الإيجابية
٢٩	١٠ - العوامل والمعوقات المؤثرة على الصحة النفسية الإيجابية
٢٩	١١ - السمات الإيجابية للشخصية
٣١	١٢ - أبعاد الإيجابية
٤٠	١٣ - كيف يعمل العلاج النفسي الإيجابي ؟
٤١	١٤ - تأثيرات علم النفس الإيجابي على الممارسات والخدمات النفسية
٤١	١٥ - الرؤية المستقبلية لدور علم النفس الإيجابي في التدخلات العلاجية
٧٩ - ٤٢	المحور الثالث: جودة الحياة:
٤٣	١ - تعريفات جودة الحياة
٤٨	٢ - أبعاد جودة الحياة
٥٩	٣ - مجالات جودة الحياة
٦٠	٤ - مؤشرات جودة الحياة
٦٢	٥ - محددات جودة الحياة
٦٢	٦ - مكونات جودة الحياة
٦٤	٧ - عناصر جودة الحياة
٦٤	٨ - عوامل تحقيق جودة الحياة
٦٧	٩ - نماذج جودة الحياة
٧٠	١٠ - العوامل التي تؤثر في تحديد مقومات جودة الحياة
٧١	١١ - معوقات جودة الحياة
٧٢	١٢ - مبادئ جودة الحياة
٧٢	١٣ - مظاهر جودة الحياة
٧٣	١٤ - خصائص جودة الحياة
٧٤	١٥ - مقومات جودة الحياة
٧٦	١٦ - الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة
٧٨	١٧ - القياسات المفسرة لجودة الحياة
٧٩	١٨ - سبل الارتقاء بمستوى جودة الحياة
٩٠ - ٨٠	المحور الرابع: الشباب
٨٠	١ - مفهوم الشباب
٨١	٢ - مكونات الشخصية الشابة
٨٣	٣ - مرحلة الشباب
٨٣	٤ - أهمية الشباب الجامعي
٨٥	٥ - أسباب مشكلات الشباب
٨٦	٦ - حاجات الشباب
٨٨	٧ - خصائص ومميزات الشخصية الشابة
٨٩	٨ - التنمية البشرية للشباب
٩٠	٩ - أبعاد التنمية البشرية للشباب
٩٠	١٠ - مؤشرات التنمية البشرية للشباب

١٠٦-٩٢	الفصل الثالث : دراسات وبحوث سابقة
٩٣	تمهيد:
٩٤	- المحور الأول : دراسات تناولت الإيجابية
٩٨	- المحور الثاني: دراسات تناولت جودة الحياة
١٠١	- المحور الثالث : دراسات تناولت متغيرين الإيجابية وعلاقتها بجودة الحياة
١٠٤	- المحور الرابع : التعقيب على الدراسات السابقة
١٠٦	- المحور الخامس : فروض الدراسة
١٣٤-١٠٧	الفصل الرابع : المنهجية وإجراءات الدراسة الميدانية
١٠٨	تمهيد
١٠٨	أولاً : منهج الدراسة
١٠٨	ثانياً : مجتمع الدراسة
١١٢	ثالثاً : أدوات الدراسة
١٣٤	رابعاً : خطوات الدراسة
١٤٨-١٣٥	الفصل الخامس : نتائج الدراسة الميدانية
١٣٦	تمهيد
١٣٦	أولاً : نتائج صحة الفروض ومناقشتها
١٤٧	ثانياً : تعقيب عام على نتائج الدراسة
١٤٧	ثالثاً : توصيات الدراسة
١٤٨	رابعاً: دراسات وبحوث مقتربة
١٦٩-١٤٩	المراجع
١٥٠	أولاً : المراجع العربية .
١٦٣	ثانياً : المراجع الأجنبية .
٢١٧-١٧٠	الملاحق
	الملخصات
٦-١	* الملخص باللغة العربية .
A - F	* الملخص باللغة الإنجليزية .

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٢٠	الملامح الفيزيائية والاجتماعية للبيئات التي يكون لها تأثيرات إيجابية أو سلبية على حسن حاله الانفعالية	(١)
٢٣	الأهداف الشائعة و النادرة للإيجابية	(٢)
٢٦	القوى والفضائل الإنسانية السبت ومكوناتها الفرعية مارتن سليمان	(٣)
٢٧	القوى والفضائل الإنسانية روسيو فرناندار- بالستيروس	(٤)
٣٢	أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات وتجاه المجتمع	(٥)
٤٠	العلاج الإيجابي	(٦)
٤٧	الاتساع الأساسية لتعريفات جودة الحياة	(٧)
٥١	أبعاد جودة الحياة	(٨)
٥٩	مجالات جودة الحياة	(٩)
٦١	المؤشرات والمجالات الخاصة بجودة الحياة	(١٠)
٦٣	مكونات جودة الحياة	(١١)
٦٨	نماذج جودة الحياة لدى Taillefer,et al.	(١٢)
٧٠	العوامل المؤثرة في تحديد مقومات جودة الحياة	(١٣)
٧١	معوقات تحقيق جودة الحياة	(١٤)
٧٣	خصائص الأفراد ذوي المستوى المرتفع والمنخفض من جودة الحياة	(١٥)
٧٨	طرق قياس جودة الحياة	(١٦)
٨٦	اهتمامات الشباب	(١٧)
١٠٨	مجموعات الدراسة	(١٨)
١٠٩	خصائص مجتمع الدراسة	(١٩)
١٠٩	توزيع عينة الدراسة التجريبية	(٢٠)
١١٠	الإحصاءات الوصفية للعينة الأولية للبحث والعينة المستخلصة منها لمقاييس الإيجابية	(٢١)
١١٠	الإحصاءات الوصفية للعينة الأولية للبحث والعينة المستخلصة منها لمقاييس جودة الحياة	(٢٢)
١١٠	نتائج اختبار (z: مان ويتني) لدرجات المجموعتين في التطبيق القبلي للمقياس	(٢٣)
١١١	نتائج اختبار (z: مان ويتني) لدرجات المجموعتين في التطبيق القبلي لأداة البحث	(٢٤)
١١٣	بنود مقياس الإيجابية	(٢٥)
١١٤	عبارات مقياس الإيجابية المعدلة وفقاً لآراء المحكمين	(٢٦)
١١٤	معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه (ن = ١٩٠) مقياس الإيجابية	(٢٧)
١١٥	معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية مقياس الإيجابية (ن = ١٩٠)	(٢٨)
١١٥	ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ	(٢٩)
١١٥	معاملات الثبات بالتجزئة النصفية للمقياس	(٣٠)
١١٧	بنود مقياس جودة الحياة	(٣١)
١١٨	عبارات مقياس جودة الحياة المعدلة وفقاً لآراء المحكمين	(٣٢)
١١٩	مصفوفة العوامل وتشعيتها بعد تدوير المحاور	(٣٣)
١٢٠	التبالين الكلي المفسر للعوامل الخمسة المستخلصة لمقاييس جودة الحياة (قبل وبعد التدوير)	(٣٤)
١٢٠	البنود ذات التشتت الدالة مع العوامل المستخلصة	(٣٥)
١٢١	صدق الاتساق الداخلي لمفردات مقياس جودة الحياة	(٣٦)
١٢٢	علاقة الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	(٣٧)
١٢٢	ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ	(٣٨)
١٢٢	معاملات الثبات بالتجزئة النصفية للمقياس	(٣٩)
١٣١	جلسات البرنامج وموضوعها ودفتها والفنين المستخدمة وزمنها	(٤٠)
١٣٦	الإحصاءات الوصفية لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدى لمقاييس جودة الحياة	(٤١)
١٣٨	نتائج اختبار (z: مان ويتني) لدرجات المجموعتين في التطبيق البعدى لمقاييس جودة الحياة	(٤٢)
١٤٠	الإحصاءات الوصفية لدرجات عينة البحث في التطبيقين في جودة الحياة	(٤٣)
١٤٢	نتائج اختبار (z: ولوكسون) لدرجات التطبيقين جودة الحياة	(٤٤)
١٤٤	الإحصاءات الوصفية لدرجات عينة البحث في التطبيقين في جودة الحياة	(٤٥)
١٤٦	نتائج اختبار (z: ولوكسون) لدرجات التطبيقين جودة الحياة	(٤٦)

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحات
(١)	معايير الإيجابية	٢٥
(٢)	العوامل المؤثرة في الصحة النفسية الإيجابية	٢٨
(٣)	عناصر الإيجابية	٢٨
(٤)	دعائم علم النفس الإيجابي	٣٠
(٥)	الد الواقع المعرفة وأثرها على الأداء	٣٥
(٦)	مصادر الكفاءة الذاتية	٣٦
(٧)	عوامل جودة الحياة الذاتية "البعد الذاتي لجودة الحياة"	٤٨
(٨)	جودة الحياة كدالة للتفاعل بين الاحتياجات البشرية	٤٩
(٩)	مخطط أسماء أبو سريع وأخرون؛ محددات جودة الحياة	٥٠
(١٠)	جودة الحياة المدركة وفقاً للمنظور البيني	٦٠
(١١)	جودة الحياة كدالة لقدرة المرء على التوافق	٦٦
(١٢)	العاملين الأساسيين في جودة الحياة	٦٧
(١٣)	نموذج "Zhan" لجودة الحياة	٦٧
(١٤)	البناء النظري المنظم لمفهوم جودة الحياة ومسبياتها	٦٨
(١٥)	نموذج Felce & Perry	٦٩
(١٦)	نموذج جودة الحياة النفسية Ryff & Keyes	٦٩
(١٧)	الفروق بين متوسطي المجموعة الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدى لمقاييس جودة الحياة	١٣٧
(١٨)	الفروق بين متوسطي المجموعة التجريبية في التطبيق القبلى والبعدى لمقاييس جودة الحياة	١٤١
(١٩)	الفروق بين متوسطي القياس التبعى والبعدى لمقاييس جودة الحياة للمجموعة التجريبية	١٤٥

قائمة الملحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحات
(١)	ملحق (١) استمارة البيانات الشخصية	١٧١
(٢)	ملحق (٢) الصورة الأولية لمقاييس الإيجابية.	١٧٢
(٣)	ملحق (٣) قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقاييس الإيجابية.	١٧٧
(٤)	ملحق (٤) نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقاييس الإيجابية.	١٧٨
(٥)	ملحق (٥) الصورة النهائية لمقاييس الإيجابية.	١٧٩
(٦)	ملحق (٦) الصورة الأولية لمقاييس جودة الحياة.	١٨١
(٧)	ملحق (٧) قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقاييس جودة الحياة.	١٨٧
(٨)	ملحق (٨) نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقاييس جودة الحياة.	١٨٨
(٩)	ملحق (٩) الصورة النهائية لمقاييس جودة الحياة.	١٨٩
(١٠)	ملحق (١٠) جلسات البرنامج الإرشادي.	١٩٢
(١١)	ملحق (١١) (استمارة التقويم النهائي للبرنامج)	٢١١
(١٢)	ملحق (١٢) نتائج البحث عن الرسائل والأبحاث التي جمعت بين المتغيرات.	٢١٢
(١٣)	ملحق (١٣) المعادلات الإحصائية المستخدمة في الرسالة.	٢١٧



كلية التربية
قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسي

برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى

رسالة مقدمة من الباحثة

ميساء محمد إبراهيم مصطفى الشاوي

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص صحة نفسية و إرشاد نفسي)

إشراف

الأستاذ الدكتور/ حسام إسماعيل هيبة

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

الأستاذ الدكتور/ محمد إبراهيم عيد

أستاذ الصحة النفسية و الإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس
(رحمة الله)



مستخلص الدراسة

اسم الباحثة : ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوي .

عنوان الرسالة : برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى .

جهة البحث : قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسي - كلية التربية - جامعة عين شمس .

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية " الصحة النفسية و الإرشاد النفسي " .

المشرفون : أ. د / محمد إبراهيم عيد أ. م. د / حسام إسماعيل هيبة

تهدف الدراسة الحالية إلى : تقديم برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى . وتكونت عينة الدراسة الكلية من (٢٠٠) شاباً وشابةً من العاديين وذوى الهمم الدارسين بالدراسات العليا (دبلوم - ماجستير - دكتوراه) بكليات التربية والآداب ، وتمثل العينة وعدها (٤٠) تم تقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية عددها (٢٠) والأخرى (٢٠) ضابطة شاب وشابة ، وترواحت أعمارهم ما بين (٤٠-٢٣) عاماً ، وأشتملت أدوات الدراسة على استماره ببيانات شخصية (إعداد الباحثة) ، مقياس الإيجابية (إعداد الباحثة) ، و مقياس جودة الحياة (إعداد الباحثة) ، و برنامج إرشادى (إعداد الباحثة) .

توصلت نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدى لمقياس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقات القبلي والبعدى لمقياس جودة الحياة كل و لأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى .

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقات البعدى والتبعي لمقياس جودة الحياة .

وأثبتت نتائج الدراسة فعالية البرنامج الإرشادى القائم على الإيجابية فى تحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى .

Key Words
Counseling Program
Positiveness
Quality of Life
Youth

الكلمات المفتاحية
البرنامج إرشادى
الإيجابية
جودة الحياة
الشباب



Faculty of Education
Mental Health Department
& Psychological Counseling

Abstract of the Study

Title of the study: The Positiveness - Based Counseling Program To Improving Quality of Life Among A Sample of University Youth.

The researcher: Maiada Mohamed Ibrahim Mostafa El-Shawy

The study is submitted to : Department Psychological Health & Psychological

Scientific Degree : PH.D degree in Education (Psychological Health & Psychological Counseling)

Supervision : Prof . Mohamed Ibrahim Eid and Prof . Hossam Ismail Heiba.

-Faculty of Education - Ain Shams University.

The current aims to improve the quality of life of Among a sample of university youth through a positiveness program based . The sample of the present study consisted of Faculty of Education and Arts(200) female and male Youth , (Post Graduate : Diploma , Master ,P.h.D). Their age ranged between (23-40) years . were selected from Youth who are need dealing and communication effectively with others ,or other people in studies , Job and life . This study is determined by the sample used in this study by young people at the university level of females and males in the various specializations (20) for males ,females (20) for males, females .The tools of the study consisted of Personal information form . (Prepared by the researcher). Positiveness Scale. (Prepared by the researcher) . Quality of Life Scale . (Prepared by the researcher). positiveness Based on Counseling Program . (Prepared by the researcher).

The Results of the Study:

1-There were statistically significant differences(0,01) between the average grades of the experimental group and the control group in the pre-post measurement on the quality of life scale towards in the direction of the experimental group.

2-There were statistically significant differences (0,01) between the average grades of the experimental group scores in the pre-post measurements on the quality of life scale in the towards post direction of the dimension measurement.

3-There were no statistically significant differences (0,01) between the average grades of the experimental group members in the post measurement on the quality of life scale after finishing the follow - up period.

These results proved the effectiveness of the positiveness therapy program to improve the quality of life of Among a sample of university youth.

Key Words

Counseling Program

Positiveness

Quality of Life

Youth



Faculty of Education
Mental Health Department
Psychological Counseling

The Positiveness - Based Counseling Program To Improving Quality of Life Among A Sample of University Youth

**A dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for Degree of Doctor of Philosophy**

**The P.h.D Degree Philosophy in Education
" Mental Health & Psychological Counseling "**

Prepared by

Maiada Mohamed Ibrahim Mostafa El-Shawy

Supervised by

Prof . DR .
Mohamed Ibrahim Eid

Professor of Mental Health
& Psychological Counseling
Faculty of Education- Ain Shams University

Prof . DR .
Hossam Ismail Heiba

Assistant Professor of Mental Health
& Psychological Counseling
Faculty of Education- Ain Shams University



كلية التربية

مُسْتَخْلِصُ الْمُدْرَاسَةِ

اسم الباحثة: ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوي.

عنوان الرسالة : برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى.

جامعة عين شمس . كلية التربية - الإرشاد النفسي و الصحة النفسية : بحث .

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية " الصحة النفسية والإرشاد النفسي " .

المشرفون : أ. د / محمد إبراهيم عيد أ. م. ب / حسام إسماعيل هيبة

تهدف الدراسة الحالية إلى : تقديم برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى . و تكونت عينة الدراسة الكلية من (٢٠٠) شاباً و شابة من العاديين و ذوى الهم الدارسين بالدراسات العليا (دبلوم - ماجستير - دكتوراه) بكليات التربية والأداب ، و تتمثل العينة و عددها (٤٠) تم تقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية عددها (٢٠) والأخرى (٢٠) ضابطة شاب و شابة ، و تراوحت أعمارهم ما بين (٤٠-٢٣) عاماً ، وأشتملت أدوات الدراسة على استماره بيانات شخصية (إعداد الباحثة) ، مقياس الإيجابية (إعداد الباحثة) ، و مقياس جودة الحياة (إعداد الباحثة) ، و برنامج إرشادى (إعداد الباحثة) .

توصيات نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقات القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة ككل ولأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقين البعدي والتبعي لمقاييس جودة الحياة.

وأثبتت نتائج الدراسة فعالية البرنامج الإرشادي القائم على الإيجابية في تحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي.

Key Words

Counseling Program

Positiveness

Quality of Life

Youth

الكلمات المفتاحية

البرنامج إرشادى

الإيجابية

جودة الحياة

باب الشب



Faculty of Education
Mental Health Department
& Psychological Counseling

Abstract of the Study

Title of the study: The Positiveness - Based Counseling Program To Improving Quality of Life Among A Sample of University Youth.

The researcher: Maiada Mohamed Ibrahim Mostafa El-Shawy

The study is submitted to : Department Psychological Health & Psychological

Scientific Degree : PH.D degree in Education (Psychological Health & Psychological Counseling)

Supervision : Prof . Mohamed Ibrahim Eid and Prof . Hossam Ismail Heiba.

-Faculty of Education - Ain Shams University.

The current aims to improve the quality of life of Among a sample of university youth through a positiveness program based . The sample of the present study consisted of Faculty of Education and Arts(200) female and male Youth , (Post Graduate : Diploma , Master ,P.h.D). Their age ranged between (23-40) years . were selected from Youth who are need dealing and communication effectively with others ,or other people in studies , Job and life . This study is determined by the sample used in this study by young people at the university level of females and males in the various specializations (20) for males ,females (20) for males, females .The tools of the study consisted of Personal information form . (Prepared by the researcher). Positiveness Scale. (Prepared by the researcher) . Quality of Life Scale . (Prepared by the researcher). positiveness Based on Counseling Program . (Prepared by the researcher).

The Results of the Study:

1-There were statistically significant differences(0,01) between the average grades of the experimental group and the control group in the pre-post measurement on the quality of life scale towards in the direction of the experimental group.

2-There were statistically significant differences (0,01) between the average grades of the experimental group scores in the pre-post measurements on the quality of life scale in the towards post direction of the dimension measurement.

3-There were no statistically significant differences (0,01) between the average grades of the experimental group members in the post measurement on the quality of life scale after finishing the follow - up period.

These results proved the effectiveness of the positiveness therapy program to improve the quality of life of Among a sample of university youth.

Key Words

Counseling Program

Positiveness

Quality of Life

Youth



كلية التربية

مُسْتَخْلِصُ الْمُدْرَاسَةِ

اسم الباحثة: ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوي.

عنوان الرسالة : برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى.

جامعة عين شمس . كلية التربية - الإرشاد النفسي و الصحة النفسية : بحث .

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية " الصحة النفسية والإرشاد النفسي " .

المشرفون : أ. د / محمد إبراهيم عيد أ. م. ب / حسام إسماعيل هيبة

تهدف الدراسة الحالية إلى : تقديم برنامج إرشادى قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى . و تكونت عينة الدراسة الكلية من (٢٠٠) شاباً و شابة من العاديين و ذوى الهم الدارسين بالدراسات العليا (دبلوم - ماجستير - دكتوراه) بكليات التربية والأداب ، و تتمثل العينة و عددها (٤٠) تم تقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية عددها (٢٠) والأخرى (٢٠) ضابطة شاب و شابة ، و تراوحت أعمارهم ما بين (٤٠-٢٣) عاماً ، وأشتملت أدوات الدراسة على استماره بيانات شخصية (إعداد الباحثة) ، مقياس الإيجابية (إعداد الباحثة) ، و مقياس جودة الحياة (إعداد الباحثة) ، و برنامج إرشادى (إعداد الباحثة) .

توصيات نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدى لمقاييس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى ٠٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقات القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة ككل ولأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقين البعدي والتبعي لقياس جودة الحياة.

وأثبتت نتائج الدراسة فعالية البرنامج الإرشادي القائم على الإيجابية في تحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي.

Key Words

Counseling Program

Positiveness

Quality of Life

Youth

الكلمات المفتاحية

البرنامـج إـرشادـي

الإيجابية

جودة الحياة

باب الشب

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- محددات الدراسة