



بسم الله الرحمن الرحيم

∞∞∞∞

تم رفع هذه الرسالة بواسطة / حسام الدين محمد مغربي

بقسم التوثيق الإلكتروني بمركز الشبكات وتكنولوجيا المعلومات دون أدنى

مسئولية عن محتوى هذه الرسالة.

ملاحظات : لا يوجد





كلية التربية

قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

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

رسالة

مقدمة من الباحثة

ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوى

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية

(تخصص صحة نفسية و إرشاد نفسى)

إشهاد

الأستاذ الدكتور/ حسام إسماعيل هيبه

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى المساعد

كلية التربية — جامعة عين شمس

الأستاذ الدكتور/ محمد إبراهيم عيد

أستاذ الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

كلية التربية — جامعة عين شمس

(رحمه الله)

١٤٤٣ هـ - ٢٠٢١ م

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 الثانى : الإطار النظرى والمفاهيم الأساسية
١٧ - ٨	المحور الأول: البرنامج الإرشادى
٨	تمهيد
٩	١- تعريف البرنامج الإرشادى
١١	٢- مبادئ تخطيط برامج الإرشاد النفسى
١١	٣ - التخطيط للبرنامج الإرشادى
١١	٤ - أسس البرامج الإرشادية
١٢	٥ - مسلمات الإرشاد النفسى
١٢	٦ - مستويات الإرشاد النفسى
١٣	٧ - أهداف الإرشاد النفسى فى ضوء علم النفس الإيجابى
١٣	٨ - أهمية والحاجة إلى البرامج الإرشادية
١٤	٩ - أساليب الإرشاد النفسى
١٤	١٠ - المعايير المستخدمة فى تقييم البرامج الإرشادية
١٥	١١ - محددات البرنامج الإرشادى
١٥	١٢ - إجراءات تطبيق البرنامج الإرشادى
١٦	١٣ - تقييم البرنامج الإرشادى
١٦	١٤ - الصعوبات التى تواجه تقييم البرنامج الإرشادى
١٧	١٥ - فوائد الإرشاد النفسى وخدمات البرامج الإرشادية

٤١ - ١٨	المحور الثاني : الإيجابية
٢٠	١ - تطور الإيجابية
٢١	٢ - أشكال الدعم النفسية الايجابية
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 الايجابي ؟
٤١	١٤ - تأثيرات علم النفس الايجابي على الممارسات والخدمات النفسية
٤١	١٥ - الرؤية المستقبلية لدور علم النفس الايجابي 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 : فـروض 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 مقترحة
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 الحالة الانفعالية	(١)
٢٣	الأهداف الشائعة و النادرة للإيجابية	(٢)
٢٦	القوى والفضائل الانسانية الست ومكوناتها الفرعية مارتن سليجمان	(٣)
٢٧	القوى والفضائل الانسانية روسيو فرنانداز - بالسستروس	(٤)
٣٢	أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات وتجاه المجتمع	(٥)
٤٠	العلاج الإيجابي	(٦)
٤٧	الانتماء 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 لمقياس الايجابية	(٢١)
١١٠	الإحصاءات الوصفية للعينة الأولية للبحث والعينة المستخلصة منها لمقياس 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 تنتمي إليه (ن = ١٩٠) مقياس الإيجابية	(٢٧)
١١٥	معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية مقياس الايجابية (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 وتشعباتها بعد تدوير المحاور	(٣٣)
١٢٠	التيابن الكلي المفسر للعوامل الخمسة المستخلصة لمقياس جودة الحياة(قبل وبعد التدوير)	(٣٤)
١٢٠	البنود ذات التشعبات 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 وهدفها والفنيات المستخدمة وزمنها	(٤٠)
١٣٦	الاحصاءات الوصفية لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة	(٤١)
١٣٨	نتائج اختبار (z: مان ويتني) لدرجات المجموعتين في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة	(٤٢)
١٤٠	الاحصاءات الوصفية لدرجات عينة البحث في التطبيقين في جودة الحياة	(٤٣)
١٤٢	نتائج اختبار (z: ولكوكسون) لدرجات التطبيقين جودة الحياة	(٤٤)
١٤٤	الاحصاءات الوصفية لدرجات عينة البحث في التطبيقين في جودة الحياة	(٤٥)
١٤٦	نتائج اختبار (z: ولكوكسون) لدرجات التطبيقين جودة الحياة	(٤٦)

قائمة الأشكال

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

قائمة الملاحق

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



كلية التربية
قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

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

رسالة
مقدمة من الباحثة

ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوى

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية
(تخصص صحة نفسية و إرشاد نفسى)

إشـــــراف

الأستاذ الدكتور/حسام إسماعيل هيبة

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسى المساعد
كلية التربية – جامعة عين شمس

الأستاذ الدكتور/محمد إبراهيم عيد

أستاذ الصحة النفسية و الإرشاد النفسى
كلية التربية – جامعة عين شمس
(رحمه الله)

١٤٤٣ هـ – ٢٠٢١ م



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

مستخلص الدراسة

اسم الباحثة : ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوى .

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

جهة البحث : قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى - كلية التربية - جامعة عين شمس .

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة فى التربية " الصحة النفسية والإرشاد النفسى " .

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

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

توصلت نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة ككل ولأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدي.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقين البعدي والتتبعي 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

2021-1443



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

مستخلص الدراسة

اسم الباحثة : ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوي .

عنوان الرسالة : برنامج إرشادي قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي .

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

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

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

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

توصلت نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة ككل ولأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدي.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس 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 إرشادي
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



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

مستخلص الدراسة

اسم الباحثة : ميادة محمد إبراهيم مصطفى الشاوي .

عنوان الرسالة : برنامج إرشادي قائم على الإيجابية لتحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي .

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

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

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

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

توصلت نتائج الدراسة إلى :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس جودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين درجات عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة ككل ولأبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدي.

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس 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 إرشادي
الإيجابية
جودة الحياة
الشباب

الفصل الأول

مدخل الدراسة

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