



بسم الله الرحمن الرحيم

٥٠٠٥٥

تم رفع هذه الرسالة بواسطة / سلوى محمود عقل

بقسم التوثيق الإلكتروني بمركز الشبكات وتكنولوجيا المعلومات دون أدنى

مسؤولية عن محتوى هذه الرسالة.

ملاحظات: لا يوجد





جامعة عين شمس  
كلية ل التربية  
قسم علم النفس ل التربية

## تنمية جودة الحياة والتفاؤل من خلال برنامج قائم على السيكودrama وأثره على فاعلية الذات الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا بقطاع غزة

رسالة دكتوراه في فلسفة التربية  
(تخصص علم النفس التربوي)

مقدمة من:  
ليلي أحمد مصطفى وافي

إشراف

د. محمد عاشور صادق أستاذ مساعد علم النفس التربوي جامعة الأقصى للعلوم التربوية - غزة	أ. د. طلعت كمال الحامولي أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ كلية التربية - جامعة عين شمس
د. إيهاب محمد نجيب السيد أستاذ مساعد علم النفس التربوي كلية التربية - جامعة عين شمس	



جامعة عين شمس  
كلية التربية  
قسم علم النفس التربوي

### صفحة العنوان

اسم الطالبة: ليلى أحمد مصطفى وافي

الدرجة العلمية: دكتوراه الفلسفة في التربية

القسم التابع له: قسم علم النفس التربوي

اسم المكلية: كلية التربية

الجامعة: جامعة عين شمس

سنة التخرج:

سنة المنح:

سَمِعَ اللَّهُ عَزَّلِيْعَ  
خَلَقَ الْجَنَّاتِ وَالْأَرْضَ  
صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيْمُ

﴿ يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءاْمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴾ سورة المجادلة آية ١١



جامعة عين شمس  
كلية التربية  
قسم علم النفس التربوي

### أقرار اجازة رسالة دكتوراه

اسم الطالب: ليلى أحمد مصطفى وافي  
عنوان الرسالة: تنمية جودة الحياة والتفاؤل من خلال برنامج قائم على السيكودrama وأثره على فاعالية الذات الأكademie لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا بقطاع غزة.  
الدرجة: دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص علم النفس التربوي)

#### لجنة الإشراف:

أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ- كلية التربية - جامعة عين شمس  
أستاذ مساعد علم النفس التربوي-جامعة الأقصى للعلوم التربوية - غزة  
أستاذ مساعد علم النفس التربوي- كلية التربية - جامعة عين شمس

- 1- أ. د. طلعت كمال الحامولي
- 2- د. محمد عاشور صادق
- 3- د. إيهاب محمد نجيب السيد

#### لجنة المناقشة والحكم

أستاذ علم النفس التربوي - كلية التربية - جامعة عين شمس رئيساً ومناقشاً  
أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ- كلية التربية - جامعة عين شمس مشرفاً  
أستاذ مساعد علم النفس التربوي- كلية التربية - جامعة حلوان مناقشاً

- 1- أ. د. جمال محمد علي
- 2- أ. د. طلعت كمال الحامولي
- 3- أ. د. مصطفى محمد علي الحاروني

تاريخ البحث: 20 / / 20 م

#### الدراسات العليا:

أجازت الرسالة بتاريخ:

20 / / 20 م

ختم الإجازة:

20 / / 20 م

موافقة مجلس الجامعة:

202 / / 20 م

موافقة مجلس الكلية:

202 / / 20 م

اہداء

مع همسات الروم ونبض القلب ونسائم الأمل أهدي هذا العمل  
إلى من أتوق شوفاً لثراها وعبر هواها أمي فلسطين  
إلى زهرة المدائن والعروس الشامخة بِإِيمانٍ وَهُدًى الأنبياء، القدس الحبيبة  
إلى من أسيير في ظلال رضاهم وأحباباً بدعائهم: والدي رحمة الله  
وأمي حفظها ربِّي لي من كل سوء وأدماها في حياتي  
إلى شموس تزين أيامِي وتضيءُ لي الطريق بدعم وبقين إخوتي وأخواتي  
إلى أرواح طاهرة غادرتنا لدار الحق، وهي ترقب فجر يوم أعود إليهم، ولم يمهلهم القدر  
لأنْ تشق رحبيقة بقربهم ومعهم عمِي الحبيب محمد وخالاتي أم ناهض وأم محمد وكوكبة  
من أعزاء وأصدقاء رحمة الله تخمرهم والموعد حوض المصطفى بإذن الله  
إلى كل طفل في بلادي، إلى الشهيد والأسير والجريم  
إلى من حرم أمه في وطنِي  
أهديه لكل أخواتي المخلصات الصادقات  
في فلسطين وأم الدنيا مصر

والله ولپی التوفیق

## شكر وتقدير

الحمد لله وكفى والصلوة والسلام على الحبيب المصطفى القائل: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله ومن لا يشكر القليل لا يشكر الكثير" (متفق عليه)

يغمر الشكر والعرفان قلبي ويلهج لسانني لله تعالى والثناء عليه أن وفقي إلى إتمام هذا العمل، فإن أصبت فمنه وحده لا شريك له، وإن أخطأت فمن نفسي والشيطان والله منه براء.

وأتوجه بالتقدير والتقدير إلى السادة المشرفين الأفضل وعلى رأسهم الأب الفاضل والمعلم الناصح والموجه الكريم أ. د. طلعت الحامولي أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ/ كلية التربية، جامعة عين شمس، حفظه ربى ورعاه وأعلى قدره وزاده من فضله وبارك له في صحته وعافيته، وواجب التوفيق يمتد للمعلم الفاضل أ. د محمد صادق أستاذ مساعد علم النفس التربوي/ جامعة الأقصى للعلوم التربوية فلسطين، أدام ربى عليه العافية وأكرمه بخيري الدنيا والآخرة، وعميق الشكر والعرفان للناصح الكريم والأخ العظيم د. إيهاب محمد نجيب أستاذ مساعد علم النفس التربوي/كلية التربية، جامعة عين شمس، بيض ربى وجهه وأطاب ذكره ووفقه لرضاه ورضوانه، فقد كانوا لي خير عون وسند خلال رحلتي البحثية الطويلة والشاقة جعل ربى ذلك في ميزان حسناتهم وجراهم عنا خير الجزاء...

وخلال الشكر موصول إلى الأساتذتين الجليلتين: أ. د. جمال محمد علي أستاذ علم نفس تربوي المتفرغ: كلية التربية، جامعة عين شمس، و أ. د. مصطفى محمد علي الحاروني أستاذ علم النفس التربوي: كلية التربية جامعة حلوان، وللذين تقضلا علي بشرف قبول مناقشة هذا العمل والحكم عليه نفع ربى بهم وسدد على الخير خطاهم جراهم ربى عني كل الخير.

والشكر كل الشكر للمحاضرين والإداريين والعاملين في قسم علم النفس التربوي وقسم الدراسات العليا وإدارة الوافدين بكلية التربية جامعة عين شمس، وجميع من قام بتحكيم أدوات هذه الدراسة، حيث كانت آرائهم وإرشاداتهم النيرة داعماً لإنجازها على هذا النحو..

وبمتد الشكر ليطوي بين جناحيه جميع العاملين في مديريات التربية والتعليم والمدارس الحكومية في محافظات غزة التي ينطوي تحت لوائها طلبة المرحلة الأساسية العليا، وعلى رأسهم المدارس التي اعتمد عليها كمجتمع أصلي واشتقت منها عينة الدراسة، وبخاصة إدارات المدارس وقسم الإرشاد التي ضمت طلبة المجموعتين التجريبية والضابطة.

كما ويسرني أن أوجه بعميق الشكر إلى أعضاء فريق العمل الأخوات دعاء وفيق، وعائشة، وفروال وافي، ونسرين نعمات، ووجدان بركة، ويسرى عامر، والإخوة صبحي الددا، وخالد محمد، وذكريا، ومحمد وافي، الذين كان لهم دورهم البارز والفاعل في مراحل الدراسة التطبيقية المختلفة، كميسرين . وواجب الشكر والتقدير لأختي عائشة فهي من أخذت على عاتقها مسؤولية تبيان ما يلزم من تعديلات ومتابعة التسويق والدور العظيم الذي قامت به في جوانب شتى دون كل أو ملل بارك ربى لها وأعلى قدرها ولا حرمني منها وأدام عليها الصحة والعافية..

والشكر موصول أيضاً إلى عائلتي الكريمة بكل أفرادها فهي من أعطتني اهتماماً ومنحتي دعماً ومساندة وتشجيعاً وحباً، سقاني من فيضه أمناً وحناناً، ينشر حولي في كل حين.. وكل الامتنان والشكر إلى دار الضيافة للكفيفات التابعة لجمعية النور والأمل إدارة وموظفين وعاملين وأخوات لهم مني كل التقدير، احتضنوني بينهم وغمروني بدعهم ومحبتهم.. وتقديرني وامتناني العميق إلى كل من وقف بجانبي من متطوعات ومتطوعين وصديقات هم لي خير أخوات وأسر كريمة -وهم كثر- في مصر، كانوا لي نعم الأهل والأنس والأحبة في غربتي، فهو نوا على صعوبة الأيام وألم الغربة لسنوات عن أرض الوطن الحبيب .ومن كل أعمامي أنقدم بعميق شكري وعرفاني إلى كل من دعمني ولو بدعوة وكل من شجعني، وكل من كان له دور ولو يسير من قريب أو بعيد في إتمام هذه الدراسة..

وما توفيقك إلا بالله

الباحثة

## **مستخلص الدراسة**

هدفت هذه الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج قائم على السيكودrama في تنمية جودة الحياة والتفاؤل، وأثر هذه التنمية من خلال البرنامج على فاعلية الذات الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا المحروميين من الأم في محافظات غزة.

وقد استندت للمنهج شبه التجريبي، واختير (179) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الأساسية العليا المحروميين من الأم لوفاة أو طلاق من المدارس الحكومية في محافظات غزة، عدد منهم (44) طالباً وطالبة من ذوي المستوى المنخفض في جودة الحياة والتفاؤل وفاعلية الذات الأكاديمية، وزعوا على مجموعتين متساويتين، إحداهما تجريبية وأخرى ضابطة، وشملت أدواتها مقاييس جودة الحياة بأبعادها (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة الصحة النفسية والوجدانية، جودة شغل الوقت وإدارته)، والتفاؤل، وفاعلية الذات الأكاديمية، وبرنامج تنمية جودة الحياة والتفاؤل القائم على السيكودrama، وجميعهم من إعداد الباحثة، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة في كل من جودة الحياة والتفاؤل لصالح المجموعة التجريبية، وكذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة التجريبية في كل من جودة الحياة والتفاؤل قبل وبعد تطبيق برنامج تنمية جودة الحياة والتفاؤل لصالح القياس البعدى، كما اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتبعى بعد تطبيق البرنامج في كل من جودة الحياة والتفاؤل، وأشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في فاعلية الذات الأكاديمية لصالح المجموعة التجريبية، كما اتضح أن حجم التأثير كبير جداً، مما يشير إلى أن تنمية جودة الحياة والتفاؤل من خلال البرنامج القائم على السيكودrama قد أثر بدرجة كبيرة جداً على مستوى فاعلية الذات الأكاديمية، وقد اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى في فاعلية الذات الأكاديمية لصالح القياس البعدى بعد تنمية جودة الحياة والتفاؤل، وقد تبين أن تنمية جودة الحياة والتفاؤل كان تأثيره كبيراً في الذات الأكاديمية، بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتبعى.

**الكلمات المفتاحية :**

**جودة الحياة، التفاؤل، فاعلية الذات الأكاديمية، السيكودrama.**

## Study Extract

This study aimed to reveal the effectiveness of a program based on psychodrama in developing the quality of life and optimism, as well as the impact of this development through the program on the academic self-efficacy of students in the upper basic stage deprived of a mother in Gaza governorates.

It was based on the quasi-experimental approach, and (179) male and female students from the upper basic stage who were deprived of their mother due to death or divorce were selected from government schools in the governorates of Gaza.

It was conducted on two equal groups, one experimental and the other a control, its tools included measures of quality of life in its dimensions (quality of public health, quality of family and social life, quality of education and study, quality of psychological and emotional health, quality of time occupation and management), optimism, academic self-efficacy, and the quality of life development program and optimism based on psychodrama,

All these factors were prepared by the researcher, and the results showed that there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental group and the scores of the control group in both quality of life and optimism in favor of the experimental group.

As well as statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in quality of life and optimism before and after the implementation of the quality of life and optimism development program in favor of the post-measurement, as it was found that there were no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the post and follow-up measurements after applying the program in both quality of life and optimism,

As the results also indicated that there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental and control group in academic self-efficacy in favor of the experimental group, as it turned out that the effect size is very large, which indicates that The development of quality of life and optimism through the psychodrama-based program that had a very significant impact on the level of academic self-efficacy, and it was clear that there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the pre and post measurements in academic self-efficacy in favor of the post-measurement after developing quality of life and optimism.

Also, it was found that the development of quality of life and optimism had a significant impact on the academic self, while it was found that there were no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the post and follow-up measurements.

**key words:**

Quality of life, optimism, academic self-efficacy, psychodrama.

## قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	عنوان الدراسة
ب	صفحة عنوان
ج	آية قرآنية
د	قرار اجازة رسالة دكتوراه
هـ	إهداء
وـ	شكر وتقدير
حـ	مستخلص الدراسة
يـ	قائمة المحتويات
مـ	قائمة الجداول
سـ	قائمة الملحق
<b>10-1</b>	<b>الفصل الأول: مدخل الدراسة</b>
2	مقدمة
4	مشكلة الدراسة
7	أهداف الدراسة
8	أهمية الدراسة
8	محددات الدراسة
9	مصطلحات الدراسة
<b>47-11</b>	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري</b>
12	مقدمة
12	أولاً: جودة الحياة - نظرة تاريخية عن جودة الحياة
13	- مفهوم جودة الحياة
15	- أبعاد جودة الحياة
17	- مؤشرات جودة الحياة
18	- مظاهر جودة الحياة
22	- التوجهات النظرية البحثية في جودة الحياة
24	ثانياً: التفاؤل - مفهوم التفاؤل
26	- أنواع التفاؤل

27	- أهمية التفاؤل
29	ثالثاً: فاعلية الذات الأكاديمية - مفهوم فاعلية الذات الأكاديمية
31	- أهمية فاعلية الذات الأكاديمية
31	- الفرق بين مفهوم الذات الأكاديمي وفاعلية الذات الأكاديمية
32	- مصادر فاعلية الذات الأكاديمية
33	العلاقة بين فاعلية الذات الأكاديمية وكل من جودة الحياة والتفاؤل
34	العلاقة بين فاعلية الذات الأكاديمية والتفاؤل
35	العلاقة بين فاعلية الذات الأكاديمية وجودة الحياة والتفاؤل
35	رابعاً: السيكودrama
36	مفهوم السيكودrama
38	إيجابيات وسلبيات السيكودrama
38	أهداف السيكودrama
40	الأصول النظرية للسيكودrama
41	مكونات السيكودrama
42	مبادئ وتقنيات السيكودrama
43	فنينات وتقنيات السيكودrama
46	تعليق على الإطار النظري
63-48	<b>الفصل الثالث: الدراسات السابقة</b>
49	مقدمة
49	دراسات حول مكونات وتنمية جودة الحياة
54	دراسات حول خصائص المتفائلين وتنمية التفاؤل
57	دراسات حول فاعلية الذات الأكاديمية في علاقتها بجودة الحياة والتفاؤل
59	دراسات حول السيكودrama كاستراتيجية تنمية لبعض جوانب الشخصية
61	تعليق على الدراسات السابقة
62	فروض الدراسة
99-64	<b>الفصل الرابع: الطريقة وإجراءات الدراسة</b>
65	مقدمة
65	منهج الدراسة

65	مجتمع الدراسة
66	عينات الدراسة
69	أدوات الدراسة
69	- مقياس جودة الحياة
76	- مقياس التفاؤل
80	- مقياس فاعلية الذات الأكاديمية
83	- برنامج تربية جودة الحياة والتفاؤل القائم على السيكودrama
98	إجراءات الدراسة
<b>110-100</b>	<b>الفصل الخامس: نتائج الدراسة ومناقشتها</b>
101	- مقدمة
101	- نتائج التحقق من الفرض الأول
102	- نتائج التحقق من الفرض الثاني
103	- نتائج التتحقق من الفرض الثالث
104	- نتائج التتحقق من الفرض الرابع
104	- نتائج التتحقق من الفرض الخامس
105	- نتائج التتحقق من الفرض السادس
105	- نتائج التتحقق من الفرض السابع
106	- نتائج التتحقق من الفرض الثامن
106	- نتائج التتحقق من الفرض التاسع
107	- خلاصة نتائج الفروض ذات الصلة بجودة الحياة والتفاؤل ومناقشتها
109	- خلاصة نتائج الفروض ذات الصلة بفاعلية الذات الأكاديمية ومناقشتها
110	الوصيات والمقترنات
111	المراجع
128	الملاحق
192-183	ملخصات الدراسة
185	أولاً: ملخص الدراسة باللغة العربية
189	ثانياً: ملخص الدراسة باللغة الانجليزية

## قائمة الجداول

رقم	عنوان الجدول	صفحة
1	بيان تفصيلي لأفراد مجتمع الدراسة	66
2	توزيع أفراد العينة الاستطلاعية	67
3	بيان تفصيلي لخصائص أفراد العينة التجريبية	68
4	توزيع أفراد العينة الضابطة	68
5	نتائج اختبار "T" لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الدراسة في القياس القبلي	68
6	عدد مفردات أبعاد مقياس جودة الحياة في صورته المبدئية	70
7	المفردات المضافة والمحذوفة في مقياس جودة الحياة تبعاً لآراء المحكمين	71
8	المفردات المعدلة في مقياس جودة الحياة وفق ملاحظات المحكمين	72
9	عدد مفردات أبعاد مقياس جودة الحياة بعد التحكيم	72
10	معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات كل بعد والدرجة الكلية للبعد في صدق المفردات لمقياس جودة الحياة	73
11	قيم معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة والأبعاد الأخرى وأيضاً كل بعد والدرجة الكلية للمقياس	74
12	معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس ككل	75
13	معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس ككل	75
14	الثبات بطريقة إعادة الاختبار	76
15	المفردات التي أضيفت أو حذفت أو عدلت في مقياس التفاؤل وفقاً لآراء المحكمين	77
16	صدق المفردات بتقدير معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس التفاؤل	78
17	معاملات الارتباط بين نصفي مقياس التفاؤل	79
18	الثبات الكلي لمقياس التفاؤل بطريقة ألفا كرونباخ	79
19	الثبات بطريقة إعادة الاختبار	79
20	تعديل المفردات وفق آراء المحكمين حول مقياس فاعلية الذات الأكademie	81
21	معاملات ارتباط كل مفردة من مفردات المقياس بالدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات الأكademie عند تقدير صدق المفردات	82
22	معاملات الارتباط بين نصفي مقياس فاعلية الذات الأكademie	82
23	معامل ألفا كرونباخ لمقياس فاعلية الذات الأكademie	83

83	ثبات مقياس فاعلية الذات الأكاديمية بطريقة إعادة الاختبار	24
92	ملخص جلسات البرنامج وعناصرها الأساسية	25
101	نتائج اختبار (T) للفروق بين متوسطي درجات كل من أبعاد جودة الحياة والدرجة الكلية بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي وحجم التأثير	26
102	نتائج (T) للفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في كل بعد من أبعاد جودة الحياة والدرجة الكلية وحجم التأثير	27
103	نتائج (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي في كل من أبعاد جودة الحياة والدرجة الكلية	28
104	نتائج (T) لدالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التفاؤل بعد تطبيق البرنامج وحجم التأثير	29
104	اختبار (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في التفاؤل قبل وبعد تطبيق برنامج تنمية التفاؤل وحجم التأثير	30
105	اختبار (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات التفاؤل لأفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي	31
105	اختبار (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في فاعلية الذات الأكاديمية وحجم التأثير	32
106	اختبار (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمتغير فاعلية الذات الأكاديمية بعد تنمية جودة الحياة والتفاؤل وحجم التأثير	33
107	اختبار (T) لدالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي في فاعلية الذات الأكاديمية بعد تنمية جودة الحياة والتفاؤل	34