



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيداً عن الغبار



HANAA ALY



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لتنمية الأمل ومهارات الاستمتاع بالحياة لدى عينة من المراهقين الأيتام

رسالة مقدمة من
مها عبد الحميد محمود عبد الحليم

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفس)

إشراف

أ. د / حسام الدين محمود عزب
أ. م. د / إيمان لطفي إبراهيم
أستاذ الصحة النفسية
و والإرشاد النفسي المساعد
كلية التربية - جامعة عين شمس

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

١٤٤٢ هـ - ٢٠٢٠ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ"

صدق الله العظيم

{ التوبه : ١٠٥ }



**كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي**

صفحة العنوان

عنوان الرسالة : برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لتنمية الأمل ومهارات الاستمتاع بالحياة لدى عينة من المراهقين الأيتام .

اسم الباحثة : مها عبد الحميد محمود عبد الحليم .

الدرجة العلمية : درجة دكتوراه الفلسفة في التربية .

القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسي .

الكلية : كلية التربية .

الجامعة : جامعة عين شمس .

سنة المنح : ٢٠٢٠ .



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد
النفسي

رسالة دكتوراه

اسم الباحثة / مها عبد الحميد محمود عبد الحليم .

عنوان الرسالة / برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لتنمية الأمل ومهارات الاستمتاع بالحياة لدى عينة من المراهقين الأيتام .

الدرجة العلمية/ درجة دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص الصحة النفسية والإرشاد النفسي).

لجنة الإشراف

أ.د / حسام الدين محمود عزب .
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس .

أ . م . د / إيمان لطفى إبراهيم .
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي
المساعد
كلية التربية - جامعة عين شمس .

تاریخ التسجیل : ٢٠١٨ / ٧ / ١٥

الدراسات العليا

أجازت الرسالة بتاريخ : ٢٠٢٠ / /
موافقة مجلس الجامعة ٢٠٢٠ / /
ختم الإجازة ٢٠٢٠ / /

شكر وتقدير

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتكم ... ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك ... ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك ... ولا تطيب الجنة إلا بروينتك ...
"الله جل جلاله"

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ... ونصح الأمة ... إلى نبى الرحمة ونور العالمين ...

"سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم"

"كن عالماً فإن لم تستطع فكن متعلمًا ، فإن لم تستطع فأحب العلماء ، فإن لم تستطع فلا تبغضهم".

وأخص بالتقدير والشكر :

الأستاذ الدكتور : حسام الدين محمود عزب

الذى نقول له بشراك قول "رسول الله صلى الله عليه وسلم" :
"إن الحوت في البحر ، والطير في السماء ، ليصلون على معلم الناس الخير".

و قبل أن أمضى أقدم أسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة ... إلى الذين مهدوا لى طريق العلم والمعرفة .

إلى أستاذتي الفاضلة :

الأستاذ المساعد الدكتور / إيمان لطفي

كما أتقدم بكل الشكر والتقدير إلى السادة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة :

١- أ.د/أسامة فاروق مصطفى أستاذ ووكيل كلية التربية الخاصة -جامعة مصر للعلوم والتكنولوجيا

٢- أ.م.د/معتز محمد عبيد أستاذ الصحة النفسية المساعد ورئيس قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي -كلية التربية -جامعة عين شمس

وكذلك أشكر كل من ساعد على إتمام هذا البحث وقدم لي العون ومد لي يد المساعدة وزودنى بالمعلومات الازمة لإتمام هذا البحث .

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار ... إلى من علمنى العطاء بدون انتظار ... إلى من أحمل اسمه بكل افتخار وستبقى كلماتك نجوم أهتدى بها اليوم وفي الغد وإلى الأبد والدى العزيز

إلى ملاكي في الحياة ... إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتلقاني ... إلى بسمة الحياة وسر الوجود إلى من كان دعائهما سر نجاحى إلى أغلى الحبائب ...
أمى الحبيبة

إلى من بهن أكبر وعليهن أعتمد ... إلى من بوجودهن أكتسب قوة ومحبة لا حدود لها ... إلى من عرفت معهن معنى الحياة ...
أخواتي : مني ومنال ومايسة

إلى من أرى التفاؤل بعينيه ... إلى الوجه المفعم بالبراءة ولمحبتك لازهرت أيامى
وتفتحت براعم للغد ...
أخى : محمود

إلى أخي الذي لم تلده أمى ... إلى من تحلى بالإخاء وتميز بالعطاء ...
أخى : مجاهد رمضان مجاهد و محمد رمضان مجاهد و مدحت فوزي

إلى من معه سعدت وبرفقته فى درب الحياة الحلوة والحزينة سرت إلى من كان
معى على طريق النجاح والخير ...

زوجى العزيز : محمد فوزى
إلى أبنائى الأعزاء معاذ، سفيان ، براء ، عدى ، آسيا ، عبد الله ، قصى ، قيس ،
مدین

إلى صديقاتى العزيزات : سلمى أمين صقر و نيرمين مصطفى وشيماء مغازي ،
أشكركم كل الشكر على تقاسمكم معى كل اللحظات الصعبة ، وعلى ما قدمتموه لى
من جهد .

وأشكر كل من شرفني بوجوده ، وأخيرا الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات.

مستخلص الدراسة

سعت الدراسة الحالية لبحث فاعلية برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لتنمية الأمل ومهارات الاستمتاع بالحياة لدى عينة من المراهقين الأيتام ؛ ومن أجل ذلك تألفت عينة الدراسة من (٢٠) مراهق ومرأهقة من المراهقين الأيتام تتراوح أعمارهم من (١٣:١٧) سنة ، وقد تم التكافؤ بين أفراد العينة من حيث العمر الزمني ، الأمل ، مهارات الاستمتاع بالحياة ، واستخدمت الدراسة مقياس الأمل ، ومقاييس مهارات الاستمتاع بالحياة ، والبرنامج القائم على فنيات علم النفس الإيجابي ، وأسفرت نتائج الدراسة عن تحقق صحة فروضها بما يثبت فاعلية البرنامج المستخدم في الدراسة في تنمية الأمل بأبعاده ومهارات الاستمتاع بالحياة بأبعادها لدى عينة من المراهقين الأيتام .

الكلمات المفتاحية :

- ١ — البرنامج القائم على علم النفس الإيجابي
- ٢ — الأمل
- ٣ — مهارات الاستمتاع بالحياة
- ٤ . المراهقون الأيتام

Abstract

The current study aimed to test the effectiveness of a program that Based on Positive Psychology to Improve Hope and Life Enjoyment Skills In A sample of Orphan Adolescents , so The sample of the study consisted of (20)(male & female) orphan adolescents , their ages ranges between (13:17) year . the study used Hope Scale , Life enjoyment Skills Scale and The program applying the positive psychology technique , the study indicates the effectiveness of a program that Based on Positive Psychology in Improving Hope with its Dimensions and Life Enjoyment Skills with its Dimensions In A sample of Orphan Adolescents.

Key Words : 1- The program applying positive psychology .

2- Hope .

3- Life enjoyment Skills .

4- Orphan adolescents.

قائمة محتويات الدراسة

الصفحة	البيان	م
ى	أولاً : قائمة الموضوعات .	١
ن	ثانياً : قائمة الجداول .	٢
ف	ثالثاً : قائمة الأشكال .	٣
ف	رابعاً : قائمة الملاحق .	٤

أوّلاً : قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
١٠-٢	الفصل الأول : مدخل الدراسة .
٢	مقدمة .
٥	مشكلة الدراسة .
٥	هدف الدراسة .
٦	أهمية الدراسة .
٧	التحديد الإجرائي للمصطلحات .
٨	محددات الدراسة .
٦٣-١٢	الفصل الثاني : الإطار النظري .
١٢	تمهيد .
١٢	* المفهوم الأول : برنامج قائم على علم النفس الإيجابي .
١٣	أولاً : تعريف علم النفس الإيجابي .
١٤	ثانياً : تطبيقات علم النفس الإيجابي .
١٦	ثالثاً : أهداف علم النفس الإيجابي .
١٦	رابعاً : أسس ومبادئ علم النفس الإيجابي .
١٨	خامساً : أبعاد علم النفس الإيجابي .
١٨	سادساً : بعض المفاهيم المتضمنة في علم النفس الإيجابي .
٢٢	سابعاً : مفاهيم وفنون علم النفس الإيجابي .
٣٦	تعقيب على المفهوم الأول .
٣٦	* المفهوم الثاني : الأمل .
٣٦	أولاً : تعريف الأمل .

تابع أولاً : قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٣٨	ثانياً : الأمل و مفاهيم نفسية أخرى .
٣٩	ثالثاً : نظريات الأمل .
٤٣	رابعاً : جوانب الأمل .
٤٤	خامساً : طبيعة الأمل .
٤٥	سادساً : هدف العلاج بالأمل .
٤٥	سابعاً : الطرائق العلاجية والنفسية لزيادة الأمل .
٤٦	تعقيب على المفهوم الثاني .
٤٧	*المفهوم الثالث : مهارات الاستماع بالحياة .
٤٧	أولاً : مفهوم مهارات الاستماع بالحياة .
٥١	ثانياً : الاستماع بالحياة والسعادة .
٥٢	ثالثاً : محددات الاستماع بالحياة .
٥٤	تعقيب على المفهوم الثالث .
٥٤	*المفهوم الرابع : المراهقون الأيتام
٥٥	أولاً : تعاريفات المراهقة .
٥٦	ثانياً : مفهوم اليتيم .
٥٦	ثالثاً : مشكلات رعاية الأيتام .
٥٧	رابعاً : حاجات المراهقين الأيتام .
٦٠	خامساً : فضل رعاية الأيتام .
٦١	سادساً : سمات المراهقين الأيتام .
٦٢	تعقيب على المفهوم الرابع .

تابع أولاً : قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٦٣	* تعقيب عام على الإطار النظري .
١٠٨-٦٥	الفصل الثالث : دراسات سابقة .
٦٥	تمهيد
٦٦	المحور الأول : دراسات تداخلية تناولت علم النفس الإيجابي لدى المراهقين الأيتام وغير الأيتام .
٨١	المحور الثاني : دراسات تناولت المراهقين الأيتام .
١٠٣	تعقيب عام على الدراسات السابقة .
١٠٧	فروض الدراسة .
١٦١-١١٠	الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة .
١١٠	تمهيد .
١١٠	أولاً : منهج الدراسة .
١١٠	ثانياً : عينة الدراسة .
١١٦	ثالثاً : أدوات الدراسة .
١٥٩	رابعاً : الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .
١٦٠	خامساً : خطوات الدراسة .
٢٠٣-١٦٣	الفصل الخامس : نتائج الدراسة ومناقشتها .
١٦٣	تمهيد .
١٦٣	أولاً : نتائج التحقق من الفرض الأول .
١٦٨	ثانياً : نتائج التحقق من الفرض الثاني .
١٧٣	ثالثاً : نتائج التحقق من الفرض الثالث .