



جامعة الموصل  
كلية التربية

# اثر برنامج تعليمي للتخفيف من فقدان الأمل لدى طالبات المرحلة الإعدادية

نغم أكرم داؤد

رسالة ماجستير  
علم النفس التربوي

## المخلص

عندما يواجه الفرد مشكلة ما ، فإن أول استجابة له هي القلق فإذا نجح في حل المشكلة فإنه يشعر بالراحة والانتصار ، أما إذا فشل في حلها فإنه يشعر باليأس والتشاؤم وإذا استمرت مواجهته لمشاكل لا حل لها ، أصابه فقدان الأمل والشعور بالعجز عن التحكم في دفة الأمور ليصبح جزءاً من شخصيته .

بمعنى أن المستويات الخفيفة من المشاعر السلبية في التوافق قد لا تشكل خطراً على الحياة طالما كانت طارئة أو عارضة لظرف ما أو حدث مؤلم ، ولا سيما أنها متوقعة للجميع أي أننا جميعاً قد نتعرض لها أو تصيبنا في موقف ما وتحول دون تحقيقنا للأهداف التي نسعى إليها.

ولكن هذه المشاعر قد تتحول في حالات معينة إلى مرض أو اضطراب اكتئابي يترافق بإعراض جسمية ونفسية ويعيق الفرد عن تحقيق درجة من التوافق الأمثل في علاقته بنفسه والآخرين ، وقد بين علماء النفس أن اليأس أو فقدان الأمل من المتغيرات النفسية المميزة للشخصيات العاجزة والمضطربة والسلبية .

وأن فقدان الأمل يعيق تقدم الفرد ويحط من قدراته وإمكاناته ومن ثم فإن الأفراد فاقدو الأمل يؤثرن بشكل سلبي في المجتمع مما يحتم معالجة هذا الأمر .

لذلك قامت الباحثة بإعداد برنامج تعليمي لهذا الغرض

ويهدف البحث الحالي إلى ما يأتي : -

- 1 - بناء برنامج تعليمي للتخفيف من فقدان الأمل لدى طالبات المرحلة الإعدادية .
- 2 - التعرف على أثر البرنامج التعليمي للتخفيف من فقدان الأمل لدى طالبات المرحلة الإعدادية .

وللتحقق من الهدف الثاني صيغت الفرضيات الآتية :-

- 1 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية التي تتعرض للبرنامج التعليمي ومتوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة التي لا تتعرض للبرنامج التعليمي في الاختبار البعدي .
- 2 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي .

وقد اختارت الباحثة عينة قصدية تكونت من (144) طالبة من الصف الرابع الإعدادي في إعدادية بلقيس للبنات، واعتمد البحث على مقياس فقدان الأمل (العنزي ،

2004) وتم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين وكذلك تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار وحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس.

وقد تم بناء برنامج تعليمي وفق خطة تعليمية لها أهداف ولها خطوات معينة ، وتم التحقق من الصدق الظاهري للبرنامج بعرضه على مجموعة من المحكمين ، وتكون البرنامج بصيغته النهائية من (16) درس ، حيث تم أخذ حصتين متتاليتين لتنفيذ كل درس من دروس البرنامج ويطبق بواقع يومين في الأسبوع وكانت الدروس كالآتي :

(العزيمة والتصميم - الاستفادة من الأخطاء السابقة - تنمية الاتجاه الايجابي نحو التعليم - النجاح في الحياة الدراسية - الثقة بالمستقبل - التخطيط للمستقبل العلمي - العلاقات الأسرية السعيدة - تحمل المسؤولية العائلية - المشكلات العائلية - القدرة على اتخاذ القرار - الدعم الأسري - استغلال الفرص - العلاقات الاجتماعية - النشاط والحماس - الصداقات - التجارب العاطفية)

وتم اختيار عينة المجموعة التجريبية والضابطة من الطالبات اللواتي حصلن على أعلى الدرجات على مقياس فقدان الأمل حيث بلغت المجموعة التجريبية (23) طالبة أما المجموعة الضابطة فقد بلغت (22) طالبة من إعدادية بلقيس للبنات للعام الدراسي 2006 - 2007.

وقد استغرق تطبيق البرنامج ثلاثة أشهر تقريبا بواقع حصتين في الأسبوع وبالتعاون إدارة المدرسة وتم استخدام التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي .

أما عن الوسائل الإحصائية فقد استعانة الباحثة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

وقد أظهرت النتائج ما يأتي :

1- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج التعليمي الخاص بتخفيف فقدان الأمل مما يشير إلى انخفاض مستوى فقدان الأمل لدى افراد المجموعة التجريبية .

2- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي إذ انخفضت درجات المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي وهذا دليل على تأثير البرنامج التعليمي .

وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات منها :-

- 1- الاستفادة من البرنامج التعليمي المعد في هذه الدراسة للتخفيف من فقدان الأمل وتطبيقه من قبل المختصين و التربويين والمسؤولين في وزارة التربية والمرشدين التربويين .
- 2- إسهام وسائل الإعلام في تخفيف ما يعانيه المراهقون من حالات فقدان الأمل ، وذلك عن طريق الندوات التلفزيونية والبرامج الإرشادية وذلك لمساعدتهم على التصدي لما يعانونه من أزمات نفسية .

كما اقترحت الباحثة عدداً من المقترحات منها :

- 1- إجراء دراسة لمعرفة أثر البرنامج التعليمي على مراحل دراسية أخرى .
- 2- إجراء دراسة لبحث العلاقة بين فقدان الأمل ومتغيرات أخرى مثل ( الاكتئاب ، الضغوط النفسية ، الأفكار الانتحارية ، الوحدة النفسية ، مركز الضبط ، الدعم الاجتماعي ، تقدير الذات ، الانجاز الدراسي ) .
- 3- القيام بدراسة تتبعيه لرصد مدى التغير في معدلات فقدان الأمل لدى فئات مختلفة من الشعب العراقي .

## **Abstract**

When an individual faces such a problem, the first response will be worry, and if he succeeded in solving it, he would feel comfortable and victorious, but if he failed in solving it, he would feel with depression and pessimism, and if continued in having unsolved problems, he would have hopelessness and being unable to control matters and became one of his personality. In other words, that the light levels of the negative feelings in adjustment do not form any danger on life whatever they were emergent or contingent to such condition or a painful event, and they are acceptable for every body, meanwhile, that we are all facing them or disabling our aims.

But these feelings may be changed in such cases into a disease or a depression disorder accompanied by physical and psychological symptoms disable the individual in achieving the perfect adjustment in his relationship with himself and the others. Psychologists showed that depression or hopelessness considered one of the characterized psychological variables of the helpless, disorder and negative personalities.

Hopelessness unable the individual and limit his abilities, so, the hopeless individuals affect negatively on the society, and this implies for the matter to be dealt with.

### **The researcher has made an educational program for this reason:-**

The following research aims at:-

- 1- Forming an educational program alleviates hopelessness for the preparatory female students.
- 2- Investigating the effect of the educational program to alleviate hopelessness for the preparatory female students.

### **In order to be sure of the second goal the following hypotheses were made:-**

- 1- There are no differences with statistical sign between the average of the experimental group female students exposing to the educational program and the average of the regulating group non-exposing to the educational program in the advanced test.
- 2- There are no differences with statistical sign between the average of the experimental group female students in the prior and advanced tests.

The researcher chose an intentional sample consisted of (144) female students, fourth class, Balqees Preparatory School. The research depended on two scales: hopelessness (Al-Enzi, 2004), the external validity has been checked by a number of experts, also the scale

reliability has been checked by retesting method and accounting the distinctive power of scale items.

An educational program has been formed according to an educational plan with certain aims and procedures, the external validity has been checked by a number of experts, the program consisted finally (16) lessons, where two continuous lessons have been taken to implement every lesson of the program's lessons and it is being applied with two days in one week and the lessons have become as follows:

(Resolution and determination - making use of previous faults – developing the positive attitude towards education – success in school days – confidence in future – planning for the scientific future – happy family relations – taking the family responsibility – family problems – the ability to take decision – family support – making use of chances – social relations – enthusiasm and activities – friendship – love feelings).

The sample of the experimental and regulating group has been chosen from the female students whom they have scored high levels on hopelessness scale, where the experimental group consisted of (23) female students, while the regulating group consisted of (22) female students from Balqees Preparatory School for the year 2006-2007.

The application of the program took three months, with two lessons in one week and by the support of the headmistress.

The experimental design of the experimental and regulating groups with the prior and advanced test has been used, as for the statistical means the researcher has resort to statistical package for social science.

**The results of the research were:-**

- 1- There are differences with statistical sign between the average of the experimental and regulating groups in the favor of the experimental group exposed to the educational program which has been made to alleviate hopelessness, which refer that there is decrease in hopelessness level for the experimental group individuals.
- 2- There are differences with statistical sign between the average of the experimental group in the prior and advanced tests, where the degrees of the experimental group were decrease in the advanced test, and this is refer to the effect of the educational program.

**In the light of these results, the researcher recommended the following:-**

- 1- Getting benefit of the the educational program which is prepared for this study alleviate hopelessness and applying it by the specialists and educationists and those responsible employees in the ministry of education and the educative supervisors
- 2- Media should participate in alleviating hopelessness for the youth , by making television symposium and guidance programs to help them in facing the psychological crisis

**The researcher also suggested the following:-**

- 1- Making a study to know the effect of an educational program on other academic stages.
- 2- Making a study to investigate the relationship between hopelessness and another variables such as (depression, psychological pressures, suicidal thoughts, psychological loneliness and locus of control).
- 3- Making a sequence study to see the extent of change in hopelessness rates for different groups of the Iraqi people.

**University of Mosul**  
**College of Education**



***The Effect of An Educational Program in  
Alleviating Hopelessness of the Preparatory Female  
Students***

**A thesis submitted by  
*Nagham Akram Daoud Karomey***

**A Thesis of Master  
*Educational Psychology***

---

**2007 A. D.**

**1428 A. H.**