

2024

TP-153



هيئة تقويم التعليم والتدريب
Education & Training Evaluation Commission



توصيف المقرر الدراسي (بكالوريوس)

اسم المقرر: علم النفس الإيجابي
رمز المقرر: PSY2303
البرنامج: البكالوريوس
القسم العلمي: علم النفس
الكلية: التربية
المؤسسة: جامعة أم القرى
نسخة التوصيف: ٢٠٢٤
تاريخ آخر مراجعة:



جدول المحتويات

٣	أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:
٤	ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:
٥	ج. موضوعات المقرر:
٦	د. أنشطة تقييم الطلبة:
٦	هـ. مصادر التعلم والمرافق:
٧	و. تقويم جودة المقرر:
٧	ز. اعتماد التوصيف:



أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:

١. التعريف بالمقرر الدراسي

١. الساعات المعتمدة: (٢)

٢. نوع المقرر

- أ- ☐ متطلب جامعة ☐ متطلب كلية ☒ متطلب تخصص ☐ متطلب مسار ☐ أخرى
- ب- ☒ إجباري ☐ اختياري

٣. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: (المستوى الثالث)

٤. الوصف العام للمقرر

يتعرف الطالب فيعلم النفس الإيجابي على الدراسة العلمية لجوانب القوة لدى الإنسان التي تمكن الفرد والمجتمع من الازدهار مثل التفاؤل، الرفاهية، الإبداع والمرونة. دراسة العواطف الإيجابية (القناعة بالماضي-السعادة بالحاضر-الأمل في المستقبل).

٥- المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

٦- المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

٧. الهدف الرئيس للمقرر

يهدف المقرر الى التعرف على مفهوم علم النفس الإيجابي، ونشأته، ورواده، والنظريات المفسرة له، ومناهجه، وأهميته. ومجالات البحث في علم النفس الإيجابي، وقياس متغيرات علم النفس الإيجابي، دراسة نظريات علم النفس الإيجابي بصورة تكاملية والتعرف على مناهج البحث في علم النفس الإيجابي، ودراسة مفاهيم السمات الإيجابية والسعادة والمشاعر الإيجابية

٢. نمط التعليم (اختر كل ما ينطبق)

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
١	تعليم التقليدي	٣٠	%١٠٠
٢	التعليم الإلكتروني		
٣	التعليم المدمج التعليم التقليدي التعليم الإلكتروني		
٤	التعليم عن بعد		

٣. الساعات التدريسية (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم	النسبة
١	محاضرات	٣٠	%١٠٠

٢	معمل أو إستوديو		
٣	ميداني		
٤	دروس إضافية		
٥	أخرى		
الإجمالي		٣٠	٪١٠٠

ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:

الرمز	نواتج التعلم	رموز نتائج التعلم المرتبطة بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم			
1.1	أن يعرف الطالب طرق البحث في علم النفس الإيجابي	٢٤	- المحاضرة، والعروض	الاختبارات الموضوعية والمقالية.
1.2	أن يعدد الطالب مختلف المفاهيم والتعريفات والنظريات في علم النفس الإيجابي	١٤	- المحاضرة، والعروض	الاختبارات الموضوعية والمقالية.
1.3	أن يوضح الطالب الظواهر النفسية والاجتماعية في علم النفس الإيجابي.	٣٤	- المحاضرة، والعروض.	الاختبارات الموضوعية والمقالية.
2.0	المهارات			
2.1	أن يفسر الطالب السلوك الإنساني في ضوء النظريات المختلفة المفسرة للجوانب الإيجابية .	٢م	- المحاضرة - الحوار والمناقشة. - ورقة عمل	- الاختبارات الموضوعية والمقالية.
2.2	أن يميز الطالب المفاهيم الإيجابية المختلفة.	٢م	- المحاضرة - الحوار والمناقشة.	- الاختبارات الموضوعية والمقالية.
2.3	أن يطبق الطالب دور الأخصائي النفسي في مجال علم النفس الإيجابي في مواقف افتراضية.	١م	- المحاضرة - الحوار والمناقشة.	- الاختبارات الموضوعية والمقالية. - التقارير الجماعية
2.4	أن يستخدم الطالب البرمجيات وأدوات التقنية الحديثة في أداء المهام والتكليفات المختلفة .	٤م	- المحاضرة - الحوار والمناقشة.	- الاختبارات الموضوعية والمقالية. - التقارير الجماعية
3.0	القيم والاستقلالية والمسؤولية			
3.1	أن يظهر الطالب مقدرته على تكوين علاقات إيجابية مع زملائه.	١ق	- مجموعات العمل الصغيرة	- بطاقة تقييم



الرمز	نواتج التعلم	رموز نتائج التعلم المرتبطة بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
3.2	أن يظهر مقدرته على العمل ضمن فريق.	ق ١	-مجموعات العمل الصغيرة	-بطاقة تقييم
3.3	أن يلتزم الطالب بالمعايير المهنية (الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA) عند أداء التكاليفات المتنوعة.	ق ٢	-مجموعات العمل الصغيرة	-بطاقة تقييم
3.4	أن يظهر الطالب اعتزازه بهويته الدينية والوطنية ولغته.	ق ٢	العصف الذهني	تقييم الاقران

ج. موضوعات المقرر

م	قائمة الموضوعات	الساعات التدريسية المتوقعة
١	التعريف بعلم النفس الإيجابي من حيث مفهومه، ونشأته، وموضوعه، وملامحه، وأهدافه، ومناهج البحث فيه، والنقد الموجه له، ومستقبله.	٤
٢	الشخصية الإيجابية ومقوماتها من حيث مفهومها وخصائصها، ونماذج لتصنيفها.	٤
٣	المشاعر الإيجابية حول المستقبل (الأمل – التفاؤل).	٢
٤	نماذج من السلوك الاجتماعي الإيجابي (الإيثار، التسامح، العفو، العطاء).	٤
٥	الحكمة والذكاء الوجداني (المفهوم، التفسير النفسي، وعلاقة كل منهما ببعض المتغيرات النفسية).	٢
٦	الشجاعة والصمود النفسي (المفهوم، مكونات كل منهما، النظريات المفسرة، وعلاقة كل منهما ببعض المتغيرات النفسية).	٢
٧	الرضا عن الحياة والامتنان (المفهوم، التوجهات المفسرة لهما، وعلاقة كل منهما ببعض المتغيرات النفسية).	٢
٨	جودة الحياة، والسعادة (المفهوم، المصطلحات المرتبطة، مجالات تناولها، التوجهات النظرية المفسرة، مكونات ومؤشرات، مستويات السعادة وشروطها ومصادرها، والفروق بين الذكور والإناث في مستوى السعادة).	٤
٩	القياس في علم النفس الإيجابي، هدف القياس في علم النفس الإيجابي، وموضوعات القياس وخصائصه، ونماذج من مقاييس الجوانب الإيجابية.	٤
١٠	مفهوم العلاج النفسي الإيجابي وأهدافه وافتراضاته وفنياته ومستقبله.	٢
المجموع		٣٠

د. أنشطة تقييم الطلبة

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
١	اختبار أعمال فصلية ١	السابع	٢٥ %
٢	ورقة عمل حول أحد متغيرات علم النفس الإيجابي	العاشر	١٥ %
٣	أعمال جماعية وفردية	على مدار الفصل الدراسي	٢٠ %
٤	الاختبار النهائي	الاختبار النهائي	٤٠ %

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل وغيره).

هـ. مصادر التعلم والمرافق:

١. قائمة المراجع ومصادر التعلم:

عبد المريد قاسم. (٢٠١٨). علم النفس الإيجابي. الرياض: دار الزهراء. حسن عبد الفتاح. (٢٠٠٦). السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية. القاهرة، مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر.	المرجع الرئيس للمقرر
كفاقي، علاء الدين؛ وسالم، سهير؛ والنيال مایسة احمد (٢٠٠٨) في سيكولوجية السعادة، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية -Seligman M ,Rashid, T. Parks C (2006) Positive Psychotherapy American Psychologist,4pp774-788 .Seligman ,M (2002). Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy . in C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.) (2002). <i>The Handbook of Positive Psychology</i> (pp.3-9). New York: Oxford University Press Seligman. ,M ,Peterson,C .(2005) positive Psychology Progress Empirical Validation of Interventions, American Psychologist ,60,5 ,410—421 Snyder, C. R., & Rand, K. L. (2003). The case against false hope. American Psychologist , 58, 820—822 Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., et al.(1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. Journal of Personality and Social Psychology , 60, 570-585 Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (in press). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. Journal of Counseling Psychology .	المراجع المساندة
	المصادر الإلكترونية

أخرى

٢. المرافق والتجهيزات المطلوبة:

العناصر	متطلبات المقرر
المرافق النوعية (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)	قاعات دراسية مجهزة، وتتوافر بها طاوولات مستديرة من أجل تفعيل عدد من طرق التدريس المناسبة، وتتوافر فيها الأجهزة المناسبة أدناه.
التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)	- قاعات مزودة بجهاز عرض البيانات (data show) - لا يزيد حجم الشعبة عن ٣٥ طالباً
تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)	شاشات عرض لاستخدامها في عروض الفيديوها الخاصة بالاضطرابات المرضية وطرق علاجها.

و. تقويم جودة المقرر:

مجالات التقويم	المقيمون	طرق التقويم
فاعلية التدريس	الطلبة	غير مباشرة: استطلاعات الطلبة
فاعلية طرق تقييم الطلاب	الطلبة	مباشر وغير مباشرة: استطلاعات الطلبة
مصادر التعلم	الطلبة أعضاء هيئة التدريس	غير مباشرة: استطلاعات الطلبة غير مباشرة: استطلاعات أعضاء هيئة التدريس
مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر	أعضاء هيئة التدريس الطلبة	مباشر: نتائج مخرجات التعلم غير مباشرة: استطلاعات الطلبة
أخرى		

المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها).

طرق التقويم (مباشر وغير مباشر).

ز. اعتماد التوصيف:

جهة الاعتماد
رقم الجلسة
تاريخ الجلسة