



جامعة عين شمس
كلية الآداب
قسم علم النفس

التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة لدى عينة من
الراضين زواجيًّا وغير الراضين زواجيًّا

رسالة مقدمة من الطالب

محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسي

للحصول على درجة الماجستير في الآداب

تخصص علم النفس

إشراف

أ.د/ منى حسين أبوظيرة

أ.د/ محمد محمد سيد خليل

أستاذ علم النفس المساعد

أستاذ علم النفس

كلية الآداب

والعميد الأسبق لكلية الآداب

جامعة عين شمس

جامعة عين شمس



جامعة عين شمس

كلية الآداب

رسالة ماجستير

اسم الطالب : محمود محمد أحمد عبدالوهاب

عنوان الرسالة : التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة لدى عينة من
الراضيين زواجيًا وغير الراضيين زواجيًا

اسم الدرجة (ماجستير)

لجنة الإشراف

الوظيفة : أستاذ متفرغ بقسم علم النفس

الاسم : محمد محمد سيد خليل

الوظيفة : أستاذ مساعد بقسم علم النفس

الاسم : منى حسين أبوطيرة

٢٠٠ / / تاريخ البحث :

٢٠٠ / /

أجازت الرسالة بتاريخ

الدراسات العليا

ختم الإجازة

٢٠٠ / /

موافقة مجلس الكلية

٢٠٠ / /

موافقة مجلس الجامعة



جامعة عين شمس

كلية الآداب

صفحة العنوان

اسم الطالب : محمود محمد أحمد عبد الوهاب

الدرجة العلمية : الماجستير

القسم التابع له : قسم علم النفس

اسم الكلية : كلية الآداب

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة المنح : ٢٠١٧

شروط عامة :

يوضع شعار الجامعة على الغلاف الخارجي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَرْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا
وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لِآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١]

صدق الله العظيم

(سورة الروم: آية ٢١)

الإهداء

إلى سلسلة العطاء ونبع الحنان، إلى معنى الحب والتلقاني الوحد غير المشروط، إلى من كان وما زال دعائهما سر نجاتي؛ إلى أمي العظيمة.

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار إلى من أحمل اسمه بكل حُب وافتخار، إلى معنى التضحية والسنن، إلى من كان وما زال دعائهما سر نجاتي، إلى والدى العظيم.

إلى من تحملت معي الكثير، إلى من تشاركتني رحلة الحياة إلى زوجتي.

إلى أبي الثاني وصديقي، إلى من قدم لي الدعم والتشجيع المخلص لإنجاز هذا العمل، إلى حمايا العزيز.

إلى من حبهم يجري في عروقى، إلى القلوب الطاهرة النقية إلى المعنى الحقيقي للسند والدعم إلى أخواتي وأزواجهم.

إلى من سعدت برفقتهم، وتعلمت منهم الكثير، إلى الذين كانوا خير عون لي، إلى من أضافوا لي الكثير على المستوى العلمي والإنساني؛ إلى المجتمع العلمي الذي أنتمى إليه زميلات وزملاء السminar العلمي، والذي أشرف أن أنتسب إليه.

إلى رفقاء الحياة العلمية والشخصية إلى أخواتي التي لم تلد هم أمي، إلى من أحمل لهم كل معانى الود والحب والتقدير إلى أصدقائي وصديقاتي الأعزاء.

الشكر والتقدير

بعد شكر المولى عز وجل، المتفضل بجليل النعم، وعظيم الجزاء الذى أعاننى على كل شئ وعلى إتمام هذا البحث، ولو لا توفيقه لما تحقق من ذلك شيئاً، والصلوة والسلام على النبى الأُمِّي الذى عَلَمَ العلماء والمتعلمين على سيدنا محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ؛ يجدر بي أن أتقدم بالغ الأمتنان والحب وجزيل العرفان إلى من علمانى ووجهانى، وأخذا بيدي فى سبيل إنجاز هذا البحث؛ وأخص بذلك المُشرفين الأجلاء، الأستاذ الدكتور محمد محمد سيد خليل، الذى جاد بالوقت والجهد والفكر وأضاء لي الطريق للبحث بارشاداته وتوجهاه الصائبة وآرائه القيمة التى تؤتى ثمارها الطيبة بإذن الله، فهو العالم المتواضع، أطال الله عمره وتمتعه بالصحة والعافية وجزاه الله عنى خير الجزاء، كما أتقدم بكل الشكر والتقدير والعرفان إلى أستاذتى ومعلمتى إلى الدكتورة منى حسين أبو طيرة والتى كانت خير معين وخير موجه فى مودة خالصة ونصح صادق فهى الأم المعلمة بمعنى الكلمة، أسأل الله أن يجعل ما بذلتة معى من وقت وجهد فى ميزان حسناتها ويتمتعها بالصحة والعافية ويجزىها عنى خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى كل من الأستاذ الدكتور عادل محمد المدنى، الأستاذ بطب الأزهر لقبوله مناقشة الرسالة، وبذل الجهد والوقت فى قراءة الرسالة وتصويبها، فله منى خالص الشكر والتقدير وجزاه الله عنى خير الجزاء. كما أتوجه بالشكر والتقدير للدكتور محمد أحمد خطاب الأستاذ المساعد بقسم علم النفس كلية الآداب جامعة عين شمس، لقبوله مناقشة الرسالة، وبذله الجهد والوقت فى قراءة الرسالة وتصويبها، فله منى خالص الشكر والتقدير وجزاه الله عنى خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص الشكر إلى المبحوثين الذين أتاحوا لى الفرصة للتطبيق عليهم الاختبارات. كما أحمل الشكر والعرفان إلى كل من أمندى بالعلم والمعرفة، وأسدى لي النصح والتوجيه، وإلى ذلك الصرح العلمى الشامخ متمثلاً فى جامعة عين شمس.

أسائل الله سبحانه وتعالى أن يجعل عملي كله صالحًا ولو جهه خالصاً، و يجعلنى من تعلم العلم وعلمه، وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

الفهرس

قائمة المحتويات

أولاً: قائمة الموضوعات

أ - ب.....	الآلية والإهداء
ج - د.....	الشكر والتقدير
٥ - ح.....	قائمة الموضوعات
ح.....	الملاحق
ط - ي.....	قائمة الجداول
ك.....	قائمة الأشكال
ل.....	مستخلص الدراسة عربي
٢٤-١٣.....	الفصل الأول: مشكلة الدراسة

١٦ - ١٤.....	○ مقدمة الدراسة
٢٠ - ١٦.....	○ مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
٢١.....	○ أهداف الدراسة
٢٢ - ٢١.....	○ أهمية الدراسة
٢٣ - ٢٢.....	○ مفاهيم الدراسة وتعريفاتها الإجرائية
٢٤.....	○ حدود الدراسة

الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة.....

٤٥ - ٢٦.....	أولاً: الرضا الزوجي
٢٧.....	○ مقدمة
٢٧.....	○ مفهوم الرضا الزوجي
٢٩ - ٢٨.....	○ تعريفات الرضا الزوجي
٣١ - ٢٩.....	○ المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الرضا الزوجي

○ سمات الأزواج السعداء والراضين زواجيًّا ٣٤ - ٣٢	
○ المنظورات والنماذج المفسرة للرضا الزواجي ٣٧ - ٣٥	
○ عوامل الرضا الزواجي ٤٤ - ٣٧	
○ أسباب وعوامل سوء التوافق الزواجي ٤٥ - ٤٤	
ثانيًا : التفكير الإيجابي ٦٠ - ٤٦	
○ مقدمة ٤٨ - ٤٧	
○ مدخل إلى التفكير الإيجابي ٤٩ - ٤٨	
○ تعريف التفكير الإيجابي ٥١ - ٤٩	
○ التفكير الإيجابي والأسرة ٥١	
○ السمات (الخلال) الشخصية للأفراد الإيجابيين ٥٢ - ٥١	
○ أبعاد التفكير الإيجابي ٥٢	
○ أهمية التفكير الإيجابي ٥٤ - ٥٢	
○ استراتيجيات التفكير الإيجابي ٥٦ - ٥٤	
○ منظورات التفكير الإيجابي ٥٨ - ٥٧	
○ علاقة التفكير بالانفعال والسلوك ٦٠ - ٥٨	
ثالثًا : الصلابة النفسية ٦١ - ٦١	
○ مقدمة ٦٣ - ٦٢	
○ تعريف مفهوم الصلابة النفسية ٦٦ - ٦٤	
○ مكونات (أبعاد) الصلابة النفسية ٦٧ - ٦٦	
○ خصال ذوي الصلابة النفسية ٦٩ - ٦٧	
○ مفاهيم ذات علاقة بمفهوم الصلابة النفسية ٧٠ - ٦٩	
○ أهمية الصلابة النفسية ٧١ - ٧٠	
رابعًا : نوعية الحياة ٧٢ - ٨٤	
○ مقدمة ٧٣	
○ المجالات التي أهتمت بنوعية الحياة ٧٥ - ٧٣	
○ المفاهيم المرتبطة بنوعية الحياة ٧٥	
○ مؤشرات وأبعاد نوعية الحياة ٧٧ - ٧٦	
○ صعوبات تعريف نوعية الحياة ٧٨ - ٧٧	
○ تعريفات نوعية الحياة ٨٠ - ٧٨	
○ النماذج النظرية المفسرة لنوعية الحياة ٨٤ - ٨١	

فروض الدراسة ٨٥

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة ١٠٢ - ٨٦

أولاً: المنهج المستخدم في الدراسة ٨٧	٨٧
ثانياً: مجتمع الدراسة ٨٧	٨٧
ثالثاً: عينة الدراسة ٨٩ - ٨٧	٨٩ - ٨٧
(أ) عينة الدراسة الاستطلاعية ٨٧	٨٧
(ب) عينة الدراسة الأساسية ٨٩ - ٨٨	٨٩ - ٨٨
رابعاً: أدوات الدراسة ١٠١ - ٨٩	١٠١ - ٨٩
خامساً: موقف التطبيق وإجراءاته ١٠٢ - ١٠١	١٠٢ - ١٠١
سادساً: الأساليب الإحصائية ١٠٣ - ١٤٦	١٠٣ - ١٤٦

الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها ١٤٦ - ١٠٣

- عرض نتائج الفرض الأول ومناقشته: توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الراضين زواجيًا وغير الراضين زواجيًا في متغيرات الدراسة (التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، نوعية الحياة) في اتجاه الراضين زواجيًا ١٠٤ - ١٠٩
- عرض نتائج الفرض الثاني ومناقشته: لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الأزواج الذكور والإناث في متغيرات الدراسة (الرضا الزواجي، التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، نوعية الحياة) ١١٠ - ١٢٠
- عرض نتائج الفرض الثالث ومناقشته: توجد علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين كل من الرضا الزواجي والتفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة لدى عينة الدراسة ١٢٠ - ١٢٧
- عرض نتائج الفرض الرابع ومناقشته: يسهم كل من التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى عينة الدراسة (الأزواج والزوجات) كل على حده ١٢٧ - ١٣٨
- تعقيب ورؤيه عامه على نتائج الدراسة ١٣٩ - ١٤٣
- التعقيب والتوصيات ١٤٤ - ١٤٦

١٦٥ - ١٤٧.....	المراجع
١٧٣ - ١٦٦.....	ملخص الدراسة باللغة العربية
١٧٩ - ١٧٤..... اعكس الغلاف الانجليزى	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
٢٠٠ - ١٨٠.....	الملحق
١٨٢ - ١٨١.....	استئمارة البيانات الأولية
١٨٧ - ١٨٣.....	اختبار الرضا الزوجى
١٩٢ - ١٨٨.....	مقياس التفكير الإيجابى
١٩٦ - ١٩٣.....	اختبار الصلابة النفسية
٢٠٠ - ١٩٧.....	اختبار نوعية الحياة
٢٠١.....	مستخلص الدراسة إنجليزى
٢٠٢.....	الغلاف باللغة الإنجليزية

ثانياً: قائمة الجداول

١٠٦	جدول الفروق بين الراضين وغير الراضين زواجياً في متغير الصلابة النفسية	١٤
١٠٧	جدول الفروق بين الراضين وغير الراضين زواجياً في متغير نوعية الحياة	١٥
١١٠	جدول الفروق بين الذكور والإناث في متغير الرضا الزواجي	١٦
١١١	جدول الفروق بين الذكور والإناث في متغير التفكير الإيجابي	١٧
١١٢	جدول الفروق بين الذكور والإناث في متغير الصلابة النفسية	١٨
١١٣	جدول الفروق بين الذكور والإناث في متغير نوعية الحياة	١٩
١٢٠	معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة الكلية في جميع متغيرات الدراسة	٢٠
١٢٨	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط للتفكير الإيجابي وأبعاده في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الذكور	٢١
١٢٩	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط الصلابة النفسية وأبعادها في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الذكور	٢٢
١٢٩	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط نوعية الحياة وأبعادها في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الذكور	٢٣
١٣٠	جدول نتائج تحليل الانحدار المتعدد للذكور	٢٤
١٣٣	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط للتفكير الإيجابي وأبعاده في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الإناث	٢٥
١٣٤	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط الصلابة النفسية وأبعادها في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الإناث	٢٦
١٣٤	جدول نتائج تحليل الانحدار البسيط نوعية الحياة وأبعادها في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الإناث	٢٧
١٣٥	جدول نتائج تحليل الانحدار المتعدد للإناث	٢٨

ثالثاً: قائمة الأشكال

رقم الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
١٠٥	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الراضين وغير الراضين زواجيًا في التفكير الإيجابي	١
١٠٦	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الراضين وغير الراضين زواجيًا في الصلابة النفسية	٢
١٠٧	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الراضين وغير الراضين زواجيًا في نوعية الحياة	٣
١١٢	يوضح الفروق متوسط درجات الذكور والإثاث في الصلابة النفسية	٤

المستخلص

الأهداف: تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن علاقة كلًّ من التفكير الإيجابي والصلابة النفسيّة ونوعية الحياة بالرضا الزواجي لدى عينة من الأزواج والزوجات، كما تهدف إلى استكشاف دور كلًّ من التفكير الإيجابي والصلابة النفسيّة ونوعية الحياة كمنبئات بالرضا الزواجي لكل من الأزواج والزوجات كلًّ على حدة، كما تهدف لمعرفة الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة. **المنهج والإجراءات:** تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٠)، موزعين على عينتين على النحو التالي: (١) عينة الأزواج: وتكونت هذه العينة من (٦٠) زوجاً، بمتوسط عمرى ٣٤,٨٣ سنة، وانحراف معياري ٢,٧٦ سنة. (٢) عينة الزوجات: تكونت من (٦٠) زوجة، بمتوسط عمرى ٣٣,٨٥ سنة، وانحراف معياري ٢,١٩ سنة. واشتملت أدوات الدراسة على اختبار التفكير الإيجابي لعبد الستار إبراهيم ٢٠٠٨ واختصاره وقنه على تركي ٢٠١٢، واختبار الصلابة النفسيّة لجيهان أحمد حمزة ٢٠٠٢ ، واختبار نوعية الحياة المختصر من إعداد منظمة الصحة العالمية، ترجمة أحمد عبد الخالق ٢٠٠٨، ومقاييس الرضا الزواجي لفورس وألسن Fowers & Olson، ١٩٩٧ ترجمة وإعداد وتقني نصرة منصور ٢٠١٢ . **النتائج:** (١) توجد فروق جوهريّة ذات دلالة إحصائيّة بين الراضين زوجياً وغير الراضين زوجياً في متغيرات الدراسة في اتجاه الراضين زوجياً . (٢) لا توجد فروق دالة بين الأزواج والزوجات في متغيرات الدراسة في كلًّ من التفكير الإيجابي ونوعية الحياة والرضا الزواجي، باستثناء بعض الأبعاد مثل الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، والمجازفة الإيجابية، وبعد الصحة النفسيّة، وبعد إدارة الخلاف ، إذ كان متوسط الذكور أعلى، في حين توجد فروق دالة في متغير الصلابة النفسيّة في بُعد التحدى والتحكم في اتجاه الذكور. (٣) يوجد ارتباط دال إيجابي بين كلًّ من التفكير الإيجابي والصلابة النفسيّة ونوعية الحياة بالرضا الزواجي، سواء لدى الأزواج أو الزوجات. (٤) تبين أن التفكير الإيجابي والصلابة النفسيّة ونوعية الحياة وأبعادهم النوعية يسهمون في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الأزواج والزوجات، كلًّ على حدة.