



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

التفاؤل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي

دراسة سيكومترية - كلينيكية

رسالة مقدمة للحصول على درجة التخصص (الماجستير) في التربية

(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

إعداد الباحثة

سحر عبد العظيم إبراهيم فرج

تحت إشراف

د. هبة سامي محمود

أ. د. محمد إبراهيم عيد

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

كلية التربية - جامعة عين شمس



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

اسم الباحثة : سحر عبد العظيم إبراهيم فرج

عنوان الرسالة : التفاؤل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي

دراسة سيكومترية - كلينيكية

الدرجة العلمية : ماجستير في التربية (تخصص في الصحة النفسية والإرشاد النفسي)

القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسي

اسم الكلية : كلية التربية

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج : ٢٠١١

سنة المنح :



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

رسالة ماجستير في التربية

(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

اسم الباحثة : سحر عبد العظيم إبراهيم فرج

عنوان الرسالة : التفاؤل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي

دراسة سيكومترية-كلينيكية

لجنة الإشراف

أ/د / محمد إبراهيم عيد : أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

د/ هبة سامي محمود : مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

تقييم اللجنة :

الدراسات العليا :

ختم الإجازة :

موافقة مجلس الكلية :

٢٠١٦ / /

موافقة مجلس الجامعة

٢٠١٦ / /

مستخلص الدراسة

الإسم: سحر عبد العظيم إبراهيم فرج

عنوان الدراسة: التفاؤل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي

دراسة سيكومترية-كلينيكية

الهدف :

١- الكشف عن طبيعة العلاقة التي يمكن أن توجد بين التفاؤل وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي.

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة(التفاؤل، وأحداث الحياة الضاغطة).

٣- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة الحالية.
العينة:

أجريت الدراسة على عينة قوامها ٥٠٠ طالب جامعي مقسمين إلى (١٧٢ ذكور، ٣٢٨ إناث).

الأدوات المستخدمة:

١- مقياس التفاؤل (إعداد الباحثة)

٢- مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)

٣- دراسة الحالة (إعداد الباحثة).

٤- استمارة المقابلات الشخصية (إعداد الباحثة).

٥- اختبار تفهم الموضوع TAT (إعداد موراي ومرجان)

٦- اختبار ساكس لتكاملة الجمل (إعداد جوزيف ساكس)

النتائج السيكومترية

- ١- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية عند مستوى دالة 0.001 بين درجات أفراد عينة الدراسة على **الدرجة الكلية** لمقياس أحداث الحياة الضاغطة وكل الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التفاؤل.
- ٢- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً للنوع (ذكور - إناث) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس التفاؤل.
- ٣- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (≥ 0.001) بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً للنوع (ذكور - إناث) في الأبعاد على مقياس أحداث الحياة الضاغطة في اتجاه الذكور باستثناء البعدين (الأحداث الصحية الضاغطة والأحداث الأسرية الضاغطة) والدرجة الكلية لمقياس فلا توجد فروق دالة إحصائية.
- ٤- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً للتخصص (علمي - أدبي) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس التفاؤل.
- ٥- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً للتخصص (علمي - أدبي) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس أحداث الحياة.

النتائج الكlinيكية

- ٦- يوجد تباين لديناميات الشخصية تبعاً لدرجة التفاؤل وأحداث الحياة الضاغطة (مرتفع - منخفض) لدى أفراد العينة الكlinيكية للحالات الظرفية في الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس التفاؤل وأحداث الحياة الضاغطة.

الكلمات المفتاحية:

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| Optimism | ١- التفاؤل |
| Stressful life Events | ٢- أحداث الحياة الضاغطة |
| Youth | ٣- الشباب |

Abstract:

Aim of the Study

This study aims at revealing the correlation between optimism and stressful life events among a sample of university students.

Sample of the Study

The sample Consisted Of 500 students 172 males and 328 females)

Faculty of Education – Tanta University;While the clinical study sample consisted of(4)Youth(a male and three female)as a subset of the Psychometric Study sample.

Tools of the study

The researcher used the optimism scale (OS) and stressful life events (SLE) scale and Case study (prepared by the researcher) and Thematic Apperception Test TAT (prepared by Murray and Morgan and Sacks in Complete Sentences Blank.(Prpared by. Josepen Sacks).

Study Results

The study result indicated that, There is a statistically significant correlation between the score of the sample's members on stressful life events scale and the score on the optimism scale, There are no statistically significant differences between the average scores of the sample's members according to gender (male/female) on both

dimensions and total score of optimism scale, There are statistically significant differences at the level of 0.01 between the average scores of the sample's members according to gender (male/female) in dimensions on the stressful life events scale at the part of males, except for the health and family stressful events where there are no differences, There are no statistically significant differences between the average scores of the sample's members according to specialization (scientific/literal) on both dimensions and total score on the optimism scales, There are no statistically significant differences between the average scores of the sample's members according to specialization (scientific/literal) on both dimensions and total score on the stressful life events' scale.

Key words: Optimism,Stressful Life Events,Youth

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بفضله تتم الصالحات،أشكره وأحمده على نعمه وفضله حمداً يليق
بجلال وجهه وعظيم سلطانه؛ إقرارا بالفضل وتمسكاً بقول الرسول - ﷺ "من لا يشكر
الناس لا يشكر الله" (البخاري) رقم الحديث ١٩٩٠ (٢١٨)

ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أتوجه بشكري وتقديري إلى أستاذي الأكرم وأبي الفاضل والفيلسوف العظيم الأستاذ الدكتور محمد إبراهيم عيد أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس على ما قدمه لى من وافر العناية والاهتمام العلمي وحرصه الشديد على التزام المنهج العلمي بكل دقة، وكانت للحظاته الآثر الأكبر في إنجاز الرسالة وظهورها بهذه الصوره، فقد شرفت بإشرافه علي ونهلت من فيض علمه؛ فجزاه الله عن كل خير، وأطال الله في عمره وتمتعه بالصحة والعافية وجعل هذا العمل في ميزان حسناته.

كما أتوجه بأسمى معاني الشكر والتقدير والامتنان إلى الدكتورة اهبة سامي محمود مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس، والتي كان لتوجيهتها ومساعدتها المستمرة للباحثة عظيم الآثر في ظهور البحث بهذه الصورة فلم تخل علي بوقتها وجهها فجزاها الله خير الجزاء، وجعل هذا العمل في ميزان حسناتها.

كما أتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير والإمتنان إلى أمي وأستاذتي الفاضلة الأستاذة الدكتورة إيمان فوزي شاهين أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي ورئيس قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي ومديرة مركز الإرشاد النفسي، فمن حسن حظى أن تناقشني اليوم عالمة جليلة لها قدرها قيمتها، تلك العالمة التي مهما بلغت كلماتي من الفصاحة فلن تعبر عن شكري لها ، فشرف لى قبول سيادتها مناقشة هذه الرسالة رغم ضيق وقتها وعظم مسؤوليتها فلها مني كل الشكر والتقدير.

وأتوجه بخالص الشكر وعظيم الامتنان والدعاء بالصحة والعافية إلى أستاذنا الفاضل الأستاذ الدكتور محمد عبد الظاهر الطيب أستاذ الصحة النفسية والعميد الأسبق بكلية التربية جامعة طنطا والذي كان شرفاً لي أن أتلمذ على يديه في جامعة طنطا، فقد أهدي العديد من الكتب التي ساعدتني في رسالتي، كما أنه لشرف عظيم أن يتقبل سيادته مناقشة هذه الرسالة فضلاً عن مساندته المستمرة للباحثة والتي لا أجد من الكلمات ما يعبر عن إعطائه حقه؛ فجزاه الله عن خير الجزاء وجعل هذا العمل خالصاً في ميزان حسناته.

كما أتوجه بالشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى أستاذنا الفاضل الأستاذ الدكتور حمدي المليجي أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة طنطا على تعاونه المستمر للباحثة ومساندتها لها أثناء إجراء الجانب العملي من الدراسة؛ فجزاه الله خير الجزاء ومتنه بالصحة والعافية.

كما أتوجه بالشكر والتقدير للدكتور محمد سعد حامد، كما أتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير للأستاذ عبد العزيز محمود المدرس المساعد بقسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس على مقدمه لي من يد العون والمساعدة والتشجيع الدائم ومراجعته الدقيقة لإحصاء الدراسة؛ فجزاه الله عن خير الجزاء، كما أتوجه بالشكر والتقدير لأصدقائي الأعزاء سامية سامي، ورشا مصطفى وتقوى مجدى والدكتورة رباب خيرت وهناء أبوفرج ومروة فرج على مساعدتهم لي وتشجعهم الدائم لي وتحملهم مشاقه البحث العلمي معي.

وأتوجه بخالص الشكر والتقدير والامتنان لأبي الثاني المهندس مجدى أبو فرج فهو الحاضر الغائب والأخ الفاضل الأستاذ محمد صابر والدكتور أبراهيم أبو فرج المدرس بكلية الطب جامعة الأزهر على ما قدموه لي من مساعدات وتشجيع ومساندتي لإنجاز رسالتي، فلهم من كل الشكر والتقدير وجزاهم الله عن خير الجزاء.

والشكر كل الشكر لأفراد العينة تلك الشموع التي أنارت لي الطريق حتى وصلت إلى نتائج بحثي فلا أملك من الكلمات ما يوفيه حقهم إلا الدعاء لهم بالتوفيق والنجاح.

أما أبي وأمي صاحبا الفضل علىٰ بعد الله - سبحانه وتعالى - رموز الطيبة والحنان بالنسبة لي، فمهما كانت كلماتي فلن تعبّر عن شعوري وحبي وامتناني نحوهما، فجزاهم اللهم عن خير الجزاء، وحفظهما الله من كل سوء، ومنحهما دوام الصحة والعافية.

كما أتقدم بجزيل الشكر لأسرتي وأقاربي وأبناء عمومتي وأخص بالشكر عمي الأستاذ الفاضل محمد أبو فرج وعمي عبد الباسط أبو فرج وإخواني "إبراهيم ومحمد ورقية" على تحملهم معي مشaqueة البحث العلمي.

وأشكر كل من مد لى يد العون وأشكر كل الحاضرين من الزملاء والأقارب الذين تحملوا معى مشقة السفر وأتمنى أن أكون عند حسن ظنهم؛ فجزي الله الجميع عنى كل الخير.

وفي النهاية لا أدّعى أننى قد بلغت الكمال أو عصمت من الخطأ؛ فالكمال لله وحده - سبحانه وتعالى - وهذا جهدي المتواضع فإن نال القبول فالفضل يرجع لله ثم لأستانتى الأفضل.

"وما توفيقى إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب"

"وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين"

دليل القوائم:

الصفحات	القائمة	المسلسل
١٢	قائمة الموضوعات	أولاً
١٥	قائمة الجداول	ثانياً

أولاً : قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
١٧	الفصل الأول: مدخل الدراسة
١٧	مقدمة
٢٠	مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
٢٠	أهداف الدراسة
٢١	أهمية الدراسة
٢١	مصطلحات الدراسة
٢٢	حدود الدراسة
٢٥	الفصل الثاني : المفاهيم الأساسية والإطار النظري
٢٥	تمهيد
٢٥	أولاً : نبذة عن علم النفس الإيجابي
٢٧	ثانياً:نشأة المفهوم
٢٩	ثالثاً: التعريف بالمفهوم
٢٩	أ-التعريف اللغوي للتفاؤل
٣٠	ب-تعريف علماء النفس للتفاؤل
٣٥	رابعاً: العوامل المؤثرة في درجة التفاؤل
٣٦	خامسًا:أسباب التفاؤل
٣٧	سادسًا:أهمية التفاؤل
٣٧	سابعًا:أنواع التفاؤل
٣٩	ثامنًا:خصائص وسمات وصفات المتفائلين
٤٠	تاسعًا:النظريات المفسرة للتفاؤل
٤٢	أ-نظريّة التحليل النفسي
٤٢	ب-نظريّة التفاؤل المتعلم
٤٥	ج-نظريّة كارفر وشاير
٤٧	ثانيًا:المحور الثاني أحداث الحياة الضاغطة
٤٧	أولاً: نبذة عن مفهوم الضغوط
٤٨	ثانيًا:نشأة المفهوم

٤٩	ثالثاً:تعريف علماء النفس لأحداث الحياة الضاغطة
٥٤	رابعاً:تصنيف أحداث الحياة الضاغطة
٥٦	خامساً:أبعاد المواقف الحياتية الضاغطة
٦٠	سادساً:خصائص الأحداث الضاغطة
٦٠	سابعاً:أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى
٦٠	أ-أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالإضطرابات النفسية
٦٠	ب-أحداث الحياة الضاغطة والمتغيرات النفسية الإيجابية
٦٢	ج-أحداث الحياة الضاغطة في ضوء تباين الجنس والعمر
٦٢	تاسعاً:النظريات المفسرة للضغط والنماذج المفسرة لأحداث الحياة الضاغطة
٦٣	١-النظرية الفسيولوجية للضغط
٦٤	٢-النظرية الإدراكية سيليرجر
٦٤	٣-نظرية التحليل النفسي
٦٤	٤-نظرية التوجه الإنساني والوجودى
٦٧	٥-استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة الضاغطة
٦٨	المحور الثالث :الشباب الجامعي
٧٠	تعقيب عام على الإطار النظري
٧٢	الفصل الثالث الدراسات السابقة
٧٢	أولاً:دراسات تناولت التفاؤل
٩١	ثانياً:دراسات تناولت أحداث الحياة الضاغطة
١٠٥	تعليق عام على الدراسات السابقة
١٠٦	فرض الدراسة
١٠٨	الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة
١٠٨	تمهيد
١٠٨	أولاً : منهج الدراسة
١٠٨	ثانياً : العينة وإجراءات الدراسة
١٠٩	ثالثاً : أدوات الدراسة
١٠٩	مقاييس التفاؤل
١١١	صدق وثبات مقاييس التفاؤل
١٢٠	مقاييس أحداث الحياة الضاغطة(S.L.E)

١٣٢	صدق وثبات مقياس أحداث الحياة الضاغطة (S.L.E)
١٣٥	رابعاً: الأساليب الإحصائية
١٣٦	خامساً: خطوات الدراسة
١٣٧	الفصل الخامس : نتائج الدراسة وتفسيرها
١٣٧	تمهيد
١٣٧	نتائج الفرض الأول
١٤٢	نتائج الفرض الثاني
١٤٤	نتائج الفرض الثالث
١٤٧	نتائج الفرض الرابع
١٤٩	نتائج الفرض الخامس
١٥٢	توصيات الدراسة
١٥٢	البحث المقترن
١٥٥	الفصل السادس
١٥٥	مقدمة
١٥٩	الحالة الأولى
١٨٥	الحالة الثانية
٢٠٧	الحالة الثالثة
٢٢٦	الحالة الرابعة
٢٤٦	مراجع الدراسة
٢٤٦	المراجع العربية
٢٥٢	المراجع الأجنبية
٢٥٩	ملحق الدراسة
٣١٤	ملخص الدراسة
٣١٤	مقدمة
٣١٥	مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
٣١٦	أهداف الدراسة
٣١٦	أهمية الدراسة
٣١٧	فرضيات الدراسة
٣١٧	إجراءات الدراسة
٣١٨	الأساليب الإحصائية

٣١٩	خطوات الدراسة
٣١٩	نتائج الدراسة
٣٢٢	ملخص باللغة الإنجليزية

ثانياً : قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الجدول
١١٢	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتبعاتها بعد تدوير المحاور	
١١٤	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الأول ومعاملات تشعبات كل منها	١
١١٥	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الثاني ومعاملات تشعبات كل منها	٢
١١٦	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الثالث ومعاملات تشعبات كل منها	٣
١١٧	دالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس التفاؤل وفقاً للنوع (ذوي الدرجات المنخفضة- ذوي الدرجات المرتفعة)	٤
١١٨	الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس التفاؤل ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس	٥
١١٩	معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية	٦
١٢٣	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتبعاتها بعد تدوير المحاور	٧
١٢٧	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الأول ومعاملات تشعبات كل منها على مقياس أحداث الحياة الضاغطة	٨
١٢٨	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الثاني ومعاملات تشعبات كل منها على مقياس أحداث الحياة الضاغطة	٩
١٢٩	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الثالث ومعاملات تشعبات كل منها على مقياس أحداث الحياة الضاغطة	١٠
١٣٠	عدد البنود ذات التشعبات الدالة على العامل الرابع ومعاملات تشعبات كل منها على مقياس أحداث الحياة الضاغطة	١١