



كلية الدراسات العليا للتربية
قسم علم النفس الإرشادي

برنامج إرشادي لتنمية التسامح والإمتنان لدى عينة من الزوجات حديثي
الزواج وأثره على الرفاهة النفسية لدى الزوجين .

**A Counseling program for the development of
forgiveness and gratitude for a sample of newly
married wives and its effect on the psychological well-
being for married couples.**

مقدمة من الطالبة /صفاء أحمد محمد حسان
للحصول علي درجة دكتوراة الفلسفة في التربية
قسم علم النفس الإرشادي

إشراف

د/منال عبد النعيم محمد طه
أستاذ مساعد قسم علم النفس الإرشادي
كلية الدراسات العليا للتربية
جامعة القاهرة

أ.د /سميرة علي جعفر أبو غزالة
أستاذ ورئيس قسم علم النفس الإرشادي
كلية الدراسات العليا للتربية
جامعة القاهرة

تشكيل لجنة المناقشة والحكم
علي رسالة دكتوراة فلسفة في التربية
قسم علم النفس الارشادي

للطالبة / صفاء أحمد محمد حسان

عنوان الرسالة :

برنامج ارشادي لتنمية التسامح والامتنان لدي عينة من الزوجات حديثي
الزواج أثره علي الرفاهة النفسية لدي الزوجين.

وقد وافق السيد الدكتور رئيس الجامعة علي تشكيل لجنة المناقشة والحكم
علي الرسالة علي النحو التالي:

رئيساً

أ.د حسام الدين عزب
استاذ الصحة النفسية كلية التربية جامعة عين شمس

مشرفاً وعضواً

أ.د. سميرة علي جعفر ابو غزالة
أستاذ ورئيس قسم علم النفس الارشادي بالكلية

عضواً

أ.د مصطفى أحمد ترك
استاذ غير متفرغ قسم علم النفس الارشادي بالكلية

مشرفاً وعضواً

د.منال عبد النعيم محمد طه
أستاذ مساعد قسم علم النفس الارشادي بالكلية



كلية الدراسات العليا للتربية

الإسم : صفاء أحمد محمد حسان

الجنسية :مصرية

الدرجة : الدكتوراة في فلسفة التربية

التخصص :علم نفس ارشادي

المشرفون : أ.د سميرة علي جعفر أبو غزالة د. منال عبد النعيم محمد طه

عنوان الرسالة :برنامج إرشادي لتنمية التسامح والامتنان لدي عينة من الزوجات

حديثي الزواج وأثره علي الرفاهة النفسية لدي الزوجين .

مستخلص الرسالة :

تهدفُ الدراسة الحالية إلي تنمية التسامح والامتنان لدي الزوجات حديثي الزواج وأثره علي الرفاهة النفسية لدي الزوجين، حيث أنها تلقي الضوء علي الجانب النفسي وأهميته في تنمية التسامح والامتنان لدي الزوجات وتحسين الرفاهة النفسية للزوجة التي تتعكس علي الزوج، فعلي الرغم تنوع حركة البحث العلمي والتجريبي في مجال الإرشاد الزواجي في المجتمعات الغربية إلا أن البحوث في المجتمعات العربية قليلة في تناولها لهذا الموضوع.وقد تكونت عينة الدراسة من ١٠ زوجات ، واستخدم مقياس الرفاهة النفسية (إعداد الباحثة) ومقياس التسامح(هارت لاند) ترجمة صفاء الأعسر، ومقياس الامتنان(إعداد الباحثة)،وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج في تنمية وتحسين التسامح والامتنان لدي الزوجات والرفاهة النفسية لدي الزوجين.

الكلمات الدالة:

الرفاهة النفسية - التسامح- الامتنان - الزوجات حديثي الزواجين.



College of Graduate Studies

Abstract

Name: Safaa Ahmed Mohamed Hassan

Degree: Doctorate Specialization: Counseling Psychology

Supervisors:

Prof. Dr. Samira Ali Jafar Abu Ghazala

D. Manal Abdel Naim Mohamed Taha

Thesis Title:

An orientation program for the development of forgiveness and gratitude in a sample of newly married wives and its impact on the psychological well-being of both spouses. Thesis abstract: The current study aims to develop tolerance and gratitude for newly married wives and its effect on the psychological well-being of both spouses. It sheds light on the psychological aspect and its importance in developing forgiveness and gratitude of the wives and improving the psychological well-being of the wife, which is reflected in the husband. The study sample consisted of 10 wives. The psychological well-being scale (from the researcher's preparation), the forgiveness scale (Hartland) and the measure of gratitude (researcher's preparation) were used.), And the results showed the effectiveness of the program in the development and improvement of psychological well-being of wives and husbands.

Key words: psychological well-being - forgiveness - gratitude - newly married wives.

شكر وتقدير

اللهم لك الحمد حمداً كثيراً ، ولك الحمد حمداً لا منتهي له دون مشيئتك ، والصلاة والسلام علي نبي الامة محمد عليه أفضل الصلاة وأزكي السلام.

فأحمد الله حمداً كثيراً ، ثم أشكر كل من ساندني وزودني بالعلم والمعرفة والرأي والنصيحة حتي وفقت في انجاز هذا العمل ، فإليهم أتقدم بأسمى معاني الشكر والعرفان ،وأخص بالشكر والتقدير أستاذتي الفاضلة ومعلمتي الأستاذة الدكتورة / سميرة علي جعفر أبو غزالة أستاذ ورئيس قسم علم النفس الإرشادي بكلية الدراسات العليا جامعة القاهرة ،علي اسهاماتها معي طوال رحلة البحث ، ومجهوداتها في اتمامه ،وتشجيعها لإخراج أفضل ما عندي، فكانت نعم الأم المربية الحانية جزاها الله خير الجزاء .

كما أتقدم بالشكر إلي أستاذتي الدكتورة/ منال عبد النعيم محمد طه الأستاذة المساعد بقسم علم النفس الإرشادي كلية الدراسات العليا، جامعة القاهرة ،لما قدمته من مساندة ونصح وإرشاد وكانت نعم الأستاذة فجزاها الله خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري إلي السادة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة علي تشريفي بقبولهم مناقشة البحث.

الأستاذ الفاضل الدكتور/مصطفى أحمد تركي استاذ -غير متفرغ- بقسم علم النفس الارشادي بكلية الدراسات العليا للتربية ،جامعة القاهرة ، فهو نعم المربي الفاضل له مني خالص الشكر والتقدير .

والأستاذ الفاضل الدكتور/حسام الدين محمود عزب استاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس ،فهو نعم المربي الفاضل له مني خالص الشكر والتقدير. وأشكر كل من قدم لي عوناً أو نصيحةً من أساتذتي وزملائي فجزاهم الله خير الجزاء. كما أتقدم بالشكر لعينة الدراسة لما بذلوه من جهد واهتمام لإنجاح البرنامج فلهم خير الجزاء .

واتقدم بالشكر الي عينة البحث لما بذلوه من جهد واهتمام لاتمام هذا العمل. وأتقدم بالشكر إلي أسرتي الصغيرة زوجي/ أشرف عثمان، وأولادي أحمد وهايدي وانجي لما تحملوه من عناء أثناء فترة البحث والدراسة لهم جزيل الشكر والامتنان. وأخيراً اهدي هذا العمل المتواضع إلي روح أبي وأمي رحمهم الله، وأتمني أن يكون هذا العمل في ميزان حسناتهم.

الباحثة

قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
ج	المستخلص باللغة العربية
د	المستخلص باللغة الانجليزية
هـ	شكر وتقدير
ز	قائمة الموضوعات
ك	قائمة الجداول
م	قائمة الأشكال
ن	قائمة الملاحق

الفصل الأول

مدخل الدراسة

٢	مقدمة
٥	مشكلة الدراسة
٨	أهداف الدراسة
٨	أهمية الدراسة
٩	مصطلحات الدراسة
١١	حدود الدراسة
١١	إجراءات الدراسة

الفصل الثاني

مراجعة التراث

١٤	أولاً: الرفاهة النفسية
١٤	تطور مفهوم الرفاهة النفسية
١٧	تعريف الرفاهة النفسية
١٩	نماذج الرفاهة النفسية

٢٥	النظريات المفسرة للرفاهة النفسية
٢٦	المصطلحات ذات الصلة بمفهوم الرفاهة النفسية
٣١	الرفاهة النفسية وبعض المتغيرات النفسية
٣٣	الرفاهة النفسية وبعض المتغيرات الديموجرافية
٣٤	علاقة الرفاهة بالامتنان والتسامح
٣٥	ثانياً: التسامح
٣٥	نشأة التسامح
٣٧	تعريف التسامح
٤٠	مصطلحات متداخلة مع التسامح
٤١	أسباب دراسة التسامح
٤٢	اتجاهات مختلفة لدراسة التسامح
٤٥	أنواع التسامح
٥١	نماذج التسامح
٥٦	استراتيجيات التسامح
٥٧	مصطلحات ذات صلة بالتسامح
٦٠	علاقة التسامح ببعض المتغيرات الديموجرافية
٦٣	التسامح قابل للتعلم
٦٥	التسامح والرفاهة النفسية
٦٦	أهمية التسامح في المجال الأسري والزواجي
٦٩	ثالثاً: الامتنان
٧٠	نشأة الامتنان
٧١	تعريف الامتنان
٧٤	مكونات الامتنان
٧٥	الامتنان كقوي انسانية
٧٦	أهمية الامتنان

٧٧	أنواع الامتحان
٧٨	الامتحان كسمة شخصية
٧٨	النظريات التي تناولت الامتحان
٨٤	نماذج الامتحان
٨٦	صفات الأشخاص الممتنين
٨٨	مصطلحات ذات صلة بالامتحان
٩٠	علاقة الامتحان ببعض المتغيرات الديموجرافية
٩٢	علاقة الامتحان بالرفاهة النفسية
٩٥	أهمية الامتحان في المناخ الأسري
٩٦	التسامح والامتحان بين الأزواج لزيادة الرفاهة النفسية
٩٩	تعليق عام علي الاطار النظري
١٠٠	فروض الدراسة

الفصل الثالث

منهج الدراسة واجراءاتها

١٠٢	أولاً: منهج الدراسة
١٠٢	ثانياً: عينة الدراسة
١٠٤	ثالثاً: الأدوات الدراسة
١٥٠	رابعاً: اجراءات الدراسة
١٥٠	خامساً: الأساليب الاحصائية

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

١٥٢	أولاً: نتيجة الفرض الاول ومناقشته وتفسيره.
١٦٠	ثانياً: نتيجة الفرض الثاني ومناقشته وتفسيره.
١٦٥	ثالثاً: نتيجة الفرض الثالث ومناقشته وتفسيره

- ١٧٢ رابعاً:نتيجة الفرض الرابع ومناقشته وتفسيره .
- ١٧٦ خامساً :نتيجة الفرض الخامس ومناقشته وتفسيره .
- ١٧٩ سادساً :نتيجة الفرض السادس ومناقشته وتفسيره.
- ١٨٣ سابعاً:نتيجة الفرض السابع ومناقشته وتفسيره .
- ١٨٨ ثامناً :نتيجة الفرض الثامن ومناقشته وتفسيره.
- ١٩١ - مجمل نتائج الدراسة .
- ١٩٢ - توصيات
- ١٩٣ - بحوث مقترحة

المراجع

- ١٩٥ أولاً:المراجع العربية:
- ٢٠٣ ثانياً :المراجع الاجنبية:

الملخص

- ٢٣٧ الملخص باللغة العربية
- ١ الملخص باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	تعديل عبارات المقياس وفقاً للأراء السادة المحكمين	١٠٧
٢	معاملات الإتفاق بين السادة المحكمين لعبارات أبعاد الرفاهة النفسية	١٠٩
٣	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	١١١
٤	درجات تشبع عبارات العامل الأول مرتبة ترتيباً تنازلياً	١١٢
٥	درجات تشبعات العامل الثاني مرتبة ترتيباً تنازلياً	١١٢
٦	درجات تشبعات العامل الثالث مرتبة ترتيباً	١١٣
٧	درجات تشبعات العامل الرابع مرتبة ترتيباً	١١٣
٨	درجات تشبعات العامل الخامس مرتبة ترتيباً	١١٤
٩	الإتساق الداخلي لعبارات مقياس الرفاهة النفسية	١١٥
١٠	معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الرفاهة النفسية .	١١٦
١١	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وإعادة تطبيق المقياس	١١٦
١٢	معاملات الارتباط بين التسامح وعدد من العبارات (الصدق التلازمي)	١١٩
١٣	قيم معاملات ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ وإعادة تطبيق المقياس	١٢٠
١٤	اتساق داخلي لمقياس التسامح لعبارات مقياس التسامح	١٢١
١٥	اتساق داخلي لمقياس التسامح	١٢١
١٦	عبارات المقياس الامتتان بعد التعديل	١٢٣
١٧	معاملات اتفاق المحكمين لعبارات مقياس الامتتان	١٢٥
١٨	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	١٢٦
١٩	درجات تشبعات عبارات العامل الأول	١٢٧
٢٠	درجات تشبعات العامل الثاني	١٢٧

١٢٨	درجات تشبعت العامل الثالث	٢١
١٢٨	الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الامتتان .	٢٢
١٢٩	معاملات اتساق داخلي لابعاد مقياس الامتتان والدرجة الكلية للمقياس	٢٣
١٢٩	قيم معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ واعادة تطبيق المقياس .	٢٤
١٤٣	جدول جلسات البرنامج الارشادي	٢٥
١٥٣	دلالة فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس التسامح.	٢٦
١٦٢	دلالة فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الامتتان .	٢٧
١٦٧	دلالة فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي مقياس الرفاهة النفسية .	٢٨
١٧٤	دلالة فروق الدرجات لازواج الزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي مقياس الرفاهة النفسية.	٢٩
١٧٨	دلالة الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس التسامح.	٣٠
١٨١	دلالة الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الامتتان.	٣١
١٨٤	دلالة الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الرفاهة النفسية .	٣٢
١٨٩	دلالة الفروق بين درجات الازواج بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الرفاهة النفسية.	٣٣

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
١	نموذج سليجمان	٢٤
٢	فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس التسامح.	١٥٤
٣	فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الامتتان.	١٦٣
٤	فروق الدرجات للزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي مقياس الرفاهة النفسية.	١٦٧
٥	فروق الدرجات لأزواج الزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي مقياس الرفاهة النفسية.	١٧٥
٦	الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس التسامح .	١٧٩
٧	الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الامتتان.	١٨٢
٨	الفروق بين درجات الزوجات بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الرفاهة النفسية.	١٨٥
٩	الفروق بين درجات الأزواج بالمجموعة التجريبية بالقياسين البعدي والتتبعي لمقياس الرفاهة النفسية .	١٩٠

قائمة الملاحق

الصفحة	اسم الملحق	رقم الملحق
٢٢٤	بيان بأسماء السادة المحكمين لمقاييس الدراسة مرتبة هجاءً .	١
٢٢٥	مقياس التسامح لهارت لاند ترجمة وتعريب أ.د. صفاء الاعسر .	٢
٢٢٨	مقياس الرفاهة النفسية اعداد الباحثة.	٣
٢٣١	مقياس الامتتان إعداد الباحثة.	٤
٢٣٣	استمارة جمع بيانات أولية .	٥
٢٣٥	استمارة تقييم البرنامج الإرشادي	٦

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- ❖ مقدمة الدراسة
- ❖ مشكلة الدراسة
- ❖ أهداف الدراسة
- ❖ أهمية الدراسة
- ❖ مصطلحات الدراسة
- ❖ محددات الدراسة
- ❖ إجراءات الدراسة