



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



HANAA ALY



كلية البنات للعلوم والآداب والتربية
قسم علم النفس

تنمية مهارات التفكير الإيجابي لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية لدى المراهقات

رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في الآداب

تخصص علم النفس

إعداد

رشا مصطفى حنفى حنفى

إشراف

د / عبير نصر الدين عبدالعليم

مدرس علم النفس

كلية البنات للعلوم والآداب والتربية

جامعة عين شمس

أ.م.د/ عواطف إبراهيم شوكت

أستاذ علم النفس المساعد

كلية البنات للعلوم والآداب والتربية

جامعة عين شمس

٢٠٢١ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

صدق الله العظيم

سورة المجادلة - آية (١١)

جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة
فحص في / / م وتكون من :
مناقشة

- ١- الأستاذ الدكتور / _____
- ٢- الأستاذ الدكتور / _____
- ٣- الأستاذ الدكتور / _____
- ٤- الأستاذ الدكتور / _____

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة
ماجستير في / / م
دكتوراه

الموظف المختص مدير الإدارة أ.د/ وكيل الكلية



كلية البنات للعلوم والآداب والتربية
قسم علم النفس

صفحة العنوان

إسم الطالبة : رشا مصطفى حنفى حنفى

عنوان الرسالة : تنمية مهارات التفكير الإيجابي لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية
لدى المراهقات

الدرجة العلمية : درجة الماجستير فى الآداب (تخصص علم نفس)

القسم التابع لها : قسم علم نفس

إسم الكلية : كلية البنات للعلوم والآداب والتربية

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة المنح : ٢٠٢١



كلية البنات للعلوم والآداب والتربية
قسم علم النفس

إسم الطالبة : رشا مصطفى حنفى

عنوان الرسالة : تنمية مهارات التفكير الإيجابى لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية
لدى المراهقات

الدرجة العلمية : ماجستير فى الآداب – تخصص علم نفس

لجنة الإشراف :

١- أ. م. د/ عواطف إبراهيم شوكت

أستاذ علم النفس المساعد كلية البنات – جامعة عين شمس

٢- د/ عبير نصر الدين عبد العليم

أستاذ علم النفس المساعد كلية البنات – جامعة عين شمس

تاريخ مناقشة البحث / /

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ / /

موافقة مجلس الكلية بتاريخ / /

موافقة مجلس الجامعة بتاريخ / /

ختم الإجازة

مستخلص

إسم الباحثة: رشا مصطفى حنفى حنفى

عنوان الدراسة: تنمية مهارات التفكير الإيجابى لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية لدى المراهقات

الدرجة العلمية: درجة الماجستير فى الآداب

تخصص: علم النفس

كلية: البنات للعلوم والآداب والتربية

جامعة: عين شمس

مستخلص الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج تنمية مهارات التفكير الإيجابى لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية لدى المراهقات، تكونت عينة الدراسة من عدد (٣٠) طالبة، تقسمت إلى مجموعتين (١٥) طالبة مجموعة تجريبية، وعدد (١٥) طالبة مجموعة ضابطة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس أسلوب حل المشكلات الحياتية (إعداد الباحثة)، ومقياس التفكير الإيجابى (إعداد سناء فراج)، وبرنامج تنمية مهارات التفكير الإيجابى لتحسين أساليب حل المشكلات الحياتية لدى المراهقات، (إعداد الباحثة)، وأسفرت النتائج عن الآتى :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لمقياس التفكير الإيجابى فى اتجاه القياس البعدي .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدي لمقياس التفكير الإيجابى فى اتجاه المجموعة التجريبية .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدي لمقياس أسلوب حل المشكلات فى اتجاه القياس البعدي .
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة فى القياس البعدي لمقياس أسلوب حل المشكلات فى اتجاه المجموعة التجريبية .
- ٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التفكير الإيجابى .
- ٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدي والتتبعي على مقياس أسلوب حل المشكلات .

كلمات مفتاحية :

التفكير الإيجابى - حل المشكلات - المراهقات .

Abstract

Name: Rasha Mostafa Hanafy Hanafy

Study Title : Developing positive Thinking Skills To Improving Methods Of Solving Life Problems for Females teenage.

Master Degree Of Arts (In Psychology)

Ain Shams University, Faculty of Women for Arts, Science and Education,
Department Of Psychology.

Study Sample: The sample consisted of (30) female students from the third year of the Department of Psychology at the Girls' College, They were divided equally into two groups, one experimental and the other control. Each of them (15) students.

The Study Results:

- 1– There are differences between the scores of the members of the experimental group in the pre–measurement and the post–measurement of the positive thinking scale in the direction of the post–measurement.
- 2– There are differences between the scores of the members of the experimental group and the control group in the post measurement of the Positive Thinking Scale in the direction of the experimental group.
- 3– There are differences between the scores of the experimental group members in the pre–measurement and the post–measurement of the problem–solving method scale in the direction of the post–measurement.
- 4– There are differences between the scores of the members of the experimental group and the control group In the post measurement of the scale of problem–solving method in the direction of the experimental group
- 5– There are no differences between the scores of the members of the experimental group in the post–measurement and the tracer measurement on the positive thinking scale.

Abstract

6– There are no differences between the scores of the experimental group members In telemetry and tracer measurement on the scale of problem-solving method.

Keywords: Positive Thinking – Solving Problems – Teenage.

شكر وتقدير

أحمد الله تعالى حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه ملئ السموات والأرض على ما أكرمنى به ويسر لى إتمام هذه الدراسة التى أرجو أن تتال رضاه والذى قال فى كتابه العزيز (ومن يشكر فإنما يشكر لنفسه) وقول رسوله الكريم صل الله عليه وسلم (من لم يشكر الناس، لم يشكر الله عز وجل) أتقدم بالشكر وعظيم الإمتنان والعرفان بالجميل إلى كل من مد يد العون والمساعدة لى، وفى مقدمتهم **أستاذتى الفاضلة الدكتورة عواطف إبراهيم شوكت** أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات جامعة عين شمس، التى سَعِدْتُ بإشرافها على هذه الدراسة والتى لم تبخل علىّ بعلمها ووقتها ومجهودها، وكانت لملاحظاتها القيّمة وتوجيهاتها السديدة وسعة صدرها ومعاملتها الكريمة، الأثر الكبير فى وصول هذه الدراسة إلى هذه الصورة فلها عظيم شكرى وتقديرى حفظها الله وأطال فى عمرها ومتعها بالصحة وجزاها الله عنى خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من ساعدنى خلال مراحل إعداد الدراسة حتى إتمامها، وأخص بالذكر **الدكتورة سحر فاروق علام** التى كان لعلمها وتوجيهاتها البناءة أثر فى إنجاز هذه الدراسة كما أقدم جزيل الشكر والإمتنان إلى **مُشرفتى الدكتورة عبير نصرالدين** لتفضلها بالإشراف على هذه الدراسة والتى وَجَّهْتَنى إلى كل طرق العلم وأبوابه، فى تواضع رفيع وروح طيبة وخلق كريم والتى أمدتني بالنصائح المستمرة والعلم الغزير التى كان لهما الأثر البليغ على إتمام هذه الدراسة فأدعو الله أن يجزها عنى خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر إلى السادة الكرام أعضاء لجنة المناقشة الأستاذة **الدكتورة / نبيلة أمين على أبوزيد** أستاذ علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس والأستاذة **الدكتورة / بدرية كمال أحمد** أستاذ علم النفس بكلية الآداب جامعة المنصورة حفظهما الله لتفضلهما بقبول مناقشة هذه الدراسة وإثرائها بالمزيد من علمهما الغزير جعل الله علمهما فى ميزان حسناتهما وجزاهما الله عنى خير الجزاء . وأتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى **السادة المحكمين** الذين بذلوا جهداً طيباً فى تحكيم أدوات الدراسة دون تأخير أو تردد .

ويسعدنى أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى **طالبات كلية البنات - قسم علم النفس (الفرقة الثالثة)** اللاتى ساهمن بجهدٍ ووقتٍ كبير ومساعدتى على تطبيق أدوات هذه الدراسة . وأخص بالشكر والعرفان بالجميل إلى **أسرتى الكريمة وخاصةً والدى ووالدتى** فهم من تحملا معى العناء والجهد فى سبيل إنجاز الدراسة وأمدونى بكل الدعم النفسى والمعنوى منحهما الله الصحة والعافية وأطال الله فى عمرهما.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من ساندنى من قادتى وزملائى بجهاز العمل النفسى للقوات المسلحة وأخص بالشكر **لواء أ ح / محمد عزازى العسال** رئيس جهاز العمل النفسى، و**اللواء / محمد فرغلى، والعميد أ ح / محمود شكرى، والعقيد / مصطفى شحته، والدكتور / محمود منسى، والدكتور / شاهين رسلان، والدكتورة صفاء عفيفى، والدكتورة ريهام عبد الرحمن، والدكتورة رضوى عبد الحليم، والأستاذة ياسمين حلمى والأستاذ محمد عبدالله عبد الحميد، والأستاذة رحاب محمد ناصف** أدعو الله أن يجزئهم خير الجزاء ويوفقهم جميعاً، وأخيراً أدعو الله أن يتقبل عملى هذا خالصاً لوجهه الكريم، وأن يجعلنا ممن قال المولى فيهم "إن الله لا يضيع أجر من أحسن عملاً".

الباحثة،،،

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٠-١	الفصل الأول مدخل الدراسة
٣-٢	مقدمة الدراسة
٥-٣	مشكلة الدراسة
٦	أهداف الدراسة
٧-٦	أهمية الدراسة
٩-٧	مصطلحات الدراسة
١٠-٩	محددات الدراسة
٥٠-١١	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
٢٦-١٢	المحور الأول : التفكير الإيجابي
١٢	تمهيد
١٥-١٢	تعريف التفكير الإيجابي
١٥	أهمية التفكير الإيجابي
١٦	خصائص المفكرين إيجابياً
١٩-١٦	نظريات التفكير الإيجابي
٢٨-١٩	مهارات التفكير الإيجابي
٤٠-٢٨	المحور الثاني : حل المشكلات
٢٨	تمهيد
٣٠-٢٩	تعريف حل المشكلات
٣١-٣٠	تعريف أساليب حل المشكلات
٣١	خصائص حل المشكلات
٣٢-٣١	أهمية اكتساب حل المشكلات
٣٣-٣٢	العوامل المؤثرة في حل المشكلة
٣٤-٣٣	خطوات حل المشكلة
٣٦-٣٥	أساليب حل المشكلات
٤٠-٣٦	النظريات المفسرة لحل المشكلات
٤٠	مصادر الخطأ في حل المشكلة

تابع : قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
٤٨-٤٠	المحور الثالث : المراقبة
٤٠	تمهيد
٤٣-٤١	تعريف المراقبة
٤٧-٤٣	مظاهر النمو المختلفة في مرحلة المراقبة
٤٨-٤٧	أنماط المراقبين
٤٨	مشكلات المراقبين
٤٩	المحور الرابع : البرنامج التدريبي (برنامج تنمية مهارات التفكير الإيجابي)
٤٩	تعريف البرنامج
٤٩	أهداف البرنامج
٤٩	أهمية البرنامج
٤٩	الأسس التي يقوم عليها البرنامج
٤٩	الفنيات المستخدمة في البرنامج
٥٠	تعقيب على الإطار النظري
٦٩ - ٥١	الفصل الثالث دراسات سابقة
٥٩-٥٢	المحور الأول : دراسات تناولت تنمية التفكير الإيجابي أو أحد مهاراته وبعض المتغيرات الأخرى
٦٢-٥٩	المحور الثاني : دراسات تناولت حل المشكلات وبعض المتغيرات الأخرى
٦٥-٦٢	المحور الثالث : دراسات تناولت برامج تنمية التفكير الإيجابي وحل المشكلات
٦٨-٦٦	تعقيب على الدراسات السابقة
٦٨	مدى استفادة الباحثة من الدراسات السابقة
٦٨	الجديد الذي تضيفه الدراسة
٦٩	فروض الدراسة
١٠٦-٦٩	الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها
٧١	أولاً : منهج الدراسة
٧٦-٧١	ثانياً : عينة الدراسة
١٠٥-٧٦	ثالثاً : أدوات الدراسة

تابع : قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٠٦	رابعاً : إجراءات الدراسة
١٠٦	خامساً : أساليب المعالجة الإحصائية
١٢٥-١٠٧	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
١١٠ - ١٠٨	نتائج الفرض الأول ومناقشته
١١٣-١١٠	نتائج الفرض الثاني ومناقشته
١١٦-١١٣	نتائج الفرض الثالث ومناقشته
١١٨-١١٦	نتائج الفرض الرابع ومناقشته
١٢١-١١٨	نتائج الفرض الخامس ومناقشته
١٢٤-١٢١	نتائج الفرض السادس ومناقشته
١٢٤	التوصيات
١٢٥	البحوث المقترحة
١٣٨-١٢٦	مراجع الدراسة
١٣٦-١٢٦	أولاً : المراجع العربية
١٣٨-١٣٧	ثانياً : المراجع الأجنبية
	ملخصات الدراسة
٢٠٩-٢٠٥	ملخص الدراسة باللغة العربية
1-4	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية