



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

فاعلية برنامج إرشادي لخفض ضغوط مابعد الصدمة لدى أطفال المرحلة الابتدائية

دراسة مقدمة للحصول على درجة الدكتوراه في الآداب
(تخصص علم نفس)

إعداد
نعيمه عمر محمد بص
إشراف

أ. م. د. عواطف إبراهيم شوكت
أستاذ علم النفس المساعد
كلية البنات – جامعة عين شمس

أ.م.د. ماجي وليم يوسف
أستاذ علم النفس المساعد
كلية البنات – عين شمس

أ.م. د. صالح المهدي الحويج
أستاذ الصحة النفسية بقسم علم النفس
كلية الآداب – جامعة مصراته

2016 م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

صفحة العنوان

فاعلية برنامج إرشادي لخفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى أطفال المرحلة الابتدائية

اسم الطالبة: نعيمة عمر محمد بص

الدرجة العلمية : دكتوراه في الآداب (تخصص علم نفس)

القسم التابع له: علم النفس

اسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

الجامعة :عين شمس

سنة التخرج :2000

سنة المنح :2016



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

اسم الطالبة : نعيمة عمر محمد بص

عنوان الرسالة: فاعلية برنامج إرشادي لخفض ضغط ما بعد الصدمة لدى أطفال المرحلة الابتدائية

اسم الدرجة : دكتوراه في الآداب (تخصص علم نفس)

لجنة الإشراف : أ.م.د / ماجي وليم يوسف .

أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس

أ.م.د / عواطف شوكت.

أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس

أ.م.د / صالح المهدي الحويج .

أستاذ الصحة النفسية بقسم علم النفس جامعة مصراتة

تاريخ البحث : / / 2016

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ / 2016

موافقة مجلس الجامعة

/ / 2016

ختم الإجازة

/ / 2016

موافقة مجلس الكلية

/ / 2016

شكر وتقدير

في البداية ،الشكر والحمد لله ،جل في علاه، فأليه ينسب الفضل كله في إكمال هذا العمل والكمال يبقى لله وحده ، وبعد الحمد لله ،وانطلاقاً من قوله تعالى : (ومن شكر فانما يشكر لنفسه) ومن قول الرسول صلي الله عليه وسلم (لايشكر الله من لايشكر الناس)انقدم بالشكر الجزيل والثناء العظيم لكل من ساعد في انجاح هذه الرسالة وأخص بالذكر :

الاستاذ الدكتور /ماجي وليم ويوسف استاذ علم النفس كلية البنات جامعة عين شمس.

الاستاذ الدكتور /عواطف شوكت . استاذ علم النفس كلية البنات جامعة عين شمس.

الاستاذ الدكتور /صالح المهدي الحويج استاذ علم النفس جامعة مصراتة .

حفظهما الله علي قبول الاشراف على هذا البحث ومتابعته منذ الخطوات الأولى وعلي ما منحاني من صدر واسع ونصح وارشاد ساعد على اخراج هذا العمل بهذه الصورة.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى لجنة الحكم على الرسالة :

أ.د. قدرى محمود حنفى استاذ علم النفس معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس

أ.د. اسماء عبد المنعم إبراهيم استاذ علم النفس كلية البنات جامعة عين شمس
على قبولهما مناقشة هذا العمل رغم مشاغلهم الكثيرة .

والشكر موصول لكل اساتدتي الذين تتلمذت على أيديهم في كل مراحل دراستي حتي اتشرف بوقوفي

أمام حضراتكم

وانقدم بالشكر الجزيل لعائلتي وصديقاتي وزملائي على تشجيعهم ومساعدتهم حتى اتممت هذا العمل .

وفي الختام اسال الله تعالى أن يجعل ماقدمت من جهد خالص لوجه الكريم.

" الباحثة

مستخلص الدراسة

الاسم : نعيمة عمر محمد بص

عنوان الدراسة: فاعلية برنامج إرشادي لخفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى أطفال المرحلة الابتدائية
أهداف الدراسة: التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في خفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى أطفال المرحلة الابتدائية ، وذلك من خلال معرفة الفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة قبل و بعد تطبيق البرنامج ، هذا من جانب ومن جانب آخر التحسن الذي يحدث في درجات المجموعة التجريبية بعد نهاية البرنامج وأثناء فترة المتابعة في ضغوط ما بعد الصدمة.

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي ، حيث تكونت عينة الدراسة من مجموعتين التجريبية والضابطة .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (20) طفل من أطفال الصف الخامس في ليبيا ممن تتراوح أعمارهم الزمنية (11 - 12) سنة ، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين (10) تلاميذ للمجموعة التجريبية، و (10) تلاميذ للمجموعة الضابطة. الحاصلين على أعلى الدرجات في أبعاد مقياس ضغوط ما بعد الصدمة

أدوات الدراسة:

1. استمارة المستوى الاقتصادي - الثقافي للأسرة إعداد (الباحثة)
 2. اختبار الذكاء المصور إعداد (أحمد زكي صالح)
 2. مقياس ضغوط ما بعد الصدمة - إعداد (الباحثة).
 3. البرنامج العقلاني الانفعالي لخفض ضغوط ما بعد الصدمة لاطفال المرحلة الابتدائية- إعداد (الباحثة).
- نتائج الدراسة :**

- 1- توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في ضغوط ما بعد الصدمة ، وذلك لصالح القياس البعدي.
 - 2- توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في ضغوط ما بعد الصدمة في القياس البعدي وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية.
 - 3- لا توجد فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في ضغوط ما بعد الصدمة.
- والخلاصة ان الدراسة توصلت إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى الأطفال.

قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
13-1	الفصل الأول : مدخل الدراسة
2	مقدمة
8	مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
10	أهداف الدراسة
10	أهمية الدراسة
11	مصطلحات الدراسة
13	محددات الدراسة
84-14	الفصل الثاني : الإطار النظري
15	المحور الأول : الإرشاد العقلائي الانفعالي
18	تعريف الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي
21	أهداف العلاج العقلائي الانفعالي
26	أسس الارشاد العقلائي الانفعالي في تفسير السلوك الإنساني
31	فروض نظرية العلاج العقلائي الانفعالي
41	فنيات الارشاد العقلائي الانفعالي
43	الإرشاد العقلائي الانفعالي وضغوط ما بعد الصدمة
44	المحور الثاني :ضغوط ما بعد الصدمة
44	تمهيد
47	نشأة مفهوم ضغوط ما بعد الصدمة
49	تعريف ضغوط ما بعد الصدمة
51	أسباب اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة
52	الاستجابة الإنسانية للصدمة النفسية
53	التوجهات النظرية في تفسير اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة

تابع قائمة الموضوعات

68	الاستراتيجية التشخيصية لاضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة
71	تفسير المعايير التشخيصية لاضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة
79	اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة عند الأطفال
81	سمات اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة عند الأطفال
113 – 85	الفصل الثالث الدراسات السابقة
86	أولاً: دراسات وبحوث تناولت اضطرابات ما بعد الصدمة
96	ثانياً : دراسات وبحوث اهتمت بخفض ضغوط ما بعد الصدمة
109	ثالثاً: تعقيب على الدراسات السابقة
113	رابعاً: فروض الدراسة
165–114	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الحالية
115	منهج الدراسة
115	عينة الدراسة
121	أدوات الدراسة
121	استمارة المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي من إعداد الباحثة
123	اختبار الذكاء المصور لاحمد زكي صالح
124	مقياس ضغوط ما بعد الصدمة من إعداد الباحثة
142	البرنامج الإرشادي لخفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية
164	إجراء الدراسة
165	الأساليب الإحصائية .
– 166 183	الفصل الخامس : نتائج الدراسة والتفسيرها
167	الوصف الإحصائي للبيانات
168	أولاً نتائج الفرض الأول وتفسيره
173	ثانياً نتائج الفرض الثاني وتفسيره
178	ثالثاً نتائج الفرض الثالث وتفسيره

تابع قائمة الموضوعات

182	رابعاً توصيات الدراسة
183	خامساً بحوث مقترحة
184	قائمة المراجع
185	أولاً : المراجع العربية
194	ثانياً : المراجع الأجنبية
199	ملاحق الدراسة
266	ملخص الدراسة باللغة العربية
4-1	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة جداول الدراسة

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
115	توزيع عينة الدراسة وفق للمجموعات التجريبية والضابطة	1
117	الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني	2
118	الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى الاقتصادي الثقافي	3
119	الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في درجة الذكاء	4
120	الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في ضغوط ما بعد الصدمة في القياس القبلي	5
127	قيم معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد من أبعاد مقياس ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية لنفس البعد	6
130	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	7
132	تشبعات عبارات البعد الأول الاضطرابات الانفعالية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	8
133	تشبعات عبارات البعد الثاني الاضطرابات الاجتماعية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	9
134	تشبعات عبارات البعد الثالث تجنب التفكير في الصدمة لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	10
135	تشبعات عبارات البعد الرابع الشعور بتكرار الحدث لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	11
136	تشبعات عبارات البعد الخامس الاعراض الجسمية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	12
138	ملخص نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	13
139	مؤشرات جودة المطابقة لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة	15
140	مصفوفة التباين والتغاير للبواقي المعيارية	15
141	معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية وجتمان	16
162	توزيع جلسات البرنامج العقلاني الانفعالي والهدف من كل جلسة	17
168	الوصف الإحصائي للبيانات	18
169	دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في مقياس ضغوط ما بعد الصدمة في القياس القبلي و البعدي	19