



شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





شبكة المعلومات الجامعية



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



نقسم بلله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأفلام قد اعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأفلام بعيداً عن الغبار

في درجة حرارة من 15 – 20 مئوية ورطوبة نسبية من 20-40 %

To be kept away from dust in dry cool place of
15 – 25c and relative humidity 20-40 %



شبكة المعلومات الجامعية



بعض الوثائق الأصلية تالفة



شبكة المعلومات الجامعية



بالرسالة صفحات

لم ترد بالأصل

Ba ٤٠٤



جامعة الإسكندرية
كلية التربية
قسم علم النفس التعليمي

فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض الضغوط النفسية لدى الأطفال المعاقين عقلياً

بحث مقدم من

جيهان عثمان محمود

المعيدة بقسم علم النفس التعليمي
كلية التربية - جامعة الإسكندرية

للحصول على درجة الماجستير في التربية
(علم النفس التعليمي)

إشراف

دكتور

أحمد شعبان عطية

أستاذ علم النفس التعليمي المساعد
كلية التربية - جامعة الإسكندرية

دكتور

أحلام حسن محمود

أستاذ علم النفس التعليمي المساعد
كلية التربية - جامعة الإسكندرية

دكتور

محمد محمد عباس المغربي

مدرس علم النفس التعليمي
كلية التربية - جامعة الإسكندرية

جامعة الاسكندرية

كلية التربية

الدراسات العليا

﴿إفادة﴾

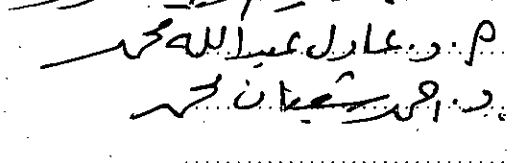
تفيد لجنة المناقشة والحكم على رسالة الماجستير/الدكتوراه الخاصة
بالبطالبة/ **هيمن عثمان محمود** ، قيام الطالب باستيفاء جميع الملاحظات
والتعديلات التي أوصت بها اللجنة أثناء المناقشة.

وبذلك أصبحت الرسالة مستوفاة وفي صورتها النهائية للتدقيق عليها من
السلطات الجامعية المختصة،

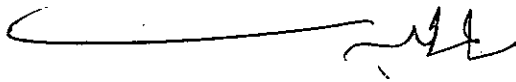
أعضاء اللجنة

التوقيع

٢٢/١٠/٢٠٢٢


الاسم
١. د. إبراهيم عبد الحميد محمود
٢. د. محمد عبد الله محمد
٣. د. أحمد محمد محمد


اعتماد رئيس مجلس القسم



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا
مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا
وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا
وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ^{صَلِّ} وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا
أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ
صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ

(سورة البقرة: آية ٢٨٦)

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

الحمد لله ولى الأمر والتدبير والصلاة والسلام على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم خاتم الأنبياء والمرسلين وعلى آله وصحبه وسلم.

يسعدنى ويشرفنى أن أقدم خالص شكرى وتقديرى إلى كل من عاوننى فى إعداد هذا البحث، ومن يستحقون الشكر كثيرون.

كما تتوجه الباحثة بالشكر لأستاذى الفاضل دكتور/ أحمد شعبان أستاذ علم النفس التعليمى المساعد بكلية التربية جامعة الإسكندرية على تفضل سيادته بالإشراف على هذا البحث رغم كثرة مشاغله العلمية، ولقد كان لحسن إشرافه وعطائه أبلغ الأثر فى إثراء هذا البحث، فلم يدخر جهداً ولم يبخل برأى مما كان له أكبر الأثر فى ظهور البحث على ماهو عليه الآن، متعه الله بالصحة والعافية، فله جزيل الشكر من الباحثة، وخير الجزاء من الله.

كما تتوجه الباحثة بالشكر لاستاذتى الفاضله دكتورته/ احلام حسن محمود استاذ علم النفس التعليمى المساعد بكلية التربية جامعة الاسكندرية على تفضل سيادتها بالإشراف على هذا البحث مما كان له الأثر فى إثراء البحث، متعها الله بالصحة والعافية، فلها جزيل الشكر من الباحثة.

كما يسعدنى أن أسجل عظيم الشكر لأستاذى الدكتور/ محمد المغربى مدرس علم النفس التعليمى بكلية التربية جامعة الإسكندرية لتفضل سيادته بالإشراف على هذا البحث، فلقد أعطى البحث من علمه ووقته الكثير وكان لإسهاماته العلمية أكبر الأثر فى إخراج البحث فى صورته الحالية مما أثرى البحث، متعه الله بالصحة والعافية، فله جزيل الشكر من الباحثة، وخير الجزاء من الله.

كما تتوجه الباحثة بالشكر إلى الأستاذ الدكتور/ إبراهيم وجيه محمود أستاذ علم النفس التعليمى المتفرغ وعميد كلية التربية سابقاً، على عظيم مساعدته للباحثة طوال مشوار البحث

منذ أن كان البحث فكره فى السيمينار مما كان له الأثر فى إثراء البحث، متعه الله بالصحة والعافية وله من الباحثة كل الشكر والتقدير.

كما تتوجه الباحثة بالشكر والتقدير إلى أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس التعليمى بكلية التربية جامعة الاسكندرية.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى السادة المسؤولين والمعلمين فى مدرسة الرمل الميرى للتربية الفكرية لما قدموه من عون ومساعدة أثناء تطبيق البرنامج.

كما أتوجه بالشكر الخاص والتقدير والاحترام لأفراد أسرتى وأولهم والدى ووالدتى وأخوتى الذين أعطوا ومنحوا دون ملل أو كلال وإليهم الفضل بعد الله فى إنجاز هذا العمل، فقد كان لعطائهم ودعواتهم عظيم الأثر، وأرجو أن يكون هذا العمل المتواضع ثمرة لمثابرتهم، فادعو الله أن يتمتعهم بالصحة والعافية.

أما عظيم الشكر والتقدير فأقدمه إلى أفراد أسرتى الصغيرة، فإلى زوجى أتوجه بعظيم الشكر والتقدير على حسن معاونته منذ أن كان الموضوع فكرة وحتى اللحظة الحالية، والحقيقة أنه لا توجد كلمات تعبر عن خالص شكرى وتقديرى له، متعه الله بالصحة والعافية.

وكذلك أتوجه بخالص حبى الشديد لأبنتى وقرة عيني راندا، أدامها الله لى، داعية الله عزوجل أن تجد فى هذا العمل ماقد يعوضها عن الكثير مما تحملته أثناء انشغالى بإعداد هذا البحث.

ولما كان الكمال لله وحده سبحانه وتعالى، فقد عملت جاهدة للوصول لكافة عوامل النجاح لهذا البحث، وذلك كله بتوفيق من الله سبحانه وتعالى، فإن كنت قد أصبت فبتوفيق من الله، وإن كانت الأخرى فحسبى أننى بشر أصيب وأخطأ، وماتوفيقى إلا بالله متمنية أن يكون هذا البحث ثمرة طيبة تحقق أهدافها لما فيه الخير.

والله خير المستعان

الباحثة

فهرست المحتويات

الصفحة	الموضوع
ج - د	شكر وتقدير
ز - هـ	فهرست المحتويات
و	فهرست الملاحق
ى	فهرست الجداول
١ - ١٥	الفصل الأول : مشكلة البحث
٢	مقدمة
٧	مشكلة البحث
٩	أهداف البحث
٩	أهمية البحث
١٣	خطة البحث * (مصطلحات البحث - عينة البحث - أدوات البحث)
١٥	خطوات البحث
١٦ - ٧٣	الفصل الثانى : الإطار النظرى
١٧	مقدمة
٢٠	أولاً: تعريف الضغوط النفسية
٢٤	ثانياً: الإتجاهات المفسرة للضغوط النفسية
٣٤	ثالثاً: مصادر الضغوط النفسية
٤٠	رابعاً: الإستجابات للضغوط النفسية
٤٩	خامساً: الشخصية وعلاقتها بالضغوط النفسية

تابع فهرست المحتويات

الصفحة	الموضوع
٥١	سادساً: معلمو الأطفال المعاقين عقليا
٥٧	سابعاً: اساليب مواجهة الضغوط النفسية
٦٦	ثامناً: البرامج الإرشادية لخفض الضغوط النفسية
٧٤ - ١٠١	الفصل الثالث : الدراسات والبحوث السابقة
٧٥	مقدمة
٧٦	أولاً: دراسات تناولت الضغوط النفسية لمعلمي التربية الخاصة
٨١	ثانياً: دراسات تناولت مصادر الضغوط النفسية للمعلمين
٨٦	ثالثاً: دراسات تناولت البرامج الإرشادية لخفض الضغوط النفسية للمعلمين
٩٥	دراسة تحليلية للدراسات السابقة
١٠١	فروض البحث
١٠٢ - ١١٧	الفصل الرابع : خطة الدراسة
١٠٣	مقدمة
١٠٣	أولاً: عينة البحث
١٠٥	ثانياً: أدوات البحث
١١٤	ثالثاً: اجراءات البحث

تابع فهرست المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٢٥ - ١١٨	الفصل الخامس
	عرض النتائج ومناقشتها
١١٩	مقدمة
١١٩	أولاً: مناقشة نتائج الفرض الأول
١٢٢	ثانياً: مناقشة نتائج الفرض الثاني
١٢٤	ثالثاً: مناقشة نتائج الفرض الثالث
١٣٥ - ١٢٦	الفصل السادس : خاتمة البحث
١٢٧	مقدمة
١٢٧	أولاً: ملخص البحث
١٣٣	ثانياً: توصيات البحث
١٣٥	ثالثاً: البحوث المقترحة
١٣٦	مراجع البحث:
١٣٧	المراجع العربية
١٤٥	المراجع الأجنبية
1 - 4	ملخص البحث باللغة الإنجليزية

فهرست الملاحق

رقم الملحق	الملحق	الصفحة
(١)	مقياس الضغوط النفسية للمعلمين	٨ - ١
(٢)	اسماء السادة اعضاء هيئة التدريس الذين قاموا بتحكيم البرنامج الإرشادى	١
(٣)	الصورة النهائية للبرنامج الإرشادى بعد التعديل	١٤ - ١

فهرست الجداول

الصفحة	الجدول
٤٧	جدول (٢ - ١)
١٠٤	جدول (٤ - ١)
١٢٠	جدول (٥ - ١)
١٢١	جدول (٥ - ٢)
١٢٣	جدول (٥ - ٣)
١٢٥	جدول (٥ - ٤)