



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى

" فاعلية برنامج إرشادى أسرى لمعاونة الوالدين على التعامل
مع قلق الإمتحان لدى أبنائهم فى المرحلة الثانوية "

رسالة مقدمة من
أسماء السيد محمد حمروش
للحصول علي درجة الماجستير فى التربية
(تخصص صحة نفسية)

إشراف

أ.م.د/ نبيل حافظ	أ.م.د/ سيد الطوخي
أستاذ مساعد الصحة النفسية والإرشاد النفسى	أستاذ مساعد الصحة النفسية والإرشاد النفسى
كلية التربية جامعة عين شمس	كلية التربية جامعة عين شمس

د/محمود رامز يوسف
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسى
كلية التربية جامعة عين شمس

١٤٣٤هـ - ٢٠١٣م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ
أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ {٢٨}"

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ
سورة الرعد



صفحة العنوان

عنوان الرسالة " فاعلية برنامج إرشادى أسرى لمعاونة الوالدين على التعامل مع قلق الإمتحان لدى أبنائهم فى المرحلة الثانوية"

إسم الطالبة : أسماء السيد محمد حمروش

الدرجة العلمية : درجة الماجستير فى التربية (تخصص صحة نفسية)

القسم التابع له : قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى

الكلية : كلية التربية

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة التخرج : ٢٠٠٧

سنة المنح : ٢٠١٣



رسالة ماجستير

عنوان الرسالة " فاعلية برنامج إرشادى أسرى لمعاونة الوالدين على التعامل مع قلق
الإمتحان لدى أبنائهم فى المرحلة الثانوية"

إسم الطالبة : أسماء السيد محمد حمروش

الدرجة : ماجستير فى التربية تخصص "صحة نفسية"

لجنة الإشراف

د/محمود رامز يوسف	أ.م.د/ سيد الطوخي	أ.م.د/ نبيل حافظ
مدرس الصحة النفسية	أستاذ مساعد الصحة النفسية والإرشاد	أستاذ مساعد الصحة النفسية
والإرشاد النفسى	النفسى	والإرشاد النفسى
كلية التربية جامعة عين شمس	كلية التربية جامعة عين شمس	كلية التربية جامعة عين شمس

تاريخ المناقشة: ٢٠١٣ / ١٠/٥

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ : / / ٢٠١٣

ختم الإجازة

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٣

/ / ٢٠١٣

مستخلص الدراسة

الإسم : أسماء السيد محمد حمروش

عنوان الدراسة : " فاعلية برنامج إرشادى أسرى لمعاونة الوالدين على التعامل مع قلق الإمتحان لدى أبنائهم فى المرحلة الثانوية"

جهة الدراسة : جامعة عين شمس - كلية التربية - قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى .
هدف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى إعداد برنامج يستند علي فنيات وأساليب الإرشاد .
الأسري لمعاونة الوالدين علي التعامل مع قلق الامتحان لدي أبنائهم في المرحلة الثانوية .
العينة: تكونت عينة الدراسة من ٢٠ مراهقة تتراوح أعمارهم من ١٦ - ١٧ سنة ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متجانستين إحداها تجريبية وتضم ١٠ مراهقات تم تطبيق البرنامج على والديهم- " إثنين الآباء وثمانية أمهات-"، والثانية ضابطة وتضم ١٠ مراهقات لم يتم تطبيق البرنامج على والديهم.
أدوات الدراسة : تتكون أدوات الدراسة مما يلي:-

- إختبار كاتل للذكاء إعداد أحمد عبدالعزيز سلامة، وعبدالسلام عبدالغفار (١٩٧٤)
 - مقياس المستوي الإجتماعي الإقتصادي للأسرة، إعداد عبدالعزيز الشخص (٢٠٠٦)
 - مقياس أسلوب المعاملة الوالدية (إعداد الباحثة)
 - مقياس قلق الإمتحان (إعداد الباحثة)
 - برنامج إرشادى أسرى (إعداد الباحثة)
- نتائج الدراسة:** تمثلت أهم النتائج التى توصلت إليها الدراسة فى فاعلية برنامج الإرشاد الأسرى فى معاونة الوالدين على تحسين معاملتهم لأبنائهم فى المرحلة الثانوية مما يؤدى إلى خفض قلق الإمتحان لديهم.

الكلمات المفتاحية Key Words

- ١- قلق الإمتحان Test Anxiety
- ٢- الإرشاد الأسري Family counseling
- ٣- المراهقة Adolescence
- ٤- أساليب المعاملة الوالدية Parenting Style

Abstract

Name: Asmaa El Sayed Mohamed Hamroush

Title of the study: Effectiveness of a family counseling program for Helping parents to Deal With Test Anxiety of Their Sons in Secondary Stage

The study direction: Ain Shames University-Faculty of Education-Mental Hygiene Department

Aim of the study:

The current study aim to Test the effectiveness of a program that uses the family counseling for Helping parents to Deal With Test Anxiety of Their Sons in Secondary Stage.

Sample of the study:

The sample of study consists of 20 female of High Test Anxiety The sample is divided into two groups:

- Experimental group (10) adolescents with parents
- Control group (10) adolescents with parents

Tools of the study:

- 1 - Cattell test for intelligence assessment (prepared by Ahmad Abdel Aziz Salama, and Abdel Salam Abdel Ghaffar (1974)
- 2 - Family socioeconomic level scale (prepared by Abd Elaziz Elshakhs (2006)
- 3 - Test anxiety scale (prepared by the researcher)
- 4 - parenting style scale (prepared by the researcher)
- 5 - Family counseling program (prepared by the researcher)

The results of the study:

The results of the study indicates that the effectiveness of the family counseling program in helping parents to deal with test anxiety in of their sons in secondary stage.

((شكر وتقدير))

الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه والصلاة والسلام على أشرف الخلق أجمعين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم وبعد

ما كانت لتدوم نعمة الله إلا بالشكر فلا يسعني إلا أن أخرج ساجدةً لله سبحانه وتعالى شاكرةً لنعمه إذ أعانني ويسر لي سبيل العلم ، ومن على بإنجاز هذا العمل تحت الإشراف المباشر للعالم الجليل **الأستاذ الدكتور / نبيل حافظ** أستاذ مساعد الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس صاحب الفضل الأكبر في هذا العمل والذي أمدني بالعلم ومنهجه في سياق من الأخلاق والقيم السامية وكان نعم العون ، أدامه الله نهراً فياضاً من العلم والأخلاق وأمدّه بالصحة والعافية فلسيادته خالص شكري وتقديري وجزاه الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير **للدكتور/ محمود رامز يوسف** المدرس بكلية التربية جامعة عين شمس على عطائه العلمي الفياض وجهده الصادق وتشجيعه الدائم حتى الإنتهاء من إخراج هذا العمل بصورته النهائية فلسيادته خالص شكري وتقديري وجزاه الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بخالص شكري وتقديري للأستاذ الدكتور / **حسام إسماعيل هبيرة** أستاذ مساعد الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس على تفضله الكريم بقبول مناقشة هذه الرسالة وإثرائها بعلمه الفياض جزاه الله عني خير الجزاء.

وأنتقدم بالشكر للأستاذة الدكتورة/ **شادية أحمد عبدالخالق** أستاذ الصحة النفسية بكلية البنات جامعة عين شمس على مناقشتها هذه الرسالة.

كما أتوجه بخالص الدعوات للأستاذ الجليل المرحوم **الأستاذ الدكتور/ سيد الطوخي** أستاذ مساعد الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس تغمدّه الله برحمته وأسكنه فسيح جناته.

ويسرني أن أتقدم بأسمى آيات العرفان والشكر والتقدير مدى الحياة إلى **والدي ووالدتي** صاحباً الفضل الكبير على ، فكل ما وصلت إليه ثمرة تعبهم ومجهودهم فقد تحملوا عني كثيراً من الجهد والعناء طوال حياتي وخلال البحث ودفعاني بلا كلل ولا نصب لاستكمال هذه المسيرة داعيةً الله أن يديم عليهما الصحة والعافية فجزاهم الله عني خير الجزاء .

وأنتقدم بخالص الشكر والتقدير لمن كان سبباً في ولوجي إلى محراب العلم وفقه الله وسدد خطاه وألهمه التوفيق لإتخاذ القرارات التي تساهم في إستكمال النجاح لهذا العمل وإتيان ثماره.

كما أتقدم بالشكر والتقدير للأستاذ الدكتور/ **محمد أبوالمعاطي سليمان** أستاذ مساعد الإرشاد زراعي بمعهد بحوث الإرشاد الزراعي بمركز البحوث الزراعية لمساندته الدائمة للباحثة حتى الإنتهاء من إخراج هذا العمل بصورته النهائية فلسيادته خالص شكري وتقديري وجزاه الله عني خير الجزاء.

كما يسرني أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير للأستاذة / نجوى وحيد الدين مدير المدرسة السعيدية بنات، والأستاذة/ جمالات عبدالحفيظ الأخصائي النفسي بالمدرسة، والأستاذة/ ماجدة عيسوى الأخصائي الإجتماعى بالمدرسة، والأستاذة / نزهة إبراهيم الأخصائي الإجتماعى بالمدرسة لما قدموه للباحثة من عون كبير فى التطبيق الميدانى فلهم منى جميعا خالص شكرى وتقديرى.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى أشقائي وشقيقاتي لما بذلوه من جهد وما تحملوه معي من عناء ونصب خلال مراحل البحث المختلفة بكل الصبر والدعوات بالتوفيق فجزاهم الله عني خير الجزاء وأخيراً تتوجه الباحثة بخالص الشكر والتقدير إلى من شرفوا الباحثة بحضورهم فى هذا الحفل العلمى.

وأخيراً أدعو الله أن يتقبل ما بذلت من جهد خالصاً لوجهه الكريم .
وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين ،،،

الباحثة

قائمة المحتويات

م	البيان	رقم الصفحة
١	أولاً:- قائمة الموضوعات.	هـ
٢	ثانياً:- قائمة الجداول.	ط
٣	ثالثاً:- قائمة الأشكال.	ل
٤	رابعاً:- قائمة الملاحق.	ل

أولاً: قائمة الموضوعات

الموضوع	رقم الصفحة
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	٩-١
مقدمة	٢
مشكلة الدراسة	٤
أهداف الدراسة	٥
أهمية الدراسة	٦
مصطلحات الدراسة	٦
حدود الدراسة	٨
الفصل الثاني: المفاهيم الأساسية والإطار النظري للدراسة	١٠-٥١
تمهيد	١١
أولاً: طبيعة المرحلة الثانوية وأهميتها	١١
١- ماهية المراهقة	١١
٢- حدود المراهقة	١٢
٣- خصائص مرحلة المراهقة	١٣
٤- الصراعات التي يواجهها المراهق	١٣
٥- العوامل المؤثرة في إنفعالات المراهق	١٤
ثانياً: القلق	١٥
١- مفهوم القلق	١٥
٢- الفرق بين القلق والخوف	١٧

تابع: قائمة الموضوعات

الموضوع	رقم الصفحة
٣- أنواع القلق	١٧
٤- حالة القلق وسمة القلق	١٩
٥- مستويات القلق	٢٠
٦- مصادر القلق وأسبابه	٢٠
٧- النظريات المفسرة للقلق	٢٢
قلق الإمتحان	٢٧
أ- تعريف قلق الإمتحان	٢٧
ب- أنواع قلق الإمتحان	٢٧
ج- أسباب قلق الإمتحان	٢٨
د- مكونات قلق الإمتحان	٢٨
هـ- النظريات المفسرة لقلق الإمتحان	٣٠
و- القلق والآداء والموقف الإمتحاني	٣١
ثالثا: أساليب المعاملة الوالدية	٣٣
١- المقصود بالمعاملة الوالدية	٣٣
٢- أنماط المعاملة الوالدية	٣٤
٣- العوامل المؤثرة في المعاملة الوالدية	٣٨
رابعا: الإرشاد النفسى الأسرى	٤٠
١- مفهوم الإرشاد النفسى	٤٠
٢- أهداف الإرشاد النفسى	٤١
٣- أهمية الإرشاد النفسى	٤٢
٤- أسس الإرشاد النفسى	٤٣
الإرشاد الأسرى	٤٣
مفهوم الإرشاد الأسرى	٤٤
أهداف الإرشاد الأسرى	٤٤
الحاجة إلى الإرشاد الأسرى	٤٦

تابع: قائمة الموضوعات

الموضوع	رقم الصفحة
الأساليب والفنيات الإرشادية المستخدمة فى الإرشاد الأسرى	٤٧
خلاصة وتعقيب	٥٠
الفصل الثالث: الدراسات السابقة	٥٢-٧٧
تمهيد	٥٣
أولاً: دراسات تناولت قلق الإمتحان وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المراهقين	٥٣
ثانياً: دراسات تناولت أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المراهقين	٥٨
ثالثاً: دراسات تناولت أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بقلق الإمتحان لدى المراهقين	٦٠
رابعاً: دراسات حول فاعلية الإرشاد الأسرى	٦٣
خامساً: تعقيب على الدراسات السابقة	٧١
سادساً: فروض الدراسة	٧٦
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة	٧٨-١٠٤
تمهيد	٧٩
أولاً: منهج الدراسة	٧٩
ثانياً: عينة الدراسة	٧٩
ثالثاً: أدوات الدراسة	٨٣
إختبار كاتل للذكاء	٨٣
مقياس المستوى الإجتماعى الإقتصادى للأسرة	٨٤
مقياس قلق الإمتحان	٨٥
مقياس أساليب المعاملة الوالدية الخاطئه كما يدركها الأبناء المراهقين	٩٢
البرنامج الإرشادى الأسرى	٩٨
رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة فى الدراسة	١٠٢
خامساً: خطوات الدراسة	١٠٣
الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيرها	١٠٥-١٥٢

تابع: قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
١٠٦	تمهيد
١٠٦	أولاً: نتائج التحقق من الفرض الأول
١٠٧	ثانياً: نتائج التحقق من الفرض الثاني
١٠٨	ثالثاً: نتائج التحقق من الفرض الثالث
١٠٩	رابعاً: نتائج التحقق من الفرض الرابع
١١١	خامساً: نتائج التحقق من الفرض الخامس
١١٢	سادساً: نتائج التحقق من الفرض السادس
١١٣	سابعاً: تفسير النتائج
١١٥	ثامناً: التوصيات
١١٥	تاسعاً: البحوث المقترحة
١١٦-١١٢٥	قائمة المراجع
١١٧	أولاً: مراجع باللغة العربية
١٢٣	ثانياً: مراجع باللغة الإنجليزية
١٢٦-١٤٦	ملاحق الدراسة
١٤٧-١٥٢	ملخص الدراسة باللغة العربية
1-4	ملخص الدراسة باللغة الانجليزية

ثانيا: قائمة الجداول

م	موضوع الجدول	رقم الصفحة
١	جدول (١) شاملة البحث وعينته	٨٠
٢	جدول (٢) نتائج إختبار مان وتنى لدلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث متغيرات العمر الزمني والذكاء والمستوى الإجتماعى الإقتصادى للأسرة فى القياس القبلى.	٨١
٣	جدول (٣) نتائج إختبار مان وتنى لدلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الإمتحان للمراهقات فى القياس القبلى .	٨٢
٤	جدول (٤) نتائج إختبار مان وتنى لدلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اساليب المعاملة الوالدية للمراهقين فى القياس القبلى .	٨٣
٥	جدول (٥) الإختبارات الفرعية المتضمنة فى إختبار كاتل للذكاء وعدد البنود بالنسبة لكل منها والزمن المخصص للإجابة عنها .	٨٤
٦	جدول (٦) تصنيف مستوى الدخل الشهري للأسرة فى مقياس المستوى الإجتماعى الإقتصادى	٨٥
٧	جدول (٧) أبعاد مقياس قلق الإمتحان وعدد عبارات كل بعد	٨٦
٨	جدول (٨) صدق الإتساق الداخلى للبعد العقلى المعرفى فى مقياس قلق الإمتحان	٨٨
٩	جدول (٩) صدق الإتساق الداخلى للبعد الإنفعالى فى مقياس قلق الإمتحان	٨٩
١٠	جدول (١٠) صدق الإتساق الداخلى للبعد الجسمى فى مقياس قلق الإمتحان	٨٩

تابع قائمة الجداول

م	موضوع الجدول	رقم الصفحة
١٢	جدول (١٢) صدق الإتساق الداخلى بين مجموع درجات كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس قلق الإمتحان	٩٠
١٣	جدول (١٣) معاملات إرتباط بيرسون للتجزئة النصفية لأبعاد مقياس قلق الإمتحان	٩١
١٤	جدول (١٤) معاملات ثبات أبعاد مقياس قلق الإمتحان والدرجة الكلية للمقياس (تصحيح سبيرمان براون)	٩١
١٥	جدول (١٥) معاملات ثبات الفا لكرونباخ لأبعاد مقياس قلق الإمتحان	٩١
١٦	جدول (١٦) أبعاد مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعدد عبارات كل بعد	٩٢
١٧	جدول (١٧) صدق الإتساق الداخلى لبعد الرفض فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية	٩٥
١٨	جدول (١٨) صدق الإتساق الداخلى لبعد التسلط فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية	٩٥
١٩	جدول (١٩) صدق الإتساق الداخلى لبعد الإهمال فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية	٩٥
٢٠	جدول (٢٠) صدق الإتساق الداخلى لبعد الحماية الزائدة فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية	٩٦
٢١	جدول (٢١) صدق الإتساق الداخلى لبعد القسوة فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية .	٩٦
٢٢	جدول (٢٢) صدق الإتساق الداخلى لبعد التفرقة فى المعاملة بين الأبناء فى مقياس أساليب المعاملة الوالدية	٩٦
٢٣	جدول (٢٣) معاملات الإرتباط البسيط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المعاملة الوالدية وبين الدرجة الكلية للمقياس .	٩٧
٢٤	جدول (٢٤) معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لأبعاد مقياس أساليب المعاملة الوالدية والدرجة الكلية للمقياس .	٩٨

تابع قائمة الجداول

م	موضوع الجدول	رقم الصفحة
٢٥	جدول (٢٥) الجلسات الخاصة ببرنامج الإرشاد الأسرى	١٠٠
٢٦	جدول (٢٦) نتائج إختبار مان وتتى لدلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الإمتحان لطلبة المرحلة الثانوية بعد تطبيق البرنامج .	١٠٦
٢٧	جدول (٢٧) نتائج إختبار مان وتتى لدلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس أساليب المعاملة الوالدية لطلبة المرحلة الثانوية بعد تطبيق البرنامج	١٠٧
٢٨	جدول (٢٨) نتائج إختبار ويلكوكسن للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والبعدى على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الإمتحان	١٠٨
٢٩	جدول (٢٩) نتائج إختبار ويلكوكسن للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والبعدى على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس أساليب المعاملة الوالدية	١١٠
٣٠	جدول (٣٠) نتائج إختبار ويلكوكسن للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية فى القياس التتبعى على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق الإمتحان	١١١
٣١	جدول (٣١) نتائج إختبار ويلكوكسن للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية فى القياس التتبعى على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس أساليب المعاملة الوالدية	١١٢

ثالثا: قائمة الأشكال