

كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

# ضبط الذات كمدخل لتنمية استراتيجيات المواجهة لدى مُعلمي التربية الخاصة

بحث مُقدم من

نجوى السيد محمد إمام

للحصول على درجة الدكتوراه فى فلسفة التربية  
( علم نفس تعليمي )

إشراف

أ.د. على السيد خضر

أستاذ علم النفس

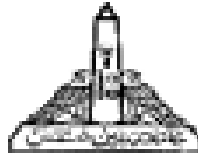
كلية التربية - جامعة حلوان

أ.د. حمدي محمد ياسين

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

2011



Ain Shams University  
Faculty of Girls Department of Psychology

Self Control as approach to develop Coping  
Strategies for Special Education Teachers

*A Thesis Submitted by:*

**Nagwa Elsayed Mohmmmed Emam**

**To obtain PHD in Education ( Psychology )**

*Under the Supervision of:*

**Prof. Dr. Hamdy Yaseen**

Professor of psychology  
In women's collage  
Ain Shams University

**Prof. Dr. Ali Khedr**

Professor of psychology  
In education college  
Helwan University

2011

أهمية الدراسة : تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال عدة محاور هى :

1- الأهمية العلمية والأكاديمية :

أ - ندرة البحوث والدراسات المُقدمة فى مجال التربية الخاصة ، ولا سيما المتعلقة بمعلم الأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة .

ب - تناول مفهوم الضبط الذاتى كأحد أشكال إعادة التنظيم المعرفى الذى يستهدف تدريب الفرد على تعديل أنماط التحدث للذات ، والذى يؤدى بدوره إلى تعديل السلوك .

ج - تعتبر هذه الدراسة جزء من كل ونواة لعدد من الدراسات التى يمكن أن تتناول هذا الإتجاه ( تدريب مُعلمى التربية الخاصة ) .

د - تعزى الأهمية الأكاديمية لهذه الدراسة إلى انتمائها لعدة مجالات علمية هى ( علم النفس التعليمى - التربية الخاصة - علم النفس الإيجابى - الإرشاد النفسى ) .

2- الأهمية الإجتماعية والتربوية :

أ - الإهتمام بمُعلمى الطلاب ذوى الإحتياجات الخاصة ، حيث يمثل هؤلاء الطلاب نسبة لا يُستهان بها فى المجتمع التعليمى .

ب - رفع مستوى العملية التعليمية من خلال رفع كفاءة المُعلم وتحسين أساليب التعامل لديه .

3- الأهمية التطبيقية :

أ - إعداد مقاييس لتشخيص كل من ضبط الذات وأساليب مواجهة المشكلات .

ب - بناء برنامج لتنمية مهارات ضبط الذات وتحسين أساليب مواجهة الضغوط والمشكلات .

أهداف الدراسة : تتحدد أهداف الدراسة فيما يلى :

- 1 الكشف عن الفروق فى ضبط الذات باختلاف المتغيرات الديموجرافية ( النوع - السن - سنوات الخبرة - المؤهل العلمى - المرحلة الدراسية - نوع الإعاقة ) .
- 2 الكشف عن الفروق فى أساليب المواجهة باختلاف المتغيرات الديموجرافية ( النوع - السن - سنوات الخبرة - المؤهل العلمى - المرحلة الدراسية - نوع الإعاقة ) .
- 3 الكشف عن قدرة مقياس ضبط الذات بالتنبؤ بأساليب المواجهة لدى عينة الدراسة .
- 4 الكشف عن فعالية البرنامج المقدم لعينة الدراسة التجريبية فى تنمية ضبط الذات وتحسين أساليب المواجهة .

مشكلة الدراسة : تتحدد مشكلة الدراسة فى ضوء التساؤلات التالية :

- 1 هل يختلف كل من ( ضبط الذات وأساليب المواجهة باختلاف المتغيرات الديموجرافية ( السن - النوع - سنوات الخبرة - المؤهل العلمى - المرحلة الدراسية - نوع الإعاقة ) ؟
- 2 هل يمكن التنبؤ بضبط الذات من خلال أساليب المواجهة لدى معلمى التربية الخاصة ؟
- 3 هل يختلف أداء المجموعة التجريبية على مقياس ضبط الذات وأساليب المواجهة باختلاف التطبيقين القبلى والبعدى ؟

4 هل يختلف أداء المجموعة التجريبية على مقياسى ضبط الذات وأساليب المواجهة باختلاف التطبيقين البعدى والتتبعى ؟

منهج وإجراءات الدراسة :

أولاً : منهج الدراسة : تعتمد هذه الدراسة على كل من المنهج الوصفى والمنهج التجريبى .

ثانياً : عينة الدراسة : تتكون عينة الدراسة من معلمى التربية الخاصة ، وتتضمن هذه العينة عينتان فرعيتان هما :

1 عينة الدراسة التشخيصية : وبلغ قوامها ( ن = 162 ) من معلمى التربية الخاصة يمثلون متغيرات ديموجرافية مختلفة ، وتم اختيار هذه العينة بهدف التحقق من فروض الدراسة التشخيصية ، وكذلك التحقق من كفاءة الأدوات السيكومترية .

2 عينة الدراسة التجريبية : وتتكون هذه العينة من 10 أفراد ممن حققوا درجات منخفضة على مقياسى ضبط الذات وأساليب المواجهة ، وذلك بهدف التحقق من فاعلية البرنامج وتحقيق فروض الدراسة التجريبية .

ثالثاً : أدوات الدراسة : تعتمد هذه الدراسة على نوعين من الأدوات هما :

1 أدوات الدراسة الإستطلاعية : وتتمثل فى استبانات مفتوحة صُممت بهدف الوقوف على حاضر الظاهرة موضوع الدراسة وطبق بعضها على المعلمين والبعض الآخر على الطلاب وأولياء الأمور .

2 أدوات الدراسة الأساسية : وتشمل الأدوات التى استخدمت فى الدراسة الأساسية بشقيها الوصفى والتجريبى والتى تمثلت فى :

أ - أدوات القياس السيكمترى : وهى مقياس أساليب المواجهة ومقياس ضبط الذات .

ب - أدوات التدخل العلاجى : وتتمثل فى البرنامج الإنمائى لضبط الذات وأساليب المواجهة .

رابعاً : فروض الدراسة : وهى :

1 - يختلف كل من ضبط الذات وأساليب المواجهة لدى عينة البحث باختلاف المتغيرات الديموجرافية ( النوع - السن - سنوات الخبرة - المؤهل العلمى - المرحلة الدراسية - نوع الإعاقة ) .

2 - يمكن التنبؤ بضبط الذات لدى مُعلمى التربية الخاصة من خلال أساليب المواجهة .

3 - يختلف أداء المجموعة التجريبية على مقياسى ضبط الذات وأساليب المواجهة بصدد التطبيق القبلى والبعدى .

4 - لا يختلف أداء المجموعة التجريبية على مقياسى ضبط الذات وأساليب المواجهة بصدد التطبيقين البعدى والتتبعى .

نتائج الدراسة : أسفرت الدراسة عن النتائج الآتية :

1 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث من مُعلمى التربية الخاصة فى درجة ضبط الذات .

2 - توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث من مُعلمى التربية الخاصة فى درجة أساليب المواجهة وذلك فى إتجاه الذكور .

3 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الفئات العمرية الثلاث فى درجة ضبط الذات .

- 4 لا توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات العمرية الثلاث فى درجة أساليب المواجهة .
- 5 توجد فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة لمتغير الخبرة فى درجة ضبط الذات ، وذلك فى إتجاه سنوات الخبرة الأكثر من 16 سنة .
- 6 توجد فروق دالة إحصائية بين مستويات الخبرة الثلاثة فى درجة أساليب المواجهة ، وذلك فى إتجاه سنوات الخبرة الأكثر من 16 سنة .
- 7 لا توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى المراحل الدراسية المختلفة فى درجة ضبط الذات .
- 8 لا توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى المراحل الدراسية المختلفة فى درجة أساليب المواجهة .
- 9 توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى التربية الخاصة أصحاب المؤهل التربوى وأصحاب المؤهلات غير التربوية فى درجة ضبط الذات ، وذلك فى إتجاه ذوى المؤهل التربوى .
- +0 توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى التربية الخاصة التربويين وغير التربويين فى درجة أساليب المواجهة ، وذلك فى إتجاه ذوى المؤهل التربوى.
- +1 توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى التربية الخاصة على مقياس ضبط الذات باختلاف نوع الإعاقة الخاصة بالطلاب ، وذلك فى إتجاه مُعلمى الإعاقة الذهنية والبصرية .
- +2 توجد فروق دالة إحصائية بين مُعلمى التربية على مقياس أساليب المواجهة بتباين نوع الإعاقة الخاصة بالطلاب ، وذلك فى إتجاه مُعلمى الإعاقة الذهنية والبصرية .

- †3 توجد فروق دالة إحصائية فى أداء المجموعة التجريبية على مقياسى ضبط الذات ، وأساليب المواجهة بصدد التطبيقين القبلى والبعدى ، وذلك فى إتجاه التطبيق البعدى .
- †4 لا توجد فروق دالة إحصائية بين التطبيقين البعدى والنتبعى للمجموعة التجريبية على مقياسى ضبط الذات وأساليب المواجهة .



## فهرس المحتويات

### أولاً : فهرس الموضوعات

الصفحة	موضوع المحتوى
أ - ز	الصفحات الاستهلاكية
17 - 2	<u>الفصل الأول</u> ( مدخل الدراسة )
4 - 2	1 مقدمة
12 - 4	2 مشكلة الدراسة وحدودها
13 - 12	3 أهداف الدراسة
15 - 13	4 أهمية الدراسة
17 - 15	5 مفاهيم ومصطلحات الدراسة
153 - 19	<u>الفصل الثاني</u> ( الأطر النظرية )
41 - 19	المبحث الأول ( التربية الخاصة ) وتشمل :
22 - 19	1 مفهومها .
24 - 22	2 أهدافها .
25 - 24	3 مبادئها .
28 - 25	4 استراتيجياتها .
32 - 28	5 مُعلم التربية الخاصة .
41 - 32	6 مهام وواجبات مُعلم التربية الخاصة .
81 - 42	المبحث الثاني ( ضبط الذات ) ، ويضم :
47 - 43	1 المفهوم .
62 - 47	2 النظريات المفسرة .

الصفحة	موضوع المحتوى
64 – 62	3 الوظيفة والأهمية .
81 – 64	4 الفنيات والإستراتيجيات .
133 – 81	المبحث الثالث ( المواجهة ) ، وتشمل :
86 – 81	1 المفهوم .
96 – 87	2 النظريات المفسرة .
116 – 96	3 المتغيرات المرتبطة بعملية المواجهة .
133 – 117	4 طرق وأساليب المواجهة .
143 – 133	المبحث الرابع ( الضبط وعلاقته بالواجهة )
153 – 143	الإطار النظري تحليل وتعقيب
153	فروض الدراسة
231 – 155	<u>الفصل الثالث</u> ( منهج وإجراءات الدراسة )
155	أولاً : منهج الدراسة .
157 – 155	ثانياً : خطوات الدراسة .
163 – 157	ثالثاً : عينة الدراسة .
165 – 163	رابعاً : أدوات الدراسة .
180 – 165	1 مقياس ضبط الذات .
194 – 180	2 مقياس أساليب المواجهة .
229 – 195	3 برنامج تنمية ضبط الذات وأساليب المواجهة .
231 – 230	خامساً : الأساليب الإحصائية .
285 – 233	<u>الفصل الرابع</u> ( نتائج الدراسة ومناقشتها )
	أولاً : الفروض التشخيصية :
263 – 233	1 الفرض الأول : نصه ، التحقق منه ، النتيجة ، التفسير والمناقشة .

الصفحة	موضوع المحتوى
266 – 263	2 الفرض الثاني : نصه ، التحقق منه ، النتيجة ، التفسير والمناقشة . ثانياً : الفروض التجريبية :
276 – 266	1 الفرض الثالث : نصه ، التحقق منه ، النتيجة ، التفسير والمناقشة .
282 – 276	2 الفرض الرابع : نصه ، التحقق منه ، النتيجة ، التفسير والمناقشة .
284 – 282	التوصيات .
285 – 284	البحوث المقترحة .
291 – 286	ثبت بمصطلحات الدراسة .
326 – 293	قائمة المراجع
304 – 293	أولاً : المراجع العربية .
326 – 305	ثانياً : المراجع الأجنبية .
	ملاحق الدراسة ، وتشمل :
328	ملحق (1) الإختبارات المفتوحة
329	ملحق (2) الصورة الأولية لمقياس ضبط الذات وأساليب المواجهة
330	ملحق (3) الصورة النهائية لمقياس ضبط الذات وأساليب المواجهة
331	ملحق (4) برنامج تنمية ضبط الذات وأساليب المواجهة
332	ملحق (5) قائمة بأسماء المحكمين
	الملخصات
339 – 333	أولاً : ملخص الدراسة باللغة العربية
346 – 340	ثانياً : ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

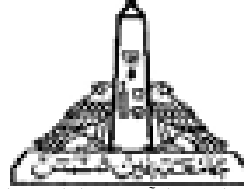
## ثانياً : فهرس الأشكال

رقم الشكل	موضوع الشكل	الصفحة
1	النموذج ( الإجتماعى - الشخصى - البيئى ) لضبط الذات .	52
2	العلاقة بين الفرد والبيئة فى عملية التقييم المعرفى .	94
3	العوامل المؤثرة فى المواجهة .	98
4	فنيات واستراتيجيات البرنامج .	218

## ثالثاً : فهرس الجداول

رقم الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
1	العوامل المرتبطة بضبط الذات .	53
2	وظائف ضبط الذات .	63 – 64
3	الفروق بين أساليب المواجهة واستراتيجيات المواجهة .	86
4	خصائص العينة الإستطلاعية .	158
5	خصائص العينة السيكومترية .	159
6	مصادر المعرفة لبناء مقياس ضبط الذات .	166 – 169
7	البنود التي تم حذفها أو تعديلها أو إضافتها في مقياس ضبط الذات .	172
8	مكونات مقياس ضبط الذات وأرقام مفردات كل منها كما وردت في الصورة النهائية للمقياس .	173
9	قيم ( ر ) لحساب ثبات المقياس بطريقتي ألفا والتجزئة النصفية .	176
10	قيم ( ر ) بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمقياس ضبط الذات .	177
11	قيم ( ر ) بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمكون الفرعي الذي ينتمي له .	178
12	قيم ( ر ) بين درجة كل مكون فرعي والدرجة الكلية لمقياس ضبط الذات .	179
13	قيمة ( ت ) لدلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على مقياس ضبط الذات .	180
14	مصادر المعرفة لبناء مقياس أساليب المواجهة .	181 – 185
15	العبارات التي تم تعديلها في مقياس أساليب المواجهة .	188
16	مقياس أساليب المواجهة وأرقام مواقف كل مكون كما ورد في الصورة النهائية للمقياس .	188
17	مُعامل الثبات لمقياس أساليب المواجهة بطريقتي معامل ألفا والتجزئة النصفية .	190
18	قيم ( ر ) بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمقياس أساليب المواجهة .	192
19	قيم ( ر ) بين درجة كل بند ودرجة المكون الفرعي الذي ينتمي إليه .	193
20	قيم ( ر ) بين درجة كل مُكون فرعي والدرجة الكلية لمقياس أساليب المواجهة .	193
21	قيمة ( ت ) لدلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لحساب قدرة المقياس على التمييز .	194

رقم الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
22	جلسات البرنامج .	229
23	الوصف الإحصائي لدرجات عينة الدراسة على متغيرات الدراسة .	231 – 230
24	قيمة ( ت ) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث بصدد متغيرات الدراسة .	234
25	قيمة ( ف ) لدلالة الفروق بين الفئات العمرية ومتغيرات الدراسة .	241
26	قيمة ( ف ) لدلالة الفروق بين مستويات الخبرة بصدد متغيرات الدراسة .	244
27	اتجاه الفروق في متغير ضبط الذات تبعاً لمستويات سنوات الخبرة باستخدام اختبار شيفيه Sheffe .	245
28	اتجاه الفروق في متغير أساليب المواجهة تبعاً لمستويات سنوات الخبرة باستخدام اختبار شيفيه Sheffe .	247
29	قيمة ( ف ) لدلالة الفروق بين مراحل الدراسة المختلفة بصدد متغيرات الدراسة .	251
30	قيمة ( ت ) لدلالة الفروق بين نوعي المؤهل العلمي بصدد متغيرات الدراسة .	254
31	قيمة ( ف ) لدلالة الفروق في متغيرات الدراسة بصدد نوع الإعاقة .	257
32	اتجاه الفروق في متغير ضبط الذات بين معلمى التربية الخاصة بتباين نوع الإعاقة الخاصة بالطلاب باستخدام اختبار شيفيه Sheffe .	258
33	اتجاه الفروق في متغير أساليب المواجهة بين معلمى التربية الخاصة بتباين نوع الإعاقة للطلاب باستخدام اختبار شيفيه Sheffe .	259
34	قيمة ( ت ) للنتيـج بـضبط الذات من خلال أساليب المواجهة .	263
35	قيمة ( Z ) لدلالة الفروق بين التطبيقين القبلى والبعدى للعينة التجريبية بصدد متغيرى الدراسة .	267
36	قيمة ( Z ) لدلالة الفروق بين التطبيقين البعدى والتتبعى للعينة التجريبية بصدد متغيرات الدراسة .	277



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

اسم الطالب : نجوى السيد محمد إمام

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة فى التربية ( علم نفس  
تعليمى )

القسم التابع له : علم النفس

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج : 1999

سنة المنح :