



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

**فاعلية برنامج وقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة
لمرض الزهايمر في ضوء عوامل الخطر النفسية والفسولوجية لدى
معلمات المرحلة الإعدادية**

رسالة مقدمة للحصول علي درجة الماجستير في التربية
تخصص (علم النفس التعليمي)

إعداد

سالي عزت اسماعيل امام
المعيدة بقسم علم النفس

إشراف

أ. د. / مصطفى الحسيني مصطفى
أستاذ طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات
كلية الطب - جامعة عين شمس

أ.د. / شادية أحمد عبد الخالق
أستاذ علم النفس التعليمي
كلية البنات - جامعة عين شمس

١٤٣٨هـ - ٢٠١٧ م

(بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ)

وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ
لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ﴿٥﴾

صدق الله العظيم

سورة الحج جزء من الآية (٥)



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

اسم الطالبة : سالى عزت إسماعيل إمام

الدرجة العلمية : ماجستير فى التربية تخصص (علم النفس التعليمى)

القسم التابع له : علم النفس

اسم الكلية : البنات للآداب والعلوم والتربية

الجامعة : عين شمس

سنة المنح : ٢٠١٧



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

رسالة ماجستير

اسم الطالبة : سالى عزت إسماعيل إمام

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج وقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة
لمرض الزهايمر في ضوء عوامل الخطر النفسية والفسولوجية لدى معلمات المرحلة
الاعدادية

اسم الدرجة : ماجستير فى التربية تخصص (علم النفس التعليمى)

لجنة الإشراف :

أ . د / شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس التعليمى بكلية البنات جامعة عين
شمس

أ . د / مصطفى الحسيني مصطفى أستاذ طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات
بكلية الطب جامعة عين شمس

تاريخ المنح : / / ٢٠١٧ م

الدراسات العليا

ختم الإجازة أجازت الرسالة بتاريخ

/ / ٢٠١٧ م / / ٢٠١٧ م

موافقة مجلس الكلية موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٧ م / / ٢٠١٧ م

مستخلص الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى بحث فاعلية برنامج وقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر في ضوء عوامل الخطر النفسية والفيسيولوجية لدى معلمات المرحلة الاعدادية. وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) معلمة بالمرحلة الاعدادية ، تم تقسيمهن بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة لكل مجموعة ١٠ معلمات . وقد قامت الباحثة بتصميم الأدوات التالية :

- ١ - بطارية مقاييس عوامل الخطر للاستهداف للأعراض المبكرة لمرض الزهايمر، وتتكون من:
 - أ. مقياس السلوك الغذائي. (إعداد الباحثة)
 - ب. مقياس أسلوب الحياة. (إعداد الباحثة)
 - ج. مقياس الضغوط والتوتر النفسي. (إعداد الباحثة)
- ٢ - استمارة المستوي الاجتماعي الاقتصادي الثقافي (إعداد سامية القطان) تعديل أسماء عبد الوهاب (٢٠١٤) .

- ٣ - برنامج وقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر . (إعداد الباحثة)
- نتائج الدراسة :**

أسفرت المعالجة الإحصائية عن النتائج الآتية:

- ١ - توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس السلوك الغذائي .
- ٢ - توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس أسلوب الحياة.
- ٣ - توجد فروق بين درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس الضغوط والتوتر النفسي .
- ٤ - توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس السلوك الغذائي .
- ٥ - توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس أسلوب الحياة
- ٦ - توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس الضغوط والتوتر النفسي .
- ٧ - لا توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج مباشرة ، ثم بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريباً) من انتهاء البرنامج أي في القياسين البعدي والتتبعي علي المقاييس المستخدمة .

كلمات مفتاحية : برنامج وقائي - مرض الزهايمر - عوامل الخطر النفسية - عوامل الخطر الفسيولوجية .

Abstract

The aim of this study is to investigate the effectiveness of a preventive program for those who at risk of developing early symptoms of Alzheimer's disease in the light of psychological and physiological factors in the preparatory stage teachers.

The sample of the study consisted of (20) teachers for the preparatory stage. The sample was divided into two experimental and control groups 10 parameters per group.

The researcher used the following tools:

1- Battery measures risk factors for early symptoms of Alzheimer's disease This battery consists of:

A) The measure of food behavior. (researcher's preparation)

B) Life-style scale. (researcher's preparation)

(c) the measure of stress and psychological stress (researcher's preparation).

2-The Socio-Economic and Cultural Level Questionnaire (Prepared by Samia Al-Qattan - Asmaa Abdel-Wahab Amendment 2014)

3- Preventive program (researcher's preparation).

Study results:

- 1- there are differences between Degrees of the members of the experimental group in the pre-and post-measurements on the measure of food behavior.
- 2- There are differences between Degrees of the members of the experimental group members in the pre-and post-measurements on the lifestyle scale.
- 3- There are differences between Degrees of the members of the experimental group in the pre-and post-measurements on the scale of stress and psychological tension.
- 4- There are differences between Degrees of the members of the experimental and control group members after the program on the food behavior scale.
- 5- There are differences between Degrees of the members of the experimental and control group members after the program on the lifestyle scale.
- 6- There are differences between Degrees of the members of the experimental group and control after the program on the scale of stress and psychological tension.
- 7- There are no differences between Degrees of the members of the experimental group immediately after the end of the program, and after the follow-up period (about two months) of the end of the program, in the dimensions of the standards used.

Key Words: Preventive program, Alzheimer's disease, Psychological risk factors, Physiological risk factors

شكر وتقدير

قل إن صلاتي ونسكى ومحياي ومماتي لله رب العالمين

أبدأ شكرى خالصاً لله عز وجل على نعمه وعظيم فضله وتوفيقه لى لإتمام هذه الدراسة المتواضعة ، وأسأل الله جل وعلا أن يجعلها عملاً صالحاً وعلماً ينتفع به، وأصلى وأسلم على نبينا وحبيبنا وشفيعنا محمد (صلى الله عليه وسلم) .

فيسعدني ويشرفني بعد إتمام دراستي التي أنعم الله علي بالتوفيق بإنجازها، أن أتقدم بأسمى آيات الشكر وعظيم التقدير والعرفان لأستاذتي الفاضلة الأستاذة الدكتورة / شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس التعليمي بكلية البنات جامعة عين شمس على تفضلها بالإشراف على هذه الدراسة، فقد أثرت الدراسة بعلمها الغزير وإرشاداتها السديدة حتى خرجت الدراسة بصورتها الحالية، فأسال الله العلى التقدير أن يجعل ذلك في ميزان حسناتها وأن يرزقها الصحة والعافية.

كما يسعدني أيضاً أن أتقدم بأسمى آيات الشكر وعظيم التقدير والعرفان للأستاذ الدكتور/ مصطفى الحسيني مصطفى أستاذ طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات بكلية الطب جامعة عين شمس على تفضله بالإشراف على هذه الدراسة وما خصنى به من وقته وعلمه الوفير، فله منى عظيم الشكر ووافر العرفان بالجميل، وأسأل الله أن يرزقه الصحة والبركة والعافية.

كما أتوجه بالشكر والتقدير والعرفان للأستاذة الدكتورة / سناء محمد سليمان أستاذ علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس، والأستاذ الدكتور / محمد مصطفى الحمادي رئيس قسم الطب النفسي بكلية الطب جامعة بنها على تكرمهما بالموافقة على مناقشة هذه الدراسة .

ولا يفوتني أن أتقدم بكل الشكر إلي أستاذتي وزميلاتي وجميع العاملين بقسم علم النفس وأخص بالشكر الأستاذة الدكتورة / ماجى وليم يوسف الأستاذ المساعد بقسم علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس على ما قدمته لي من دعم ومساندة وتشجيع مستمر أسهم في إتمام هذه الدراسة فجزاها الله عنى خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر للأستاذة الأفاضل محكمي أدوات الدراسة على تفضلهم بجزء من وقتهم الثمين فى تحكيمها وإبداء مقترحاتهم فيها ، وأقدم أيضاً خالص شكرى وتقديرى لأفراد عينة الدراسة علي تعاونهم معي من أجل إتمام هذه الدراسة .

كما أتقدم بخالص شكرى وعظيم تقديرى وإمتنانى و عرفانى بالجميل إلى من أحمل اسمه بكل إفتخار، إلى القلب الطيب المعطاء إلى والدي الحبيب رحمه الله وأسكنه فسيح جناته فقد كان يشجعني ويحفزني دوماً على العمل المستمر، وأسأل الله جل وعلا أن يجعل عملى هذا فى ميزان حسناته ، كما أتقدم بخالص شكرى وحبى إلى والدتى الحبيبة التى بذلت من أجلى الكثير وتحملت معى الكثير من العناء من

أجل إنجاز هذه الدراسة، فهي من ساندتني وهيات لي جو العمل المناسب لإتمام هذه الدراسة، كما شملتني بدعائها الصادق الذي كان يعينني على مواجهة ما يقابلني من صعوبات، فأسال الله أن يحفظها ويبارك لي في عمرها وأن يمتعها بالصحة والعافية وأن يجزيها الله عنى خير الجزاء.

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر والتقدير إلى إختي الأحباء لما تحملوه معى من صبر ومشقة فى سبيل إنجاز هذه الرسالة، وأخص بالشكر أختى الحبيبة الدكتورة / ناهد عزت إسماعيل إمام مدرس أصول التربية بكلية البنات جامعة عين شمس، فقد تقاسمت معى كل متاعب هذا العمل فلهم منى جميعاً كل الحب والشكر والتقدير وجزاهم الله عنى خير الجزاء .

وأخيراً وليس آخراً أتوجه بخالص شكرى وتقديرى إلي زوجي الحبيب فقد كان نعم العون والاسند فقد ساعدني كثيراً في اتمام هذه الدراسة ، وكان دائماً يشجعني وييسر لي ما يقابلني من صعوبات وتحمل معى صعوبات ومشاق هذا العمل دون كلل أو ملل بل بكل حب واهتمام ورعاية فأسال الله العلي العظيم أن يمتعته بالصحة والعافية وأن يحفظه وأن يجزيه عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بالشكر والعرفان لكل من ساهم من قريب أو بعيد في إنجاز وإتمام ذلك العمل على هذا النحو ولو بكلمة طيبة أو دعوة صادقة ، فلهم منى جزيل الشكر والتقدير والامتنان وجزاهم الله عنى خير الجزاء .

"وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين"

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحثة

أولاً: قائمة محتويات الدراسة

الصفحة	الموضوع
٧-١	الفصل الأول: مدخل الدراسة
٣-٢	مقدمة الدراسة
٤-٣	مشكلة الدراسة وأسئلتها
٥-٤	أهداف الدراسة
٥	أهمية الدراسة
٦-٥	مصطلحات الدراسة
٧	محددات الدراسة
٧	عينة الدراسة
٧	أدوات الدراسة
٧	المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة
٥٦-٨	الفصل الثاني : الاطار النظري للدراسة
٩	مرض الزهايمر
١٢	اكتشاف مرض الزهايمر ومراحل تطوره
١٤	مفهوم الزهايمر والمفاهيم المرتبطة به
١٨	عوامل الخطر المسببة لمرض الزهايمر
٥٣	برنامج الدراسة الوقائي
٧٧-٥٧	الفصل الثالث : دراسات سابقة
٥٨	أولاً: الدراسات العربية
٦٤	ثانياً: الدراسات الأجنبية
٧٧	فروض الدراسة
٩٥-٧٨	الفصل الرابع منهج واجراءات الدراسة
٧٩	منهج الدراسة
٧٩	عينة الدراسة
٩٤-٨٢	الأدوات المستخدمة في الدراسة
٨٢	١- بطارية مقاييس عوامل الخطر للاستهداف بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر

تابع قائمة محتويات الدراسة	
الصفحة	الموضوع
٨٣	أ - مقياس السلوك الغذائي
٨٦	ب- مقياس أسلوب الحياة
٨٩	ج -مقياس الضغوط والتوتر النفسي
٩٢	٢- استمارة المستوى الاقتصادي – الاجتماعي – الثقافي
٩٣	٣- برنامج وقائي للمستهدفات لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر لدى معلمات المرحلة الإعدادية
٩٥	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
١٠٦-٩٦	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها و التوصيات والبحوث المقترحة
٩٧	نتائج فروض الدراسة ومناقشتها
٩٧	الفرض الأول : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
٩٨	الفرض الثاني : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
٩٩	الفرض الثالث : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
١٠٠	الفرض الرابع : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
١٠١	الفرض الخامس : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
١٠٢	الفرض السادس : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
١٠٣	الفرض السابع : نصه والتحقق منه – النتيجة – التفسير
١٠٥	توصيات الدراسة
١٠٦	بحوث ودراسات مقترحة
١٢٤-١٠٧	قائمة المراجع
١٠٨	أولاً: المراجع العربية
١١٣	ثانياً: المراجع الأجنبية
١٥٧-١٢٥	ملاحق الدراسة
	ملخصات الدراسة
٧-١	أولاً: الملخص باللغة العربية
٣-١	ثانياً: الملخص باللغة الإنجليزية

ثانياً : قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٧	الفرق بين الزهايمر وضعف الذاكرة المرتبط بالتقدم فى العمر	١
٢٧	أنواع داء السكر	٢
٣١	قيم ومعدلات ضغط الدم	٣
٨٠	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية والضابطة فى السلوك الغذائي للتحقق من تكافؤ مجموعتى الدراسة	٤
٨١	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية والضابطة فى أسلوب الحياة للتحقق من تكافؤ مجموعتى الدراسة	٥
٨١	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية والضابطة فى مقياس الضغوط والتوتر النفسي للتحقق من تكافؤ مجموعتى الدراسة	٦
٨٤	الاتساق الداخلي لمقياس السلوك الغذائي	٧
٨٥	معامل الثبات لمقياس السلوك الغذائي عن طريق إعادة التطبيق	٨
٨٥	معامل الثبات لمقياس السلوك الغذائي باستخدام معامل ألفا	٩
٨٦	قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) للفروق بين الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لمقياس السلوك الغذائي بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس	١٠
٨٧	الاتساق الداخلي لمقياس أسلوب الحياة	١١
٨٨	معامل الثبات لمقياس أسلوب الحياة عن طريق إعادة التطبيق	١٢
٨٨	معامل الثبات لمقياس أسلوب الحياة باستخدام معامل ألفا	١٣
٨٩	قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) للفروق بين الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لمقياس أسلوب الحياة بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس	١٤
٩٠	الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط والتوتر النفسي	١٥
٩١	معامل الثبات لمقياس الضغوط والتوتر النفسي عن طريق إعادة التطبيق	١٦
٩١	معامل الثبات لمقياس الضغوط والتوتر النفسي باستخدام معامل ألفا	١٧
٩٢	قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) للفروق بين الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لمقياس الضغوط والتوتر النفسي بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس	١٨
٩٤	جلسات البرنامج الوقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر	١٩

تابع قائمة الجداول		
٢٠	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي للعينة التجريبية لمقياس السلوك الغذائي	٩٧
٢١	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي للعينة التجريبية لمقياس أسلوب الحياة	٩٨
٢٢	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي للعينة التجريبية لمقياس الضغوط والتوتر النفسي	٩٩
٢٣	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس السلوك الغذائي	١٠٠
٢٤	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس أسلوب الحياة	١٠١
٢٥	قيمة (Z) لدلالة الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج على مقياس الضغوط والتوتر النفسي	١٠٢
٢٦	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس السلوك الغذائي	١٠٣
٢٧	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس أسلوب الحياة	١٠٤
٢٨	دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الضغوط والتوتر النفسي	١٠٤

ثالثاً : قائمة الأشكال

م	عنوان الشكل	الصفحة
١	الخلايا العصبية وانتقال الاشارات العصبية في الشخص السليم	١٢
٢	الخلايا العصبية وانتقال الاشارات العصبية في الشخص المصاب بالزهايمر	١٣
٣	المناطق التالفة من نسيج المخ لمرضى الزهايمر	١٣
٤	تدهور الوظائف الإدراكية والمعرفية	١٥
٥	أنواع عوامل الخطر	١٨
٦	عوامل الخطر	٢٠
٧	مستوي الاستروجين في الدم حسب المرحلة العمرية	٢٥
٨	مقطع تشريحي لحالة الشريان فى الوضع الطبيعى وأخرى لشريان مصاب بتصلب الشرايين.	٣٢
٩	منطقة قرن آمون	٣٧
١٠	طرق التحكم في عوامل الخطر	٤٠
١١	مضادات الأكسدة والشقائق الحرة	٥١

رابعاً : قائمة الملاحق

م	عنوان الملحق	الصفحة
١	الصورة الأولية لمقياس السلوك الغذائي	١٢٦-١٢٨
٢	الصورة النهائية لمقياس السلوك الغذائي	١٢٩-١٣١
٣	الصورة الأولية لمقياس أسلوب الحياة	١٣٢-١٣٣
٤	الصورة النهائية لمقياس أسلوب الحياة	١٣٤-١٣٦
٥	الصورة الأولية لمقياس الضغوط والتوتر النفسي	١٣٧-١٣٩
٦	الصورة النهائية لمقياس الضغوط والتوتر النفسي	١٤٠-١٤٢
٧	استمارة المستوى الاجتماعي (الاقتصادي – الثقافي)	١٤٣-١٤٤
٨	البرنامج الوقائي للمستهدفين لخطر الإصابة بالأعراض المبكرة لمرض الزهايمر	١٤٥-١٥٦
٩	المصطلحات الأجنبية الخاصة بالدراسة	١٥٧

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة الدراسة

مشكلة الدراسة وأسئلتها

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

مصطلحات الدراسة

محددات الدراسة

عينة الدراسة

أدوات الدراسة

المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة