



معهد الدراسات العليا للطفلة
قسم الدراسات النفسية للأطفال

بعض أساليب مواجهة الضغوط كمنبهات لوعي بالذات لدى عينة من الطلاب المتفوقين

دراسة مقدمة

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية للأطفال
قسم الدراسات النفسية للأطفال

إعداد

صوفيا إبراهيم السيد إبراهيم

إشراف

أ.م.د/ وليد عاطف الصياد

أستاذ علم النفس المساعد
كلية التربية
جامعة الأزهر

أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس
معهد الدراسات العليا للطفلة
جامعة عين شمس

٢٠١٧ - هـ ١٤٣٨



صفحة المنهان

عنوان الرسالة : بعض أساليب مواجهة الضغوط كمنبهات لوعي بالذات لدى عينة من الطلاب المتفوقين

اسم الطالبة : صوفيا إبراهيم السيد إبراهيم

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية للأطفال

القسم التابع لها : قسم الدراسات النفسية للأطفال

اسم الكلية : معهد الدراسات العليا للطفلة

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة التخرج :

سنة المنح :



صفحة الموافقة

اسم الطالبة : صوفيا إبراهيم السيد إبراهيم

عنوان الرسالة : بعض أساليب مواجهة الضغوط كمنبهات لوعي بالذات لدى عينة من الطلاب المتفوقيين

اسم الدرجة : بكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية للأطفال

لجنة الحكم والمناقشة:

١ - أ.د/ أسماء عبد العال محمد الجبري

أستاذ علم النفس ورئيس قسم الدراسات النفسية للأطفال

معهد الدراسات العليا للطفلة - جامعة عين شمس

٢ - أ.د/ محمد رزق البهيري

أستاذ علم النفس - معهد الدراسات العليا للطفلة

جامعة عين شمس

٣ - أ.م.د/ أحمد صابر أحمد الشركسي

أستاذ علم النفس المساعد - كلية التربية

جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل

٤ - أ.م.د/ وليد عاطف الصياد

أستاذ علم النفس المساعد - كلية التربية

جامعه الأزهر

تاريخ البحث: / / ٢٠١٩

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ ٢٠١٧ م

موافقة مجلس الجامعة

/ ٢٠١٧ م

موافقة مجلس المعهد

/ ٢٠١٧ م

مستخلص الدراسة

اسم الطالبة: صوفيا إبراهيم السيد إبراهيم

عنوان الدراسة: بعض أساليب مواجهة الضغوط كمنبهات للوعي بالذات لدى عينة من الطلاب المتفوقيين.

جهة البحث: جامعة عين شمس - معهد الدراسات العليا للطفلة - قسم الدراسات النفسية للأطفال، ٢٠١٧.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن قدرة أساليب مواجهة الضغوط في التعبّؤ بالوعي بالذات لدى عينة من الطلاب المتفوقيين، وتحديد الفروق بين درجات الطلاب المتفوقيين وغير المتفوقيين من عينة الدراسة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية والوعي بالذات وكذلك تحديد الفروق بين الذكور والإإناث المتفوقيين على مقياس أساليب مواجهة الضغوط والوعي بالذات. الإجراءات: اشتملت عينة الدراسة على (ن=٢٠٠) طالباً في المرحلة الثانوية (١٠٠ ذكور و١٠٠ إناث) تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-٢٠) عاماً بمتوسط عمري قدره (١٦.٩٧٦) وانحراف معياري قدره (٠٠٥٤٠) وقد تم الاستعانة بأدوات: مقياس الوعي بالذات (إعداد: الباحثة)، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط (إعداد: الباحثة)، ومقياس جامعة أسيوط للذكاء غير اللفظي (إعداد: طه المستكاوى، ٢٠٠٠)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: محمد البشيري، ٢٠٠٢)، النتائج: وأشارت النتائج إلى أنه يمكن لأساليب مواجهة الضغوط (التقبل، والإإنكار، والتركيز على الحل، والشروع الذهناني) التعبّؤ بالوعي بالذات لدى عينة الدراسة من الطلاب المتفوقيين، وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب المتفوقيين وغير المتفوقيين من عينة الدراسة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (التقبل، والإإنكار، والتركيز على الحل، والشروع الذهناني) لصالح المتفوقيين، وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب المتفوقيين وغير المتفوقيين من عينة الدراسة على مقياس الوعي بالذات لصالح المتفوقيين، وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإإناث المتفوقيين على مقياس أساليب مواجهة الضغوط (التقبل، والإإنكار، والتركيز على الحل، والشروع الذهناني) لصالح

المتفوقين الذكور، وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث المتفوقين على مقاييس الوعي بالذات لصالح المتفوقات الإناث.

Keywords

Methods of Facing Stress

الكلمات المفتاحية

١ - أساليب مواجهة الضغوط

Self-awareness

٢ - الوعي بالذات

Superior students

٣ - الطلاب المتفوقين

شكر وتقدير

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قَالَ رَبٌّ أَوْزَعْنِي، أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي، أَنْعَمْتَ عَلَيَّ
وَعَلَى وَالَّدِيِّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَذْخُلَنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ
(سورة النمل، الآية: ١٨) .. صدق الله العظيم. الرحمن الرحيم الواهب الحليم
والحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على سيد المرسلين سيدنا محمد وعلى
آله وصحبه وسلم ومن اهديه إلى يوم الدين وبعد،،،

أسجد لله حمدًا وشكراً وتعظيمًا الذي هداني ويسر لي أمري و منحني العزم
والصبر وحبب لي البحث العلمي وأعانني على إنجاز هذا العمل العلمي
المتواضع وما توفيقني إلا بالله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم واهتماء
بهدى النبي صلى الله عليه وسلم في قوله من لا يشكر الناس لا يشكر الله.

فمن هنا اغتنم هذه الفرصة كي أنقدم بجزيل الشكر والامتنان والعرفان إلى كل
من أفضض على بحبه فأثمر ذلك وساهم في غرس بذور هذا العمل المتواضع
حتى ظهر إلى النور ...

كما لا يسعني إلا أن أتقدم بجزيل الشكر والامتنان والعرفان إلى أستاذى الجليل
الأستاذ الدكتور / محمد رزق البهيرى أستاذ علم النفس الذى شرفت به مشرفاً
وعلى قبوله بصدر رحب الإشراف على هذا البحث ومساعدتى على إتمامه
بتوجيهاته القيمة ونصائحه الثمينة وإرشاده السليم وتشجيعي دائمًا ودعمه
ومساندته ومدى العون كلما واجهت صعوبات في هذا البحث فجزاه الله عنى
خير الجزاء.

كما أنقدم بالشكر للدكتور / وليد عاطف الصياد الذى شرفت به مشرفاً مشاركاً
على بحثي لما بذله من وقت وجهد في توجيهي وتقويم هذا البحث.

والشكر موصول للأستاذة الدكتورة / أسماء عبد العال محمد الجبري، والأستاذ
الدكتور / أحمد صابر أحمد الشركسي الموقر ان على تقبلهما وتفضلهما مناقشة
هذه الدراسة.

ولا يفوتي في هذا المقام إلا أن أتقدم بالشكر لأبى العزيز على تشجيعه ودعمه
لكل خطوة من خطواتي ولم يدخل جهداً ولا مالاً إلا وبذله في مساعدتى لتحقيق

حلمي، وكذلك الشكر موصول لامي العزيزة على تشجيعها ودعمي في كل خطوة من خطوات البحث جزاهم الله عنى خير الجزاء.

وأنقدم بالشكر لأخوتى (دعاء ورحمة الله ومحمد وأحمد) لتشجيعهم لي ودعمهم لحلمي جزاهم الله عنى خير الجزاء.

وأنقدم كذلك بكل معاني الحب والعرفان بالجميل ولولدى قرة عيني ومهجة فؤادي "بدر" فقد كان القنديل الذى أنار الطريق وثبت الفؤاد في أصعب اللحظات.

وفي النهاية لا يفوتنى في هذا الموقف أن أنقدم بكل معاني التقدير لكل حجر عثرة بعثرت خطواتي وكل مشاعر ألم دبت في اوصالى مزقتها وكل من تسبب لي في يوم أن أتجرب مرارة الخذلان فلكم الفضل كل الفضل في أن تيقظت بداخلي مشاعر عنادي الطفولى لأكون يوما ما أريد وكل لحظه راهنتم على خسارتي فما كان هذا الرهان إلا دفعا بي للأمام.

وفي النهاية فإن كنت أصبت في إعداد بحثي هذا فالفضل لله سبحانه وتعالى ثم لأنستاذى المشرفين وان كنت أخطأت فذلك لنقصير منى غير متعدم فجميع البشر يسعون للكمال ومقدار عليهم إلا بینالوه.

والله الموفق والمستعان

الباحثة

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ - و ز ك م ن ٩ - ١	الافتتاحية. قائمة الموضوعات. قائمة الجداول. قائمة الأشكال. قائمة الملحق. الفصل الأول مدخل الدراسة ١ ٢ ٤ ٤ ٥ ٨
٧٨ - ١٠	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
٣٨ - ١٠ ١٠ ١١ ١٣ ١٤ ١٦	أولاً: الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها: تمهيد. مفهوم الضغوط. مفهوم الضغط النفسي. مفهوم أساليب مواجهة الضغوط. مصادر الضغوط.

الصفحة	الموضوع
١٩	- أشكال الضغوط.
٢٢	- النظريات المفسرة للضغط.
٣٢	- أساليب مواجهة الضغوط.
٦١-٣٩	ثانياً: الوعي بالذات:
٣٩	- تمهيد.
٣٩	- مفهوم الوعي الذات.
٤٠	- بعض المفاهيم المرتبطة بالذات.
٤٤	- مفهوم الذات ودوره في الوعي بالذات.
٤٤	- تشكيل الوعي بالذات.
٤٥	- العوامل المؤثرة في تشكيل الوعي بالذات.
٤٨	- خصائص مفهوم الوعي بالذات.
٥١	- النظريات المفسرة للوعي بالذات.
٧٨-٦٢	ثالثاً: الطلاب المتتفوقون:
٦٢	- تمهيد.
٦٢	- مفهوم (التفوق، والمتتفوقين، والمتفوقين عقلياً، والمتفوق دراسياً).
٦٧	- النظريات المفسرة للتفوق الدراسي.
٧١	- دواعي الاهتمام بالطلاب المتتفوقين.
٧٢	- خصائص الطلاب المتتفوقين.
٧٦	- حاجات المتتفوقين دراسياً.
٧٦	- مؤشرات التفوق.
٧٧	- العوامل المؤثرة في التفوق الدراسي.
٧٨	- أساليب الكشف عن الطلاب المتتفوقين دراسياً.

الصفحة	الموضوع
٩٠-٧٩	الفصل الثالث دراسات سابقة
٧٩ ٨٢ ٨٤ ٩٠	أولاً: دراسات تناولت أساليب مواجهة الضغوط لدى المتفوقيين. ثانياً: دراسات تناولت الوعي بالذات لدى المتفوقيين. ثالثاً: دراسات تناولت العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والوعي بالذات لدى المراهقين. رابعاً: فروض الدراسة.
١٠٨-٩١ ٩١ ٩١ ٩١ ٩١ ٩٢ ٩٨ ١٠٧ ١٠٨	الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها <p>أولاً: منهج الدراسة.</p> <p>ثانياً: إجراءات الدراسة:</p> <ol style="list-style-type: none"> (١) عينة الدراسة من المتفوقيين دراسياً. (٢) عينة الدراسة من الطلاب العاديين. (٣) شروط اختيار عينة الدراسة. (٤) أدوات الدراسة. <p>ثالثاً: تطبيق أدوات الدراسة.</p> <p>رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.</p>
١٢٣-١٠٩ ١٠٩ ١١٤	الفصل الخامس عرض نتائج الدراسة ومناقشتها <ul style="list-style-type: none"> - الفرض الأول. - الفرض الثاني.

الصفحة	الموضوع
١١٦	- الفرض الثالث.
١١٨	- الفرض الرابع.
١٢٠	- الفرض الخامس.
١٢٢	- توصيات الدراسة:
١٢٢	▪ توصيات تطبيقية.
١٢٣	▪ بحوث مقتربة.
١٤٤ - ١٤٤	مراجع الدراسة
١٢٤	أولاً: المراجع العربية.
١٣٧	ثانياً: المراجع الأجنبية.
١٥٩ - ١٥٣	ملخص الدراسة باللغة العربية.
١ - ٤	ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.

ثانياً: قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٩٣	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين المراهقين المتوفين دراسياً وغير المتوفين دراسياً في العمر.	١
٩٣	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين المراهقين المتوفين دراسياً وغير المتوفين دراسياً في الذكاء.	٢
٩٤	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين المراهقين المتوفين دراسياً وغير المتوفين دراسياً في المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي.	٣
٩٥	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين المراهقين المتوفين دراسياً وغير المتوفين دراسياً في التحصيل الدراسي.	٤
٩٦	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين الطلاب المتوفين دراسياً الذكور والإثاث في العمر.	٥
٩٦	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين الطلاب المتوفين دراسياً الذكور والإثاث في الذكاء.	٦
٩٧	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين الطلاب المتوفين دراسياً الذكور والإثاث في المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي.	٧
٩٨	المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين الطلاب المتوفين دراسياً الذكور والإثاث في التحصيل الدراسي.	٨
١٠١	طريقتي حساب ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط للمراهقين المتوفين دراسياً.	٩
١٠٢	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين عيتي المراهقين عمر (١٣-١٥) عاماً والمراهقين المتوفين دراسياً عمر (١٦-١٨) عاماً على مقياس أساليب مواجهة الضغوط للمراهقين المتوفين دراسياً.	١٠

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٠٣	حساب الصدق المرتبط بالمحك بين درجات العينة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط للراهقين المتوفقين دراسياً ودرجاتهم على مقياس عادل الهلالى (٢٠٩).	١١
١٠٥	طريقتي حساب ثبات مقياس الوعي بالذات للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٢
١٠٦	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين عينتي المراهقين عمر (١٤-١٣) عاماً والمراهقين المتوفقين دراسياً عمر (١٨-١٦) عاماً على مقياس الوعي بالذات للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٣
١٠٧	حساب الصدق المرتبط بالمحك بين درجات العينة على مقياس الوعي بالذات للراهقين المتوفقين دراسياً ودرجاتهم على مقياس الوعي بالذات لطلاب المرحلة الثانوية (٢٠١٤).	١٤
١١٠	نتائج تحليل الانحدار المتعدد التي توضح قيم الإسهام وـ "ف" و الدلالة الإحصائية لأساليب المواجهة (الن قبل، والإ إنكار، والتراكيز على الحل، والشروع الذهنى) في التبيؤ بالوعي بالذات.	١٥
١١٤	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين طلاب المتوفقين دراسياً وغير المتوفقين دراسياً على مقياس أساليب المواجهة للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٦
١١٦	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين طلاب المتوفقين دراسياً وغير المتوفقين دراسياً على مقياس الوعي بالذات للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٧
١١٨	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين طلاب المتوفقين دراسياً الذكور وإناث على مقياس أساليب المواجهة للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٨
١٢٠	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين طلاب المتوفقين دراسياً الذكور وإناث على مقياس الوعي بالذات للراهقين المتوفقين دراسياً.	١٩

ثالثاً: قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٢٩	نموذج كوبر والذي يوضح بيئه الفرد كنموذج للضغط.	١
٤٢	العوامل التي تؤثر في تحقيق الذات.	٢
٥٦	هرم ماسلو للحاجات الإنسانية.	٣

رابعاً: قائمة الملحق

رقم الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
١٤٥	مقياس أساليب مواجهة الضغوط للمرأهقين المتفوقين دراسيًا.	١
١٤٩	مقياس الوعي بالذات للمرأهقين المتفوقين دراسيًا.	٢