

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
(وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا
وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَرَةً
وَرَزَقَكُمْ مِنْ الطَّيِّبَاتِ)
صِرَقَ اللَّهِ الْعَظِيمِ

[النحل: ٧٢]

شكر وتقدير

أسجد لك ربي معترفة بفضلك ، وأشكرك على نعمائك ، فقد أعطيت ووهبت ، ووفقت، فلك الحمد على عطائك ، ولك الشكر على منحك وآلائك .
والصلاة والسلام على المعلم الذي علمه المولى عز وجل "محمد بن عبد الله" ، عليه أفضل السلام وأتم التسليم .

وبعد

فليس للباحثة أن تدعي إنجاز هذا العمل منفردة ، إذ كان من ورائها علماء أجلاء ، وأهل صابرون ، ورفاق درب مخلصون .
إن عملي هذا أقدمه خالصة لله عز وجل ، فإن كنت قد أصبت فبفضل المولى سبحانه وتعالى، ثم بفضل أساتذتي الكرام ، وإن تكن الأخرى فحسبي أني اجتهدت ولم أدخر وسعا في تحقيق العلم ، كما أن الرأي الآخر كفيل بإصلاح خطئي وتقويم زللي .
وانطلاقا من قول الله تعالى : **ولاتنسوا الفضل بينكم** (البقرة ، آية ٢٣٧)
وقوله في الحديث القدسي : **عبدى إذا لم تشكر من أجرى لك الخير على يديه لم تشكرني** ، فإنه يطيب للباحثة أن تتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والعرفان بالجميل إلى أستاذي العالم الجليل صاحب الفكر المستتير والعلم الغزير ، المشرف على هذه الرسالة

الأستاذ الدكتور / **حسام الدين محمود عزب** ، أستاذ الصحة النفسية ، ورئيس مركز الإرشاد النفسي الأسبق – كلية التربية ، جامعة عين شمس ، والذى تبنى الباحثة فى أبوة صادقة ، وحنو فياض، ومودة صادقة، فكان عطاؤه بلا حدود على البحث والباحثة، جعله الله نبزاً مضيئاً للباحثين، وجزاه الله عنى خير الجزاء ، وبارك له فيما أعطاه ، وزاده من فضله وأرضاه، ومتعته بالصحة والعافية.

فقد كان لي نهرا متدفقا من العطاء ونبعاً من غزارة العلم ، فقد تعاون معي طوال مراحل البحث وواجه معي الكثير والكثير من الصعاب ، فله منى دوماً كل الشكر والعرفان .

وخالص الشكر والتقدير إلى الدكتورة / **هبة سامى محمود** ، المدرس بقسم الصحة النفسية – كلية التربية جامعة عين شمس، ولقد شرفت أيماً شرف بإشرافها العلمي علي ، و التي تعلمت منها المعنى الأصيل للعلم والبحث العلمي ، وقد كانت عوناً وسنداً لى ، فلها منى كل الشكر والتقدير.

كما يسعدنى أن أتقدم بالشكر والعرفان إلى الأستاذين العالمين عضوى لجنة المناقشة الأستاذة الدكتورة / **أسماء عبد المنعم ابراهيم** أستاذة علم النفس – كلية البنات

جامعة عين شمس ، والأستاذ الدكتور/ نادر فتحى قاسم أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية - كلية التربية جامعة عين شمس ، لتفضلهما بقبول مناقشة الدراسة، وتحملهما عناء مناقشة هذا العمل العلمي ، وأنا على يقين إنني سوف استفيد من ثمار هذه المناقشة البناءة ، وستكون ملاحظتهما للدراسة محل إهتمام وعناية، فجزاهما الله عنى خير الجزاء .

كما أقدم عظيم شكري وامتناني للهيئات العلمية والعملية التي وقفت بجواري ، وأخص منهم قسم الصحة النفسية بكلية التربية - جامعة عين شمس وخاصة الأستاذ الدكتور. نادر فتحى قاسم رئيس قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسى وجميع أساتذة القسم الكرام اللذين نهلنا من علمهم الكثير والكثير ، والمكتبة المركزية بجامعة عين شمس، وأكاديمية البحث العلمي بالقاهرة ، ورابطة الأخصائيين النفسيين بالقاهرة (رانم)، والجامعة الامريكية..،

كما أتوجه بالشكر ودوام العرفان إلى أسرتي التي تحملت معي عناءاً طويلاً من الجهد والمشاركة لإخراج هذا العمل العلمي الذي أتمنى أن ينال رضاكم، وأخص بالذكر كلا من : والدى ووالدتي الغاليان اللذان تحملاً صعباً ومشاق إنجاز هذا العمل العلمي معي ، فكانوا نعم المحفز ونعم السند طوال مراحل هذا العمل ، فمهما أوتيت من كلمات الشكر والامتنان فلن أوفيتهما حقهما ، كما أتوجه بخالص الشكر والإعزاز إلى أخواتي وأزواجهن وزوجاتهن، وأبنائهن الأحباء على دوام مساندتهم الكريمة لي.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى كل من ساندني ولو بكلمة في هذا البحث من أساتذتي وزملائي الأعزاء سواء في العمل أو في الكلية ، وأخص منهم : الأستاذة الدكتورة : أمانى محمد أستاذ التربية المقارنة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، لطالما وقفت بجواري وساندتني بالتشجيع والمؤازرة ، وأيضا لا أنسى الدكتور الفاضل: عصام عبد الخالق على مساندته الدائمة لي، أدام الله عليه الصحة والعافية ، وجعل له من دعاء الصالحين حظاً موفوراً ، ولا أنسى أيضاً الأخت والصديقة العزيزة الفاضلة الدكتورة ريهام قنديل متمنية لها دوام النجاح والتوفيق ، كما أنني أخص شكراً غالياً للأخت الكريمة العزيزة منى نبيل على مساندتها الدائمة لي، كما أنني أدين بكل الفضل وكل التقدير إلى مديرتى وكل زملائي وإخواني في العمل، كم أنا أقدرهم وكم أنا احترمهم ، إنهم خير زملاء في خير عمل ، في مدرستي، التي بها تعلمت أصول وحرافية التعامل مع فئة المراهقين (مدرسة أم المؤمنين الإعدادية بنات بإدارة المطرية التعليمية)، والشكر والعرفان لكل من شرفني بالحضور والمشاركة ، فلهم كل الامتنان على هذا الحضور .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

برنامج إرشادي باستخدام فنيات علم النفس الإيجابي لتنمية مهارات تعامل الأمهات مع بناتهن المراهقات

رسالة مقدمة من
سامية يوسف محمد إبراهيم
للحصول على درجة الماجستير في التربية
تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي

إشراف

أ.د. / حسام الدين محمود عزب

د/ هبه سامي محمود

مدرس الصحة النفسية

مدرس الصحة النفسية

والإرشاد النفسي

كلية التربية – جامعة عين شمس

كلية التربية – جامعة عين شمس

٢٠١٤ - ١٤٣٥



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

صفحة العنوان

- إسم الطالب : سامية يوسف محمد إبراهيم
- الدرجة العلمية : ماجستير في التربية
- القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسي
- إسم الكلية : التربية
- إسم الجامعة : عين شمس
- سنة التخرج : ٢٠٠١
- سنة المنح : ٢٠١٤



كلية التربية

قسم / الصحة النفسية والإرشاد النفسي

رسالة ماجستير

إسم الطالب : سامية يوسف محمد إبراهيم

عنوان الدراسة : برنامج إرشادي باستخدام فنيات علم النفس الإيجابي
لتنمية مهارات تعامل الأمهات مع بناتهن المراهقات .

إسم الدرجة العلمية : ماجستير في التربية (تخصص صحة نفسية وإرشاد
نفسى)

لجنة الإشراف :

- الأستاذ الدكتور : حسام الدين محمود عزب ، أستاذ الصحة النفسية
والإرشاد النفسي – كلية التربية ، جامعة عين شمس
- الدكتورة : هبة سامي محمود ، مدرس الصحة النفسية والإرشاد
النفسى – كلية التربية ، جامعة عين شمس .

تاريخ إجازة البحث

٢٠١٤ / /

الدراسات العليا

ختم الإجازة

٢٠١٤ / /

أجيزت الرسالة بتاريخ

٢٠١٤ / /

موافقة مجلس الجامعة

٢٠١٤ / /

موافقة مجلس الكلية :

٢٠١٤ / /

دليل القوائم

م	القائمة	الصفحات
أولا	قائمة الموضوعات	ب - ج
ثانيا	قائمة الجداول	ح - د
ثالثا	قائمة الأشكال	ذ
رابعا	قائمة الملاحق	ز

أولا : قائمة الموضوعات

الموضوع	الصفحة
الفصل الأول : مدخل الدراسة	١ - ١٢
مقدمة	٢
مشكلة الدراسة	٦
هدف الدراسة	٨
أهمية الدراسة	٨
مصطلحات الدراسة	٩
حدود الدراسة	١١
• منهج الدراسة	١١
• عينة الدراسة	١١
• أدوات الدراسة	١١
• المعالجات الاحصائية للدراسة	١٢

الفصل الثاني : الإطار النظري

تمهيد	١٤
أولا : علم النفس الإيجابي	١٥
١ - نشأة علم النفس الإيجابي	١٥
٢ - تعريف علم النفس الإيجابي	١٧
٣ - عوامل ظهور علم النفس الإيجابي	١٨
٤ - هدف علم النفس الإيجابي	٢٠
٥ - أساليب وفنيات علم النفس الإيجابي	٢٣

تابع ثانياً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٢٧	ثانيا : المهارات الوالدية
٢٧	١ - تعريف المهارات الوالدية
٢٩	٢ - أبعاد المهارات الوالدية
٣٧	٣ - برامج المهارات الوالدية وأهميتها
٣٩	ثالثا : المراهقة :
٣٩	١ - تعريف المراهقة
٤٠	٢ - أشكال المراهقة
٤١	٣ - العلاقة بين المراهق والوالدين
٤٣	٤ - بعض المشكلات التي تصادف الفتاة في مرحلة المراهقة
٤٤	أولاً : الخجل
٤٦	ثانياً : العنف
٤٨	ثالثاً : التمرد
٤٩	رابعاً : الخوف
٥٣ - ٧٩	الفصل الثالث : دراسات سابقة
٥٤	تمهيد
	أولاً : دراسات تناولت استخدام مفاهيم علم النفس الإيجابي في معالجة بعض
٥٥	مشكلات المراهقين
	تعليق على الدراسات التي تناولت استخدام علم النفس الإيجابي في معالجة بعض
٥٩	مشكلات المراهقين
	ثانيا : دراسات تناولت المهارات الوالدية المستخدمة في التعامل مع الأبناء
٦٢	المراهقين
٧٤	تعليق على الدراسات التي تناولت المهارات الوالدية مع أبنائهم المراهقين
٧٩	فروض الدراسة

تابع ثانياً: قائمة الموضوعات

الموضوع	الصفحة
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة	٨٠ - ١١٨
تمهيد	٨١
اولاً : - منهج الدراسة	٨١
ثانياً : - عينة الدراسة	٨٢
ثالثاً : - أدوات الدراسة	٨٧
• مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة المصرية إعداد / عبد العزيز الشخص ٢٠١٣	٨٧
• مقياس المهارات الوالدية (الأم) ، إعداد / الباحثة	٨٩
• استمارة ملاحظة المعلم والاختصاصي النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة ، إعداد / الباحثة	٩٨
• مقياس اساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة إعداد / الباحثة	١٠٣
• البرنامج الإرشادي المستخدم إعداد الباحثة	١٠٦
رابعاً : - خطوات الدراسة	١١٦
خامساً : - المعالجة الإحصائية	١١٨
الفصل الخامس : نتائج الدراسة ومناقشتها	١١٩ - ١٤٩
تمهيد	١٢٠
١. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الأول	١٢٠
٢. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الثاني	١٢٢
٣. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الثالث	١٤٢
٤. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الرابع	١٢٦
٥. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الخامس	١٢٨
٦. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض السادس	١٣٠
٧. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض السابع	١٣٢

تابع ثانياً: قائمة الموضوعات

الموضوع	الصفحة
٨. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الثامن	١٣٤
٩. نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض التاسع	١٣٥
ملخص النتائج	١٣٦
مناقشة النتائج وتفسيرها	١٣٧
التوصيات والتطبيقات التربوية	١٤٧
بحوث مقترحة	١٤٩

١٦١ - ١٥٠

قائمة المراجع

أولاً : مراجع عربية	١٥١
ثانياً : مراجع أجنبية	١٥٧
ملخص الدراسة باللغة العربية	٢٠٤ - ٢٠٠
ملخص و مستخلص الدراسة باللغة الإنجليزية	١٠ - ١

ثانيا : قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٥٦	مصفوفة لتحليل محتوى الدراسات المرتبطة باستخدام مفاهيم علم النفس الإيجابي في معالجة بعض مشكلات المراهقين	١
٦٤	مصفوفة لتحليل محتوى الدراسات المرتبطة بالمهارات الوالدية المستخدمة في التعامل مع الأبناء المراهقين	٢
٨٣	دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على متغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي	٣
٨٤	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	٤
٨٥	دلالة الفروق بين متوسطي رتب العمر الزمني للمراهقات بالمجموعتين التجريبية والضابطة	٥
٨٦	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لاستمارة ملاحظة المعلم - الأخصائي النفسي والاجتماعي للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٦
٨٧	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها المراهقة	٧
٨٨	أعلى و أدنى درجة في مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي لعبد العزيز الشخص	٨
٩٠	أبعاد مقياس المهارات الوالدية الخاصة بالأم والتعريف الإجرائي لها	٩
٩٢	نسبة اتفاق المحكمين على عبارات مقياس مهارات الوالدية	١٠
٩٣	مصفوفة العوامل الدالة إحصائيا وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	١١
٩٤	درجات تشبع عبارات العامل الأول مرتبة ترتيبا تنازليا	١٢
٩٤	درجات تشبع عبارات العامل الأول مرتبة ترتيبا تنازليا	١٣
٩٥	درجات تشبع عبارات العامل الثالث مرتبة ترتيبا تنازليا	١٤
٩٥	درجات تشبع عبارات العامل الرابع مرتبة ترتيبا تنازليا	١٥
٩٦	درجات تشبع عبارات العامل الخامس مرتبة ترتيبا تنازليا	١٦

تابع: ثانيا : قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٩٧	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	١٧
٩٧	معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الوالدية (للأم)	١٨
٩٨	قيم معاملات الثبات لمقياس المهارات الوالدية (للأم)	١٩
١٠٠	قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الأرباعى الأعلى والأدنى لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٢٠
١٠١	معاملات الارتباط بين درجة كل عباره والبعد الذى تندرج تحته عباره بالنسبه لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٢١
١٠٢	معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٢٢
١٠٢	قيم معاملات الثبات لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٢٣
١٠٣	قيم معاملات الاتفاق بين الملاحظين باستخدام معامل اتفاق كندال	٢٤
١٠٥	قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الأرباعى الأعلى والأدنى لمقياس أساليب المعاملة الوالدية	٢٥
١٠٥	معاملات الارتباط بين درجة العبارة والبعد الذى تنتمى إليه العبارة لمقياس أساليب المعاملة الوالدية	٢٦
١٠٦	قيم معاملات الثبات لمقياس أساليب المعاملة الوالديه	٢٧
١٢١	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس المهارات الوالدية (الأم) بعد تطبيق البرنامج	٢٨
١٢٣	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية	٢٩

تابع: ثانيا : قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
	فى القياسين القبلى والبعدى لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	
١٢٥	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	٣٠
١٢٧	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على استمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة بعد تطبيق البرنامج.	٣١
١٢٩	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٣٢
١٣١	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	٣٣
١٣٣	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة بعد تطبيق البرنامج	٣٤
١٣٤	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لمقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة	٣٥
١٣٥	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة.	٣٦

ثالثا : قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
١	الفروق بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على أبعاد مقياس المهارات الوالدية (الأم)	١٢٢
٢	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى للدرجة الكلية لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	١٢٤
٣	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى للدرجة الكلية لمقياس المهارات الوالدية (الأم)	١٢٦
٤	الفروق بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على أبعاد استمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	١٢٨
٥	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى للدرجة الكلية لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	١٣٠
٦	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى للدرجة الكلية لاستمارة ملاحظة المعلم - والأخصائى النفسى والاجتماعى للمشكلات السلوكية لدى الفتاة المراهقة	١٣٢
٧	الفروق بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على أبعاد مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة	١٣٣
٨	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لمقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة	١٣٥
٩	الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس أساليب المعاملة الوالدية كما تدركها الفتاة المراهقة	١٣٦