



كلية البنات للآداب  
والعلوم والتربية  
قسم علم النفس

التدريب على بعض مهارات الذكاء  
الانفعالي كمدخل لخفض الضغوط لدى  
عينة من أمهات المعاقين ذهنياً  
"قابلي التعلم"

إعداد

مرودة أحمد محمد عدلي

للحصول على درجة الماجستير في التربية  
( علم النفس التعليمي )

إشراف

د. شادية أحمد عبد الخالق

د. وائل

رفاعي إبراهيم

أستاذ علم النفس التعليمي

أستاذ علم النفس الرياضي

كلية البنات، جامعة عين شمس

كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان

٢٠١٦-٢٠١٧

جامعة عين شمس

كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص

\_\_\_\_\_ في / / م. وتتكون من:

مناقشة

- \_\_\_\_\_ ١- الأستاذ الدكتور/
- \_\_\_\_\_ ٢- الأستاذ الدكتور/
- \_\_\_\_\_ ٣- الأستاذ الدكتور/
- \_\_\_\_\_ ٤- الأستاذ الدكتور/

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة

ماجستير

\_\_\_\_\_ في / / م.

دكتوراه

أ.د/ وكيلة الكلية

مدير الإدارة

الموظف المختص

## صفحة العنوان

---

اسم الطالب: .....

الدرجة العلمية: .....

القسم التابع له: .....

اسم الكلية : .....

الجامعة : .....

سنة التخرج: .....

سنة المنح: .....

جامعة عين شمس

الكلية:

رسالة ماجستير / دكتوراه

اسم الطالب: .....

عنوان الرسالة: .....

اسم الدرجة: (ماجستير / دكتوراه)

لجنة الإشراف

١- الاسم / .....  
٢- الوظيفة / .....  
١- الاسم / .....  
٢- الوظيفة / .....  
١- الاسم / .....  
٢- الوظيفة / .....

تاريخ البحث: ٢٠ / /

الدراسات العليا

ختم الإجازة: /

٢٠ /

موافقة مجلس الجامعة

٢٠ / /

موافقة مجلس الكلية

٢٠ / /

شكر وتقدير ———— ، ، ، ، ،  
أحمد الله على سابغ نعمه وجزيل عطاءه أن أتم علي فضله بأن أعانني  
على إتمام هذا العمل المتواضع الذي آمل أن يتقبله ربي ويرضى به عنا  
وينفع به البشرية .

وأصل وأسلم على خير البرية سيدنا وشفيعنا محمد صلى الله عليه وسلم  
وعلى آله وصحبه أجمعين ...

أتقدم بخالص الشكر والعرفان للأستاذة الدكتورة /شادية أحمد  
عبدالخالق أستاذ علم النفس التعليمي ، كلية البنات للأداب والعلوم والتربية  
،جامعة عين شمس .عن كل ما بذلته من جهد ومتابعة لإنجاح هذا العمل،  
وكل كلمة صدق كانت دفعة إيجابية و مساندة لي لتحقيق أفضل النتائج .

وأنتقدم بخالص الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور /وائل رفاعي إبراهيم  
أستاذ علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية بنين ،جامعة حلوان .على  
كل ما قدمه لي من توصيات وتوجيهات ساهمت في إثراء هذا العمل  
ومساندتي لإخراجه على أكمل وجه .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير للجنة المناقشين:

الأستاذة الدكتورة /أسماء محمد السرسري أستاذ علم النفس ، بمعهد  
دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .

والأستاذة الدكتورة/ ماجي وليم يوسف أستاذ علم النفس المساعد ،  
بكلية البنات للأداب والعلوم والتربية ،جامعة عين شمس .

لسعة وقت حضراتهم لمناقشة هذا العمل وتقديم التوجيهات والتوصيات  
التي ترقى بهذا العمل للأفضل .

ولا يسعني إلا أن أشكر كل من قدم لي يد العون والمساعدة ووجهني  
نحو إنجاز هذا العمل ، داعية ربي أن يزيدكم من علمه وفضله وأن ينفع بكم  
أهل الأرض أجمعين لما قدمتموه من أجلي.

،،،، الباحثة

مروة احمد عدلي

## مستخلص الدراسة

عنوان الدراسة : "التدريب على بعض مهارات الذكاء الإنفعالي كمدخل لخفض الضغوط لدى عينة من أمهات المعاقين ذهنياً 'قابلي التعلم' ."

- أجريت هذه الدراسة بهدف :التعرف على مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض مهارات الذكاء الإنفعالي في خفض مستوى الضغوط لدى عينة من أمهات المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" .
- وقد إشمطت عينة الدراسة :على (٢٠) أم من أمهات المعاقين ذهنياً "من فئة قابلي التعلم " مقسمين لمجموعتين "التجريبية والضابطة" بالتساوي ،وتم إختيار العينة وفقا للمواصفات التالية :

١. متوسط أعمار الأمهات تراوحت بين (٢٥ : ٣٥) عام في مرحلة الرشد .

٢. أن يكون لديها طفل من ذوي الإعاقة الذهنية فئة "قابلي التعلم"، وتم الإطلاع على (مقياس الذكاء بينيه) الخاص بكل طفل للتأكد من التشخيص المطلوب .

وتم تقسيم عينة الدراسة الى مجموعتين (التجريبية والضابطة بالتساوي) .وتم تطبيق (المقياس القبلي والبعدي بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج مباشرة) ،والمقياس التتبعي بعد مرور شهرين على البرنامج وذلك لقياس بقاء الأثر للبرنامج التدريبي .

- وقد إستعانت الباحثة بالأدوات التالية للتحقق من صحة فروض الدراسة :
  ١. مقياس الضغوط النفسية لأولياء الأمور الأطفال المعاقين (١٩٩٨) .إعداد عبد العزيز الشخص ، و زيدان السرطاوي .
  ٢. مقياس الذكاء الإنفعالي (٢٠٠٢) . إعداد فاروق السيد عثمان .

٣. مقياس المستوى الإجماعي والإقتصادي والثقافي (٢٠١٥). إعداد .محمد

أحمد إبراهيم سعيان ، دعاء محمد حسن خطاب

٤. برنامج التدريب لتنمية مهارات الذكاء الإنفعالي .إعداد .الباحثة .

• وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج تؤكد في مجملها :فعالية البرنامج التدريبي لتنمية بعض مهارات الذكاء الإنفعالي في خفض مستوى الضغوط لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"،وبقاء أثر البرنامج بعض مرور شهرين على تطبيق البرنامج التدريبي

• كلمات مفتاحية :

Emotional Intelligence

الذكاء الإنفعالي

Stress

الضغوط

Children Mental

الأطفال من ذوي الإعاقة

Retardation

الذهنية

"Educable"

(فئة قابلي التعلم )

# Abstract

**Title Search :** Training in the skills of Emotional Intelligence to reduce Stress in A sample Mothers of children Mental Retardation "Educable".

**This purpose of this study is to:** investigate the effect of some Emotional Intelligence skills among Mothers of children mental retardation "Educable " and it`s effect in reducing their level of stress, for the scale of events of Stress for Mothers.

**A sampler:**

(20)Mothers of children Mental Retardation "Educable", it`ssub –divided in to groups: Experimental and control.

**Measured and Test:**

1. Scale of Stress for parents of children mental retardation "Educable".(1998) to Dr. Abd El Aziz El shakhs ,Dr. El Saratawi
2. Scale of Emotional Intelligence( 2002) to Dr . Farok Othman.
3. Economic,Social and Cultural Level Scale(2015) to Dr, Mohamed Ahmed Ibrahim Safan , Dr, Doaa Hasn Khatab .
4. Program of developing some emotional intelligence skills. Designed by the Research.

**The Results Showed that:**

Development of some Emotional Intelligence effects in reducing level of Stress among of Mothers of children Mental Retardation "Educable ".

**Key words:**

Emotional Intelligence.

Stress .

Children Mental Retardation "Educable".

## قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوعات
١٣-١	الفصل الأول :مدخل الدراسة
٢	١. مقدمة .
٣	٢. مشكلة الدراسة .
٦	٣. أهداف الدراسة .
٧	٤. أهمية الدراسة .
٩	٥. محددات الدراسة .
١١	٦. مصطلحات الدراسة.
٦٦-١٤	الفصل الثاني :الإطار النظري ومفاهيم الدراسة
	المبحث الأول : التأسيس النظري للذكاء الإنفعالي و يشتمل على:
١٥	أ- الجذور التاريخية للذكاء الإنفعالي .
١٨	ب- الأسس الفسيولوجية والركائز البيولوجية للذكاء الإنفعالي
٢١	ج- الفروق بين المخ الإنفعالي والمخ المنطقي .
٢٣	د- النماذج المفسرة للذكاء الإنفعالي وأبعاده (القدرة - المختلط).
٣٢	هـ -تعريف الذكاء الإنفعالي .
٣٥	و - الذكاء الإنفعالي بين الأهمية والتنمية .
	المبحث الثاني :الإعاقة الذهنية ويشمل :
٣٨	أ- مفهوم الإعاقة الذهنية .
٤١	ب- معدل إنتشار الإعاقة الذهنية .
٤٣	ج- تصنيف الإعاقة الذهنية.
٤٦	د- أسباب الإعاقة الذهنية .
٤٧	هـ - الخصائص العامة للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".

الصفحة	الموضوعات
٥٢	المبحث الثالث : التأسيس النظري للضغوط النفسية ويشتمل على :
٥٦	أ- مفهوم الضغوط النفسية .
٥٨	ب- بعض النظريات المفسرة للضغوط النفسية .
٦٠	ج- أنواع الضغوط النفسية .
	د- الضغوط النفسية لدى أمهات المعاقين ذهنياً.
٨٩-٦٧	الفصل الثالث : دراسات سابقة
٧٤-٦٨	تنقسم الدراسات السابقة الى :
٨٢-٧٤	المحور الأول : دراسات تناولت الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين.
٨٨-٨٢	المحور الثاني : دراسات تناولت التدريب على مهارات الذكاء الإنفعالي لدى أمهات الأطفال المعاقين .
٨٩	المحور الثالث : دراسات تناولت العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وأثره في خفض الضغوط النفسية لدى الأمهات.
	• فروض الدراسة
١٤٧-٩٠	الفصل الرابع : منهج الدراسة وإجراءاتها
٩١	١. منهج الدراسة .
٩٢	٢. عينة الدراسة .
٩٧	٣. أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسة .
١٤١	٤. خطوات الدراسة ومراحل التطبيق .
١٤٧	٥. أساليب التحليل الإحصائي المستخدمة في الدراسة .

الصفحة	الموضوعات
١٦٧-١٤٨	الفصل الخامس :نتائج الدراسة ومناقشتها
١٥٠	١ . الوصف الإحصائي لمتغيرات الدراسة .
١٥١	٢ . عرض نتائج فروض الدراسة .
١٥٩	٣ . مناقشة وتحليل نتائج فروض الدراسة
١٦٦	٤ . خلاصة النتائج .
١٦٦	٥ . توصيات الدراسة .
١٦٧	٦ . بحوث ودراسات مقترحة .
١٨٦-١٦٨	المراجع :
١٦٨	اولاً:المراجع باللغة العربية
١٧٩	ثانياً :المراجع باللغة الإنجليزية
٢٥٠-١٨٧	الملاحق :
١٩٧-١٨٧	الملحق (١) :مقياس الضغوط النفسية لأولياء الأمور للأطفال المعاقين ذهنياً .
٢٠٣-١٩٨	الملحق (٢):مقياس الذكاء الإنفعالي .
٢١٧-٢٠٤	الملحق (٣):مقياس المستوى الإقتصادي والإجتماعي والثقافي
٢٤٧-٢١٨	الملحق (٤):البرنامج التدريبي المقدم لأمهات الأطفال المعاقين ذهنياً (قابلي التعلم) .
٢٤٨	الملحق (٥) : دراسة الحالة
٢٥٠	الملحق (٦): إستمارة تقييم البرنامج
٢٥١	الملخصات:
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الأجنبية

## قائمة الجداول

رقم الجدول	الجدول	الصفحة
(١)	يوضح تصنيف فئات الإعاقة الذهنية على حسب درجات الذكاء الخاصة بكل فئة .	٤٣
(٢)	يوضح تصنيف مستويات الإعاقة على حسب درجة النضج والتوافق الاجتماعي لمستوى الإعاقة الذهنية .	٤٥
(٣)	يوضح تصنيف منظمة الصحة العالمية للإعاقة الذهنية.	٤٥
(٤)	يوضح أسباب الإعاقة الذهنية.	٤٦
(٥)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات الوصفية قيد الدراسة .	٩٤
(٦)	الفروق بين أمهات المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الوصفية .	٩٥
(٧)	يوضح بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على متغيرات الدراسة.	٩٦
(٨)	معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من الأبعاد السبعة الأساسية والدرجة الكلية على مقياس الضغوط النفسية .	٩٩
(٩)	يوضح معدلات ثبات مقياس الضغوط النفسية باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ .	١٠٠
(١٠)	يوضح معدلات ثبات مقياس الضغوط النفسية باستخدام طريقة التجزئة النصفية .	١٠١
(١١)	معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من الأبعاد الخمسة والدرجة الكلية على مقياس الذكاء الإنفعالي .	١٠٣
(١٢)	يوضح معدلات ثبات مقياس الذكاء الإنفعالي باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ .	١٠٤

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
١٠٥	يوضح معدلات ثبات مقياس الذكاء الإنفعالي باستخدام طريقة التجزئة النصفية .	(١٣)
١٠٨	الإتساق الداخلي بحساب إرتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه .	(١٤)
١٠٩	حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية .	(١٥)
١٢٥	عرض ملخص لجلسات البرنامج التدريبي المقدم لعينة الدراسة	(١٦)
١٥٠	يوضح الوصف الإحصائي لعينة الدراسة .	(١٧)
١٥٢	يوضح قيم إختبار ولكوكسون (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أمهات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي .	(١٨)
١٥٤	يوضح الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي .	(٢١)
١٥٦	يوضح تحليل التباين للمجموعة التجريبية في القياسات الثلاث (القبلي -البعدي -التتبعي).	(٢٢)
١٥٧	يوضح دلالة الفروق بين القياسات الثلاث (القبلي -البعدي - التتبعي) للمجموعة التجريبية .	(٢٣)

## قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	رقم الشكل
٢٢	العلاقة التكاملية بين الجانب العقلي المنطقي والجانب الإنفعالي.	(١)
٢٤	المكونات الرئيسية للذكاء الإنفعالي وفقاً لنموذج ماير- سالوفي.	(٢)
٢٦	تقسيم أبعاد الذكاء الإنفعالي طبقاً لنموذج جولمان	(٣)
٢٩	نموذج الذكاء الإنفعالي لسامية قطان	(٤)
٤٢	يوضح معدل الانتشار للإعاقة الذهنية	(٥)
١٥٣	يوضح الفروق بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية للمجموعة التجريبية .	(٦)
١٥٣	يوضح الفروق بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الإنفعالي للمجموعة التجريبية .	(٧)
١٥٥	يوضح الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الذكاء الإنفعالي	(٨)
١٥٥	يوضح الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية .	(٩)

الصفحة	الشكل	رقم الشكل
١٥٨	يوضح الفروق بين الثلاث قياسات (القبلي -البعدي - التتبعي) لدى المجموعة التجريبية في مقياس الذكاء الإنفعالي .	(١٠)
١٥٨	يوضح الفروق بين الثلاث قياسات (القبلي -البعدي - التتبعي) لدى المجموعة التجريبية في مقياس الضغوط النفسية .	(١١)