



كلية التربية النوعية
قسم الاقتصاد المنزلى

فاعلية برنامج إرشادى لتنمية مهارات إدارة الذات والتواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية.

The Effectiveness of counseling program to development Self Management and Social communication Skills for people with hearing disabilities.

رسالة مقدمة من:

منى محمد الزناتى محمد

مدرس مساعد بقسم الاقتصاد المنزلى
بكلية التربية النوعية - جامعة عين شمس
استكمالاً للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية النوعية فى الاقتصاد المنزلى

تخصص ادارة منزل " تربيته خاصه "
كلية التربية النوعية - جامعة عين شمس
إشراف

أ.د/ نادية السيد الحسينى عبد القادر
أستاذ علم نفس وعميد كلية التربية النوعية
الأسبق جامعة عين شمس

أ.د/ كامل عمر عارف عمر
أستاذ إدارة المنزل ووكيل كلية التربية النوعية لشئون البيئة سابقاً ورئيس قسم الاقتصاد المنزلى كلية التربية النوعية جامعه عين شمس

د/ أميرة حسن عبد العال عفيفى
مدرس إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلى
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس

أ.م.د/ لمياء محمد الامبابى حسن
أستاذ مساعد إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلى
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس

١٤٤٠هـ - ٢٠١٩م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ
الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا
أُوتِيتُمْ مِنْ عِلْمٍ إِلَّا
قَلِيلًا)

صدق الله العظيم

(سورة الإسراء، الآية ٨٥)

شكر وتقدير

...."الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنَّ هَدَانَا اللَّهُ"....

الأعراف (٤٣)

ربنا لك الحمد حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك.. فيطيب لى وقد وفقنى المولى سبحانه وتعالى فى إنجاز هذه الرسالة أن أتوجه إليه بالحمد والشكر على نعمه وعظيم فضله وجزيل عطائه وتوفيقه لى فى إنجاز هذا العمل.. راجية من الله عز وجل أن يجعله عملاً صالحاً وعلماً نافعاً لكل من يطلع عليه أو يستفيد منه، ثم أتقدم بوافر شكرى وتقديرى إلى أستاذى ومشرفى الفاضل الأستاذ الدكتور/ كامل عمر عارف أستاذ إدارة المنزل، ورئيس قسم الإقتصاد المنزلى ووكيل كلية التربية النوعية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة الأسبق، لما شملنى به من وقت وجهد وعلم ونصائح وتوجيهات، فكان نعم المشرف والأستاذ مما كان له فضلاً كبيراً فى إتمام هذا البحث، فله منى جزيل الشكر والاحترام والتقدير وإن كان من الواجب أن يذكر أهل الفضل بفضلهم، فإنى أتقدم بخالص شكرى وتقديرى وامتنانى إلى أستاذتى الفاضلة الدكتورة / نادية السيد الحسينى أستاذ علم النفس التربوى والعميد الأسبق لكلية التربية النوعية جامعة عين شمس التى تفضلت بالإشراف على هذه الرسالة فقد كانت نعم الدليل حين ضل السبيل، والهادية عند حيرة العقل، فكانت توجيهاتها دائماً طريقاً للصواب، ومهما كانت الكلمات فلن تنفيها حقها، وكان لها أكبر الأثر فى الوصول بالرسالة إلى صورتها الحالية، وأضافت لعلمها إنسانيتها وأمومتها التى شملتتى، فلها منى جزيل الشكر والتقدير والاحترام، وجزاها الله عنى خير الجزاء.

وإنه لمن دواعى فخرى والعرفان بالجميل والإقرار بالفضل أتوجه بالشكر والتقدير إلى أستاذتى الفاضلة الدكتورة/ لمياء محمد الإمبابى أستاذ إدارة المنزل المساعد بكلية التربية النوعية جامعة عين شمس على تفضلها بالإشراف على هذا البحث، وعلى تعاونها وتوجيهاتها وإرشاداتها المثمرة، وبالإضافة إلى ما تتسم به من رصانه وخلق نبيل فكانت نعم المشرف، ولم تبخل على بالدعم العلمى والمعنوى فى جميع مراحل إخراج البحث، وقد شرفت بالتلمذ على يديها، فلها منى خالص الشكر والتقدير، والدعاء لها بدوام التفوق والتوفيق.

كما أتقدم بوافر شكرى وتقديرى إلى الدكتورة/ أميرة حسن عفيفى مدرس إدارة المنزل بكلية التربية النوعية جامعة عين شمس التى احتوتنى لإتمام هذا العمل وساعدتني كثيراً ولم تبخل على بالنصح والإرشاد والتوجيه، فقد علمنا صلوات ربى وسلامه عليه أن من يعجز عن الشكر والوفاء أن يقول جزاك الله خيراً فقد كفى ووفى فجزاها الله عنى خير الجزاء، ومتعها بالصحة والعافية لتظل عوناً لكل طالب علم.

أما الأستاذ الدكتور / السيد عبد القادر زيدان أستاذ علم النفس التربوى بكلية التربية النوعية جامعة عين شمس فسعدت بقبوله مناقشة هذه الرسالة، فهو القدوة والمثل الأعلى، فصفات العلماء تتجسد فى شخصه الكريم، ولا شك أن مناقشته ستثرى البحث.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الأستاذة الدكتورة/ نجوى سيد عبد الجواد أستاذ الطفولة بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة كلية الاقتصاد المنزلى جامعة حلوان، فلم أجد من الكلمات ما أعير به عما أكنه لها من احترام وتقدير، لما عرف عنها بالعلم الغزير والخلق النبيل والجهود العلمية المتميزة، ولا شك أن مناقشتها ستثرى البحث، فلها منى خالص الشكر التقدير الواجب للعلماء، وأننى على يقين بأننى ساستفيد من علمها وعطائها.

وبشعور غامر بالتقدير والوفاء، أتقدم بشكرى الخالص العميق مقروناً بجزيل العرفان والامتنان إلى كل من ساهم بعلمه ووقته وجهده فى سبيل اتمام هذا البحث وأخص بالشكر الدكتورة/الشيمااء عبد الله حافظ أستاذ التغذية وعلوم الأطعمة المساعد - تربية خاصة، والسادة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية النوعية جامعة عين شمس على تشجيعهم المتواصل لى، والأساتذة مترجمى الإشارة (أ.داليا - أ.إيمان يوسف - أ.عبير منير) على مساندتهم لى فى تعليمى لغة الإشارة فلهم منى خالص الشكر والتقدير.

وأخيراً وليس بآخر أتقدم بأنضر باقة حب وشكر وعرفان إلى والدى ووالدتى وأخواتى على ما قدموه لى من جهد، ولتعاونهم ودعائهم الصادق لى، وعلى ما تحملوه من مشاق طوال فترة البحث، وأقدم شكرى إلى أولادى "محمد ورودينا" حفظهم الله وانبتهم نباتاً حسناً.

كما بدأت بحمد الله أختم بحمد الله حمداً كثيراً كما ينبغى لجلال وجهه وعظيم سلطانه.

الباحثة،

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الآية القرآنية.....	أ
شكر وتقدير.....	ب
قائمة المحتويات.....	د
قائمة الجداول.....	ط
قائمة الأشكال.....	م
قائمة الملاحق.....	ن
الفصل الأول: مشكلة البحث والخطة العامة لدراستها	١٦-١
مقدمة ومشكلة البحث.....	١
أهداف البحث.....	٦
أهمية البحث.....	٧
منهج البحث.....	٨
محددات البحث.....	٩
إجراءات البحث.....	١١
مصطلحات البحث.....	١٣
الفصل الثاني: الإطار النظري	٩٨-١٧
المبحث الأول: الإعاقة السمعية	٣٣-١٩
تمهيد.....	١٩
مفهوم الإعاقة السمعية.....	١٩
مفهوم الصم.....	٢١
مفهوم ضعف السمع.....	٢٢
تصنيف الإعاقة السمعية.....	٢٣
أسباب الإعاقة السمعية.....	٢٦
خصائص ذوى الإعاقة السمعية.....	٣٠
احتياجات المعاقين سمعياً.....	٣٢

الموضوع	رقم الصفحة
المبحث الثانى: إدارة الذات	٣٤-٦٨
تمهيد.....	٣٤
مفهوم الذات.....	٣٤
مفهوم إدارة الذات.....	٣٦
النظريات المفسرة لإدارة الذات.....	٣٨
أبعاد إدارة الذات.....	٤٠
مبادئ إدارة الذات.....	٤١
معوقات إدارة الذات.....	٤٤
مهارات إدارة الذات.....	٤٥
مهارات إدارة الوقت.....	٤٦
مفهوم الوقت.....	٤٦
خصائص الوقت.....	٤٧
أقسام الوقت.....	٤٨
العوامل المؤثرة فى توزيع الوقت.....	٥٠
خطوات إدارة الوقت.....	٥١
مضيعات الوقت.....	٥٣
مهارة اتخاذ القرار.....	٥٥
مفهوم اتخاذ القرار.....	٥٦
أنواع القرارات.....	٥٧
عناصر القرار.....	٥٩
مراحل اتخاذ القرار.....	٦٠
مهارة الثقة بالنفس.....	٦٣

الموضوع	رقم الصفحة
مفهوم الثقة بالنفس.....	٦٣
مظاهر الثقة بالنفس.....	٦٤
الفرق بين الثقة بالنفس والغرور.....	٦٥
أسباب تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس.....	٦٧
معوقات الثقة بالنفس.....	٦٨
المبحث الثالث: مهارات التواصل الاجتماعي	٦٩-٨٢
مفهوم التواصل.....	٦٩
مفهوم التواصل الاجتماعي.....	٧٠
خصائص التواصل الاجتماعي.....	٧١
عناصر التواصل الاجتماعي.....	٧٣
نظريات التواصل الاجتماعي.....	٧٤
معوقات التواصل الاجتماعي.....	٧٦
طرق التواصل مع ذوى الإعاقة السمعية.....	٧٧
أنماط التواصل الاجتماعي.....	٨٠
التواصل فى العالم الافتراضى.....	٨١
المبحث الرابع: البرامج الإرشادية	٨٣-٩٨
مفهوم البرنامج الإرشادى.....	٨٣
الخصائص العامة للبرامج الإرشادية.....	٨٤
أهمية البرامج الإرشادية.....	٨٦
أسس بناء البرامج الإرشادية.....	٨٧
خدمات البرامج الإرشادية.....	٨٩
خطوات بناء البرنامج الإرشادى.....	٩٠
الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة فى البرنامج.....	٩٥

الموضوع	رقم الصفحة
الفصل الثالث: الدراسات السابقة	٩٩-١٣٠
دراسات تناولت مهارات إدارة الذات لذوى الإعاقة السمعية	١٠٠
دراسات تناولت مهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية.....	١٠٩
دراسات تناولت تصميم البرامج. لذوى الإعاقة السمعية.....	١٢١
فروض الدراسة.....	١٢٩
الفصل الرابع: الدراسة الميدانية	١٣١-٢٣٥
أولاً: منهج البحث.....	١٣١
ثانياً: عينة البحث.....	١٣٢
وصف العينة.....	١٣٥
ثالثاً: إعداد وبناء أدوات البحث.....	١٤٤
١- استمارة البيانات العامة لذوى الإعاقة السمعية.....	١٤٤
٢- استبانة مهارات إدارة الذات لذوى الإعاقة السمعية.....	١٤٤
٣- استبانة مهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية..	١٥٤
٤- إعداد برنامج إرشادى لتنمية مهارات إدارة الذات ومهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية.....	١٦٤
رابعاً التطبيق الميدانى والتجريبى على عينة البحث.....	١٨٨
خامساً: إجراء التحليلات الإحصائية.....	١٨٩
البرنامج الإرشادى المعد لتنمية مهارات إدارة الذات والتواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية.....	١٩١
الفصل الخامس: تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها	٢٣٦-٢٨٩
النتائج الوصفية.....	٢٣٦
التحقق من صحة الفروض.....	٢٤٠
الفرض الأول.....	٢٤٠

الموضوع	رقم الصفحة
الفرض الثاني.....	٢٦٠
الفرض الثالث.....	٢٧٧
الفرض الرابع.....	٢٧٨
الفرض الخامس.....	٢٨٢
ملخص النتائج.....	٢٨٥
توصيات البحث.....	٢٨٧
البحوث المقترحة.....	٢٨٩
ملخص البحث باللغة العربية.....	٢٩٠
مستخلص البحث باللغة العربية.....	٣٠٤
المراجع العربية.....	٣٠٨
المراجع الأجنبية.....	٣٣٩
ملحق (١).....	٣٤٥
ملحق (٢).....	٣٥١
ملحق (٣).....	٣٥٣
ملحق (٤).....	٣٥٥
ملحق (٥).....	٣٥٩
ملحق (٦).....	٣٦١
ملحق (٧).....	٣٦٥
ملحق (٨).....	٣٦٧
ملحق (٩).....	٣٦٩
ملحق (١٠).....	٣٧١
ملحق (١١).....	٣٧٢

قائمة الجداول

رقم الجدول	محتوى الجدول	رقم الصفحة
١	الفرق بين الشخص الواثق بنفسه والمغرور	٦٦
٢	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للسن (ن = ٣٠)	١٣٥
٣	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للنوع (ن = ٣٠)	١٣٦
٤	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للصف الدراسي (ن = ٣٠)	١٣٧
٥	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للترتيب الميلادى (ن = ٣٠)	١٣٨
٦	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لعدد أفراد الأسرة (ن = ٣٠)	١٣٩
٧	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لعمل الأم (ن = ٣٠)	١٤٠
٨	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لمهنة الأب (ن = ٣٠)	١٤١
٩	توزيع أسر عينة البحث وفقاً للمستوى التعليمى للوالدين (ن = ٣٠)	١٤٢
١٠	توزيع أسر عينة البحث وفقاً للدخل الشهرى للأسرة (ن = ٣٠)	١٤٣
١١	عبارات استبانته مهارات إدارة الذات التى تم تعديلها	١٤٨
١٢	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لاستبانته مهارات إدارة الذات (ن = ٢٠).	١٥٠
١٣	قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبانته (ن = ٢٠).	١٥١
١٤	قيم معاملات الثبات للمكونات الفرعية والدرجة الكلية لاستبانته إدارة الذات (ن = ٢٠).	١٥٢
١٥	عبارات استبانته مهارات التواصل الاجتماعى التى تم تعديلها	١٥٨
١٦	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور والدلالة لاستبانته مهارات التواصل الاجتماعى (ن = ٢٠)	١٦٠
١٧	قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبانته مهارات التواصل الاجتماعى (ن = ٢٠)	١٦١
١٨	قيم معاملات الثبات للمكونات الفرعية والدرجة الكلية لاستبانته التواصل الاجتماعى (ن = ٢٠)	١٦٣
١٩	يوضح جلسات البرنامج الإرشادى لتنمية مهارات إدارة الذات والتواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية	١٧٢

رقم الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
١٤٧	يوضح محتوى جلسات البرنامج الإرشادي	٢٠
٢٣٦	التوزيع النسبي لمستويات ذوى الإعاقة السمعية عينة البحث تبعاً لاستبانته مهارات إدارة الذات (ن = ٣٠)	٢١
٢٣٧	الوزن النسبي لمهارات إدارة الذات لذوى الإعاقة السمعية (ن = ٣٠)	٢٢
٢٣٨	التوزيع النسبي لمستويات ذوى الإعاقة السمعية عينة البحث تبعاً لاستبانته مهارات التواصل الاجتماعى (ن = ٣٠)	٢٣
٢٣٨	الوزن النسبي لمهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية (ن = ٣٠)	٢٤
٢٣٩	وسائل التواصل الاجتماعى المستخدمة لذوى الإعاقة السمعية (ن = ٣٠)	٢٥
٢٤٢	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً للعمر الطالب (ن = ٣٠)	٢٦
٢٤٤	دلالة الفروق بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير النوع (ن = ٣٠)	٢٧
٢٤٥	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير الصف الدراسى (ن = ٣٠)	٢٨
٢٤٧	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير الترتيب الميلادى (ن = ٣٠)	٢٩
٢٤٨	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لعدد أفراد الأسرة (ن = ٣٠)	٣٠
٢٤٩	دلالة الفروق بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لعمل الأم (ن = ٣٠)	٣١
٢٥٠	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لمهنة الأب (ن = ٣٠)	٣٢
٢٥١	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً للمستوى التعليمى للأم (ن = ٣٠)	٣٣

رقم الجدول	محتوى الجدول	رقم الصفحة
٣٤	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً للمستوى التعليمى للأب (ن = ٣٠)	٢٥٣
٣٥	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً لأكثر مواقع التواصل استخداماً (ن = ٣٠)	٢٥٤
٣٦	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات إدارة الذات تبعاً للدخل الشهري للأسرة (ن = ٣٠)	٢٥٦
٣٧	ملخص نتائج الفرض الأول	٢٥٧
٣٨	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً للعمر الطالب (ن = ٣٠)	٢٦١
٣٩	دلالة الفروق بين متوسطات درجات مهارات التواصل الاجتماعى لعينة البحث تبعاً لاختلاف عمر الطالب (ن = ٣٠)	٢٦٢
٤٠	دلالة الفروق بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لمتغير النوع الاجتماعى (ن = ٣٠)	٢٦٣
٤١	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لمتغير الصف الدراسى (ن = ٣٠)	٢٦٤
٤٢	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لمتغير الترتيب بين الأخوة (ن = ٣٠)	٢٦٥
٤٣	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لعدد أفراد الأسرة (ن = ٣٠)	٢٦٦
٤٤	دلالة الفروق بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لعمل الأم (ن = ٣٠)	٢٦٨

رقم الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
٢٦٩	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً لمهنة الأب (ن = ٣٠)	٤٥
٢٧٠	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً للمستوى التعليمى للأُم (ن = ٣٠)	٣٦
٢٧٢	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً للمستوى التعليمى للأب (ن = ٣٠)	٤٧
٢٧٣	تحليل التباين بين تلاميذ عينة البحث ذوى الإعاقة السمعية فى مهارات التواصل الاجتماعى تبعاً للدخل الشهرى للأسرة (ن = ٣٠)	٤٨
٢٧٤	ملخص نتائج الفرض الثانى	٤٩
٢٧٧	قيم معاملات الارتباط بين محاور استبانته مهارات إدارة الذات وبين محاور مهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية (ن = ٣٠)	٥٠
٢٧٩	قيمة (ت) لدلالة الفروق بين القياس (القبلي والبعدي) لمحاور استبانته مهارات إدارة الذات والدرجة الكلية (ن = ٣٠)	٥١
٢٨٠	قيم كل من حجم التأثير، مربع آيتا، لدرجات تلاميذ عينة الدراسة التجريبية فى القياسين القبلي والبعدي لمتغير إدارة الذات ومحاوره والدرجة الكلية (ن = ٣٠)	٥٢
٢٨٢	قيمة (ت) لدلالة الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) لمحاور التواصل الاجتماعى والدرجة الكلية (ن = ٣٠)	٥٣
٢٨٣	قيم كل من حجم التأثير، مربع آيتا، لدرجات تلاميذ عينة الدراسة التجريبية فى القياسين القبلي والبعدي لمتغير التواصل الاجتماعى ومحاوره والدرجة الكلية (ن = ٣٠)	٥٤

قائمة الأشكال والرسوم البيانية

رقم الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
٢٢	يوضح تصنيف ذوى الإعاقة السمعية	١
٢٥	تصنيف الإعاقة السمعية (إعداد الباحثة)	٢
٣٢	خصائص ذوى الإعاقة السمعية (إعداد الباحثة)	٣
٤٣	مبادئ إدارة الذات (إعداد الباحثة)	٤
٤٦	مهارات إدارة الذات التى تناولتها الباحثة فى الدراسة	٥
٤٩	أقسام الوقت (إعداد الباحثة)	٦
٥٣	خطوات إدارة الوقت (إعداد الباحثة)	٧
٦٠	عناصر اتخاذ القرار (إعداد الباحثة)	٨
٦٢	خطوات اتخاذ القرار (إعداد الباحثة)	٩
٨٢	تصنيف الباحثة لمهارات التواصل الاجتماعى (إعداد الباحثة)	١٠
١٣٣	تطبيق الأدوات على عينة البحث الاستطلاعية	١١
١٣٤	تطبيق الأدوات على عينة الدراسة التجريبية	١٢
١٣٥	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للسن (ن = ٣٠)	١٣
١٣٦	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للنوع	١٤
١٣٧	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للصف الدراسى	١٥
١٣٨	توزيع تلاميذ عينة البحث وفقاً للترتيب الميلادى	١٦
١٣٩	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لعدد أفراد الأسرة	١٧
١٤٠	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لعمل الأم	١٨
١٤١	توزيع أسر عينة البحث وفقاً لمهنة الأب	١٩
١٤٢	توزيع أسر عينة البحث وفقاً للمستوى التعليمى للوالدين	٢٠
١٤٣	توزيع أسر عينة البحث وفقاً للدخل الشهرى	٢١
٢٣٧	الوزن النسبى لمهارات إدارة الذات	٢٢
٢٣٨	الوزن النسبى لمهارات التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية	٢٣
٢٤٠	الوزن النسبى لمواقع التواصل الاجتماعى الأكثر استخداماً لعينة البحث	٢٤

قائمة الملاحق

رقم الملحق	الموضوع	رقم الصفحة
١	الخطاب الموجه للسادة المحكمين	٣٤٥
٢	أسماء السادة المحكمين	٣٥١
٣	استمارة البيانات العامة	٣٥٣
٤	استبانة ادارة الذات لذوى الاعاقة السمعية فى صورته الأولى	٣٥٥
٥	استبانة ادارة الذات لذوى الاعاقة السمعية فى صورته النهائية	٣٥٩
٦	استبانة التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية	٣٦١
٧	استبانة التواصل الاجتماعى لذوى الإعاقة السمعية الصورة النهائية	٣٦٥
٨	أسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادى	٣٦٧
٩	الخطاب الموجه للسادة المحكمين للبرنامج	٣٦٩
١٠	استمارة تقييم البرنامج	٣٧١
١١	صور من تطبيق جلسات البرنامج	٣٧٢