



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس التعليمي

تنمية مهارات تنظيم الذات لخفض القلق لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً

رسالة مقدمة من

رانيه حسن طه حسن مسعود

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص
(علم النفس التعليمي)

إشـــــــــــــــــراف

د/ هدى نصر محمد

مدرس علم النفس التعليمي
كلية البنات – جامعة عين شمس

أ. د/ هبه حسين إسماعيل

أستاذ علم النفس
كلية البنات – جامعة عين شمس

١٤٤١هـ/ ٢٠٢٠م

جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص
مناقشة / / في م ، وتتكون من :

- 1- الأستاذ الدكتور /
- 2- الأستاذ الدكتور /
- 3- الأستاذ الدكتور /
- 4- الأستاذ الدكتور /

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة

ماجستير / / / م
دكتوراه

الموظف المختص مدير الإدارة أ.د/ وكيل الكلية



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس التعليمي

اسم الطالبة: رانية حسن طه مسعود

عنوان الرسالة: تنمية مهارات تنظيم الذات لخفض القلق لدى أمهات الأطفال
المعاقين عقليا

اسم الدرجة: دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص (علم النفس التعليمي)

لجنة الإشراف

د/ هدى نصر محمد

مدرس علم النفس التعليمي
كلية البنات – جامعة عين شمس

أ. د/ هبه حسين إسماعيل

أستاذ علم النفس
كلية البنات – جامعة عين شمس

تاريخ البحث: / / ٢٠

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

ختم الإجازة:

/ / ٢٠

/ / ٢٠

موافقة مجلس الكلية: / / ٢٠

الشكر والتقدير

الحمد لله حمداً طيباً مباركاً كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه، الحمد لله الكريم المنان، خلق الإنسان، علمه البيان، والصلاة والسلام على خير خلق الله سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين. باسمي آيات التقدير ومعاني الوفاء. أتقدم بجزيل الشكر والتقدير والعرفان والامتنان إلى من تقصر كلمات الشكر وعبارات الثناء عن الوفاء بحقهما. إلى السادة الأفاضل، وابتداءً أقدم شكري وتقديري لأستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / هبة حسين اسماعيل (أستاذ علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس)** على ما قدمته لي من نصائح سديدة وآراء رشيدة ساهمت في جعل هذا البحث على أفضل صورة ممكنة، حيث منحتني أيضاً من الوقت والجهد والاهتمام والتوجيه طيلة مراحل الدراسة، فقد غمرتني بفيض علمها، وجود كرمها، وسديد توجيهاتها ورجاحة رأيها؛ لإخراج هذه الدراسة بأحسن صورة ممكنة، فلها مني كل الشكر والعرفان، وجزاها الله عني خير الجزاء، وأتم ربي عليها الصحة والعافية.

كما أتقدم بالشكر الجزيل لأستاذتي الفاضلة **الدكتورة / هدى نصر محمد (مدرس علم النفس التعليمي)** حفظها الله، فلها مني كل الشكر والعرفان، فأسأل الله أن يجزيه عني خير الجزاء، وأن يبارك في عمرها. فنعم المرشدان ونعم المشرفان، وأرجو أن أكون وفقت في تقديم ما يرضيهما، وما يليق باسمهما الذي كان لي عظيم الشرف أن أضعه على أطروحتي العلمية. ويسرني أن أتقدم بكل الاحترام والتقدير لأصحاب السعادة: أعضاء لجنة المناقشة والحكم: **الأستاذ الدكتور / أسماء عبد المنعم (أستاذ علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس)، والأستاذ الدكتور / محمود عبد الحليم منسي (أستاذ علم النفس بجامعة الإسكندرية).** فقبولهما مناقشة عملي المتواضع هو شرف عظيم، ووسام فخر. فالشكر موصول لهما فجزاهم الله عنى خير الجزاء، وجعل ذلك في ميزان حسناتهم.

وإلى رفيق الدرب وقرة العين إلى من وقف بجانبى بحبه الكبير إلى أغلى الناس **زوجي الحبيب عفا** فكل كلمات الشكر لا تكفي لشكرك فجزاك الله عنى خير الجزاء وجعله الله بميزان حسناتك، وإلى إشرافة الحاضر وأمل المستقبل إلى زهرتي عمري ولداي **حسن وإياد** حفظهما الله ورعاهما وإلى من شاءت الأقدار بأن يرزقوا بأطفال يختلفون بقدراتهم عن الآخرين أقدم لهم التحية والتقدير.

وأخيراً: هذا جهدي والكمال لله وحده، إن أصبت فمن الله، وإن أخطأت فمن نفسي، وما توفيقي إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب، غفر الله للزلل، وسدد الخلل، وستر العيب، إنه ولي ذلك والقادر عليه، وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على خير الأنبياء والمرسلين نبينا " محمد " وعلى آله وصحبه أجمعين".

الباحثة

المستخلص

العنوان : تنمية مهارات تنظيم الذات لخفض القلق لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا.

اسم الباحثة : رانية حسن طه حسن مسعود. السنة: ٢٠١٩

الجامعة : عين شمس – كلية البنات،

الإشراف : أ. د. هبة حسين إسماعيل كلية البنات جامعة عين شمس – د. هدى نصر محمد .
كلية البنات جامعة عين شمس.

هدفت الدراسة الكشف عن مدى فعالية برنامج تنمية مهارات تنظيم الذات في خفض القلق لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً، وتكمن أهمية الدراسة في تنمية مهارات تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً؛ وذلك بهدف خفض القلق لديهم، كما أنها تسلط الضوء على الفروق في درجات تنظيم الذات والقلق تبعاً لبعض المتغيرات الديموجرافية لدى أمهات أطفال المعاقين عقلياً، وأن تتمكن أسرة الطفل المعاق عقلياً من تنشئة جيل يتمتع بالصحة النفسية والعقلية، وتتبع أهمية هذا الموضوع أيضاً من سعي الكثير من الأسر لمعرفة الظروف التي تمر بها الأسر التي لديها طفل معاق عقلياً؛ حتى يستطيعوا التغلب عليها، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي والوصفي. وأجريت على عينة وصفية تتكون من (٤٠) أما وعينة تجريبية تتكون من (٨) أمهات و (٨) أمهات عينة ضابطة كلهن من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية الذين يدرسون بمدارس التوفيقية الخاصة بمحافظة القاهرة، وتراوح أعمار أطفالهم من (٦ - ١٢) عام أي مرحلة الطفولة. حيث تم تطبيق مقياس تنظيم الذات للأمهات، (إعداد الباحثة). ومقياس القلق (إعداد الباحثة) وبرنامج تنمية مهارات تنظيم الذات لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً (إعداد الباحثة)، وجاءت نتائج الدراسة على النحو التالي: تختلف درجة تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً تبعاً للسن لصالح مجموعة السن الأكبر، كما تختلف درجة تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً تبعاً للمستوى التعليمي لصالح التعليم المتوسط، كما تختلف درجة تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً تبعاً لعمل الأم لصالح الأمهات غير العاملات، لا توجد فروق في درجات مقياس القلق لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً تبعاً للسن، والمستوى التعليمي، بينما توجد فروق في درجات مقياس القلق لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً تبعاً لعمل الأم لصالح الأمهات العاملات، ويوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس تنظيم الذات لصالح المجموعة التجريبية، بينما يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس القلق لصالح المجموعة التجريبية، أيضاً لا تختلف درجة تنظيم الذات باختلاف القياسين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية، لا تختلف درجة القلق باختلاف القياسين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: تنظيم الذات - القلق - أمهات الأطفال المعاقين عقلياً

.Abstract

Title: Developing Self-regulation Skills to reduce Anxiety among Mothers of Children with Mental Disability

Researcher: Rania Hassan Taha Hassan Masoud.

University: Ain Shams - Girls College.

Supervision: Prof. Heba Hussein Ismail, Girls College, Ain Shams University - Dr. Hoda Nasr Mohamed, Ain Shams University.

Subject: The study aims at examining to what extent the program of self-regulating development is effective in reducing the anxiety using a sample of mothers of children with mental disability. **The importance of the study** stems from developing the self-regulation skills of mothers of children with mental disability in order to reduce their anxiety. Furthermore, it highlights the differences in self-regulation and anxiety degrees according to some demographic variables regarding the mothers of children with mental disability, and how the family of child with mental disability can manage in order to raise a generation with mental and psychological health. Also, the importance of the topic stems many families' desire to learn the circumstances experienced by families who raise a mentally disabled child in order to overcome these circumstances. The study's methodology is experimental and descriptive, **applied descriptively on a sample of (40) mothers**, experimentally on a sample of (8) mothers, and a standard sample of (8) mothers – all of them are mothers of children with mental disability whose children study in Tawfiqiya schools, Cairo Governorate. The ages of the children are (6 to 12) old – childhood phase. In the study, scales of self-regulation for mothers (by the researcher), anxiety (by the researcher), and the program of self-regulation development among mothers of children with mental disability are applied by the researcher). **The results of the study are as follows:** There is mental difference in self-regulation degree for mothers of children with mental disability regarding age in favor of older age group. There is mental difference in self-regulation degree for mothers of children with mental disability regarding educational level. Also, there is mental difference in self-regulation degree for mother of children with mental disabilities regarding mother's work in favor of the mothers who do not work. Notably, there is no mental change in the degrees of anxiety scale for mothers of children with mental disability regarding age and educational level while there is difference in the degrees of anxiety scale for mothers of children with mental disability regarding mother's work in favor of

working mothers. **As for the experimental results:** There is a statistical difference between the averages of experimental and standard regarding the self-regulation scale for the experimental group. There is a statistical difference between the averages of experimental and standard regarding anxiety scale in favor of the experimental group. Self-regulation degree does not change according to the post- and follow-up scales among experimental groups' members. Also, anxiety degree does not change according to the post- and follow-up scales among experimental groups' members.

Key words: self-regulation, anxiety, disabled-children mothers

قائمة المحتويات

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ	المستخلص العربي
ب - ج	المستخلص الأجنبي
د - ط	قائمة المحتويات
٩ - ١	الفصل الأول: مدخل الدراسة
٢	مقدمة الدراسة.
٤	مشكلة الدراسة ومحدداتها.
٦	أسئلة الدراسة.
٦	أهداف الدراسة.
٦	أهمية الدراسة.
٧	المفاهيم الإجرائية للدراسة
٨	محددات الدراسة
٩	الأساليب الإحصائية
١٠ - ١٧	الفصل الثاني: الإطار النظري ودراسات سابقة
١١	المبحث الأول: تنظيم الذات
١١	مفهوم تنظيم الذات
١٣	النظريات المفسرة لتنظيم الذات
١٨	أهمية تنظيم الذات وتنميته ومكوناته
٢٢	خطوات هامة لنجاح تنظيم الذات
٢٧	تنظيم الذات ودراسات ميدانية
٣٣	المبحث الثاني: القلق
٣٣	مفهوم القلق
٣٥	النظريات المفسرة للقلق
٣٩	أعراض القلق، وأسبابه
٤٣	استراتيجيات التخفيف من القلق
٤٦	القلق لدى أسر الأطفال المعاقين عقلياً

الصفحة	الموضوع
٥٥	القلق والدراسات الميدانية
٦٠	المبحث الثالث: الإعاقة العقلية
٦٠	مفهوم الإعاقة العقلية، ومستوياتها
٦٢	خصائص المعاقين عقلياً
٦٦	فروض الدراسة
٦٨ - ١٠٦	الفصل الثالث: منهجية الدراسة وإجراءاتها
٦٩	خطوات الدراسة
٧٠	منهج الدراسة، وعينتها
٧٢	أدوات الدراسة
١٠٧ - ١٥٥	الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها، والتوصيات
١٠٨	عرض نتيجة الفرض الأول
١٢٤	عرض نتائج الفرض الثاني
١٣٦	عرض نتائج الفرض الثالث
١٤١	عرض نتائج الفرض الرابع
١٤٥	عرض نتائج الفرض الخامس
١٥٠	عرض نتائج الفرض السادس
١٥٤	توصيات الدراسة
١٥٥	دراسات مقترحة
١٥٦ - ١٧١	المراجع
١٧٢ - ٢٤٢	الملاحق
٢٤٣ - ٢٤٨	الملخص العربي
A-E	Summary

ثانياً: قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
الجدول (١)	الوصف الإحصائي لعينة الدراسة التجريبية	٧١
الجدول (٢)	مقاييس سابقة لتنظيم الذات	٧٣
الجدول (٣)	مكونات مقياس تنظيم الذات (أرقام العبارات السلبية)	٧٥
الجدول (٤)	نسبة اتفاق السادة المحكمين لمقياس تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً.	٧٦
الجدول (٥)	جدول مقياس تنظيم الذات المعدلة	٧٦
الجدول (٦)	قيمة (ر) بين كل مكون من مكونات المقياس والدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات	٧٧
الجدول (٧)	معامل الثبات لمقياس تنظيم الذات بطريقتي التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ	٧٨
الجدول (٨)	توزيع العبارات على أبعاد مقياس تنظيم الذات لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً.	٧٩
الجدول (٩)	حساب الفروق بين متوسطي درجات الأفراد الأعلى والأقل من الوسيط لمقياس تنظيم الذات.	٧٩
الجدول (١٠)	مقاييس سابقة في القلق.	٨٢
الجدول (١١)	أرقام العبارات السلبية بمقياس القلق	٨٢
الجدول (١٢)	نسبة اتفاق السادة المحكمين لمقياس القلق لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً.	٨٣
الجدول (١٣)	البنود التي تم تعديلها من قبل المحكمين ومنطقية تعديلها.	٨٤
الجدول (١٤)	قيمة (ر) بين كل مكون من مكونات المقياس والدرجة الكلية لمقياس القلق	٨٥
الجدول (١٥)	معامل الثبات لمقياس القلق بطريقتي التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ	٨٥
الجدول (١٦)	توزيع العبارات على أبعاد مقياس القلق لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً	٨٦
الجدول (١٧)	حساب فروق بين متوسطي درجات الأفراد الأعلى والأقل من الوسيط لمقياس القلق.	٨٧
الجدول (١٨)	جدول مخطط لملخص لجلسات برنامج تنظيم الذات لخفض القلق عند أمهات الأطفال المعاقين عقلياً.	١٠٣