



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغييرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



MONA MAGHRABY



قسم الدراسات النفسية للأطفال

فاعلية برنامج لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة

دراسة مقدمة

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

إعداد

إيمان العربي محمد محمد

إشراف

أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس
وكيل كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

أ.د/ ليلى أحمد كرم الدين

أستاذ علم النفس المتفرغ
كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٢٠٢١ - ١٤٤٣ هـ - ٢٠٢١ م



صفحة العنوان

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة.

اسم الطالبة : إيمان العربي محمد محمد

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية للأطفال

القسم التابع لها : قسم الدراسات النفسية للأطفال

اسم الكلية : كلية الدراسات العليا للطفولة

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة التخرج :

سنة المنح :



صفحة الموافقة

اسم الطالبة : إيمان العربي محمد محمد

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة.

اسم الدرجة : دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية للأطفال

لجنة الحكم والإشراف:

١- أ.د/ ليلى أحمد السيد كرم الدين
أستاذ علم النفس المتفرغ - كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٢- أ.د/ نعمه سيد خليل
أستاذ علم النفس - كلية الدراسات الإنسانية
جامعة الأزهر

٣- أ.د/ أسماء عبدالعال محمد الجبري
أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٤- أ.د/ محمد رزق البحيري
أستاذ علم النفس - ووكيل كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

تاريخ البحث: / / ٢٠٢٠ م
الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ
/ / ٢٠٢١ م

موافقة مجلس الجامعة
/ / ٢٠٢١ م

موافقة مجلس الكلية
/ / ٢٠٢١ م

مستخلص الدراسة

اسم الطالبة: إيمان العربي محمد محمد

عنوان الرسالة: فاعلية برنامج لتحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة.

رسالة دكتوراه - قسم الدراسات النفسية للأطفال - كلية الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس، ٢٠٢١م.

هدفت هذه الدراسة إلى تحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طفلاً من أطفال الروضة، مقسمون بالتساوي في مجموعتين (١٠) أطفال للمجموعة التجريبية و(١٠) للمجموعة الضابطة تراوحت أعمارهم ما بين (٥-٦) سنوات، واعتمدت الدراسة علي أدوات كانت مقياس اليقظة العقلية لأطفال الروضة (إعداد: الباحثة)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، واختبار مصفوفات المتابعة الملونة (جون رافن)، وبرنامج إرشادي لتحسين اليقظة العقلية لأطفال الروضة (إعداد: الباحثة)، وتوصلت النتائج إلي فاعلية البرنامج في تحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة (المجموعة التجريبية).

Keywords

Mindfulness

Kindergarten Children

Program

الكلمات المفتاحية

١ - اليقظة العقلية

٢ - أطفال الروضة

٣ - البرنامج

Abstract

Student name: Eman Elaraby Mohamed Mohamed

Thesis title: The Effectiveness of A Program for Improving Mindfulness in A Sample of Kindergarten Children

A Thesis statement: Submitted in Partial Fulfillment of Requirements for PhD Degree in Psychological Childhood Studies.

This study aimed to improve the Mindfulness of a sample of kindergarten children, and the study sample consisted of (20) kindergarten children, divided equally into two groups (10) children for the experimental group and (10) for the control group, their ages ranged between (5-6) Years, and the study relied on tools that were the mental alertness scale for kindergarten children (prepared by: the researcher), the socioeconomic level scale (prepared by: Muhammad Saafan and Doaa Khattab, 2016), the colored successive matrices test (John Raven), and a counseling program to improve the Mindfulness of kindergarten children. (Prepared by: the researcher), and the results showed the effectiveness of the program in improving the Mindfulness of a sample of kindergarten children (the experimental group).

Keywords

- Mindfulness.
- Kindergarten Children.
- Program.

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الخلق سيدنا محمد عليه وعلى آله وصحبه وسلم أجمعين، إيماناً منا بقوله تعالى:

﴿لَيْنِ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾

(سورة إبراهيم، الآية: ٧)

وتطبيقاً لقول رسوله الكريم (ﷺ) "من أدى إليكم معروفاً فكافؤه فإن لم تستطيعوا فأدعوا له حتى تعلموا أنكم قد كافأتموه".

بعد رحلة بحث وجهد واجتهاد تكلفت بإنجاز هذا العمل، نحمد الله عز وجل على نعمه التي من بها علينا فهو العليّ القدير، اللهم لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك، على ما أعطيت وتفضلت على به من نعمة وفضلتني به على كثير من عبادك، اللهم أسألك أن تتم على نعمتك وفضلك بما آتيتني وتزيدني علماً أنتفع به وأنفع به عبادك، ويكون لي زخراً في ميزان حسناتي.

وبعد شكر المولى عز وجل أتوجه بخالص الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى الأستاذ الدكتور/ محمد رزق البحيري الذي لم يدخر وسعاً في بذل الجهد والوقت والعطاء، فكان بحق المعلم الفاضل والموجه والمرشد، فقدم لي الكثير من التوجيهات والإرشادات التي تخدم البحث العلمي وتطوره، فكان خير مثل يحتذى به في الدقة والإخلاص والتفاني في العمل، فجزاه الله عنى كل خير.

كما لا يسعني أن أخص بأسمى عبارات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل للأستاذة الدكتورة/ ليلى أحمد كرم الدين أدام الله عليها الصحة والعافية وجزاها الله كل الخير، حيث كانت نعم الأستاذة الفاضلة والأم المرشدة التي أعاننتني بصبرها وتواضعها حيث كانت لها توجيهات علمية سديدة ومعاملات إنسانية راقية قادت هذا البحث إلى النور، فلا أجد من الكلمات ما يعبر عن تقديري وإمتناني للجهد الذي بذلته معي.

فأسأل الله العليّ القدير أن يوفيهما خير الوفاء، وأن يجزيهما خير الجزاء.

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير لكل من أ.د/ أسماء عبد العال الجبري أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس، وأ.د/ نعمه سيد خليل أستاذ علم النفس - كلية الآداب - جامعة الأزهر. على تفضلهما بالموافقة على مناقشتي في هذه الدراسة وهو ما سوف يثرى بحثي، فلهما جزيل الشكر والتقدير.

كما لا يفوتني في هذا المقام التقدم بجزيل الشكر والعرفان لكل فرد ساعدني في تحقيق هذا العمل.

فأتوجه بالشكر إلى والدي العزيز الذي كلفه الله بالهبة والوقار .. الذي علمني العطاء بدون انتظار.. الذي أحمل أسمه بكل افتخار .. أرجو من الله أن يمد في عمره ليرى ثماراً قد حان قطافها بعد طول انتظار وسيبقى كلماته نجوم أهتدي بها اليوم وفي الغد وإلى الأبد.

وكما أتوجه بالشكر إلى والدي الحبيبة التي قدمت لي الكثير وتحملتني وأعاننتني على إنجاز هذا العمل وقدمت لي النصح والإرشاد في كثير من الموافق الصعبة التي واجهتني أثناء القيام بهذه الدراسة فلا أجد من كلمات الشكر ما يعبر عن إحساسي بفضلها فلا أستطيع إلا أن أدعو لها بدوام الصحة والعافية وجزاها الله عنى كل خير.

وأتقدم بالشكر إلى أخي الوحيد "محمد" على ما أحاطني به من حب واحترام ومساعدة في إنجاز هذا العمل حيث قدم لي أخي المساعدة والعون في كثير من الأمور ولم يتخلى عنى في أي خطوة فهو نعم الأخ، وكل الشكر والحب لزوجته فهي بمثابة الأخت التي طالما دعت لي بالخير ليحقق الله لي ما أتمناه جزاهم الله عنى كل خير ووفقهم في كل أمور حياتهم وبارك لهم في إبنهم يزن الحفيد الأول وقرة عين العائلة.

وأخص بالشكر الأستاذة "تاهد إبراهيم" مديرة روضة مدرسة الشهيد إسلام مشهور بإدارة النزهة التعليمية أشكرها جزيل الشكر علي ما قدمته لي من دعم ورعاية جزاها الله عنى خيرا فكانت نعم الأخت والمديرة جعله الله في ميزان حسناتها ورفع الله قدرها وأشكر الأستاذة فاتن فاروق زميلتي الغالية معلمة

رياض الأطفال التي أتعلم منها الكثير أشكرها جزيل الشكر على كل ما قدمته جزاها الله خير الجزاء. كما أخص بالشكر أبنائي عينة الدراسة من مدرسة الشهيد إسلام مشهور على حرصهم والتزامهم وتفاعلهم أثناء الجلسات وبعدها.

فليس لي أن أدعي تفردى بإنجاز هذا العمل دون مساعدة من علماء أجلاء، وأهل صابرين فضلاء، وأصدقاء أوفياء، بذلوا ما في وسعهم من البدء إلي المنتهي، وعملاً بقول رسول الله (ﷺ) (لا يشكر الله من لا يشكر الناس) (أخرجه الترمذي وأبو داود).

وفى الختام أرجو أن يلتمس لي العذر، كل من أطلع على هذه الدراسة ووجد فيها قصوراً، فإنها مجرد اجتهاد والكمال لله وحده لا شريك له، له ملكوت السموات والأرض وهو العليم الخبير.

الباحثة

أولاً- قائمة الموضوعات

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| ٢٣-١٥ | الفصل الأول مدخل الدراسة |
| ١٥ | مقدمة |
| ١٧ | مشكلة الدراسة |
| ١٩ | هدفا الدراسة |
| ٢٠ | أهمية الدراسة |
| ٢١ | مفاهيم الدراسة |
| ٢٢ | محددات الدراسة |
| ٦١-٢٥ | الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة |
| ٢٥ | تمهيد |
| ٥٦-٢٥ | المحور الأول: اليقظة العقلية |
| ٢٥ | - تعريف اليقظة العقلية |
| ٢٨ | - النظريات المفسرة لليقظة العقلية |
| ٣٣ | - مكونات اليقظة العقلية |
| ٤٤ | - أهمية اليقظة العقلية |
| ٤٩ | - سمات مرتفعو اليقظة العقلية |
| ٦١-٥٦ | المحور الثاني: طفل الروضة |
| ٥٦ | - تمهيد |
| ٥٧ | - تعريف طفل الروضة |

| الصفحة | الموضوع |
|---------|--|
| ٥٧ | - ميول الأطفال في مرحلة الروضة |
| ٥٧ | - مواصفات البيئة الداعمة للتعلم |
| ٦١ | - تعقيب عام على الإطار النظري |
| ٧٥-٦٣ | الفصل الثالث دراسات سابقة |
| ٦٣ | تمهيد |
| ٦٣ | أولاً- دراسات تناولت اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة |
| ٧٢ | ثانياً- تعقيب على الدراسات السابقة |
| ٧٤ | ثالثاً- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة |
| ٧٥ | رابعاً- فروض الدراسة |
| ١٠٨-٧٧ | الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها |
| ٧٧ | تمهيد |
| ٧٧ | أولاً- منهج الدراسة |
| ٧٨ | ثانياً- عينة الدراسة |
| ٨٢ | ثالثاً- أدوات الدراسة |
| ١٠٧ | رابعاً- إجراءات تطبيق أدوات الدراسة |
| ١٠٨ | خامساً- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة |
| ١٢١-١١٠ | الفصل الخامس عرض نتائج الدراسة ومناقشتها |
| ١١٠ | تمهيد |

| الصفحة | الموضوع |
|---------|--------------------------------------|
| ١١٠ | أولاً- نتائج الفرض الأول |
| ١١٣ | ثانياً- نتائج الفرض الثاني |
| ١١٦ | ثالثاً- نتائج الفرض الثالث |
| ١١٨ | رابعاً- نتائج الفرض الرابع |
| ١٢٠ | خامساً- توصيات الدراسة |
| ١٢١ | سادساً- البحوث المقترحة |
| ١٤٥-١٢٣ | مراجع الدراسة |
| ١٢٣ | أولاً- المراجع العربية |
| ١٣١ | ثانياً- المراجع الأجنبية |
| ١٥٢-١٤٧ | ملخص الدراسة باللغة العربية |
| ١٥٧-١٥٣ | ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية |

ثانياً- قائمة الجداول

| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|---------------|--|---------------|
| ٧٩ | متوسطا الرتب ومجموعهما وقيمتا (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر (ن=٢٠). | ١ |
| ٧٠ | متوسطا الرتب ومجموعهما وقيمتا (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في الذكاء (ن=٢٠). | ٢ |
| ٧١ | متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالتها بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (ن=٢٠). | ٣ |
| ٧١ | متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اليقظة العقلية لطفل الروضة (ن=٢٠). | ٤ |
| ٨٩ | طريقتي حساب ثبات مقياس اليقظة العقلية للأطفال | ٥ |
| ٩٠ | المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين الأطفال عمر (٥-٦) سنوات والأطفال عمر (٩-١٢) عامًا على مقياس اليقظة العقلية للأطفال. | ٦ |
| ٩١ | بنود مقياس اليقظة العقلية لدى طفل الروضة. | ٧ |
| ١١٠ | متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالتها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس اليقظة العقلية للأطفال. | ٨ |
| ١١١ | المتوسطات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة من أطفال الروضة على مقياس اليقظة العقلية للأطفال في القياس بعد تطبيق البرنامج. | ٩ |