



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



HANAA ALY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

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



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيداً عن الغبار



HANAA ALY



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

تحسين ضبط الذات لتخفيق القلق الاجتماعي لدى الراشدين المعاقين حركياً

رسالة مقدمة للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في الآداب

(تخصص علم نفس)

إعداد

سالي صبري رزق على الغمام

إشراف

أ.د/ هيا صابر شاهين

استاذ الصحة النفسية - كلية البنات -

جامعة عين شمس

أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس - ووكيل كلية الدراسات

العليا للطفولة - جامعة عين شمس



جامعة عين شمس
كلية البنات للأداب والعلوم والتربيه
قسم علم النفس

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص في / م و تتكون 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 / ٢٠٢١م
دكتوراه

أ.د/ وكيلة الكلية

مدير الإدارة

الموظف المختص



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

اسم الباحث: سالي صبري رزق علي الغنام.

عنوان الرسالة: تحسين ضبط الذات لتخفييف الفلق الاجتماعي لدى الراشدين المعاقين حركياً.

الدرجة العلمية: دكتوراه الفلسفة في الآداب.

القسم التابع: علم النفس.

الكلية: كلية البنات للآداب والعلوم والتربية.

الجامعة: عين شمس.

عام التخرج: ٢٠١٠ م.

عام التسجيل: ٢٠١١ م.

عام المنح: ٢٠٢١ م.



جامعة عين شمس
كلية البنات للأداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

عنوان الرسالة: تحسين ضبط الذات لتخفييف القلق الاجتماعي لدى الراشدين المعاقين حركياً.

أسم الباحث: سالي صبري رزق علي الغنام.

الدرجة العلمية: دكتوراه الفلسفة في الآداب (علم نفس).

لجنة الإشراف:

أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفلة - جامعة عين شمس.

أ.د/ هيام صابر شاهين

أستاذ الصحة النفسية - كلية البنات - جامعة عين شمس.

الدراسات العليا:

اجتازت الرسالة بتاريخ

م / /

ختم الإجازة:

م / /

موافقة مجلس الجامعة

م / /

موافقة مجلس الكلية

م / /



مستخلص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي في تحسين ضبط الذات لخفيف القلق الاجتماعي لدى عينة من الراشدين المعاقين حركياً، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) من الراشدين المعاقين حركياً ممن تراوحت أعمارهم ما بين (٤٠-٥٩) سنة، وتم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين: المجموعة التجريبية وتكونت من (١٠) من الراشدين المعاقين حركياً وتم تطبيق البرنامج عليهم، والمجموعة الضابطة وتكونت من (١٠) من الراشدين المعاقين حركياً، ولم يتم تطبيق البرنامج عليهم، وتم الاستعانة بالأدوات التالية: مقياس رافن للذكاء (تعريب: فؤاد أبو حطب وآخرون، ٢٠٠٣)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي القافي (إعداد: محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ومقياس ضبط الذات للراشدين المعاقين حركياً (إعداد: الباحثة)، ومقياس القلق الاجتماعي للراشدين المعاقين حركياً (إعداد: الباحثة)، وبرنامج تحسين ضبط الذات للراشدين المعاقين حركياً (إعداد الباحثة)، وتم استخدام المنهج التجريبي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج في تحسين ضبط الذات ومن ثم تخفيف القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة (المجموعة التجريبية).

الكلمات المفتاحية: ضبط الذات - القلق الاجتماعي - الإعاقة الحركية.

Study Abstract

This study aimed to verify the effectiveness of a counseling program in improving self-control to reduce social anxiety among a sample of physically disabled adults. The study sample consisted of (20) physically disabled adults whose ages ranged between (40-59) years. It was divided into two groups: the experimental group consisted of (10) of the physically disabled adults, and the program was applied to them, and the control group consisted of (10) of the physically disabled adults, and the program was not applied to them, and the following tools were used: Raven Intelligence Scale (Arabization: Fouad Abu Hatab et al., 2003), a scale of socio-economic and cultural level (prepared by: Mohammed Zafan and Doaa Khattab, 2016), a scale of self-control for physically disabled adults (prepared by: the researcher), a scale of social anxiety for physically disabled adults (prepared by: researcher), and a program for improving self-control for physically disabled adults. (prepared by the researcher), the experimental method was used, and the results of the study showed the effectiveness of the program in improving self-control and then reducing social anxiety among the study sample (the experimental group).

Keywords: Self-control - Social Anxiety – Physical Disability.

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله اللطيف الرءوف العظيم المنان، الحمد لله الذي أعن ووفق، أحمده حمد الشاكرين، وأسأله علمًا نافعًا، ورزقًا واسعًا، وقلبًا خاشعًا، ولسانًا ذاكراً، والصلة والسلام على سيد البرية، ومعلم البشرية، ومحررها من ظلمات الجهل إلى نور المعرفة، الرحمة المهدأة، والنعمة المسداة، وصاحب الخلق العظيم محمد بن عبد الله، فالله صل وسلم وبارك عليه وعلى أزواجه وأصحابه عدد حبات الرمال، وعدد أوراق الأشجار، وعدد أمواج البحار، وعدد ما أظلم عليه الليل، وما أضاء عليه النهار. وبعد:

فلا يسعني إلا أن أقدم بأسمى آيات الشكر العظيم والتقدير الجميل والعرفان الجليل والوفاء بالجميل إلى **الأستاذ الدكتور / محمد رزق البحيري**. أستاذ علم النفس ووكيل كلية الدراسات العليا للطفلة بجامعة عين شمس والمشرف على الرسالة؛ لما قدمه للباحثة من عنون صادق وجهد، وما أولاه من رعاية وإهتمام وإضافات منذ أن طرحت فكرة الرسالة، فوجدت فيه القدوة والمثل، وخلق الأستاذ، ولمست فيه سعة الصدر، وسداد الرأي، وحسن الخلق وكان لتوجيهاته السديدة، وملحوظاته الدقيقة أثر كبير في إنجاز هذا العمل، ولم يدخل على بوقته وجهه وعلمه، فله مني عظيم الإمتنان والشكر، فأسأل العلي القدير أن يجزيه عنى خير الجزاء وأن يبارك في عمره وعلمه وأسرته، وأن يحفظه من كل هم ومكروه إنه على ما يشاء قادر.

وإنه لمن دواعي سروري أن أقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى **الأستاذة الدكتورة / هيا صابر شاهين**. أستاذ الصحة النفسية بكلية البنات جامعة عين شمس، والمشرف على الرسالة؛ على تواضع العلماء والعلم الغزير والفضل والنبل والخلق العظيم، فمن تمام شكر العبد لربه أن يشكر ذوي الفضل وأهل العون تقديرًا لكل مجهد واعترافًا بكل فضل، فأسأل الله لها دوام الخير وال توفيق، فالله أجزها عنى خير الجزاء وأسأل الله سبحانه وتعالي أن يمتعها بالصحة والعافية.

وإنه لمن دواعي سروري أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى الأستاذة الدكتورة / شادية أحمد عبد الخالق. أستاذ علم النفس التعليمي بكلية البنات جامعة عين شمس لتفضيل سيادتها بقبول مناقشة هذه الرسالة رغم ضيق وقتها وكثرة أعبائها، وعلى ما لمسته فيها من تواضع العلماء ورقى الأخلاق، وفقه الحكماء ورزانة النبغاء وسعة الصدر، فلها تقديرني وإحترامي، وأسأل الله العظيم رب العرش الكريم أن يجزها عني خير الجزاء وأن يمتعها بوافر الصحة والعافية.

وإنه لمن دواعي سروري وعظيم إمتناني وسعادة كياني وفرحة وجاني أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور/ السيد فهمي علي. أستاذ علم النفس بكلية الآداب جامعة المنصورة على تفضيل سيادته بقبول مناقشة هذه الرسالة، رغم ضيق وقته وكثرة أعبائها وعلى ما لمسته فيه من تواضع العلماء والعلم الغزير والخلق العظيم، فاللهم أجزه عني خير الجزاء وأسأل الله سبحانه وتعالى أن يمتعه بالصحة والعافية.

إلى بؤرة النور التي عبرت بي نحو الأمل والأمانى الجميلة، وإنسع قلبه ليحتوي حلمي حين ضاقت الدنيا، فروض الصعاب من أجله، وعلمني معنى أن نعيش من أجل الحق والعلم لنظل أحياء حتى لو فارقت أرواحنا أجسادنا، ولطالما تفطر قلبه شوقاً، وحنت عيناه لرؤيتي متقلدتاً شهادة الدكتوراه،وها هي يا أبي سأقدمها بين يديك بإذن الله وقلبي متقطراً شوقاً لك.

إن أبي عاش من أجلنا من أجل أن نحيا حياة كريمة في بيته كريماً، وفي أحضان علماء نافعاً كريماً ومن أجل أن أمتثل أمماه اليوم برسالتى التي يشهد كل حرف فيها بأنه سبب في وجودها وسبب في خلودها في مدارك العلم بإذن الله.

ولقد كان أرضاوك دائماً يا أبي جزءاً من طموحي وجزءاً من سيري في طريق الدكتوراه حتى ترى ثمرة جهداً وطيب غرساك، فلقد كنت لي الحياة، ولقد أرضاني الله فيك يا أبي، فهل رضيت عنـي؟

إلى التي تمنهن الحب وتغزل الأمل في قلبي، لطالما كانت دعواتها تساندني، وتبقى أمنياتي على وشك التحقق طالما يدها في يدي، ولطالما كانت دائماً تخطف التعب والألم من قلبي وتتوفر لي الراحة، وعندما تكسوني الهموم ألجأ إلى حبها وحنانها ليخفف بل ويزيل من آلامي، إلى أمي التي مهما كبرت فسابقي طفاتها التي تكتب أسمها على دفتر قلبها ساعة حزنها وتهتف بفضلها حين تقدم في علمها وعملها درجات، لكي يا والدتي الحبيبة يا سيدة القلب والحياة أهديكي رسالتي لتهديني الرضا والدعاة.

إلى من صبر على شهوراً طويلاً كنت فيها معتكفتاً على البحث والدراسة، إلى من وسعني في السراء والضراء، وكان دائماً بمنزلة المحرك لي على إتمام هذا العمل وفي تذليل عقباته وصعابه، فلم يدخل على بجهده ووقته، وكان لي خير حافز إلى زوجي الغالي (عبد الكريم عبد الحميد بسيونى)، أعطاه الله الصحة والعافية وجعله قرة عين لي في الدنيا والآخرة.

إلى طفلي وقرة عيني وفلذة كبدي (أحمد، وأسيل) اللذان إنشغلت عنهم كثيراً برسالتي وكانوا لي الأمل والبهجة في حياتي، وإنني والله لأرى النور والمستقبل المشرق في عينيكما الدافترين وأرى فيكما ما أنا مقبلتاً عليه من تقدم ورقي في درجات العلم، أسأل الله العظيم أن يبارك لي فيهما، ويعطيهما بالصحة والعافية، والتوفيق والنجاح في حياتهما.

كما أتوجه بالشكر إلى أخي الكبير الدكتور / أيمن صبري الغنام. الذي كان لي بمثابة خير سند في إتمام هذا العمل، فأسأل الله له دوام المهدية والتوفيق.

وأقدم شكري الجزيل وفيض محبتني إلى جميع أفراد أسرتي أخواتي الأعزاء (سهام، أمانى، رزق، سارة) الذين وقفوا إلى جانبى وشدوا أزرى، فكانوا لي بعد المولى - عز وجل - العون والمدد، فلهم عظيم الشكر والتقدير، وجزاهم الله عنى خير الجزاء.

كما أبعث ببرقية حب وحنان إلى أحبائي، وقرة عيني (أشرف، ياسمين، محمد)
خالد صلاح، و(أحمد، ندى، منه، عبد الفتاح) حاتم الشافعي، (يمى) أيمن صبري،
(مالك، مليكة) رزق صبري، و(أحمد، أيسلا) محمد حمدي، و(حيى، مصطفى)
محمد سعد، وأسائل الله العظيم رب العرش الكريم أن ينورهم نباتاً حسناً، ويبارك فيهم.

كما أود أنأشكر كما أود أنأشكر أختي وصديقة دربي (نهلة محمد مصطفى)،
أسأل الله العظيم أن يوفقها في حياتها ويبارك لها في أبنائها.

وأدعوا الله جل وعلا أن يرحم أبي ويدخله فسيح جناته، وأن يجعل هذا العمل
في ميزان حسنات أبي يوم القيمة، وأن يجعله خالصاً لوجهه الكريم.

وفي النهاية لا أدعى أنني قد بلغت الكمال، أو عصمت من الخطأ أو وقعت
من الزلل فالكمال لله وحده، وكل ابن آدم خطاء وخير الخطائين التوابون، وكأن الله قد
أبى العصمة إلا لكتابه الكريم فهذا جهدي بين أيديكم، فإن نال القبول بذلك من فضل
الله علىٰ، فإن أصبت فمن الله، وإن أخطأت فمن نفسي ومن الشيطان.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

الباحثة

الفهرس

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
ب	الأية القرانية
ج - د	مستخلص الدراسة
هـ	الشكر والتقدير
ط	أولاً: قائمة المحتويات
كـ	ثانياً: قائمة الجداول
نـ	ثالثاً: قائمة الأشكال
٢	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
٥	مقدمة
٨	مشكلة الدراسة
٨	أهداف الدراسة
٩	أهمية الدراسة
١٠	التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة
١٣	محددات الدراسة
٣٦	الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة
٦٠	المحور الأول: ضبط الذات
٨٦	المحور الثاني: القلق الاجتماعي
٨٩	المحور الثالث: الإعاقة الحركية
٩٣	الفصل الثالث: دراسات سابقة
٩٤	المحور الأول: دراسات تناولت ضبط الذات لدى المعاقين حركياً.
٩٧	المحور الثاني: دراسات تناولت القلق الاجتماعي لدى المعاقين حركياً.
٩٨	المحور الثالث: دراسات تناولت العلاقة بين ضبط الذات والقلق الاجتماعي.
٩٩	تعقيب عام على الدراسات السابقة
٩٧	فروض الدراسة