البحث الأول

فعالية برنامج تدريبي لتنمية إدارة الذات وخفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات لدى الأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة

إعداد

أسامه عبد المنعم عيد حسن

دكتوراه علم النفس كلية البنات جامعه عين شمس

فعالية برنامج تدريبي لتنمية إدارة الذات و خفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات لدى الأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة

الملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فعالية برنامج تدريبي لتنمية إدارة الذات وخفض فرط الحركة لدى الأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي و تكونت عينة الدراسة من (12) طفل من الاطفال ذوي الاعاقة الفكرية البسيطة المسجلين بجمعية نور الحياة بالزقازيق تراوحت أعمارهم بين (9-12) سنوات بمتوسط حسابي (10.64) ، وقد تم تقسيم العينة بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين (6) تجريبية (6) ضابطة ، واستخدمت الدراسة أدوات مقياس ستانفورد بينيه الصورة الخامسة تقنين فرج (2011) ، مقياس ادارة الذات إعداد الباحث ، مقياس فرط الحركة إعداد الباحث ، البرنامج التدريبي للأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة إعداد الباحث ، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق بين المجموعتين الضابطة التجريبية في تنمية إدارة الذات بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية ، و عدم وجود فروق بين القياسين البعدي و التتبعي للمجموعة التجريبية مما يدل على استمرارية أثر البرنامج في تنمية إدارة الذات ، و وجود فروق بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في خفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية ، و عدم وجود فروق بين القياسين البعدي و التتبعي للمجموعة التجريبية مما يدل على استمرارية أثر البرنامج في خفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات ، وتوصى الدراسة بتعميم النتائج من تعميم لبرامج تنمية إدارة الذات للأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة ، واستثمار ذلك في خفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات.

الكلمات المفتاحية : البرنامج التدريبي، إدارة الذات ، خفض فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات ، الاطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة

The effectiveness of a training program to develop self-management and reduce hyperactivity and concomitant disorders in Children with mild intellectual disability

Abstract

The study aims to reveal the effectiveness of a program to improve self-management and reduce Hyperactivity of Children with mild intellectual disability. The current study relied on the experimental approach which depends on the design of the two experimental groups The sample of the study consisted of (12) children with mild intellectual disability who were registered with the Association of nor al hayt in Zagazig, whose ages ranged between (9-12) years with an average of (10.64) and their intelligence level of (50-70). They were divided into two groups, one of which is an experimental group consisting of (6) children, the training program was applied to it, and the other was a control group consisting of (6) children who did not receive any training Stanford-Binet fifth version. (translated and standardized by Safwat Faraj, (2011) the self-management scale prepared by the researcher, and the hyperactivity scale prepared by the researcher The results of the study resulted in the presence of Statistically significant differences between the control group and the experimental group in self-management after the application of the program for the benefit of the experimental group the absence of statistically significant differences between the post and pre measurements of the experimental group in self-management which indicates the continuity of the program's impact on improving self-management and the presence of statistically significant differences between the control group and the experimental group in Hyperactivity after applying the program for the experimental group There are no differences between the post and tracer measurements of the experimental group, which indicates the continuity of the program's impact in reducing hyperactivity and its associated disorders . The study recommends generalizing the results, generalizing development programs for self-management, and reducing hyperactivity and its associated disorders for children with mild intellectual disabilities.

Key words: : Training program**,** Hyperactivity, self-management , Children with mild intellectual disability

مقدمة:

تُعد الاضطرابات السلوكية وبخاصة فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه والاندفاعية من الظواهر الواضحة والمنتشرة في سلوك ذوى الإعاقة الفكرية حيث يُظهر الطفل اضطرابًا في التوازن الحركي أو المشي أو صعوبة البقاء في مكان واحد وصعوبة في القبض على الأشياء بالطريقة المألوفة عند الأطفال العاديين الذين يماثلونه في مستوى الذكاء و العمر الزمني كما قد يتصف غالبًا بتشتت الانتباه وضعف في مرونة ومدى الانتباه وسرعة الانفعال والانفجار بالإضافة الى الاندفاعية التي تصل الى حد الطيش والتهور وتهدد سلامته وأمنه .

ولعل ذلك يرجع إلى أن الجهاز العصبي لدى الأطفال المعاقين فكريًا الذين يعانون من فرط الحركة مليء بالضوضاء والتنبيهات الداخلية ، كما أن لديهم ضعف في القدرة على تنظيم المنبهات في الذاكرة قصيرة المدى استعداداً للاستجابة لمصدر التنبيه مما يؤدي إلى ضعف الكفاءة المعرفية لديهم مقارنة بالأطفال ممن هم في مستوى ذكائهم لكن لا يعانون من فرط الحركة (Heidrun and Albert, 2010) .

ولهذا فهم غالبًا يخلطون بين المثيرات ، ولا ينجزون المهام بسرعة ، ولا يستطيعون استيعاب التعليمات ، ويتصفون بتكرار الأخطاء، وبالاندفاعية مقارنة بمن هم في مثل عمرهم الزمني مما يعرضهم لأخطار كثيرة ونفور من حولهم منهم (عبدالعزيز، 2012) .

وتلك الاندفاعية تجعل الطفل طائشًا شرسًا لا يبالي بالخاطر و لا يلتفت لسلامة نفسه سواءً في الالعاب او في المشي في الشارع أو حتي في البيت دائما هو عرضة للمخاطر، كما لها تأثير علي علاقته بزملائه فلا يألفه أحد من زملائه بل ينفرون منه دائما و لا يفضلون اللعب معه إلا من كان على شاكلته ، و قد يصفه بعضهم بالطفل المشاغب مما يجعله هدف لتنمر الاخرين عليه (السويلم ، 2010) .

كما أن فرط الحركة لدي المعاق فكريًا تجعل منه عاجزًا عن التحكم في تصرفاته وأفعاله وعن إدارة ذاته أو الحكم على أفعاله بل هو مسار توجيه دائمًا من الأخرين ، ولكنه في حاجة إلي تقدير أفعاله ونتائجه وأن يكون هو رقيب على نفسه ولن يتحقق ذلك إلا بالتدريب المباشر علي ادارة ذاته (مطر و مسعد ، 2018) .

وعن أهمية التدريب كأسلوب علاجي فعال فى خفض فرط الحركة وما يصاحبها من أعراض فقد أشارت دراسات عديدة الى ذلك فقد استخدمه مرسي (2017) فى تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة وخفض نشاطهم الزائد وما يصاحبه من أعراض.

واستعمله حسن (2013) فى خفض نقص الانتباه وفرط الحركة والاندفاعية لدى عينة من المعاقين فكريًا واستخدمه ستشولزى (2016) Schulze لتنمية إدارة الذات لدى الطلبة المعاقين فكريًا .

مشكلة الدراسة:

من خلال الخبرة العملية للباحث لاحظ وجود سلسلة من الاضطرابات مرتبطة مع بعضها البعض علي رأسها أو الاساس لها فرط الحركة فالطفل المصاب بفرط الحركة يتحرك باستمرار ولذلك فهو مشوش مفتقد الي التركيز ويعاني من تشتت الانتباه ، واذا انتباه الي شيء فهو عنيد يتمسك به وقد يكون عدواني في تمسكه بالشيء الذي ينتبه له ، مصحوب بضعف استعمال اللغة لأنه يعتمد علي الحركة للتعبير، ولتشتت الانتباه لديه فهو غالبًا مصحوب بالسلوك الفوضوي لان الطفل يحتاج لبعثرت الاشياء ليراها حتي ينتبه لها ومع تلك الحركة الذائدة فهو مندفع لا يهدأ ولا يفكر في العواقب ، واذا أضفنا الي كل ذلك الاعاقة الفكرية فنحن أما اضطراب واضح جلي يحتاج الي تدخل سلوكي عاجل .

و تشير الدراسات إلى أن " نسبة المعاقين فكريًا من (3:2,5%) من إجمالي السكان في العالم ويلاحظ أن هذا العدد لا يلاقى العناية الكافية به والتي تؤهله للاندماج في المجتمع ، وتشكل نسبة الدرجة البسيطة منهم (80%) تقريباً من الحالات وتتراوح نسبة ذكائهم من (55 : 70) درجة وتبدو هذه الفئة في معظم الحالات كالعاديين ، حيث يمكنهم الوصول إلي الصف السادس في بعض الجوانب الأكاديمية " (محمد ، 2015) .

وبالاستناد إلى الدليل الخامس لتشخيص الاضطرابات النفسية DMS-5، يجب توفر ثلاثة شروط لتشخيص الحالة على أنها إعاقة عقلية :

1- عجز في القدرات الفكرية العامة،

2- قيود ملحوظة تحد من مجال أو أكثر من مجالات السلوك التكيفي في بيئات متعددة (يتم قياسها من خلال مقياس للسلوكيات التكيفية، مثلا: مهارات التواصل، مهارات مساعدة الذات، المهارات الشخصية، وغيرها).

3- بالإضافة إلى دليل على ظهور القيود في الطفولة أو المراهقة قبل سن(18) سنة .

ويوجد ثلاث فئات خاصة بالأشخاص المعاقين فكريًا وفقًا نسبة الذكاء على مقياس ستانفورد بينيه

1- قابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين (55-70) درجة .

2- أشخاص لهم قدرة على التدريب وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين (40-55)

3- أشخاص شديدي الإعاقة تتراوح درجته ذكائهم (40) فأقل (حسن ، محمد ، 2018) .

الطفل المعاق وفرط الحركة:

و وفقًا لتحليل البيانات التي تم جمعها من خلال المسح الوطني للمقابلات الصحية بالولايات المتحدة ، فإن معدلات انتشار اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه المُشخص بين الأطفال والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (4 :17) عامًا في العشرين سنة الماضية هي (7 , 7) . (Xu , 2018)

ولعل اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه بالإضافة الى ما يصاحبه من اندفاعية يمكن اعتباره ظاهرة عالمية في كندا والمملكة المتحدة والدول الاسكندنافية والصين والهند . ((Matthew, 2017

و لو وضعنا في الاعتبار أن تلك النسبة عند الطفل المعاق فكريًا أكثر منها في الطفل السوى لظهر مدى الضيق والتوتر الإزعاج الذى يلحق المحيطين بالطفل ، حيث يعاني من هذه المشكلة الآباء والمعلمون والطلاب ، وتقف هذه المشكلة عائقاً يقلل من استفادة الطفل من البرامج التربوية بوجه خاص ، والبرامج الأخرى بوجه عام (حسن ، 2021) .

ووفقاً للدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات الفكرية (The Diagnostic and Statistical Manual) الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي (DSM- 5) فان معايير اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد للاضطرابات الفكرية هي ظهور ستة أعراض أو أكثر، واستمرارها لمدة ستة أشهر على الأقل ، وظهورها بعمر مبكر، وتندرج هذه الأعراض في ثلاثة مجالات هي : عجز الانتباه (Inattention) ، والنشاط الحركي الزائد (Hyperactivity) ، والعرض الثالث لهذا الاضطراب هو الاندفاعية (Impulsivity) ويندرج تحت الأعراض الثلاثة التفصيلية بنود منها الصعوبة في الحفاظ على الانتباه خلال أنشطة اللعب ، والفشل في الانتباه للتفاصيل، والإهمال في أداء الواجبات المدرسية ، وتجنب الأنشطة التي تتطلب جهداً فكريًا، والضعف في الإنصات ، وفقدان الأشياء اللازمة لأداء المهام والأنشطة المدرسية ، وترك المقعد واماكن الجلوس بشكل متكرر، وصعوبة ممارسة اللعب بهدوء ، والتحدث بشكل مفرط بدون استئذان (DSM 5 , 2013) .

تشتت الانتباه :

وهو يعنى " عدم ثبوت انتباه الحواس أو بعضها على بؤرة واحده معينه ، و حتي اذا حدث ثبوت للانتباه فنهاك ضعف في مدى الانتباه ، حيث يقصد بمدى الانتباه : الفترة الزمنية التي يستطيع الطفل تركيز انتباهه فيها على مصدر التنبيه واذا تم ذلك فهناك مرحلة ثالثة من التشتت وهي مرونة الانتباه اي السعة الانتباهية لدى الأطفال بمعني عدم قدرة الطفل على الانتباه لأكثر من منبه في وقت واحد ، و التي يراها شورم(Schworm , 1979) بأنها أساس عملية التعلم " (حسن ،2021) .

الاندفاعية

يعتبر الاندفاع من أعراض فرط الحركة عند الأطفال، حيث يدل هذا الاندفاع بأن الطفل لديه سلوكيات متهورة بشكل مفرط تشمل : كثرة الكلام والثرثرة ، مضايقة التلاميذ الآخرين في الصف ، التصرف بسذاجة، فتراه أخرقًا وفوضوي في تصرفاته ، التهور وسهولة الإثارة والافتقار إلى القدرة على ضبط السلوك (Robin , 2016) .

وهذا ما أكدته دراسة القرني (2013) فقد هدفت الى إعداد برنامج سلوكي معرفي والتحقق من مدى فاعليته في خفض حدة النشاط الزائد المصحوب بتشتت في الانتباه لدى عينه من الأطفال المتخلفين فكريًا القابلين للتعلم ، تكونت عينة الدراسة من (14) طفلا تم توزيعهم بالتساوي بطريقة عشوائية على مجموعتين تجريبية و ضابطة و أسفرت النتائج عن انخفاض فرط الحركة وتشتت الانتباه لدى المجموعة التجريبية وبقاء أثر التدريب بعد تطبيق البرنامج.

وأما دراسة حسن (2013) فقد هدفت إلى خفض نقص الانتباه وفرط الحركة والاندفاعية لدى عينة من المعاقين فكريًا متوسطي الإعاقة الفكرية تكونت عينة الدراسة من (20) طفلًا وطفلة تم تقسيمهم إلى (10) مجموعة تجريبية و(10) مجموعة ضابطة وأعمارهم ما بين(8–12) سنوات، و أسفرت نتائج الدراسة على أنه وجود فروق بين درجات المجموعة الضابطة و التجريبية بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية مع بقاء أثر التدريب لدى المجموعة التجريبية في القياس التتبعي بعد شهرين من تطبيق البرنامج .

وأما دراسة باكهم و اخرون (Bigham et al, 2013) فقد هدفت الى ملاحظة الاندفاع لدى الأطفال الذين ذوى اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ، وتم عرض الاستبيان أداة الدراسة على أباء (28) طفلا وجاءت نتائج الاستبيان تأكيد الاباء أن الاندفاعية الشديدة لدى ابنائهم متلازمة مع فرط الحركة وتشتت الانتباه .

وأما دراسة عبد العزيز (2015) فقد هدفت إلى استقصاء فاعلية استخدام أسلوبي التعزيز الإيجابي والتوبيخ في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة من الاطفال ذوي الإعاقة الفكرية ، تكونت عينة الدراسة من (30) طفلا من ذوي الإعاقة الفكرية ، وتم توزيعهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين و ثالثة ضابطة وأسفرت النتائج عن وجود فروق لصالح المجموعة المجموعتين التجريبيتين في القياس البعدي في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد و وجود فروق لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت التعزيز عن المجموعة التجريبية التي استخدمت التوبيخ .

وهدفت دراسة شاكر وسليمان Shakir and Sulaiman (2016) إلى معرفة مدى انتشار اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه وأسبابه و أُجريت الدراسة بين (400) طفل في اربيل بكردستان تتراوح أعمارهم بين أكثر من ست سنوات و كان معدل انتشار اضطراب فرط الحركة و نقص الانتباه (8.75٪) وارتبط انتشار (ADHD) بشكل كبير مع التخلف الفكري.

وهدفت دراسة مرسي (2017) إلي تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة وخفض نشاطهم الزائد و تكونت عينة الدراسة من (10) أطفال من ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة أعمارهم ما بين (9–11) سنة توصلت نتائج الدراسة إلي فعالية التدريب في تنمية التفاعل الاجتماعي وخفض النشاط الزائد لدى الاطفال ذوي الإعاقة الفكرية .

واما دراسة فالتوفناس واخرون Valdovinos et al (2019) فقد هدفت لرصد أنماط السلوك لثلاثة أفراد معاقين فكريًا تم جمع البيانات من الملاحظات الأسبوعية لمدة ساعة واحدة على مدار عدة أشهر بالإضافة إلى مقاييس فرط النشاط وما يصاحبه من اضطرابات وقد اوضحت النتائج تلازم الارتباط بين الإعاقة الفكرية وفرط النشاط بما يسمي الاضطراب ثنائي القطب .

إدارة الذات :

وعلى الرغم من أهمية تناول إدارة الذات فى البيئة العربية إلا أن هناك ندرة شديدة فى استخدام مفهوم إدارة الذات فى مجال تعديل السلوك ، حيث أن إدارة الذات لها الكثير من المزايا فى تخفيف حدة الضغوط النفسية والقلق والإحباط والتوتر وارتفاع مستوى الإنجاز ، وذلك يساهم فى تحسين الأداء وتنمية الابتكار والأبداع (توفيق ، 2015) .

و تُعرف إدارة الذات بانها "عبارة عن مصطلح سيكولوجى يستخدم لوصف عملية الانجاز الشخصى الذاتى " (Myghan , 2004) .

كما تُعرف" بأنها عملية تتطلب من الفرد ملاحظة سلوكه الخاص والمواقف والأسباب التي تؤدى إلى ظهور هذا السلوك وكذلك أدراك الفرد النتائج سلوكه "(Schulze , 2016).

مكونات مراقبة الذات :

إجراءات إدارة الذات :

يستخدم مصطلح " إجراءات "عند التحدث عن الخطوات المستخدمة فى التدريب

الإجراء الأول : مراقبة الذات وهي اول خطوة في ادارة الفرد لذاته و تشمل

أ) ملاحظة الذات ب) التسجيل الذاتي

الإجراء الثاني : تقويم الذات

هو مهارة الضبط الذاتى الذى يشمل على الإجراءات : (اختيار الهدف السلوكى – التخطيط لمهارة التسجيل الذاتى : إذا كان أدى الهدف السلوكي أم لا و وضع علامات في صحيفة المراجعة ليدل على هذا الأداء – التغذية المرتدة – التعزيز) (Omolayo , 2009) .

الإجراء الثالث : التدعيم الذاتي

التدعيم الذاتي يُستخدم في التحكم الذاتي فى السلوك ، و فى برامج المكافأة والعقاب الذاتي .

الإجراء الرابع : التوجيه الذاتى

ويتدرب الفرد على التعلم اللفظي من خلال أن يذكر نفسه بطريقة مستمرة ما هو الصحيح والمرغوب فيه وبهذا الأسلوب فالفرد يمد نفسه بتغذية رجعية لفظية عن هذا السلوك (Heidrun and Albert , 2010) .

وهذا ما اكدته دراسة بنجامين و كريستوفر (2009) Kristofer and Benjiamen فقد هدفت علي التركيز على إدارة الذات للشخص المصاب بأمراض مزمنة أو ذوي الإعاقة ، واعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي، وخلصت الدراسة إلى أن إدارة الذات فعالها في جوانب السلوك للأشخاص من ذوى الإعاقة والامراض المزمنة .

وهدفت دراسة المولى (2011) الى تنمية مهارة إدارة الذات ومهارات الحياة لدى عينة من الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة واستخدمت الدراسة عينة (20) طفلا معاق فكريًا بدرجة بسيطة تم تقسيمهم الى مجموعة ضابطة (10) أطفال مجموعة تجريبية (10) أطفال وأسفرت النتائج عن تحسن مستوى إدارة الذات لدى المجموعة التجريبية وبقاء الأثر بعد التدريب .

وهدفت دراسة سشوزال (2016) Schulze إلى تناول الطرق المختلطة لتنفيذ إجراءات الإدارة الذاتية باستخدام كل من الأساليب الكمية والنوعية للطلاب من ذوى الإعاقة وأسفرت النتائج عن تقدم الطلاب المعاقين في مهارات إدارة الذات وبقاء الأثر بعد التدريب .

وهدفت دراسة ساندجوجو واخرون (2019) Sandjojo et al إلى اثبات فعالية التدريب على الإدارة الذاتية للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية و تكونت العينة من (17) شخصًا من ذوي الإعاقات الذهنية و تشير النتائج إلى أن التدريب يدعم الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية لإدارة شؤونهم اليومية وبقاء الأثر بعد التدريب .

كما هدفت دراسة فريدمان واخرون (2019) Friedman et al للكشف عن فاعلية الإدارة الذاتية للحفاظ على الصحة للأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية والنمائية و تم تحليل البيانات من مسوحات لعينة (1341) لاستكشاف الإدارة الذاتية للصحة و كشفت النتائج أن تأثير الإدارة الذاتية للصحة يمكن أن يكون واسع النطاق بغض النظر عن شدة الإعاقة.

واما دراسة هاريسون واخرون (2020) Harrison, et al فقد هدفت لدراسة تأثير إدارة الذات على ضبط فرط الحركة وتكونت العينة من أربعة أطفال مصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه وخضعوا لتقييم فعالية تطبيق الإدارة الذاتية و أشارت النتائج إلى وجود علاقة وظيفية بين الإدارة الذاتية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه .

من خلال ما سبق يمكن الوصول الي نتائج عديدة منها :

التأكيد علي وجود رابط بين متغيرات الدراسة فرط الحركة وتشتت الانتباه وضعف ادارة الذات.

أكدت الدراسة علي أهمية تنمية ادارة الذات في خفض اضطرابات السلوك .

ومن هنا يمكن بلورت مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي :

ما مدى فعالية برنامج تدريبي في تنمية إدارة الذات و خفض فرط الحركة و ما يصحبها من اضطرابات لدى الأطفال ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة ؟

وتتفرع منه التساؤلات التالية :

1 – هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية و درجات المجموعة الضابطة في ادارة الذات للأطفال في القياس البعدي؟

2 – هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في ادارة الذات للأطفال في القياسين البعدي والتتبعي ؟

3– هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية و درجات المجموعة الضابطة في فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات للأطفال في القياس البعدي ؟

4 – هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في في فرط

الحركة وما يصاحبها من اضطرابات للأطفال في القياسين البعدي و التتبعي ؟

أهداف الدراسة: يمكن صياغة الأهداف في ضوء التساؤلات سالفة الذكر فيما يأتي:

1- بناء برنامج تدريبي لتنمية إدارة الذات كوسيله لتأهيل الاطفال المعاقين فكريًا .

2- خفض فرط الحركة وتشتت الانتباه والاندفاعية لدى الاطفال المعاقين فكريًا.

3- بقاء أثر البرنامج بشكل تتابعى في كلا من إدارة الذات وفرط الحركة .

أهمية الدراسة:-

الأهمية النظرية :-

1- تقدم الدراسة اطارًا أدبيًا في مجال الاعاقة الفكرية تساعد في اثراء البحث العلمي بها .

2- ما تقدمه الدراسة من مادة علمية لمتغيرات الدراسة التي تساعد الباحثين في المجال الاكاديمي.

3- العديد من الدراسات السابقة لمتغيرات الدراسة إدارة الذات و فرط الحركة.

الأهمية التطبيقية

1- بناء أدوات قياس تستعمل في الدراسة وتكون عون للعاملين في المجال .

2- بناء برنامج تدريبي لتنمية إدارة الذات كوسيله لتأهيل الاطفال المعاقين فكريًا .

3- توجه المتغير التابع الاول (إدارة الذات) في خفض فرط الحركة وتشتت الانتباه والاندفاعية لدى المجموعة التجريبية .

4- تقدم الدراسة من خلال نتائجه علمية وتوصيات ومقترحات للعاملين في المجال.

5- بقاء أثر البرنامج بشكل تتابعى في كلا من إدارة الذات وفرط الحركة .

مصطلحات الدراسة:-

1-البرنامج التدريبي "عملية تدريبية مبنية على خطوات محددة الهدف منها إحداث تغيير في المجموعة التجريبية بغرض تعديل سلوكهم او تنمية مهارتهم "(محمد ، 2017)

يُعرفه الباحث اصطلاحيًا على أنه" عملية منظمة ومخططة تهدف إلى تدريب الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة (أعضاء المجموعة التجريبية) من خلال إدارة الذات لخفض فرط الحركة لديهم وما يصحبها من تشتت انتباه واندفاعية .

2-الإعاقة الفكرية البسيطة هي" نقص واضح في القدرات الفكرية نتيجة عوامل وراثية وبيئية وقدرات ذكاء 70 أو اقل على أحد مقاييس الذكاء المقننة يحدث قبل سن الثامنة عشر جعل له أثراً واضحاً على الجهاز العصبي ،مصحوباً بخلل في السلوك التوافقي"(حسن، 2017) .

ويُعرفها الباحث إجرائيًا بانهم الأطفال الذين لديهم قصور في كل من الوظائف الفكرية الذي تتراوح نسبة ذكاءهم بين (50– 70) على مقياس ستانفورد بينية الصورة الخامسة لصفوت فرج (2011) .

3–إدارة الذات :هي " استغلال الطفل لقدراته وإمكاناته بشكل منظم وتوجيهها للحد من السلوكيات اللاتكيفية ، بغرض ضبط سلوكه وذلك بعد تلقى التدريب المناسب على أداء السلوك التكيفى بالشكل المطلوب ، وبالاستعانة ببعض الأدوات والإجراءات المناسبة للطفل ، وللسلوك المراد تعديله " (القراله و أخرون ، 2018) .

يعرفها الباحث إجرائيًا بانها الدرجة التي يحصل عليها الطفل على الاستبانة المستعملة في إدارة الذات في الدراسة .

4–**اضطراب فرط الحركة:** هو ان يظهر الطفل اضطرابا في التوازن الحركي و صعوبة البقاء في مكان واحد وصعوبة في القبض على الأشياء بالطريقة المألوفة عند الأطفال العاديين الذين يماثلونه في العمر الزمني مصحوبًا بتشتت الانتباه والاندفاعية (حسن ، 2021) .

يُعرفه الباحث إجرائيًا : بانه الدرجة التي يحصل عليها الطفل على الاستبانة المستعملة فى اضطراب فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات في الدراسة .

محددات الدراسة:

الحدود المكانية : طبقت هذه الدراسة في جمعية نور الحياة بالزقازيق .

الحدود الزمانية : شهر فبراير مارس وابريل (2022 م) .

الحدود البشرية : شملت الدراسة المجموعة التجريبية والضابطة محل الدراسة .

حدود موضوعية : شملت أدوات الدراسة ، دلالات صدقها وثباتها ، المنهاج العلمي الذى اتبعته الدراسة في جمع بياناتها وتحليلها احصائياً .

فروض الدراسة

1– توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطي درجات القياس البعدي في إدارة الذات لدي كل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
2– لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في إدارة الذات في كل من القياسين البعدي و التتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر .
3– توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات القياس البعدي في فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات لدي كل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية .

4- لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات في كل من القياسين البعدي والتتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر .

الطريقة والاجراءات:

أولًا منهج الدراسة : اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي ، باعتبارها تجربة هدفها التعرف على فعالية برنامج تدريبي إرشادي والتصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة .

ثانيًا: مجتمع و عينــة الدراسة:

أ) العينة الاستطلاعية : تكون من الاطفال المعاقين فكريا وأمهاتهم الملحقين الملتحقين بجمعية نور الحياة بالزقازيق بالزقازيق خلال العام (2022) وعددهم (44) طفلا تم اختيار العينة الاساسية منها بما يتفق مع شروط الدراسة الحالية .

ب) العينة الاساسية: وقد تم اختيارهم بطريقة انتقائية بعد التطبيق الأولى للمقاييس بما يتناسب مع متطلبات البرنامج فتم استبعاد البعض لعدم استعداد الاهل للمشاركة وبعضهم أعتذر بعد التطبيق القبلي لتتكون عينة الدراسة من (12) طفلاً من الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة تراوحت أعمارهم بين (9 - 12) سنوات من الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة من الملتحقين بجمعية نور الحياة

بالزقازيق ممن تنطبق عليهم شروط الدراسة و تم تقسيمهم بطريقة عشوائية إلى مجموعتين مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة كل مجموعة عددها (6) أطفال .

التكافؤ بين أفرادالمجموعتين التجريبية والضابطة:

تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج وذلك باستخدام اختبار مان- ويتني ***Mann-Whitney Test*** للتحقق من تكافؤ المجموعتين في كل من مستوى الذكاء مستوى إدارة الذات وابعادها ومستوى فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات ثم تم المقارنة في كل من المغيرات السابقة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بإستخدام اختبار مان ويتنى وجدول(1) يوضح ذلك :

جدول (1)

دلالة الفروق بين متوسطى رتب العمر الزمنى ، الذكاء ، إدارة الذات وابعادها ، فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ن= 12

الابعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مسوي الدلالة
العمر	تجريبية	6	10.33	1.03	6.67	40.0	17.000	0.161-	0.872 غير داله
	ضابطة	6	10.40	1.10	6.33	38.0			
الذكاء	تجريبية	6	61.83	6.77	5.75	34.5	13.500	0.722-	0.470 غير داله
	ضابطة	6	64.67	6.15	7.25	43.5			
تحديد الاحتياجات	تجريبية	6	13.00	2.00	5.17	31.0	10.000	1.309-	0.191 غير داله
	ضابطة	6	14.17	1.94	7.83	47.0			
التحكم بالذات	تجريبية	6	11.83	2.40	6.17	37.0	16.000	0.324-	0.746 غير داله
	ضابطة	6	12.00	2.10	6.83	41.0			
درجة كلية	تجريبية	6	25.00	2.61	5.75	34.5	13.500	0.724-	0.469 غير داله
	ضابطة	6	26.17	2.86	7.25	43.5			
الانتباه	تجريبية	6	14.83	0.75	5.75	34.5	13.500	0.782-	0.434 غير داله
	ضابطة	6	15.17	0.75	7.25	43.5			
فرط الحركة	تجريبية	6	15.00	0.89	7.17	43.0	14.000	0.682-	0.495 غير داله
	ضابطة	6	14.67	0.82	5.83	35.0			
الاندفاعية	تجريبية	6	14.33	1.21	6.50	39.0	18.000	0.000	1.000 غير داله
	ضابطة	6	14.33	1.21	6.50	39.0			
درجة كلية	تجريبية	6	44.17	1.94	6.42	38.5	17.500	0.081-	0.935 غير داله
	ضابطة	6	44.17	1.47	6.58	39.5			

يتضح من جدول (1) أن قيم Z المحسوبة تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في متغيرات الدراسة بين متوسطى رتب مستوى الذكاء و مستوى إدارة الذات وابعادها ومستوى فرط الحركة وما يصاحبه من اضطرابات مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة والى تكافؤ افراد المجموعتين.

ثالثا : أدوات الدراسة:-

استخدم الباحث الادوات الاتية :

1- مقياس ستانفورد بنيه الصورة الخامسة: تقنين صفوت فرج (2011) .

2- مقياس إدارة الذات (إعداد الباحث) .

3- مقياس فرط الحركة لدى المعاق فكريًا (إعداد الباحث) .

4- البرنامج المستخدم في الدراسة (إعداد الباحث) .

1 -**مقياس ستانفورد بنيه الصورة الخامسة: تقنين صفوت فرج (2011)**

أ) **الثبات** : حسب ثبات الاختبار أكثر من طريقة كان من بينها الاتساق الداخلي حيث تراوحت بين (0.95- 0.98) لدرجات نسب الذكاء الكلية وتراوحت بين (0.95- 0.92) لمؤشر العوامل الخمسة ، وتم حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية حيث بلغت نسبة الثبات (0.98) لدرجات نسب الذكاء الكلية وتراوحت التجزئة النصفية بين (0.91- 0.96) لمؤشر العوامل الخمسة.

ب) **الصدق** : توفرت دلائل على صدق المضمون وصدق المحك ، وصدق التكوين حيث تم حساب معامل الارتباط بين مقياس ستانفورد بنيه الصورة الرابعة ومقياس ستانفورد بنيه الصورة الخامسة وبلغت معامل الارتباط(0.90) درجة .

2-مقياس إدارة الذات لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة

- الهدف من المقياس قياس مستوى إدارة الذات عند الاطفال من ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة.
- قام الباحث بمراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة، وما أتيح من مقاييس سابقة عن كمقياس إدارة الذات للطفل المعاق فكريًا إعداد المولي(2019) ، بعد ذلك قام الباحث بإعداد المقياس و كان مكونا في صورته الاولية من (21) عبارة مقسمة على بعدين البعد الاول تحديد الاحتياجات والاهداف ويشمل (12) عبارة ، و البعد الثاني التحكم بالذات يشمل (9) عبارات .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

اولًا : صدق المقياس

1-صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس في صورته المبدئية علي مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي و خبراء التربية الخاصة ، وذلك للحكم علي صلاحية العبارات ومدى انتمائها وقدرتها علي قياس موضوع الاختبار، ومدى سلامة

الصياغة، مع التعديلات اللازمة إذا استدعى الأمر، ثم قام الباحث باستبعاد فقرتا (يعرف ما يريد) (يستطيع ينمي مهاراته المختلفة) وتم استبعادهما لان نسب الموافقة عليهما اقل من 80 % ، فصار المقياس يتكون من (19) مفردة موزعة بعدين البعد الاول تحديد الاحتياجات والاهداف ويشمل (11) عبارة ، و البعد الثاني التحكم بالذات يشمل (8) عبارات .

2-الصدق التلازمي (المرتبط بالمحك) تم تطبيق مقياس إدارة الذات للطفل المعاق فكريًا إعداد المولى (2019) كمحك خارجي على (40) من الأطفال المعاقين فكريًا وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات مقياس إدارة الذات (الخاص بالدراسة الحالية) ودرجاتهم على مقياس إدارة الذات للطفل المعاق فكريًا إعداد المولى (2019) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (0.742) وهى دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق المقياس .

ثبـــات المقيـــاس:

1. طريقة إعادة تطبيق الاختبار وألفا كرونباخ :

وتمَّ ذلك بحساب ثبات مقياس إدارة الذات لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة من خلال إعادة تطبيق الاختبار بفاصل زمنى قدره أسبوعين على عينة التقنين (الاستطلاعية) ، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات أطفال العينة باستخدام معامل بيرسون وجدول(2) يوضح ذلك.

جدول (2)

يوضح نتائج الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس إدارة الذات لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة

إدارة الذات لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى	مستوى الدلالة	ألفا- كرونباخ
تحديد الاحتياجات	0.812	0.01	0.805
التحكم بالذات	0.874	0.01	0.841
الدرجة الكلية	0.875	0.01	0.854

معامل الارتباط : **(0.01) * (0.05)

يتضح من جدول (2) أنَّ معاملات الثبات جيدة وتعطي مؤشرًا جيدًا لثبات المقياس ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

ثالثاً: الاتساق الداخلي :

الاتساق الداخلي بين المفردة والبعد : تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة في كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، وكذلك الابعاد والدرجة الكلية و**جدول (3)** يوضح ذلك

جدول (3)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له والدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة ن= 40

تحديد الاحتياجات		التحكم بالذات	
م	الارتباط	م	الارتباط
1	0.582**	12	0.617**
2	0.620**	13	0.762**
3	0.610**	14	0.617**
4	0.659**	15	0.541**
5	0.698**	16	0.497**
6	0.667**	17	0.686**
7	0.852**	18	0.832**
8	0.874**	19	0.837**
9	0.745**		
10	0.845**		
11	0.854**		
الاتساق الداخلي بين الابعاد والدرجة الكلية			
0.854		0.707	

(0.01)** **(0.05) ***

يتضح من جدول (3) أنَّ جميع مفردات مقياس لمقياس إدارة الذات لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة معاملات ارتباطها تتراوح بين (0.869- 0.265) دالة إحصائيًّا عند (0.01) وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة .

الصورة النهائية و طريقة التصحيح :

وبناءً عليه، قام الباحث بإعداد الصورة النهائية للمقياس وذلك بإعادة ترتيب مفردات المقياس بصورة تبادلية بالنسبة لبعدي المقياس ، بحيث لا تكون هناك مفردتان متتاليتان تقيسان نفس البعد، و تكون أعلى درجة كلية في المقياس هي (57) درجة وأقل درجة هي (19) درجة وتمثل الدرجات الأعلى، مستوى مرتفع من إدارة الذات بينما تمثل الدرجات المنخفضة مستوى منخفض من إدارة الذات لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية ، ويكون مفتاح التصحيح لكل مفردة ثلاث اختيارات وهى (أبداً – أحياناً – دائماً) وترتيب الدرجات (1 – 2 – 3) حيث تأخذ الاستجابة على مستوى إدارة الذات لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية ، مرتفع (3) وتليها (2) مستوى اقل من إدارة الذات وتليها (1) تدل على أن مستوى إدارة الذات منخفض عن السابقة.

3- **مقياس فرط الحركة** (إعداد الباحث) .

- الهدف من المقياس قياس مستوى فرط الحركة عند الاطفال من ذوى الإعاقة الفكرية البسيطة.
- قام الباحث بمراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة، وما أتيح من مقاييس سابقة عن فرط الحركة كمقياس فرط الحركة للطفل المعاق فكريًا القرني(2013) بعد ذلك قام الباحث بإعداد المقياس و كان مكونًا في صورته الاولية من (44) مفردة موزعة على ثلاث ابعاد الأول: الانتباه ويتضمن (15) مفردة ، البعد الثاني: فرط الحركة ويتضمن (15) مفردات البعد الثاني : الاندفاعية ويتضمن (14) مفردة.

الخصائص السيكو مترية للمقياس:

قام الباحث بحساب صدق وثبات المقياس كما يلي:

اولًا : صدق المقياس

- **1-صدق المحكمين:** قام الباحث بعرض المقياس في صورته المبدئية علي مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي و خبراء التربية الخاصة ، وذلك للحكم علي صلاحية العبارات ومدى انتمائها وقدرتها علي قياس موضوع الاختبار، ومدى سلامة الصياغة، مع التعديلات اللازمة إذا استدعى الأمر، وحيث ان هناك ثلاث عبارات قد حصلت علي اقل من (80 %) وفق اراء المحكمين فد تم استبعادها وهى (لا يتوقف ابدًا _ يمشي بلا هدف – يندفع الى هدفه) و تم تعديل صيغة بعد العبارات وفقًا للتوجيهات المحكمين فاصبح المقياس مكونا من (41) مفردة موزعة على ثلاث ابعاد الأول: الانتباه ويتضمن (14) مفردة ، البعد الثاني: فرط الحركة ويتضمن (14) مفردات البعد الثاني : الاندفاعية ويتضمن (13) مفردة.

2- الصدق التلازمي (المرتبط بالمحك) تم تطبيق مقياس فرط الحركة للطفل المعاق فكريًا إعداد القرنى(2013) كمحك خارجي على (40) من الأطفال المعاقين فكريًا وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات مقياس فرط الحركة (الخاص بالدراسة الحالية) ودرجاتهم على مقياس فرط الحركة للطفل المعاق فكريًا القرني(2013) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (0.742) وهى دالة عند مستوى (0.01) مما يدل على صدق المقياس .

ثبـــات المقيـــاس:

2. طريقة إعادة تطبيق الاختبار وألفا كرونباخ :

وتمَّ ذلك بحساب ثبات مقياس فرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة من خلال إعادة تطبيق الاختبار بفاصل زمنى قدره أسبوعين على عينة التقنين (الاستطلاعية) ، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات أطفال العينة باستخدام معامل بيرسون وجدول(4) يوضح ذلك.

جدول (4)

يوضح نتائج الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس فرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة

فرط الحركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى	مستوى الدلالة	ألفا- كرونباخ
الانتباه	0.798	0.01	0.738
فرط الحركة	0.847	0.01	0.806
الاندفاعية	0.867	0.01	0.754
الدرجة الكلية	0.859	0.01	0.807

معامل الارتباط : **(0.01) * (0.05)

يتضح من جدول (4) أنَّ معاملات الثبات جيدة وتعطي مؤشرًا جيدًا لثبات المقياس ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

ثالثا: الاتساق الداخلي

الاتساق الداخلي بين المفردة والبعد : تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة في كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، وكذلك الابعاد والدرجة الكلية و**جدول (5)** يوضح ذلك

جدول (5)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له والدرجة الكلية لمقياس فرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة ن= 40

الانتباه		فرط الحركة		الاندفاعية	
م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
1	0.871**	15	0.634**	29	0.839**
2	0.865**	16	0.510**	30	0.721**
3	0.963**	17	0.720**	31	0.608**
4	0.533**	18	0.599**	32	0.706**
5	0.873**	19	0.783**	33	0.731**
6	0.800**	20	0.536**	34	0.608**
7	0.850**	21	0.769**	35	0.635**
8	0.850**	22	0.686**	36	0.822**
9	0.803**	23	0.686**	37	0.570**
10	0.667**	24	0.585**	38	0.624**
11	0.928**	25	0.769**	39	0.940**
12	0.390*	26	0.686**	40	0.631**
13	0.781**	27	0.686**	41	0.765**
14	0.667**	28	0.784**		
الاتساق الداخلي بين الابعاد والدرجة الكلية					
0.667**		0.821**		0.717**	

(0.01)** (0.05) *

يتضح من جدول (5) أنَّ جميع مفردات مقياس لمقياس فرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة معاملات ارتباطها تتراوح بين (0.869- 0.265) دالة إحصائيًا عند (0.01) وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة .

الصورة النهائية وطريقة التصحيح :

وبناءً عليه، قام الباحث بإعداد الصورة النهائية للمقياس والذي يتكون من (41) مفردة وبإعادة ترتيب مفردات المقياس بصورة تبادلية بالنسبة للبعدي المقياس ، بحيث لا تكون هناك مفردتان متتاليتان تقيسان نفس البعد، و تكون أعلى درجة كلية في المقياس هي (123) درجة وأقل درجة هي (41) درجة وتمثل الدرجات الأعلى، مستوى مرتفع من فرط الحركة بينما تمثل الدرجات المنخفضة مستوى منخفض من فرط الحركة لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية ، ويكون مفتاح التصحيح لكل مفردة ثلاث اختيارات وهى (ابدًا – أحياناً – دائمًا) وترتيب الدرجات (1 – 2 – 3) حيث تأخذ الاستجابة (1) مستوى منخفض من فرط الحركة لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية ، وتليها الاستجابة (2) مستوى أعلى من فرط الحركة وتليها الاستجابة (3) تدل على أن مستوى فرط الحركة أعلى عن السابقة.

4- البرنامج المستخدم في الدراسة (إعداد الباحث) .

رابعًا : خطوات الدراسة ومحتوى البرنامج :

قام الباحث بإعداد (25) جلسة تدريبية فردية وجماعية لعينة البحث، استغرقت (8) أسبوع بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، وتراوحت مدة الجلسة بين (20–30) دقيقة، وتم تنفيذ جلسات البرنامج التدريبي في حجرة تنمية المهارات واشتمل على فنيات العلاج السلوكي .

اهداف البرنامج

الهدف العام: تنمية إدارة الذات وأثره في خفض فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات لعينة من الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة عن طريق برنامج تدريبي مقترح ويُشتق من هذا الهدف أهداف أقل عمومية وأكثر تحديداً، حيث يهدف البرنامج إلى تحقيقها والتي ستبنى بشكل تراكمي من خلال الجلسات والخبرات المكتسبة للأطفال أثناء الجلسات التدريبية، وهي تتعلق بأبعاد إدارة الذات وفرط الحركة .

الهدف الإجرائي: بانتهاء البرنامج يتوقع من الطفل اتقان:

1. أن يتقن الطفل مهارات تحديد الاهداف .
2. أن يتقن الطفل مهارات التحكم بالذات .
3. أن يتقن الطفل مهارة الانتباه .
4. أن يخفض الطفل فرط الحركة .
5. أن يخفض الطفل الاندفاعية . .

في إجراء الباحث للجانب التطبيقي من الدراسة الحالية، اتبع الخطوات الآتية :

1. الاطلاع على ملفات جميع الاطفال المقيدين الملتحقين مركز بجمعية نور الحياة للمعاقين بالزقازيق والذين يتراوح عمرهم الزمني من تتراوح أعمارهم بين (9-12) تتراوح نسبة الذكاء لديهم ما بين (55-70) على مقياس ستانفورد بينيه الصورة الخامسة .
2. قام الباحث بإعداد مقياس إدارة الذات ومقياس فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات .
3. قام الباحث بإعداد البرنامج التدريبي لتحسين إدارة الذات .
4. قام الباحث بتحديد عينة الدراسة، وتكافؤ مجموعتيها التجريبية والضابطة .
5. إجراء القياس القبلي لمقياس إدارة الذات ، ومقياس فرط الحركة على أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة والضابطة ثم تم تصحيح وإدخال الدرجات على برنامج (spas).
6. قام الباحث بتطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية.
7. إجراء القياس البعدى لمقياس إدارة الذات و مقياس فرط الحركة على أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة ثم تم تصحيح المقياسان وإدخال الدرجات على برنامج **(spas)**.
8. قام الباحث بتطبيق لمقياس إدارة الذات و مقياس فرط الحركة ، وذلك بعد مرور شهر من (تطبيق ما بعد المتابعة).
9. قام الباحث باستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة للوصول إلى نتائج الدراسة.
10. قام الباحث بتفسير نتائج الدراسة، فى ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.
11. كتابة التوصيات بناءً علي نتائج البحث .

خامسًا: الأساليب الإحصائية:

يمكن حصر أساليب المعالجة الإحصائية فيما يلى: اختبار مان- ويتني Mann-Whitney Test واختبار ويلكوكسون لإشارات الرتب الدرجات المرتبطة Wilcox on Signed Ranks Test، ، ومعامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة(Matched- Pairs Rank (rprb biserial correlation لمعرفة حجم تأثير البرنامج

سابعًا : نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج الفرض الاول:

ينص الفرض الاول للدراسة على أنه "توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطي درجات القياس البعدي في إدارة الذات وابعاده (تحديد الاحتياجات – التحكم بالذات) لدي كل من المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية" وللتأكد من تلك النتيجة تم استخدام.

* اختبار **مان – ويتني Mann – Whitney test** لدي عينتين مستقلتين وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية ، وبين متوسطي رتب أفراد المجموعة الضابطة ، في قياس إدارة الذات للاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة بعد تطبيق البرنامج.

*معامل الارتباط الثنائي للرتب **Rank biserial correlation** لمعرفة حجم تأثير البرنامج (أو قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع). ويتم تفسير. (r) والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية والضابطة في مقياس اداارة الذات للاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة بعد تطبيق البرنامج ن= 12

الابعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مسوي الدلالة	حجم التأثير
تحديد الاحتياجات	تجريبية	6	28.0000	2.96648	9.50	57.00	0.000	2.913	0.004 داله (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	13.8333	1.47196	3.50	21.00				
التحكم بالذات	تجريبية	6	21.5000	1.64317	9.50	57.00	0.000	2.918	0.004 داله (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	13.6667	1.86190	3.50	21.00				
درجة كلية	تجريبية	6	49.5000	3.50714	9.50	57.00	0.000	2.908	0.004 داله (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	27.5000	1.37840	3.50	21.00				

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) بتساوي (1.96)

يتضح من الجدول (6) أن قيمة Z المحسوبة بلغت (-2.908) وهى أكبر من القيمة الحدية (1.96)، والمتوسط في المجموعتين متفاوت حيث بلغ في المجموعة التجريبية (49.5000) بينما المجموعة الضابطة (27.5000) مما يشير إلى وجود فروق دال إحصائيا بين متوسطات الرتب لدرجات المجموعتين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في إدارة الذات للاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة وأبعاده في القياس البعدي، وأن هذا الفروق دال عند (0.01) لصالح متوسطات المجموعة التجريبية، مما يعني ارتفاع إدارة الذات للأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة لدى أفراد العينة التجريبية ، وأن قيمة(r^{prb}) أكبر (0.9) وهذا يعني أن حجم التأثير كبير ومما يشير إلى تحقيق الفرض الاول من فروض الدراسة .

ويمكن تفسير هذه النتيجة من النتائج المتوقعة بسبب تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج وحجب تأثيره على المجموعة الضابطة ، وهذا يثبت أنه بالإمكان تحسن إدارة الذات بعد التدريب ، والتي تتمثل في تعليم الأطفال المعاقين فكريًا وكذلك اكساب الاطفال مجموعه من مهارات إدارة الذات (تعزيز الذات – تقويم الذات – مراقبة الذات) وكذلك استخدام فنية النمذجة الذاتية مع الاطفال والتي كان لها اكبر الأثر لدى الاطفال في إدارة ذاتهم مع العزيز المستمر لهم مما جعل كل طفل حريص على النجاح في التحكم في ذاته الى ان وصل ان الطفل يحاسب نفسه وينتبه الى الخطأ الذى وقع فيه بل ويبادر الى التعبير عن الخطأ والاعتذار منه ، وكان لتنوع الخبرات والمواقف فى التدريب زيادة فاعلية إدارة الذات لدى الطفل وتتفق هذه النتيجة مع دراسة المولى (2011) والتي هدفت الى تنمية مهارة إدارة الذات ومهارات الحياة لدى عينة من الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة وكذلك دراسة ساندجوجو واخرون Sandjojo et al (2019)والتي هدفت الى فعالية التدريب على الإدارة الذاتية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية .

نتائج الفـــرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على انه " لا توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في إدارة الذات وابعاده (تحديد الاحتياجات – التحكم بالذات) في كل من القياسين البعدي والتتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام:

- اختبار ويلكوكسون لدي عينتين مرتبطتين Wilcoxon Signed Ranks Test وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسطات رتب نفس المجموعة في القياس التتبعي علي مقياس إدارة الذات لدي الاطفال المعاقين فكريًا فكانت النتائج كما بالجدول (7) :

جدول (7)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في إدارة الذات في القياسين البعدي والتتبعي **لدي الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة ن= 12**

الابعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مسوي الدلالة
تحديد الاحتياجات	الرتب السالبة	3	28.00	2.97	2.83	8.50	0.420	0.674 غير داله
	الرتب الموجبة	3	29.00	3.03	4.17	12.50		
	التساوي	0						
	المجموع	6						
التحكم بالذات	الرتب السالبة	3	21.50	1.64	3.67	11.00	0.106	0.916 غير داله
	الرتب الموجبة	3	21.67	2.66	3.33	10.00		
	التساوي	0						
	المجموع	6						
درجة كلية	الرتب السالبة	1	49.50	3.51	6.00	6.00	0.946	0.344 غير داله
	الرتب الموجبة	5	50.67	2.88	3.00	15.00		
	التساوي	0						
	المجموع	6						

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) بتساوي (1.96)

يتضح من جدول (7) أن قيمة Z المحسوبة بلغت (−0.946) وهى أكبر من القيمة الحدية (1.96)، حيث بلغ المتوسط في القياس التتبعي (50.67) بينما المتوسط القياس البعدي (49.5000) في مما يشير إلى عدم وجود فروق دال إحصائيا بين متوسطات الرتب لدرجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مقياس إدارة الذات لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة وأبعاده، وهذا يعني استمرارية البرنامج .

ويمكن تفسير بقاء هذا الأثر راجع إلى الفنيات المستخدمة في البرنامج كما ان تنوع الفنيات المستخدمة في البرنامج، مثل تنمية مهارة مراقبة الذات لدى الاطفال وتنمية قدرة التعبير عن الرقابة الذاتية، وتنمية مهارة التغذية الراجعة للأمهات، وتنمية مهارة تقويم الذات، وتنمية مهارة تعزيز الذات، وتنمية المهارة الاجتماعية للأطفال وزيادة الإحساس بالأمان، وزيادة الإحساس بالهوية ، والشعور بالإحساس بالهدف، والشعور بالإحساس والكفاية الشخصية، وممارسة نشاطات مختلفة في غرفة التدريب وزيادة الدفء بين الباحث والاطفال ، قد ساهم في تحسن تقدير الذات لدى الاطفال ، بالإضافة إلى التفاعل والمشاركة والواجبات البيتية التي قام الاهل فى المنزل والمتابعة والملاحظة لتطورات التي تطرأ على سلوك الطفل مما ساعد على تحسن مستوى إدارة الذات وبقاء الأثر بعد التطبيق ، ومن الأسباب التي يرجع إليها بقاء أثر البرنامج هو تخصيص بعض الجلسات التي استهدفت إعادة تدريب الأطفال على بعض المهارات المستهدفة على سبيل المراجعة مما أكد على بقاء أثر البرنامج لفترة أطول وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ساندجوجو واخرون Sandjojo et al (2019) والتى هدفت الى اثبات فعالية التدريب على الإدارة الذاتية للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية وكذلك دراسة المولى (2011) هدفت الى تنمية مهارة إدارة الذات ومهارات الحياة لدى عينة من الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة كما هدفت دراسة سشوزال (2016) Schulze الى تناول الطرق المختلطة لتنفيذ إجراءات الإدارة الذاتية باستخدام كل من الأساليب الكمية والنوعية للطلاب من ذوى الإعاقة وجميعها بقى أثر البرنامج فعال في إدارة الذات بعد انتهاء التدريب .

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث للدراسة على أنه " توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطي درجات القياس البعدي في فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات (الانتباه – فرط الحركة – الاندفاعية) لدي كل من المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية" وللتأكد من تلك النتيجة تم استخدام:

اختبار **مان – ويتني Mann – Whitney test** لدي عينتين مستقلتين وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية (أ) وبين متوسطي رتب أفراد المجموعة الضابطة (ب) في قياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات للمجموعه التجريبية بعد تطبيق البرنامج.

- معامل الارتباط الثنائي للرتب **Rank biserial correlation** لمعرفة حجم تأثير البرنامج (أو قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع) والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية والضابطة في مقياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة بعد تطبيق البرنامج ن= 12

الابعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مسوي الدلالة	حجم التأثير
الانتباه	تجريبية	6	38.00	4.86	9.50	57.00	0.000	2.994	0.003 دالة (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	14.83	0.41	3.50	21.00				
فرط الحركة	تجريبية	6	33.83	4.36	9.50	57.00	0.000	2.898	0.004 دالة (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	15.67	1.37	3.50	21.00				
الاندفاعية	تجريبية	6	34.50	2.17	9.50	57.00	0.000	2.945	0.003 دالة (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	14.33	0.52	3.50	21.00				
درجة كلية	تجريبية	6	106.33	8.31	9.50	57.00	0.000	2.908	0.004 دالة (0.01)	1.0 كبير جدا
	ضابطة	6	44.83	1.33	3.50	21.00				

قيمة (Z) **الجدولية عند مستوى دلالة** (0.05) **بتساوي** (1.96)

يتضح من الجدول (8) أن قيمة Z المحسوبة بلغت (**2.908**) وهى أكبر من القيمة الحدية (1.96)، والمتوسط في المجموعتين متفاوت حيث بلغ في المجموعة التجربية (**106.33**) بينما المجموعة الضابطة (**44.83**) مما يشير إلى وجود فروق دال إحصائيا بين متوسطات الرتب لدرجات المجموعتين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في مقياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة وأبعاده في القياس البعدي، وأن هذا الفروق دال عند (0.01) لصالح متوسطات المجموعة التجريبية، مما يعني ارتفاع لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة أفراد العينة التجريبية ، وأن قيمة(rprb) أكبر (0.9) وهذا يعني أن حجم التأثير كبير ومما يشير إلى تحقيق الفرض الثالث من فروض الدراسة .

ويمكن تفسيرهذا التحسن الذي طرأ علي أداء الاطفال في المجموعة التجريبية علي مقياس فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات الى نجاح الهدف الاول للبرنامج وهو تنمية إدارة الذات مما جعل الطفل شريك فى تفيذ الجزء الخاص بخفض الكركة بل اصبح الطفل رقيب على نفسه وعلى المهام الطلوبه منه بل ومقيم لها مما ساعد الباحث على التقدم السريع فى زيادة المهام للاطفال وكذلك اتباع قيادة الطفل باعتباره المحور الرئيسي لهذا الجزء من البرنامج ومن ثم البناء على ما لدى الطفل من قدرات ومهارات إدارة الذات وكذلك تحليل المهم وتجزئتها الى مهام صغيرة والحرص على استخدام التعزيز وفق شروط معينة سواء تعزيز مادي او معنوي وكذلك استخدام النمذجة للبعض السلوكيات التى فشل فيها فيها الاطفال وكذلك استخدام العمليات المنفصلة مع الاطفال للتأكيد على اتقان كل طفل للمهارة المطلوبه منه وهذا دراسة القرني (2013) فقد هدفت الى إعداد برنامج سلوكي معرفي والتحقق من مدى فاعليته في خفض حدة النشاط الزائد المصحوب بتشتت في الانتباه لدى عينه من الأطفال المتخلفين فكريًا القابلين للتعلم و دراسة حسن (2013) فقد هدفت إلى خفض نقص الانتباه وفرط الحركة والاندفاعية لدى عينة من المعاقين فكريًا متوسطي الإعاقة الفكرية بالبرامج التدريبية و دراسة هاريسون واخرون (2020) Harrison, et al فقد هدفت لدراسة تأثير إدارة الذات على ضبط فرط الحركة واثبت العلاقة الوثيقة بين فرط الحركة وإدارة الذات .

نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على "لا توجد فروق دالة احصائيًا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات(الانتباه – فرط الحركة – الاندفاعية) في كل من القياسين البعدي والتتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام:

- اختبار ويلكوكسون لدي عينتين مرتبطتين Wilcoxon Signed Ranks Test وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدى ومتوسطات رتب نفس المجموعة في القياس التتبعي علي مقياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة فكانت النتائج كما بالجدول (9) :

جدول (9)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات في القياسين البعدي والتتبعي لدي الأطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة ن= 12

الابعاد	توزيع الرتب	العدد	المتوسط	الانحراف	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مسوي الدلالة
الانتباه	الرتب السالبة	4	38.00	4.86	2.50	10.00	0.677	0.498 غير داله
	الرتب الموجبة	1	35.83	3.66	5.00	5.00		
	التساوي	1						
	المجموع	6						
فرط الحركة	الرتب السالبة	2	33.83	4.36	3.75	7.50	0.631	0.528 غير داله
	الرتب الموجبة	4	34.83	4.36	3.38	13.50		
	التساوي	0						
	المجموع	6						
الاندفاعية	الرتب السالبة	4	34.50	2.17	3.38	13.50	0.638	0.524 غير داله
	الرتب الموجبة	2	33.83	2.14	3.75	7.50		
	التساوي	0						
	المجموع	6						
درجة كلية	الرتب السالبة	5	106.33	8.31	3.00	15.00	0.949	0.343 غير داله
	الرتب الموجبة	1	104.50	8.02	6.00	6.00		
	التساوي	0						
	المجموع	6						

قيمة (Z) **الجدولية عند مستوى دلالة** (0.05) **بتساوي** (1.96)

يتضح من جدول (9) الدرجة الكلية لمقياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات أن قيمة Z المحسوبة بلغت (0.949) وهى أقل من القيمة الحدية (1.96)، حيث بلغ المتوسط في القياس البعدي (106.33) بينما المتوسط القياس التتبعي (**104.50**) في مما يشير إلى عدم وجود فروق دال إحصائيا بين متوسطات الرتب لدرجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي في مقياس فرط الحركة و ما يصاحبها من اضطرابات لدي الاطفال المعاقين فكريًا بدرجة بسيطة ، وهذا يعني استمرارية البرنامج.

ويمكن تفسير هذه النتيجة مع ما أشار إليه التراث النظري من أن فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات قابلة للتنمية والزيادة و خاضعة للتأثيرات الداخلية إدارة الذات وقدرة الطفل علي تحديد الاحتياجات والاهداف والتعبير عنها مما جعل الطفل يستبدل الحركة بالتعبير الكلامي كذلك قدرة الطفل على التحكم بذاته فى الحركة والكلام وانتظار الدور فى نشاط جماعي او تعلم الاستماع للأخرين ومما رسخ أثر البرنامج استعمال الباحث للجلسات فردية تعتمد على العمليات المنفصلة بغرض التقليل من الاخطاء للما تتضمنه من نتائج سلبية على الطفل لذلك كان الاعتماد عليها من اجل تقليل احتمالية الخطأ عند الطفل و ايضًا تثبيت المهارات المكتسبة للطفل بعيد عن اي بيئة تحتوى مشتتات لانتباه كما ان التشجيع والتواصل بين الباحث وفريق العمل مع الاهل وتصوير الأطفال فى التمارين المختلفة وارسال تلك الفيديوهات للأهل والتواصل معهم ومشاهدة الأطفال لتلك الفيديوهات فى المنزل والتجاوب معها وتشجيع الاهل المستمر لهم كان له اكبر الأثر فى بقاء أثر التدريب بعد انتهاء جلسات البرنامج ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد العزيز(2015) فقد هدفت إلى استقصاء فاعلية استخدام أسلوبي التعزيز الإيجابي والتوبيخ في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية و دراسة مرسي (2017) إلي تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة وخفض نشاطهم الزائد و دراسة هاريسون واخرون (2020) Harrison, et al فقد هدفت لدراسة تأثير إدارة الذات على ضبط فرط الحركة وجميعها بقى أثر التدريب بعد انتهاء البرنامج التدريبي .

التوصيات:

من خلال القيام بإجراءات هذه الدراسة وما أفضت إليه من نتائج أوصي بالآتي:

1. إجراء المزيد من البحوث التطبيقية التي تعتمد على فنيات التدريب للمعاقين نظرا لأهميته .

2. تكثيف البرامج التي تهتم بإدارة الذات للأطفال المعاقين فكريًا.

3. تكثيف البرامج التي تهتم بخفض فرط الحركة وما يصاحبها من اضطرابات للأطفال المعاقين فكريًا.

4. تدريب الأخصائيين النفسيّن على الأدوات والمقاييس التي يمكن استخدامها للكشف عن مستوى الاطفال المعاقين فى مختلف المهارات تمهيدًا للتحديد البرامج التأهيلية المناسبة لهم .

المراجع

السويلم ، صالح (2010) . *فاعلية برنامج ارشادى لخفض السلوك الانسحابي لدى الأطفال القابلين لتعلم من المعاقين فكريًا* .(رسالة دكتوراه غير منشورة) معهد الدراسات التربوية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .

القراله ، عبدالناصر ; التخاينه ، صهيب ; والضالعين ، أنس (2018). فعالية برنامج إرشاد أسري في تنمية إدارة الذات وتقديرها، لدى أمهات الاطفال التوحديّين في محافظة الكرك . *مجلة جامعة النجاح لأبحاث والعلوم الإنسانية . 32*(1) ، 1- 30 .

القرني، سالم (2013) . *فاعلية برنامج سلوكي معرفي في خفض حدة النشاط الزائد المصحوب بتشتت في الانتباه لدى عينة من الأطفال المتخلفين فكريًا القابلين للتعلم* . معهد التربية الفكرية للبنين بالطائف . (رساله ماجيستير غير منشورة). جامعة أم القرى، السعودية .

المولى ، احمد (2011) . *فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات الحياة وإدارة الذات لدى الأطفال المعاقين فكريًا* .(رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ، جامعه عين شمس ، القاهرة .

توفيق، مروة.(2015) . *فعالية برنامج تدريبي قائم على نمذجة الأقران في تنمية مهارات إدارة الذات لدى المعاقين ذهنيا القابلين للتعليم بمدارس التعليم الأساسي المدمجة* ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية البنات ، جامعة عين شمس .

حسن ، اسامه (2014) . *فاعليه برنامج في خفض اضطراب النطق و اثره في خفض السلوك الانسحابى لدى الاطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعليم*.(رساله ماجستير غير منشورة) ، معهد البحوث والدراسات العربية ، القاهرة .

حسن ، اسامه (2017) . *فاعليه نمذجة الذات في خفض اضطراب التلعثم وتحسين الثقة بالنفس لدى الاطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعليم* ، (رسالة دكتوراه غير منشورة) . كلية البنات ، جامعة عين شمس ، القاهرة .

حسن ، أسامة ; محمد ، حاتم (2018) . *مدخل إلى الإعاقات* . عمان : دار البدايات للنشر .

حسن ، أسامة (2021). *تعديل السلوك خطوة بخطوة* ، الاردن ، دار البدايات للنشر والتوزيع .

حسن ، ثروت (2013) . فاعلية برنامج لخفض بعض سلوكيات نقص الانتباه وفرط الحركة لدى عينة من المعاقين فكريًا متوسطي الإعاقة . *مجلة دراسات الطفولة. 16*(61) ، 123-136 .

عبد العزيز ، عمر (2015) . فاعلية استخدام أسلوبي التعزيز الايجابي والتوبيخ في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية . *مجلة المعهد الدولي للدراسة والبحث* ، *1*(6) ، 1-15 .

عبدالعزيز ، عمر (2012). فاعليه برنامج التعزيز الرمزى وتكلفة الاستجابة في تحسين مستوى الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التّعلم. *مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية*،*21* (151) 199- 229 .

فرج ، صفوت (2011) . *مقياس ستانفورد بينيه الصورة الخامسة تقنين الصورة الخامسة* . مصر : مكتبة الانجلو .

كامل ، سهير (1998).*الصحة النفسية والتوافق* ، القاهرة : الانجلو المصرية.

محمد ، حاتم (2017) . مدى فعَّالية برنامج إرشادي للتدريب على بعض المهارات الاجتماعية وأثره في خفض السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين فكريًا القابلين للتعليم (رسالة ماجستير غير منشورة) ، معهد البحوث والدراسات العربية ، القاهرة .

مرسي ، بسمة (2016) . *برنامج قائم على مهام نظرية العقل لتنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة وخفض نشاطهم الزائد* . (رساله دكتوراه غير منشورة) قسم التربية الخاصة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .

مطر ، عبدالفتاح و مسعد ، رضا (2018) . فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات إدارة الذات في خفض اضطراب اللغة البراجماتية لدى الأطفال ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الإنتباه . مجلة كلية التربية . 34، (4) ، 99 – 145 .

المراجع الاجنبية :

American Association of Mental Retardation (2013). *Mental Retardation. Definition and Classification, Systems of Supports Annapolis.* MD.AAMR.

Breines, E. (2009) . *Occupational therapy activities from clay to computers. Theory and practice*. FA Davis Company.

Bigham, K., Daley, M., Hastings, R., & Jones, R. (2013) . Association between Parent Reports of Attention Deficit Hyperactivity Disorder Behaviours and Child Impulsivity in Children with Severe Intellectual Disability . *Journal of Intellectual Disability Research,* 57 (2) ,191-197.

Friedman, C., Rizzolo, M., & Spassiani, N. (2019) .Self-Management of Health by People with Intellectual and Developmental Disabilities *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 32* (3) ,600-609 .

Harrison, R., Kwong, C., Evans, S., Peltier, C., Mathews, L., & Chatman, T. (2020) . Game-Based Self-Management: Addressing Inattention during Independent Reading and Written Response *Journal of Applied School Psychology, 36* (1) , 38-61.

Heidrun, S., & Albert, Z. (2010) . The Effectiveness of a Program Based on Self-Regulated Strategy Development on the Writing Skills of Writing-Disabled Secondary School Students. *Gifted Education International, 26* (1), 110-123.

Myghan , H. R. (2004) . Self-management education. History، definition، outcomes، and mechanisms. *Annals of behavioral medicine*، *26*(1)،132-144 .

Matthew, S . (2017) . This article has been cited by other articles in *PMC Soc Hist Med. 30*(4): 767–787.

Omolayo, B. (2009). Self-esteem and self-motivational needs of disabled and nondisabled.A comparative analysis. *Journal of Alternative Perspectives in theSocial Sciences، 1*(2)، 449-458.

Robin, M. (2016) . "*Signs and Symptoms of ADHD* . Toddlerswww.healthline .

Shakir, L.,& Sulaiman, K. (2016) . Prevalence of Attention Deficit Hyperactivity among Children Attending Outpatient Clinic in Psychiatric Teaching Hospital in Erbil City *Journal of Education and Practice, 7* (23),129-135 .

Sandjojo, J., Zedlitz, A., Gebhardt, W., Hoekman, J., den H., & Evers, A.(2019). Effects of a Self-Management Training for People with Intellectual Disabilities *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 32* (2)390-400 .

Valdovinos, G., Seibert, H., Piersma, D., Wilkinson, A., Griffith, G., Hillring, S., Boyle, B. (2019) . Characterizing Mood States in Individuals Diagnosed with Bipolar Disorder and Intellectual Disability *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities, 12*(1) , 26-44.

Xu, G . (August 2018) . Twenty-Year Trends in Diagnosed Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Among US Children and Adolescents, 1997-2016. *JAMA Network Open. 1*(4),181-171.