



قسم علم النفس

فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الإيثاري

لدى عينة من المراهقين

" دراسة تجريبية "

بحث مقدم للحصول علي درجة الماجستير في الآداب

علم النفس

إعداد

أمينه عشري محمد عبد الحميد

إشراف

د / عواطف إبراهيم شوكت

أستاذ علم النفس المساعد بالكلية

٢٠١٠

"وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ

هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا

أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ

خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوْقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ

الْمُفْلِحُونَ ﴿٩﴾

سورة الحشر : (٩)



اسم الطالبة : أمينة عشري محمد عبد الحميد

الدرجة العلمية : ماجستير في علم النفس

القسم التابع له : علم النفس

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج : ٢٠٠٤

سنة المنح : ٢٠١٠

اسم الطالبة : أمينة عشري محمد عبد الحميد

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الايثاري لدى
عينة من المراهقين "دراسة تجريبية"

اسم الدرجة : ماجستير في علم النفس

لجنة الإشراف

أ. د عواطف إبراهيم شوكت أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات جامعة
عين شمس

تاريخ البحث: / / ٢٠١٠

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

ختم الإجازة

/ / ٢٠١٠

/ / ٢٠١٠

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٠

/ / ٢٠١٠

شكر و تقدير

الحمد لله خلق كل نفس و سواها، و الصلاة و السلام علي رسول الله، خير من عرف النفس البشرية و أسرارها فأحسن توجيهها و إرشادها... صلي الله عليه و سلم.... و بعد

فان الباحثة تقف هنا و قفة تقدير و عرفان لأصحاب الفضل الذين واكبوا هذه الدراسة، و دعموها و منحوها من وقتهم و فكرهم و جهدهم، منذ كانت فكرة إلى أن أضحت بحثاً بين دفتي رسالة قابلة للمناقشة.

و أول من أخصهم بالشكر هي أستاذتي الفاضلة، الدكتورة عواطف إبراهيم شوكت، أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات للآداب و العلوم و التربية بجامعة عين شمس، و هي من وقفت بجواري فقبلت الإشراف على هذه الدراسة و أوتني بفكرها و مساندتها منذ بزوغ البذرة الأولى لموضوع الدراسة، و طالما روتها بماء صبرها و ودها و توجيه الباحثة خطوة بخطوة فكانت مثلاً أعلى لها في البحث و الصبر و التدقيق و الدأب، و كذا في الهدوء و السكينة و أدب العلم و العلماء.

و الباحثة، هنا، لا تستطيع أن توفيهما حقهما، فلها من الله عظيم الأجر و من الباحثة الامتتان و العرفان، كل العرفان.

وشكر جميل في السياق نفسه تزجيه الباحثة لأعضاء لجنة المناقشة على قبول مناقشة الرسالة رغم كثرة المشاغل و ثقل الأعباء ومشقة العمل، وتخص بالذكر الأستاذ الدكتور حمدي محمد يسن أستاذ علم النفس بكلية البنات بجامعة عين شمس والأستاذة الدكتورة أسماء محمد السرسى أستاذ علم النفس بمعهد دراسات الطفولة بجامعة عين شمس .

و لا يفوتني هنا أن أشكر قسم علم النفس بالكلية، رئاسة و أعضاء هيئة التدريس الموقرين و أعضاء السمينار و رواده علي كل دعم و تصويب و توجيه للباحثة .
فلهم جميعاً خالص ودي و شكري و عرفاني.

أوجه امتناني و عرفاني لأستاذي، العالم الكبير، الأستاذ الدكتور سيد أحمد عثمان، أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة عين شمس، علي رعايته و توجيهه و جميل إسهامه في التصويب و التحكيم. أطال الله عمره و نفع به العلم و أهله.

كما أجد لزاماً علي توجيه الشكر إلى أساتذتي الذين تقبلوا – عن طيب خاطر – مشقة التحكيم لأداتي هذه الدراسة : مقياس السلوك الإيثاري و البرنامج المعرفي السلوكي.

و أوجه عرفاناً بالجميل لمدرسة طليا الإعدادية المشتركة بمركز أشمون محافظة المنوفية حيث تم تطبيق البرنامج. وأخص هنا الأستاذ إبراهيم عبد الباسط الحداد موجه أول الرياضيات بالمنوفية والأستاذ المربي مدير المدرسة و الأستاذة فريدة سعيد ليلة و تلاميذ و تلميذات المدرسة عموماً و أفراد عينة الدراسة علي تعاونهم و تفهمهم و حسن ضيافتهم.

و لا أنسي شكري للأستاذ الدكتور محمود الدريني أستاذ الإحصاء بجامعة طنطا والدكتور محمد عبد الشكور عضو هيئة التدريس بكلية التجارة جامعة المنوفية لتحملهما مشقة التحليل و المعالجات الإحصائية .

و أتقدم بالشكر لكل من مد لي يدا و أخص الوالدين و أخوتي و زوجي و جميع أهل الفضل.

و يبقى الشكر أولاً و أخيراً لله علي ما تفضل و أنعم و الحمد لله أولاً و أخيراً ..

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى السلوك الإيثاري لدى عينة الدراسة باعتبارها ظاهرة نفسية اجتماعية . وبناء برنامج لتنمية السلوك الإيثاري لدى عينة من المراهقين من تلاميذ المرحلة الإعدادية . التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في السلوك الإيثاري قبل تطبيق البرنامج وبعده . التعرف على مدى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تنمية السلوك الإيثاري.

شملت عينة الدراسة ٢٢٦ تلميذ وتلميذة بالصف الثاني الإعدادي تتراوح أعمارهم ما بين ١١-١٤ سنة طبق عليهم مقياس السلوك الإيثاري ، و ٤٠ تلميذ وتلميذة ممن حصلوا على درجات منخفضة على المقياس انقسموا إلى ٢٠ تلميذ وتلميذة بالمجموعة التجريبية قد طبق عليهم البرنامج المعرفي السلوكي و ٢٠ تلميذ وتلميذة بالمجموعة الضابطة .

قامت الباحثة بإعداد مقياس للسلوك الإيثاري وبرنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الإيثاري .
توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

١. عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مقياس السلوك الإيثاري.
٢. وجود فروق بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.
٣. وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
٤. عدم وجود فروق بين القياس البعدي والقياس التتبعي للمجموعة التجريبية.
٥. فعالية البرنامج المعرفي السلوكي في تنمية السلوك الإيثاري.

الكلمات المفتاحية: السلوك الإيثاري، البرنامج المعرفي السلوكي، علم النفس الإيجابي، التعاطف، المساعدة، التضحية.

ABSTRACT

This study aims to define the efficient of a cognitive behavioral program to promote the altruistic behavior.

The sample consists of 226 male and female students, whose ages range between 11- 14 years, a student with a low degree of altruistic behavior have been chosen for the experimental study, A sample has been split into two groups: An experimental and a controlled. There are twenty students in each group.

The researcher has been two instruments: The scale of the altruistic behavior and the cognitive behavioral program to promote the altruistic behavior.

The results of the study indicate that:

- There is no statistically significant between the male and the female in the altruistic behavior.
- There are statistically significant between the pre-test and the post-test of experimental group to right the post-test.
- There are statistically significant between the experimental group and the controlled group in the post-test to right the experimental group.
- There is no statistically significant between the post-test and the follow-up test.
- The efficiency of the cognitive behavior program in promotes the altruistic behavior.

الفهرس

أولاً: قائمة المحتويات

١	الفصل الأول: مدخل الدراسة
٤-٢	مقدمة
٦-٤	الإحساس بالمشكلة
٧-٦	مشكلة الدراسة
٨-٧	أهمية الدراسة
٩	أهداف الدراسة
١٠-٩	مصطلحات الدراسة
١١	الفصل الثاني: الإطار النظري
١٢	الشق الأول: السلوك الإيثاري
١٩-١٣	أولاً: تعريف السلوك الإيثاري
٢٠	ثانياً: النظريات المفسرة للسلوك الإيثاري
٢٥-٢٠	١- نظريات التحليل النفسي
٣١-٢٥	٢- النظرية السلوكية
٣٧-٣١	٣- النظريات المعرفية
٤١-٣٧	ثالثاً : صور السلوك الإيثاري

٤٨-٤٢	رابعاً: مستويات السلوك الإيثاري
٥١-٤٨	خامساً: دوافع السلوك الإيثاري
٦٤-٥١	سادساً: المتغيرات المؤثرة في السلوك الإيثاري
٦٥	الشق الثاني: العلاج المعرفي السلوكي
٧٤-٦٧	مفاهيم العلاج المعرفي السلوكي
٨٥-٧٥	أولاً: العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي
٩٠-٨٥	العناصر الأساسية في العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي
٩٤-٩٠	العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي الجماعي
١٠١-٩٤	ثانياً: العلاج المعرفي
١٠٤-١٠١	ثالثاً: العلاج القائم على تعليم و توجيه الذات
١٠٥	الفصل الثالث: الدراسات السابقة
١٢٩-١٠٦	المحور الأول: دراسات تناولت السلوك الإيثاري في علاقته ببعض المتغيرات المختلفة
١٣٦-١٢٩	المحور الثاني: دراسات تناولت تنمية السلوك الإيثاري بطريقة مباشرة أو غير مباشرة
١٣٧	فروض الدراسة
١٣٨	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة
١٣٩	أولاً: منهج الدراسة
١٤٠-١٣٩	ثانياً: عينة الدراسة

١٤١	ثالثاً: أدوات الدراسة
١٥٠-١٤١	١ - مقياس السلوك الإيثاري
١٥٩-١٥٠	٢ - البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية السلوك الإيثاري
١٥٩	رابعاً: المعالجة الإحصائية
١٦٠	الفصل الخامس: نتائج الدراسة ومناقشتها
١٦٣-١٦١	الفرض الأول ومناقشته
١٦٨-١٦٤	الفرض الثاني ومناقشته
١٧١-١٦٨	الفرض الثالث ومناقشته
١٧٥-١٧١	الفرض الرابع ومناقشته
١٧٧-١٧٥	الفرض الخامس ومناقشته
١٧٨	التوصيات والمقترحات
١٨٧-١٧٩	المراجع العربية
١٩٩-١٨٨	المراجع الأجنبية
٢٠٠	الملاحق

ثانياً: قائمة جداول الدراسة

رقم الصفحة	اسم الجدول
١٤٠	جدول (١) : يوضح دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات التجانس
١٤٨	جدول (٢) : يوضح معاملات ثبات مقياس السلوك الإيثاري باستخدام طريقة التجزئة النصفية
١٤٨	جدول (٣) : يوضح معاملات ثبات مقياس السلوك الإيثاري باستخدام معادلة ألفا كرونباخ
١٤٩	جدول (٤) : يوضح معاملات ثبات مقياس السلوك الإيثاري باستخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار
١٤٩	جدول (٥) : يوضح معاملات ثبات أبعاد مقياس السلوك الإيثاري باستخدام الاتساق الداخلي
١٦١	جدول (٦) : يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث على مقياس السلوك الإيثاري
١٦٤	جدول (٧) : يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس السلوك الإيثاري
١٦٨	جدول (٨) : يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات درجات كل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس السلوك الإيثاري بعد تطبيق البرنامج
١٧٢	جدول (٩) : نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات درجات كل من الذكور و الإناث بالمجموعة التجريبية على مقياس السلوك الإيثاري.
١٧٥	جدول (١٠) : يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات درجات كل من المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي على مقياس السلوك الإيثاري

ثالثاً: قائمة ملاحق الدراسة

٢٠١	ملحق رقم (١) الصورة الأولية لمقياس السلوك الإيثاري
٢١٢	ملحق رقم (٢) الصورة النهائية لمقياس السلوك الإيثاري
٢٢٢	ملحق رقم (٣) مفتاح تصحيح مقياس السلوط الإيثاري
٢٢٣	ملحق رقم (٤) أسماء الأساتذة المحكمين لمقياس السلوك الإيثاري
٢٢٤	ملحق رقم (٥) بطاقة تحكيم البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية السلوك الإيثاري لدى عينة من المراهقين
٢٣١	ملحق رقم (٦) جلسات البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية السلوك الإيثاري لدى عينة من المراهقين
٢٩٠	ملحق رقم (٧) أسماء الأساتذة المحكمين للبرنامج المعرفي السلوكي لتنمية السلوك الإيثاري

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة

الإحساس بالمشكلة

مشكلة الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

مصطلحات الدراسة

الفصل الأول مدخل الدراسة

مقدمة

لوحظ في السنوات الأخيرة أن أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي بصورها المختلفة قد تزايد الاهتمام بدراساتها بقصد تعزيز تلك الأشكال من جهة وبقصد ترقية سلوك الفرد من جهة أخرى، انطلاقاً من كون الإنسان اجتماعياً بطبعه مما يجعله محتاجاً إلى الآخرين الذين يفترض أنهم بدورهم محتاجين إليه. وقد يتعرض الفرد لمواقف عديدة تتطلب مساعدة الآخرين ومشاركتهم ومعونتهم، وهو أمر يحتاجه الآخرون أنفسهم مما يتطلب سلوكاً متبادلاً بين أفراد المجتمع فيما يتعلق بالتعاطف والتعاون والمساعدة.

إن أي مجتمع من المجتمعات الإنسانية ينظر إلى أفرادهِ من خلال إطار مرجعي وقيمي ينبثق من طبيعة تلك المجتمع ودينه وقيمه ومعتقداته، ويتوقع هذا المجتمع من الأفراد سلوكاً ينسجم مع تلك المرجعية، ففي مجتمعنا المصري العربي المسلم على سبيل المثال رسم الإسلام صورة واضحة لعلاقة الأفراد في المجتمع أساسها الترابط والتعاون على ما فيه صلاح الفرد والجماعة، انطلاقاً من الحديث النبوي الشريف الذي رواه النعمان بن بشير حيث قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم كمثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى" البخاري ومسلم، فالعلاقة بين الفرد والآخرين ينبغي أن يكون أساسها الود والرحمة والتعاطف والتعاون والتضحية والإيثار وهذا هو غاية الصحة النفسية.

ولعل من ألوان السلوك الاجتماعي الإيجابي الذي تحرص عليه المجتمعات عموماً - والمجتمع المصري خصوصاً - السلوك الإيثاري من جانب الأفراد، وهو أمر تحرص عليه الأديان السماوية حرصاً كبيراً بل وتحض عليه، فقد حرص القرآن الكريم على الإشارة إلى الإيثار صراحة في أكثر من موضع مثل قوله تعالى "ويؤثرون على أنفسهم ولو كان بهم خصاصة" الحشر: ٩، وفي موضع آخر قوله تعالى "ويطعمون الطعام على حبه مسكيناً ويتيمماً وأسيراً" الإنسان: ٩، وفي موضع ثالث قوله تعالى "لن تنالوا البر حتى تنفقوا مما تحبون" آل عمران: ٩٢ وآيات أخرى كثيرة.

وكذلك كان حرص السنة النبوية الشريفة في مواضع كثيرة لا يتسع المجال هنا لحصرها، من ذلك قوله صلى الله عليه وسلم (والله لا يؤمن، والله لا يؤمن، والله لا يؤمن، قيل من يا رسول الله؟ قال: من بات شبعان وجاره جوعان)، وقوله صلى الله عليه وسلم (لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحبه لنفسه)، وقد