



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين

الباحثة

نهى محمد عبد المحسن شعت

رسالة مقدمه لنيل درجة الماجستير في التربية
تخصص (صحة نفسية)

إشراف

أ.د. / سميرة محمد شند	أ.د. / سيد سيد الطوخي (رحمه الله)
أستاذ الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
والإرشاد النفسي	والإرشاد النفسي المساعد
كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس
د/ محمود رامز يوسف	
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي	
كلية التربية - جامعة عين شمس	

٢٠١٤م

بسم الله الرحمن الرحيم

" لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا

كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا
تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ
مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا
بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ
مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ "

صدق الله العظيم (البقرة ٢٨٦)



كلية التربية
قسم أصول التربية

صفحة العنوان

اسم الباحثة : نهى محمد عبد المحسن شعت

عنوان الرسالة: " فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين "

الدرجة العلمية: الماجستير في التربية

القسم التابع له: الصحة النفسية

اسم الكلية : التربية

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج: ٢٠٠٥

سنة المنح : ٢٠١٤



كلية التربية

قسم الصحة النفسية

والإرشاد النفسي

رسالة ماجستير

اسم الباحثة : نهى محمد عبد المحسن شعت

عنوان الرسالة: " فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين "

الدرجة العلمية: الماجستير في التربية

لجنة الإشراف على الرسالة

م	الاسم	الوظيفة
١	أ.د. سميرة محمد شند	أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي كلية التربية - جامعة عين شمس
٢	د. سيد سيد الطوخي	أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد كلية التربية - جامعة عين شمس
٣	د. محمود رامز يوسف	مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي كلية التربية - جامعة عين شمس

• تاريخ المناقشة: ٢٠١٤/ /

• تقييم اللجنة : قررت لجنة المناقشة منح الطالبة درجة الماجستير في التربية تخصص (صحة نفسية)

• الدراسات العليا:

ختم الإجازة : أجازت الرسالة بتاريخ ٢٠١٤ / /

• موافقة مجلس الكلية موافقة مجلس الجامعة

٢٠١٤/ / ٢٠١٤/ /

مستخلص الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين، وقد تكونت عينة الدراسة النهائية (٢٠) مراهق ومراهقه، وقامت الباحثة بتقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بعد إجراء التجانس في متغير العمر والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، كما استخدمت الدراسة العديد من الأدوات من بينها مقياس فاعلية الذات (إعداد: الباحثة)، والبرنامج الإرشادي السلوكي (إعداد: الباحثة) وأختبار رافن للذكاء (إعداد: Raven, 1985)، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (إعداد: عبد العزيز الشخص، ٢٠١٠)، وأسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين، واتضح ذلك في دلالة الفروق بين رتب المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، وأيضاً دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، كما استمر احتفاظ المجموعة الإرشادية بالمكتسبات الإرشادية حتى شهرين من القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: فاعلية الذات Self efficacy

الإرشاد السلوكي Behavioral Counseling

المراهقة وفاعلية الذات Adolescence & Self efficacy

Abstract

This study aims to identify the effectiveness of integrative behavioral counseling program to enhance self-efficacy among samples of adolescents. The samples used in this research consists of (20) adolescents, “Male & Females” Who were assigned to experimental group of (10) adlescents and control group of (10) adolescents according to age, educational level, gender and socioeconomic level. There are tools used in the study as self efficacy scale Prepared by the (Researcher), Behavioral counseling program Prepared by the (Researcher), Raven intelligence test Prepared by (Raven, 1958) and socioeconomic scale Prepared by (Abd El-Aziz El-Shaks, 2010).

Results of this study showed the following. There are statistically significant differences among the means ranks of the experimental group after applying the behavioral counseling program and the control group on the self efficacy scale for the experimental group, there are statistically significant differences among the means ranks of the experimental group in the pre-post testing after applying behavioral counseling program on self-efficacy scale for the post testing and there are not statistically significant differences among the means ranks of the experimental group in the post. Follow up testing on self efficacy scale.

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خير المرسلين، أما وقد انتهيت من إنجاز هذه الدراسة فإنني أسجد لله سبحانه وتعالى شاكره على حسن توفيقه وجزيل عطائه وموفوره بفضلته.

وعرفاناً مني بالجميل أتقدم باسمي آيات الشكر والتقدير إلى الأستاذة الدكتورة/ سميرة محمد شند أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية - جامعة عين شمس ، والتي تفضلت بالإشراف على هذا البحث وكانت بمثابة الأم وقدمت كل العون والنصح والتوجيه طوال فترة إعداد هذا البحث، فادعو لها بالصحة والعافية، وجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان لروح أستاذي الذكيه رحمة الله الأستاذ الدكتور/ سيد سيد الطوخي أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية - جامعة عين شمس ، رحمة الله وأدخله فسيح جناته.

والشكر موصول أيضاً إلى الدكتور/ محمود رامز يوسف مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية - جامعة عين شمس، والذي شرفت بأشرافه على بحثي فله كل التقدير والاحترام على جهده المبذول.

كما أتقدم بخالص الشكر للأستاذ الدكتور/ حسام إسماعيل هيبه أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد بكلية التربية - جامعة عين شمس، لموافقته على مناقشة هذا البحث المتواضع وتوجيهاته القيمة وآراءه السديدة التي أثرت هذا البحث وجزاه الله عني خيراً .

وخالص شكري للأستاذ الدكتور/ الفرحاتي السيد محمد الفرحاتي أستاذ علم النفس التربوي المساعد بالمركز القومي للتقويم والامتحانات، والذي يسعدني موافقته على مناقشة هذا البحث العلمي لعلمه الغزير وخلق السامي جزاه الله عني خيراً.

وكل الحب والاحترام لكل من ساعدني وقدم لي يد العون من أهلي وأصدقائي وكل الحب والعرفان بالجميل لأبي رحمة الله وأمي الحنونه وأخواني الأعزاء الحسنيين شعت ومحمد شعت، فأقدم لهما باقة حب وتقدير وأهدي لهما ثمرة هذا البحث.

وكثير من الشكر إلى إدارة مدرسة السيدة عائشة للتربية الفكرية، ومديرها السابق أستاذ/ حسين عبد النبي عشاوي ومديرتها الحالية الأستاذة/ أماني لطفي وهبه ، والأستاذة / ناهد شعبان الأخصائي النفسي بالمدرسة، والأستاذة / هناء أخصائي اجتماعي بالمدرسة، وأستاذة / عبير أخصائي اجتماعي، وجميع العاملين بالمدرسة لمد يد العون للباحثة.

ولا يفوتني بالذكر أن اشكر أفراد العينة تلك الشموع التي أنارت لي الطريق حتى وصلت إلى نتائج بحثي فلا أملك من الكلمات وما يعطهم حقهم إلا الدعاء بالتوفيق والنجاح، كما أشكر إدارة مدرسة الحرية التجريبية للغات في منطقة شرق مدينة نصر التعليمية لتعاونها مع الباحثة في تطبيق هذا البحث.

وأقدم بوافر الشكر للسادة أعضاء هيئة التدريس بقسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي لمد يد العون للباحثة ومآزراتهم لها.

وفي الختام أدعو الله أن يحفظ بعين رعايته كل من ساعدني ووقف بجواري وأن يشملهم بكرمه وعفوه وأن يحزيهم خير الجزاء.

الباحثة

مستخلص الدراسة

اسم الباحثة: نهى محمد عبد المحسن شعت

عنوان الدراسة: فاعلية برنامج إرشادي لتنمية فاعلية الذات لدى عينة من المراهقين

رسالة ماجستير / كلية التربية - جامعة عين شمس، ٢٠١٣م

هدف الدراسة: تنمية فاعلية الذات لدى عينة من المراهقين من خلال إعداد برنامج

إرشادي سلوكي وقياس مدى فاعليته.

عينة الدراسة: تتكون من (٢٠) مراهقاً ومراقبة حاصلين على أدنى الدرجات في أبعاد مقياس فاعلية الذات للمراهقين (الإنجازات الأدائية - الخبرات البديلة - الإقناع اللفظي - الاستثارة الانفعالية) والدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات للمراهقين المستخدم في الدراسة، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية بين (١٢ - ١٥ سنة)، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين وهما المجموعة التجريبية، وتضم (١٠) مراهقين، والمجموعة الضابطة وتضم (١٠) مراهقين.

أدوات الدراسة: تتكون أدوات الدراسة مما يلي:

١- مقياس فاعلية الذات للمراهقين، إعداد الباحثة.

٢- البرنامج الإرشادي السلوكي، إعداد الباحثة.

٣- اختبار المصفوفات المتتابعة المعياري (اختبار رافن للذكاء Raven Test)، إعداد (Raven, 1958)

٤- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، إعداد عبد العزيز الشخص (٢٠٠٦).

الأساليب الإحصائية

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية في تحليل البيانات لإعداد وتصميم

مقياس فاعلية الذات لدى المراهقين، والتحقق من صحة فروض الدراسة ، وهي:

١-معامل ارتباط بيرسون Coefficient of Person Correlation للتحقق من

صدق التماسك الداخلي لحساب صدق مقياس فاعلية الذات للمراهقين.

٢-التحليل العاملي التوكيدي للتأكد من صدق البنية Constructing Validity

لمقياس فاعلية الذات للمراهقين.

٣- معامل ألفا- كرونباخ Cronbach Alpha Coefficient لحساب ثبات مقياس فاعلية الذات للمراهقين.

٤- طريقة إعادة التطبيق Retest- test لحساب ثبات مقياس فاعلية الذات للمراهقين.

٥- اختبار مان ويتني Mann- Whitney اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعات المستقلة.

٦- اختبار ويلكوكسون Wilcoxon اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين المرتبطة للتحقق من صحة أو بطلان فروض الدراسة.

٧- اختبار مان ويتني Mann- Whitney اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعات المستقلة .

٨- اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعات المرتبطة.

نتائج الدراسة:

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية (ذكوراً - إناثاً) على أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية بعد تطبيق البرنامج في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية (ذكوراً - إناثاً) والضابطة (ذكوراً - إناثاً) على أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية بعد تطبيق البرنامج في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

٣- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية (ذكوراً - إناثاً) على أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية بعد تطبيق البرنامج وفترة المتابعة في القياسين البعدي والتتبعي.

٤- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية (ذكوراً) ومتوسطي رتب نفس المجموعة (إناثاً) على أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية في التطبيق البعدي والتتبعي بعد تطبيق البرنامج على أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية في القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية:

Self- efficacy

فاعلية الذات

Behavioral – Counseling
Program

برنامج إرشادي سلوكي

Adolescent

المراقبة



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

ملخص

فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين

الباحثة

نهى محمد عبد المحسن شعت

رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في التربية
تخصص (الصحة النفسية)

إشراف

أ.د. / سميرة محمد شند	أ.د. / سيد سيد الطوخي (رحمه الله)
أستاذ الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
والإرشاد النفسي	والإرشاد النفسي المساعد
كلية التربية - جامعة عين شمس	كلية التربية - جامعة عين شمس

د/ محمود رامز يوسف

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس

٢٠١٤م

فهرس المحتويات

ص-ص	الموضوع
١٠-١	الفصل الأول مدخل الدراسة
٢	* مقدمة
٥	مشكلة الدراسة
٨	هدف الدراسة
٨	أهمية الدراسة
٩	مصطلحات الدراسة
١٠	حدود الدراسة
٧٤-١١	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
١٢	* تمهيد
١٢	أولاً: فاعلية الذات
١٥	١- مفهوم فاعلية الذات
١٩	٢- نظرية فاعلية الذات
٢١	٣- أبعاد فاعلية الذات
٢٤	٤- مصادر فاعلية الذات
٣٠	٥- فاعلية الذات وبعض المفاهيم الأخرى
٣٤	٦- أهمية فاعلية الذات لشخصية الفرد
٣٩	٧- سمات الأفراد ذوي فاعلية الذات المنخفضة
٤٠	٨- سمات الأفراد ذوي فاعلية الذات المرتفعة
٤١	ثانياً: الإرشاد السلوكي
٤٢	١- مفهوم الإرشاد السلوكي
٤٤	٢- الأسس النظرية للإرشاد السلوكي

ص - ص	الموضوع
٤٧	٣- مسلمات الإرشاد السلوكي
٤٧	٤- خصائص الإرشاد السلوكي
٤٨	٥- المفاهيم الأساسية للإرشاد السلوكي
٥٠	٦- إجراءات الإرشاد السلوكي
٥١	٧- تقويم الإرشاد السلوكي
٥٢	٨- فنيات الإرشاد السلوكي
٧١	ثالثاً: المراقبة وفاعلية الذات
٧٤	* تعقيب عام
١٠٤-٧٥	الفصل الثالث دراسات سابقة
٧٦	* تمهيد
٧٦	أولاً: دراسات تناولت فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المراهقين.....
٨٨	* التعقيب على دراسات المحور الأول
٩١	ثانياً: دراسات تناولت فاعلية التدخل الإرشادي لتنمية فاعلية الذات
١٠٢	* التعقيب على دراسات المحور الثاني
١٠٤	فروض الدراسة
١٣٨-١٠٥	الفصل الرابع إجراءات الدراسة
١٠٦	* تمهيد
١٠٦	أولاً: منهج الدراسة
١٠٦	ثانياً: عينة الدراسة
١١١	ثالثاً: أدوات الدراسة
١١١	(١) مقياس فاعلية الذات

الموضوع	ص - ص
٢) البرنامج الإرشادي السلوكي	١٢٢
٣) اختبار المصفوفات المتتابعة المعياري (اختبار رافن للذكاء).....	١٣٥
٤) مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي	١٣٦
رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.....	١٣٦
خامساً: خطوات الدراسة	١٣٧
الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها	١٣٩-١٥٦
* تمهيد	١٤٠
أولاً : نتائج التحقق من صحة الفرض الأول	١٤٠
ثانياً: نتائج التحقق من صحة الفرض الثاني	١٤٢
ثالثاً: نتائج التحقق من صحة الفرض الثالث	١٤٣
رابعاً: نتائج التحقق من صحة الفرض الرابع	١٤٤
* تعقيب على النتائج.....	١٤٥
* تعقيب عام على النتائج.....	١٥٣
* توصيات الدراسة	١٥٥
* البحوث المقترحة	١٥٦
قائمة المراجع	١٥٧-١٩٤
المراجع العربية	١٥٨
المراجع الأجنبية	١٧١
الملاحق	١٩٥-٢٦٤
ملخص باللغة العربية	٦-١
ملخص باللغة الأجنبية	٦-١