



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات الأكل
لدى المراهقات وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية

رسالة مقدمة من

نجاه عيسى حسين إنصورة

للحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص : علم نفس)

تحت إشراف

أ.د / شادية أحمد عبد الخالق	د / وفاء السيد حسنين
أستاذ علم النفس التعليمي	أستاذ علم النفس التعليمي المساعد
كلية البنات – جامعة عين شمس	كلية البنات – جامعة عين شمس

القاهرة / 2013



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم علم النفس

صفحة العنوان

اسم الباحث : نجاه عيسى حسين إنصورة
الدرجة العلمية : دكتوراه في فلسفة التربية
القسم التابع له : قسم علم النفس
اسم الكلية : كلية البنات
اسم الجامعة : جامعة عين شمس
سنة المنح : 2013م



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
قسم التاريخ

اسم الباحث : نجاه عيسى حسين إنصورة
عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات
الأكل لدى المراهقات وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية
اسم الدرجة : دكتوراه في فلسفة التربية

الإشراف

أ. د/ شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس التعليمي
كلية البنات - جامعة عين شمس
د / وفاء السيد حسنين أستاذ علم النفس التعليمي المساعد
كلية البنات - جامعة عين شمس

تاريخ البحث : / / 2013

الدراسات العليا :

أجيزت الرسالة بتاريخ
2013 / /

ختم الجامعة
2013 / /

موافقة مجلس الجامعة
2013 / /

موافقة مجلس الكلية
2013 / /



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

لجنة الحكم والمناقشة

اسم الباحث : نجاه عيسى حسين إنصورة

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات الأكل لدى المراهقات وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية

اسم الدرجة : دكتوراه في فلسفة التربية

لجنة الحكم والمناقشة

أستاذ علم النفس التربوي

أ. د/ سناء محمد سليمان

كلية البنات - جامعة عين شمس

أستاذ علم النفس التعليمي

أ. د/ رشاد على عبد العزيز موسى

كلية التربية - جامعة الأزهر

أستاذ علم النفس التعليمي

أ. د/ شادية أحمد عبد الخالق

كلية البنات - جامعة عين شمس

تاريخ البحث : / / 2013

الدراسات العليا :

أجيزت الرسالة بتاريخ

ختم الجامعة

/ / 2013

/ / 2013

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / 2013

/ / 2013

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ

(وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا
تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ
الْمُسْرِفِينَ)

صدق الله العظيم

سورة الأعراف، الآية 31

الإهداء

إلى أبي وأمي .. صاحبي الفضل كل الفضل عليّ

إلى والدي الذي بذر في نفسي حب العلم وتعلمه وكان
معي دائماً.

إلى والدي الحبيبة التي حملتني وهنأ على وهن
وسهرت على راحتي صغيرة وحرصت على مستقبلتي كبيرة
أمد الله في عمرها بالصحة والعافية.

إلى أولادي الذين جعلوا الجنة تحت أقدامي

أول من رأت عيني وسعد به قلبي إبني "سيف الدين"
إلى إبنتي المخلصة المحبة "إشراق"
إلى من أفخر به إبني "أسامة"
إلى من أضاءت حياتي بنور شمسها إبنتي "غيداء"

لهؤلاء الأحبة جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا
محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد،

فبعد أن وفقني الله تعالى لإخراج هذا العمل المتواضع إلى النور فإنه لا يسعني إلا أن أقدم خالص الشكر والتقدير إلى كل من قدم لي مساعدة بالفكر أو بالرأى أو بالنقد، وأخص بالشكر والتحية أستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / شادية أحمد عبد الخاق** التي تبنت البحث منذ أن كان فكرة، وأعطتني الكثير من وقتها وجهدها وقدمت لي كثيراً من الأفكار والرؤى المتعلقة بالموضوع، فلها بالغ الشكر والتقدير.

كما يشرفني أن أقدم أسمى آيات الشكر والعرفان إلى العالمين الجليلين الذين اقتطعا من وقتهما الثمين، وقبلوا مناقشة هذه الرسالة **الأستاذ الدكتور / رشاد على عبد العزيز موسي** أستاذ علم النفس التعليمي بكلية التربية جامعة الأزهر، **والأستاذة الدكتورة / سناء محمد سليمان** أستاذ علم النفس التعليمي بكلية البنات، فجزاهما الله خيرا الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير والتحية لكل من كان له يد عون تجاهي، كل أصدقائي الذين وقفوا معي بكل ما استطاعوا وساندوني بكل قوة وعطاء وأخص بالذكر **الأستاذ الدكتور / يونس محمد حشاد ، والأستاذ الدكتور / علاء فرغلي ، والأستاذ الدكتور / حسيب محمد حسيب ،** وكل العاملات بمكتبة كلية البنات، وكذلك الشكر موصول لجميع أعضاء قسم علم النفس بالكلية .

واسمحوا لي أن أسجل شكراً خاصاً إلى مجموعة الدراسة التجريبية، والإخوة مدراء المدارس، والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين العاملين بها على مجهوداتهم التي بذلوها معي أثناء فترة التطبيق العملي للدراسة .

كما يطيب لي أن أقدم كل الشكر والتحية إلى أسرتي الكبيرة، وأخص به والدي الذي لطالما دعم مسيرتي العلمية متجاوزاً بي كل الصعاب التي تعترضني بمنتهى التضامن والتشجيع والتقدير فله مني كل الامتنان والشكر.

وليكن شكر الختام موجها إلى والدتي التي رافقتني دعواتها لي بالتوفيق
وتحملت مشاق فراقها لها طيلة فترة دراستي، فدعواتي لها بالشفاء وطول العمر .
كما أتقدم بالشكر إلى أسرتي الصغيرة كل أولادي على مساندتهم لي وتحملهم
جزءاً من تقصيري تجاههم بكل عفو، فلهم مني خير الرضاء والشكر، فقد تحملوا
معي مشاق البحث العلمي، فجزاهم الله خير الجزاء.

الباحثة

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
11-1	الفصل الأول مدخل إلى الدراسة
2	أولاً: مقدمة الدراسة.....
4	ثانياً: مشكلة الدراسة.....
8	ثالثاً: أهداف الدراسة.....

8	رابعاً: أهمية الدراسة
9	خامساً: مصطلحات الدراسة
10	سادساً: حدود الدراسة
146 - 12	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
14	القسم الأول: المراقبة
14	أولاً: مفهوم المراقبة
15	ثانياً: الخصائص العامة لمرحلة المراقبة
17	ثالثاً: حاجة المراقب للإرشاد النفسي
19	القسم الثاني: اضطرابات الأكل
20	أولاً: الخلفية التاريخية لاضطرابات الأكل
25	ثانياً: مفهوم اضطرابات الأكل
27	ثالثاً: أنواع اضطرابات الأكل
27	النوع الأول: اضطراب فقدان الشهية العصبي
27	أ- مفهوم فقدان الشهية العصبي
30	ب- مراحل تطور وظهور فقدان الشهية العصبي

الصفحة	الموضوع
32	ج - مظاهر فقدان الشهية العصبي
34	د - العوامل المسببة لفقدان الشهية العصبي
41	هـ - النظريات المفسرة لفقدان الشهية العصبي
47	و - تشخيص فقدان الشهية العصبي
51	ز - علاج اضطراب فقدان الشهية العصبي
61	النوع الثاني: اضطراب الشره العصبي
61	أ- مفهوم الشره العصبي

69	ب- مراحل تطور وظهور الشره العصبي
70	ج - مظاهر الشره العصبي
74	د- العوامل المسببة للشره العصبي
80	هـ- النظريات المفسرة للشره العصبي
84	و - تشخيص الشره العصبي
87	ز - علاج اضطراب الشره العصبي
91	رابعاً: العلاقة بين اضطرابي فقدان الشهية والشره العصبيين
93	القسم الثالث: المتغيرات الشخصية
93	أولاً: صورة الجسم
95	أ- مفهوم صورة الجسم
97	ب- العوامل المحددة لصورة الجسم
103	ج - طرق قياس صورة الجسم
104	ثانياً: القلق
104	أ- مفهوم القلق
108	ب- أنواع القلق
112	ج - مظاهر القلق

الصفحة	الموضوع
116	د - النظريات المفسرة للقلق
122	هـ - علاج القلق
127	القسم الرابع: الإرشاد المعرفي السلوكي
129	أولاً: مفهوم الإرشاد المعرفي السلوكي
130	ثانياً: فلسفة الإرشاد المعرفي السلوكي
132	ثالثاً: أهداف الإرشاد المعرفي السلوكي

134	رابعاً: فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي
-147	الفصل الثالث
169	دراسات سابقة وفروض الدراسة
148	أولاً: دراسات سابقة
148	أ- دراسات تناولت اضطرابات الأكل وصورة الجسم
153	ب- دراسات تناولت اضطرابات الأكل والقلق
155	ج- دراسات تناولت اضطرابات الأكل ومتغيرات الشخصية الأخرى
161	د - دراسات تناولت البرنامج المعرفي السلوكي
167	هـ - تعليق عام على الدراسات السابقة
169	ثانياً: فروض الدراسة
-170	الفصل الرابع
220	منهج وإجراءات الدراسة
171	أولاً: منهج الدراسة ومتغيراتها
172	ثانياً: الخطوات الإجرائية للدراسة
176	ثالثاً: أدوات الدراسة
214	رابعاً: عينة الدراسة

الصفحة	الموضوع
220	خامساً: أساليب المعالجة الإحصائية
-221	الفصل الخامس
246	نتائج الدراسة ومناقشتها
222	أولاً: نتائج الدراسة
246	ثانياً: التوصيات والمقترحات

-247	المراجع.....
268	
248	أولاً: المراجع العربية.....
259	ثانياً: المراجع الأجنبية.....
-269	ملاحق الدراسة.....
369	
270	ملحق (1): استمارة جمع البيانات الأولية (إعداد: الباحثة)
271	ملحق (2): مقياس اضطرابات الأكل (إعداد: الباحثة)
274	ملحق (3): مقياس صورة الجسم (إعداد: الباحثة)
276	ملحق (4): مقياس القلق: الحالة/ السمة أعده للعربي: (أحمد عبدالخالق)
278	ملحق (5): جلسات البرنامج الإرشادي لمجموعة (فقدان الشهية العصبي) إعداد: الباحثة)
322	ملحق (6): جلسات البرنامج الإرشادي لمجموعة (الشهر العصبي) (إعداد: الباحثة)
367	ملحق (7): استمارة التحكيم على البرنامج (إعداد: الباحثة)
369	ملحق (8): أسماء المحكمين على أدوات الدراسة

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
180	نسب اتفاق المحكمين على مفردات الصورة النهائية مقياس اضطرابات الأكل.	1

2	المفردات التي تم حذفها نتيجة التحكيم بمقياس اضطرابات الأكل.	180
3	المفردات التي تم تعديل صياغتها في الصورة الأولية لمقياس اضطرابات الأكل.	181
4	معاملات الارتباط ومستويات الدلالة بين مقياس اضطرابات الأكل (إعداد: الباحثة) ومقياس اضطراب الأكل. (Garner & Olmsted, 1983)	182
5	معاملات ارتباط صدق (مقياس اضطرابات الأكل) (إعداد الباحثة) ومستويات دلالاتها بطريقة المقارنة الطرفية.	183
6	المفردات المستبعدة من مقياس اضطرابات الأكل لعدم دلالة معاملاتها صدقها.	184
7	معاملات الارتباط بين التطبيقين لمقياس اضطرابات الأكل	185
8	معاملات الارتباط ومستوى الدلالة في مقياس اضطرابات الأكل بين الأبعاد الأساسية للمقياس والمقياس ككل.	186
9	معاملات ثبات مفردات مقياس اضطرابات الأكل بطريقة الاحتمال المنوالى.	187
10	المفردتان المستبعدتان من مقياس اضطرابات الأكل لعدم دلالة معاملات ثباتهما.	188

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
11	نسب اتفاق المحكمين على مفردات الصورة النهائية لمقياس صورة الجسم.	191
12	المفردات التي تم حذفها نتيجة التحكيم.	191

13	المفردات التي تم تعديل صياغتها في الصورة الأولية لمقياس صورة الجسم.	191
14	معاملات الارتباط ومستويات الدلالة بين مقياس صورة الجسم (إعداد: الباحثة) ومحور الذات الجسمية من مقياس تنسي لمفهوم الذات (ترجمة: صفوت فرج وسهير كامل 1991).	192
15	معاملات ارتباط صدق مقياس صورة الجسم (إعداد الباحثة) ومستويات دلالاتها بطريقة المقارنة الطرفية.	193
16	المفردات المستبعدة من مقياس صورة الجسم لعدم دلالة معاملاتها صدقها.	194
17	معاملات الارتباط بين التطبيقين لمقياس صورة الجسم.	195
18	معاملات ثبات مفردات مقياس صورة الجسم بطريقة الاحتمال المنوالى.	196
19	المفردتان المستبعدتان من مقياس اضطرابات الأكل لعدم دلالة معاملات ثباتهما.	196
20	جلسات البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى لذوى اضطراب فقدان الشهية العصبي.	211
21	جلسات البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى لذوى اضطراب الشره العصبي.	212

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
22	حصر المجموعة المبدئية للدراسة بمرحلتى التعليم الثانوى والجامعي.	215
23	يوضح المستبعدات والمجموعة المتبقية في ضوء شروط	216

	التجانس المبدئي.	
216	نتائج تطبيق مقياس اضطرابات الأكل (إعداد: الباحثة) على مجموعة الدراسة.	24
217	توزيع أفراد المجموعة حسب نوع اضطراب الأكل.	25
218	نتائج تطبيق مقياس صورة الجسم (إعداد: الباحثة) على مجموعة الدراسة في ضوء نوع اضطرابات الأكل.	26
219	نتائج تطبيق مقياس القلق على مجموعة الدراسة في ضوء نوع اضطرابات الأكل.	27
219	نتائج حصر مجموعة الدراسة ذوات فقدان الشهية العصبي والشره العصبي.	28
220	نتائج حصر مجموعة الدراسة حسب الكلية والمدرسة.	29
223	معاملات الارتباط بين اضطرابات الأكل وصورة الجسم ومستوى القلق لدى عينة الدراسة	30
228	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب لمجموعتي اضطراب فقدان الشهية العصبي والشره العصبي في مقياسي صورة الجسم والقلق	31
230	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب لمجموعة اضطراب فقدان الشهية العصبي في مقياس اضطرابات الأكل ومقياس صورة الجسم ومقياس القلق بين القياسين القبلي والبعدى.	32

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
235	دلالة الفروق بين متوسطي الرتب لمجموعة اضطراب فقدان الشهية العصبي في مقياس اضطرابات الأكل ومقياس صورة الجسم ومقياس القلق في القياسين البعدى والتتبعي	33