



جامعة عين شمس

كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

فاعلية العلاج المعرفى السلوكى فى التدريب على بعض المهارات
الاجتماعيه كمدخل لخفض الشعور بالوحده لدى المراهقات اللائى تعرضن
للضرر اثناء احداث الثوره

دراسه للحصول على:

درجة دكتوراه الفلسفه فى التربيه (تخصص علم نفس تعليمى)

مقدمه من الباحثة:

آمنه رمضان خميس نجاحات

الأستاذة الدكتوراه

الأستاذة الدكتوراه

ماجى وليم يوسف

شادية أحمد عبد الخالق

أستاذ علم النفس المساعد

أستاذ علم النفس التربوى (صحته نفسيه)

كلية البنات - جامعة عين شمس

كلية البنات - جامعة عين شمس

جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقه مجلس الكلية علي تشكيل لجنة الحكم والناقشة
فحص / / ٣ وتكون مه:
مناقشة في

١. الأستاذ الدكتور /

٢. الأستاذ الدكتور /

٣. الأستاذ الدكتور /

٤. الأستاذ الدكتور /

تاريخ موافقه مجلس الكلية على التوصيه بمنع الطالب درجة
ماجستير / / ٢
دكتوراه في

الموظف المختص مدير الادارة أ.د/وكيلة الكلية

مستخلص

فاعلية العلاج المعرفى السلوكى فى التدريب على بعض المهارات الإجتماعيه كمدخل لخفض الشعور بالوحده لدى المراهقات اللائى تعرضن للضرر اثناء احداث الثورة.

اسم الباحثه: آمنه رمضان خميس نجاحات

تهدف هذه الدراسه الى تقديم برنامج معرفى سلوكى للتدريب على بعض المهارات الإجتماعيه للمراهقات المتضررات من الأثار السلبيه للثوره الليبيه, لخفض شعورهن بالوحده, والتأكد من مدى فاعلية هذا البرنامج . والمنهج الذي تتبعه الدراسه الحاليه المنهج التجريبي للإجابة عن التساؤلات المحددة لمشكلة الدراسه و للوقوف على فاعلية هذا البرنامج الإرشادي، والتصميم المستخدم هو نموذج القياس " القبلي - البعدي - التتبعي " القائم على استخدام مجموعتين متكافئتين (تجريبية، ضابطة) وقد تم التكافؤ بينهما من حيث العمر الزمني والمستوى الإجتماعي والإقتصادي ومستوى الشعور بالوحده و ومستوى تحسين المهارات الإجتماعيه. وبلغ قوام عينة البرنامج 20 فتاه مراهقه بالمرحله الثانويه من المتضررات بسبب احداث الثورة, تم تقسيمهن الى مجموعتين: تجريبية وضابطه وفي كل منها 10 مراهقات. وقد اثبتت النتائج تحقق فروض الدراسه وهى كالاتى:

- 1- توجد فروق بين متوسطات رتب درجات مراهقات المجموعتين التجريبية والضابطه بعد تطبيق البرنامج على مقياسى المهارات الإجتماعيه و الشعور بالوحده, وهذه الفروق تكون فى صالح مراهقات المجموعه التجريبية.
- 2- توجد فروق بين متوسطات رتب درجات مراهقات المجموعه التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياسى المهارات الإجتماعيه, والشعور بالوحده وهذه الفروق تكون فى صالح نتائج القياس بعد تطبيق البرنامج .
- 3- لا توجد فروق بين متوسطات رتب مراهقات المجموعه التجريبية بعد تطبيق البرنامج مباشرة ثم بعد مرور فترة المتابعه (شهرين تقريبا) على مقياسى المهارات الإجتماعيه, والشعور بالوحده.

Abstract

Researcher Name Amna Ramadan Khamis Najahat

The effectiveness of cognitive behavioral thereby in some social skills training to reduce feeling loneliness for adolescent girls who injured during the revolution

Study Sample: In the light of sample scoping study as a whole the experimental group and control group from the children who lost a relative from the 1st degree (father, mother, brother and sister) their ages between (15–18) years old.

The sample consisted of (20) adolescent girls (Experimental Sample = N10) and (Control Sample N=10).

The Results of the study:

1–There are significant statistical differences between the average grades of the experimental group grades in the (pre & post) scales on the loneliness feeling scale and social skills scale in favor of the post scale.

2– There are significant statistical differences between the average grades of the experimental group and the control group grades in the post scale on the loneliness feeling scale and social skills scale in favor for the experimental group.

3–There are not significant statistical differences between average of experimental group grades in the post scale and the consecutive (follow up) scales on the loneliness feeling scale and social skills scale.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا
وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

(التوبة-51)

الشكر والتقدير

الحمد لله العلي علي ما أنعم به علينا من نعم العلم والإيمان وطاعة الله ورسوله صلى الله عليه وسلم وأسأله التوفيق وإياكم.

وبعد ،،،

أتقدم بخالص الشكر وعظيم التقدير وكل العرفان إلي أستاذتي المربية الفاضلة والعالمة الجلييلة - الأستاذة الدكتورة شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس التربوي والصحة النفسية - كلية البنات - جامعة عين شمس علي ماقدمته لي من سداد الرأي وحسن المشورة التي شرفت وكان لأشرافها الدور الأعظم بعد الله عز وجل في ميلاد فكرة هذه الدراسة وسير البحث فيها ببارك الله لها في ذريتها ومالها ورفع مكانها وأعلي شأنها وأدم عليها الصحة والعطاء وجزها الله عني خير الجزاء.

كما أخص بالشكر والتقدير والعرفان الأستاذة الدكتورة ماجي ويليم يوسف بأشرافها وماقدمته من جهد ووقت وأسأل الله أن يجزيها كل الخير علي ماقدمته لي من مد يد العون والمساعدة وأن يبارك الله فيها ويديم عليها العطاء والصحة.

وأتوجه بالشكر والتقدير إلي الأساتذة الأفاضل بقبول سيادتهم مناقشة رسالتي مني لهم جزيل الشكر والعرفان الأستاذة الدكتورة وفاء محمد فتحي أستاذ أداب كلية الدراسات الإنسانية جامعة الأزهر والأستاذة الدكتورة أسماء محمد محمود السرسى أستاذ تربوي معهد دراسات الطفولة جامعة عين شمس

وشكر خاص جدا لزوجي د. عبد الواحد علي مخلوف علي ما وفره لي من مساعدة ودعم ومابدله من مجهود وجميل الصبر لمواصلت عملي بكل تشجيع وكذلك فلدة كبدي عبيدة وماريا وأسأل الله أن يرزقني البر بهم.

كما أتقدم بالوفاء لروح والدي الظاهرة والشكر لأمي الحبيبة أطل الله في عمرها وعزوتي إخوتي الأعزاء وبلادي الحبيبة ليبيا.

الصفحة	محتويات الدراسة
ج- د	المستخلص
هـ	الاية
و	الشكر والتقدير
س	الفصل الأول
2	مقدمة
7	مشكلة الدراسة
7	تساؤلات الدراسة
7	أهمية الدراسة
8	أهداف الدراسة
8	مصطلحات الدراسة
12	حدود الدراسة
13	اجراءات الدراسه
13	ادوات الدراسه
14	الاساليب الاحصائية المستخدمه
15	الفصل الثاني
16	المفاهيم الأساسية والإطار النظري
16	تمهيد

16	أولاً : العلاج المعرفي السلوكي
18	نشأة العلاج المعرفي السلوكي
19	تعريف الإرشاد المعرفي السلوكي
22	مميزات العلاج المعرفي السلوكي
23	أهداف العلاج المعرفي السلوكي
25	مبادئ العلاج المعرفي السلوكي
29	مهارات العلاج المعرفي السلوكي
31	فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي
42	ثانياً : المهارات الإجتماعية
42	تعريف المهارة
43	خصائص المهارة والأداء الماهر
44	تعريف المهارات الإجتماعية
48	مفهوم المهارات الاجتماعية
56	مكونات المهارات الاجتماعية
59	فنيات المهارات الاجتماعية
60	ثالثاً : الشعور بالوحده
60	تعريف الشعور بالوحدة
63	أهم العوامل المؤدية للشعور بالوحدة النفسية

65	أهم الأضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية
66	الوحدة النفسية من المنظور الإسلامي
67	استخلاص التعريف الاجرائي للشعور بالوحدة النفسية
68	رابعاً :المراهقة
69	تعريف المراهقة
71	تحديد مرحلة المراهقة
71	التغيرات التي تصاحب مرحلة المراهقة
75	المطالب والحاجات الأساسية في مرحلة المراهقة
78	الفصل الثالث
79	دراسات وبحوث سابقة
79	تمهيد
79	أولاً: دراسات وبحوث أهتمت بالمهارات الاجتماعية
88	ثانياً : دراسات وبحوث اهتمت بالشعور بالوحدة النفسية
94	ثالثاً: تعقيب على الدراسات السابقة
97	رابعاً: فروض الدراسة
98	الفصل الرابع
99	المنهج والإجراءات
99	تمهيد

99	أولاً : منهج الدراسة
99	ثانياً: مجتمع الدراسة
100	ثالثاً: عينة الدراسة
104	ثالثاً : أدوات الدراسة
104	1- مقياس المهارات الإجتماعية
117	2- مقياس الشعور بالوحدة النفسية
130	1- مقياس المستوى الإجتماعي - الاقتصادي - الثقافي
127	رابعاً : البرنامج المعرفي السلوكي
133	خامساً الأساليب الإحصائية
133	سادساً : : إجراءات الدراسة.
135	الفصل الخامس
136	الفصل الخامس : النتائج وتفسيرها
136	تمهيد
136	أولاً النتائج الخاصة بالفرض الأول
138	ثانياً النتائج الخاصة بالفرض الثاني
141	ثالثاً النتائج الخاصة بالفرض الثالث
143	رابعاً مناقشة نتائج الدراسة

148	 خامساً توصيات الدراسة
148	 سادساً بحوث مقترحة
150	 قائمة المراجع
151	 أولاً : المراجع العربية
164	 ثانياً : المراجع الأجنبية
173	 ملحق الدراسة
190	 ملخص الدراسة باللغة العربية
195	 ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة بجدول الدراسة

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	جدول يبين دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في متوسطات العمر	100
2	جدول يبين دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في متوسطات المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي	101
3	جدول يبين نتائج اختبار مان - ويتني لحساب دلالة فروق متوسطات الرتب للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس تقدير المهارات الإجتماعية	102
4	جدول يبين نتائج اختبار مان - ويتني لحساب دلالة فروق متوسطات الرتب للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية	103
5	جدول يبين بأبعاد مقياس المهارات الإجتماعية للمراهقات والتعريف الأجرائي لها	106
6	جدول يوضح طريقة تصحيح مقياس المهارات الإجتماعية للمراهقات موضوع الدراسة	107
7	جدول يبين نسبة اتفاق المحكمين على عبارات مقياس تقدير المهارات الإجتماعية للمراهقات	108
8	جدول يبين مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	110
9	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل الأول.	111
10	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل الثاني.	112
11	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل الثالث	112
12	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل الرابع	113
13	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل الخامس	113
14	جدول يبين درجات تشبع عبارات العامل السادس	114
15	جدول يبين معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه	115
16	جدول يبين الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس تقدير المهارات الإجتماعية للمراهقات بالمرحلة الثانوية	116
17	جدول يبين معاملات الثبات لمقياس تقدير المهارات الإجتماعية للمراهقات	116
18	جدول يبين معاملات الارتباط بين كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية	119

121	جدول يبين قيم الشيعو لبنود مقياس الشعور بالوحدة النفسية بعد التدوير المتعامد لدى أفراد العينة الكلية للدراسة	19
122	جدول يبين الجذور الكامنة والنسب المئوية لتباين العوامل المستخلصة من التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد لبنود مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة الكلية	20
122	جدول يبين العامل الأول المتعامد لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	21
123	جدول يبين العامل الثاني المتعامد لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	22
123	جدول يبين العامل الثالث المتعامد لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	23
124	جدول يبين العامل الرابع المتعامد لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	24
124	جدول يبين العامل الخامس المتعامد لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	25
129	جدول يبين توزيع جلسات البرنامج المعرفي السلوكي والهدف من كل جلسة	26
136	يوضح دلالة فروق متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبيه والضابطة على مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للمراهقات بعد تطبيق البرنامج على اختبار مان ويتنى	27
138	جدول يوضح دلالة فروق متوسطات الرتب للمجموعتين التجريبيه والضابطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية للمراهقات باستخدام اختبار مان ويتنى بعد تطبيق البرنامج	28
139	جدول يشير الى دلالة فروق متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس تقدير المهارات الإجتماعية لمراهقات المجموعه التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على اختبار ويلكوكسون	29
140	جدول يشير الى دلالة فروق متوسطات رتب درجات المجموعه التجريبية على مقياس الشعور بالوحده للمراهقات قبل وبعد تطبيق البرنامج على اختبار ويلكوكسن	30
141	جدول يشير الى دلالة فروق متوسطات رتب درجات المجموعه التجريبية على مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للمراهقات بعد التطبيق والمتابعه على اختبار ويلكوكسون	31
142	جدول يشير الى دلالة فروق متوسطات رتب درجات المجموعه التجريبية على مقياس الشعور بالوحده للمراهقات بعد تطبيق البرنامج ثم بعد مرور فترة المتابعة على اختبار ويلكوكسن	32

قائمة بملحق الدراسة

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الجدول
174	قائمة بأسماء محكمين أدوات الدراسة	1
175	مقياس المهارات الإجتماعية	2
179	مقياس الشعور بالوحدة النفسية	3
183	مقياس المستوي الإجتماعي - الإقتصادي - الثقافي	4

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- محددات الدراسة