



معهد الدراسات العليا للطفولة
قسم الدراسات النفسية للأطفال

فعالية برنامج معرفي سلوكي لتحسين بعض المهارات الحياتية لدى عينة من المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على بعض المواد النفسية

رسالة مقدمة

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية
لرعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

إعداد

عبد الله أحمد أحمد جوده

إشراف

الأستاذ الدكتور

ليلى أحمد عبد الجواد

أستاذ علم النفس المتفرغ
المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية
المشرف العام على الخط الساخن لعلاج الإدمان

الأستاذ الدكتور

فايزة يوسف عبد المجيد

أستاذ علم النفس المتفرغ
بقسم الدراسات النفسية للأطفال بالمعهد
وعميد معهد الدراسات العليا للطفولة (سابقاً)
جامعة عين شمس

١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦ م



صفحة العنوان

عنوان الرسالة : فعالية برنامج معرفي سلوكي لتحسين بعض المهارات
الحياتية لدى عينة من المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على
بعض المواد النفسية

اسم الطالب : عبد الله أحمد أحمد جوده

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية لرعاية الأطفال ذوي
الاحتياجات الخاصة

القسم التابع له : قسم الدراسات النفسية للأطفال

اسم الكلية : معهد الدراسات العليا للطفولة

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة التخرج :

سنة المنح :



صفحة الموافقة

اسم الطالب : عبد الله أحمد أحمد جوده

عنوان الرسالة : فعالية برنامج معرفي سلوكي لتحسين بعض المهارات
الحياتية لدى عينة من المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على
بعض المواد النفسية

اسم الدرجة : دكتوراه الفلسفة في الدراسات النفسية لرعاية الأطفال ذوي
الاحتياجات الخاصة

لجنة الحكم والمناقشة:

١- أ.د/ فايزة يوسف عبد المجيد

أستاذ علم النفس المنفرغ - قسم الدراسات النفسية للأطفال بالمعهد
وعميد معهد الدراسات العليا للطفولة (سابقاً) - جامعة عين شمس

٢- أ.د/ ممتاز محمد عبد الوهاب

أستاذ الطب النفسي بالقصر العيني ورئيس الجمعية المصرية للطب النفسي
جامعة القاهرة

٣- أ.د/ ليلى أحمد عبد الجواد

أستاذ علم النفس المنفرغ بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية
والمشرف العام على الخط الساخن لعلاج الإدمان

٤- أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس - قسم الدراسات النفسية للأطفال
معهد الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس

تاريخ البحث: / / ٢٠٢٠م

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ / ٢٠١٦م

موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٦م

موافقة مجلس المعهد

/ / ٢٠١٦م

مستخلص الدراسة

عنوان الرسالة: فعالية برنامج معرفي سلوكي لتحسين بعض المهارات الحياتية لدى عينة من المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على بعض المواد النفسية.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن فعالية البرنامج المعرفي السلوكي في تحسين بعض المهارات الحياتية (إدارة الغضب، حل المشكلات، توكيد الذات، إدارة الوقت) لدى عينة من المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على المواد ذات التأثير النفسي. وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (١٠) أفراد من الذكور المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على بعض المواد النفسية، والمتكررين على العيادات الخارجية بمستشفى حلوان للصحة النفسية، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٨). وتم استخدام استمارة البيانات الأولية إعداد الباحث، ومقياس المهارات الحياتية بعد التأكد من الخصائص السيكومترية له من ثبات وصدق إعداد الباحث، والبرنامج المعرفي السلوكي إعداد الباحث. وقد أسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج التالية:-

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس المهارات الحياتية، قبل المشاركة في البرنامج وبعد المشاركة في البرنامج في جميع مكونات المقياس والدرجة الكلية.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد مجموعة المراهقين المتوقفين عن الاعتماد على المواد ذات التأثير النفسي على مقياس المهارات الحياتية المشاركين في البرنامج في القياسين البعدي والتتبعي في جميع مكونات المقياس والدرجة الكلية.

Key Words

الكلمات المفتاحية

Cognitive behavior Therapy

- العلاج المعرفي السلوكي

Substance abuse

- الاعتماد على المواد النفسية

Life Skills

- المهارات الحياتية

Anger management

- مهارة إدارة الغضب

Problem solving skill

- مهارة حل المشكلات

Self affirmation skill

- مهارة توكيد الذات

Time management skill

- مهارة إدارة الوقت



شكر

أشكر السادة الأساتذة الذين قاموا بالإشراف وهم:-

- ١- أ.د/ فايزة يوسف عبد المجيد
أستاذ علم النفس المنقرغ وعميد معهد الدراسات العليا للطفولة (سابقاً) جامعة عين شمس
- ٢- أ.د/ ليلى أحمد عبد الجواد
أستاذ علم النفس المنقرغ بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية والمشرف العام على الخط الساخن لعلاج الإدمان

ثم الأشخاص الذين عاونوا معي في البحث وهم:-

- ١- د/ صابر أحمد عبد الموجود مدرس علم النفس الجنائي بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية.
- ٢- أ.د/ محمد سعد أستاذ علم النفس - كلية الآداب - جامعة القاهرة.
- ٣- المديرون والأخصائيون النفسيون والاجتماعيون والمدرسون والمدرسات بالمدارس التي تم التطبيق العملي بها بمدينة الجيزة.
- ٤- مدير المستشفى والأطباء والأخصائيون النفسيون والاجتماعيون والإداريون بمستشفى حلوان.
- ٥- طلبة المدارس الذين تم تطبيق مقياس المهارات الحياتية عليهم.
- ٦- المرضى وأهالي المرضى الذين وافقوا على مشاركة أبنائهم في الرسالة.

وكذلك الهيئات الآتية:-

- ١- مكتبة معهد الدراسات العليا للطفولة، المكتبة المركزية بجامعة عين شمس، مكتبة كلية الآداب بجامعة القاهرة، مكتبة معهد الدراسات والبحوث التربوية بجامعة القاهرة، مكتبة مركز الدراسات النفسية.
- ٢- المدارس التي قمت بالتطبيق العملي فيها - مكتبة صندوق ومكافحة وعلاج الإدمان والتعاطي - أكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا.

شكر وتقدير

الحمد لله الحنان المنان خلق الإنسان وكرمه بالعقول والأذهان على سائر الخلق والأكوان وفطر الإنسان على فطرة الإيمان ليتقرب إلى الله بالشكر والعرفان وكفاه نزول القرآن لتستثير به الأذهان (مثل علم لا يعمل به كمثل كنز لا يُنفق منه في سبيل الله).

أما بعد ... الصلاة والسلام على نبيه الأمين المرسل إلى العالمين وعلى آله الطاهرين وصحابته أجمعين. وبعد سجدة قلب، وسجدة عقل وجسد وكيان، كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم فضلك على ما وهبني من عون وطاقاة وصبر وتوفيق تخطيت بهم كل ما واجهني من صعاب بنفس راضية في سبيل إتمام هذا العمل المتواضع، بهذه الصورة التي أدعو الله أن تحوز رضا أساتذتي وبعد ... فقد أمرنا الله عز وجل بالاعتزاف بالفضل لذوى الفضل وشكرهم، إذ قال في محكم آياته ﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ (إبراهيم: ٧)، ومصدقاً لقول رسول الله ﷺ "لا يشكر الله من لا يشكر الناس" رواه الترمذي وقال حديث صحيح.

ولذا فإنه يُسعدني ويشرفني أن أتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى: الأستاذة الدكتورة/ **فايزة يوسف عبد المجيد** أستاذ علم النفس وعميد معهد الدراسات العليا للطفولة (سابقاً) فلقد منحتني هذه الدراسة وما قبلها في الماجستير شرف التلمذة على يديها، فغمرتني بنصائحها السديدة وإرشاداتها العلمية القويمة فعلى هديها أتبعته وعلى منطقتها تعلمت وعلى نهجها تقدمت باعتبارها الأم الحنون وخير مثل يحتذى به في التوجيه والتعليم والإخلاص فאלلهم أجزها عني خير ما تجزي به عبادك المحسنين، وأحفظها عليه وزادها من جمال العلم وزينة الحلم. أطلال لنا في عمرها وأمنحها الصحة والعافية لتظل نبراساً مضيئاً لكل الباحثين في هذا المجال فلها مني كل الشكر والتقدير والعرفان.

كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى **أستاذتي الدكتورة/ ليلى أحمد عبد الجواد** أستاذ علم النفس بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية، والمشرف العام على الخط الساخن لعلاج الإدمان، على ما قدمته لي في بدايات مشواري من دعم وتدعيم بالعلم والتشجيع في العمل في مجال علاج الإدمان، وعلى ما قدمته لي من نصح وإرشاد وتقويم وبذل الجهد والطاقة لمعاونتي على إخراج هذا العمل كما ينبغي أن يكون متميزاً فنعم الأم والمديرة.

وأنه لشرف رفيع للبحث والباحث أن يقوم بمناقشة البحث والحكم عليه رغم مشاغلهم المتعددة عالمان جليلان وهما الأستاذ الدكتور/ ممتاز محمد عبدالوهاب استشاري الطب النفسي بالقصر العيني جامعة القاهرة، والأستاذ الدكتور/ محمد رزق البحيري أستاذ ورئيس الدراسات النفسية للأطفال (الأسبق) بمعهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس، فلهما من الله عظيم الجزاء ومن الباحث صادق الدعاء.

كما أتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير إلى أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور/ محمد سعد أستاذ علم النفس الصناعي بكلية الآداب جامعة القاهرة على ما قدمه لي من جهد في استخراج النتائج والمعالجات الإحصائية فله مني كل الشكر والتقدير، وفي هذه اللحظات التي يتوج فيها العمل العلمي لا يفوتني أن أشكر المرحوم الدكتور/ صابر أحمد عبدال موجود فقد كان له كثير من الفضل في بدايات هذا العمل العلمي فله مني دعواتي له بالمغفرة والرحمة.

ولا أغفل ولا أنسى صاحب المقام الرفيع في حياتي الذي كان سبب مجيئي للعالم وهو والدي أعطاني الكثير وساندني نفسيًا ومعنويًا ودعا الله لي فقبل الله دعاءه وكذلك أتقدم بخالص الحب والاحترام والتقدير والعرفان إلى والدي التي لا أذكىها على الله فإنها غمرتني بحنانها وعطفها وصبرها وكذلك من الفضل لا أنسى أخوتي وزوجتي الذين شاركوني في سهري وعلمي وجهدي.

وقبل ختامي أتوجه بالتقدير الذي لا يتناهى إلى أصدقائي وزملائي الذين وقفوا بجواري وساندوني لإتمام هذا العمل فجزاهم الله عني خير الجزاء وكل من عاونني بالدعاء ولم أعرفه ولم أتذكره.

الباحث

عبدالله أحمد أحمد

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ	العنوان.
ب	الموافقة.
ج	مستخلص الدراسة.
هـ	شكر وتقدير.
٩-١	الفصل الأول مدخل الدراسة
١	مقدمة.
٥	- مشكلة الدراسة.
٥	- تساؤلات الدراسة.
٦	- أهداف الدراسة.
٦	- أهمية الدراسة.
٧	- مفاهيم الدراسة.
٩٨-١٠	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة والمفاهيم الأساسية
١٠	تمهيد.
٤٦-١١	القسم الأول: الاعتماد على المواد النفسية:
١١	- المفاهيم المرتبطة بالإدمان.
١٣	- الوضع العالمي لمشكلة المخدرات.
١٣	- الوضع الإقليمي لمشكلة المخدرات.
١٤	- مشكلة المخدرات في مصر.
١٩	- تصنيف المواد المحدثّة للاعتماد.
٢٢	- الآثار الضارة للحشيش.

الصفحة	الموضوع
٢٣	- الآثار الضارة للترامادول.
٢٤	- المحكات التشخيصية لاضطراب الاعتماد على المواد النفسية.
٢٥	- مظاهر اضطراب الاعتماد على المواد النفسية.
٢٦	- مراحل الإدمان.
٢٧	- محددات الاعتماد.
٣٢	- العوامل التي تسهم في الاعتماد على المواد النفسية.
٥٥-٤٧	القسم الثاني: العلاج المعرفي السلوكي:
٤٧	تمهيد.
٤٩	- التطورات الحديثة في مجال العلاج المعرفي السلوكي.
٥٢	- مبادئ العلاج المعرفي السلوكي.
٥٤	- مراحل العلاج المعرفي السلوكي.
٩٤-٥٦	القسم الثالث: المهارات الحياتية:
٥٦	تمهيد.
٥٦	- تعريف المهارات الحياتية.
٥٨	- أهمية المهارات الحياتية.
٥٩	- تصنيف المهارات الحياتية.
٦٤	- معايير اختيار المهارات الحياتية.
٦٤	أولاً: إدارة الغضب:
٦٤	تمهيد.
٦٥	- التعريفات النفسية للغضب.
٦٨	- التعريف الإجرائي لإدارة الغضب.
٦٨	- النظريات المفسرة للغضب.

الصفحة	الموضوع
٧٢	ثانياً: مهارة توكيد الذات
٧٢	تمهيد.
٧٢	- تعريف مهارة توكيد الذات.
٧٥	- التعريف الإجرائي للمهارات التوكيدية.
٧٥	- خصائص السلوك التوكيدي.
٧٦	- مكونات السلوك التوكيدي.
٧٩	- أهمية اكتساب مهارة توكيد الذات.
٨٠	- نقص مستوى مهارة توكيد الذات.
٨٢	- التدريب على السلوك التوكيدي.
٨٣	ثالثاً: مهارة حل المشكلات:
٨٣	تمهيد.
٨٣	- تعريف حل المشكلات.
٨٥	- التعريف الإجرائي لحل المشكلات.
٨٥	- خصائص أسلوب حل المشكلات.
٨٧	- مراحل وخطوات حل المشكلات.
٨٩	رابعاً: مهارة إدارة الوقت:
٨٩	تمهيد.
٩٠	- مفهوم إدارة الوقت.
٩٠	- التعريف الإجرائي لإدارة الوقت.
٩٠	- مهارات إدارة الوقت.
٩١	- مضيعات الوقت.
٩٢	- أسباب ضياع الوقت.
٩٣	- كيفية التغلب على مضيعات الوقت.

الصفحة	الموضوع
٩٨-٩٥	القسم الرابع: المراقبة:
٩٥	تمهيد.
٩٦	- تعريف المراقبة.
٩٦	- خصائص وسمات مرحلة المراقبة.
٩٧	- بعض الأنماط الانفعالية لمرحلة المراقبة.
٩٧	- بعض مظاهر النمو الاجتماعي.
١١٥-٩٩	الفصل الثالث دراسات سابقة
٩٩	أولاً: دراسات تناولت تأثير الإدمان على النواحي الشخصية.
١٠٤	ثانياً: دراسات تناولت فاعلية البرامج العلاجية المختلفة في تأهيل المدمنين.
١٠٨	ثالثاً: دراسات تناولت تأثير الاعتماد على المواد النفسية علي متغيرات الدراسة.
١١٣	رابعاً: تعقيب عام على الدراسات السابقة.
١١٥	خامساً: فروض الدراسة.
١٧٥-١١٦	الفصل الرابع منهج وإجراءات الدراسة
١١٦	أولاً: منهج الدراسة.
١١٧	ثانياً: إجراءات الدراسة:
١١٧	١- عينة الدراسة.
١١٩	٢- أدوات الدراسة:
١١٩	أ- استمارة البيانات الأولية.
١٢٠	ب- مقياس المهارات الحياتية.
١٥٠	ج- البرنامج المعرفي السلوكي.

الصفحة	الموضوع
١٧٤	ثالثاً: طريقة التطبيق الميداني.
١٧٥	رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.
١٨٩-١٧٦	الفصل الخامس
	نتائج الدراسة : مناقشتها وتفسيرها
١٧٦	تمهيد.
١٧٦	أولاً: عرض نتائج الفرض الأول (مناقشتها وتفسيرها).
١٨٣	ثانياً: عرض نتائج الفرض الثاني (مناقشتها وتفسيرها).
١٨٨	ثالثاً: توصيات الدراسة.
١٨٩	رابعاً: البحوث المقترحة.
٢١٦-١٩٠	مراجع الدراسة
١٩٠	أولاً: المراجع العربية.
٢٠٧	ثانياً: المراجع الأجنبية.
٢٢٤-٢١٧	ملخص الدراسة باللغة العربية.
1 - 11	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية.

ثانياً: قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٧	إحصائيات بإجمالي ما تم ضبطه من مواد مخدرة ومؤثرات على الحالة النفسية في جمهورية مصر العربية عامي ٢٠١٣ و ٢٠١٤.	١
٦٣	تصنيف المهارات الحياتية.	٢
١١٧	المعالجة التجريبية للدراسة.	٣
١١٩	توزيع العينة تبعاً لمتغيرات الدراسة.	٤
١٢١	المقاييس التي تم الاستعانة بها في بناء مقياس إدارة الغضب.	٥
١٢٣	البنود التي تم الاستعانة بها من كل مقياس.	٦
١٢٥	مقياس إدارة الغضب بعد تعديل صياغة بعض البنود.	٧
١٢٧	المقاييس التي تم الاستعانة بها في بناء مقياس حل المشكلات.	٨
١٢٨	البنود التي تم الاستعانة بها من كل مقياس.	٩
١٣٠	مقياس حل المشكلات بعد تعديل صياغة بعض البنود.	١٠
١٣٢	المقاييس التي تم الاستعانة بها في بناء مقياس تأكيد الذات.	١١
١٣٣	البنود التي تم الاستعانة بها من كل مقياس في بناء مقياس تأكيد الذات.	١٢
١٣٦	مقياس تأكيد الذات بعد تعديل صياغة بعض البنود.	١٣
١٣٧	المقاييس التي تم الاستعانة بها في بناء مقياس إدارة الغضب	١٤
١٣٨	البنود التي تم الاستعانة بها من كل مقياس لبناء مقياس إدارة الوقت.	١٥
١٤١	مقياس إدارة الوقت بعد تعديل صياغة بعض البنود.	١٦
١٤٢	الصورة الأولية لمقياس المهارات الحياتية بمقاييسه الفرعية وعدد بنود كل مقياس فرعي.	١٧

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٤٤	الصورة النهائية لمقياس المهارات الحياتية بمقاييسه الفرعية وعدد بنود كل مقياس فرعي قبل حساب معامل التصحيح ألفا كرونباخ.	١٨
١٤٧	صدق الاتساق الداخلي لمقياس المهارات الحياتية (درجة ارتباط كل مهارة بالمجموع الكلي لدرجات المقياس) (ن=٤٠).	١٩
١٤٨	اختبار ثبات معامل ألفا كرونباخ لمكونات مقياس مهارة إدارة الغضب (ن=٤٠).	٢٠
١٤٨	اختبار ثبات معامل ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس مهارة حل المشكلات (ن=٤٠).	٢١
١٤٩	اختبار ثبات معامل ألفا كرونباخ لمكونات مقياس مهارة توكيد الذات (ن=٤٠).	٢٢
١٤٩	اختبار ثبات معامل ألفا كرونباخ لمكونات مقياس إدارة الوقت (ن=٤٠).	٢٣
١٥٠	اختبار ثبات ألفا كرونباخ إجمالي مهارات المقياس (ن=٤٠).	٢٤
١٦٧	البرنامج المعرفي السلوكي المختصر.	٢٥
١٧٧	دلالة الفروق بين رتب متوسط درجات المجموعة التجريبية علي مقياس المهارات الحياتية قبل وبعد تطبيق البرنامج (ن=١٠).	٢٦
١٧٧	دلالة الفروق بين رتب متوسط درجات المجموعة التجريبية علي المكون الفرعي (إدارة الغضب) لمقياس المهارات الحياتية قبل وبعد تطبيق البرنامج (ن=١٠).	٢٧
١٧٨	دلالة الفروق بين رتب متوسط درجات المجموعة التجريبية علي المكون الفرعي (حل المشكلات) لمقياس المهارات الحياتية قبل وبعد تطبيق البرنامج (ن=١٠).	٢٨
١٧٩	دلالة الفروق بين رتب متوسط درجات المجموعة التجريبية علي المكون الفرعي (توكيد الذات) لمقياس المهارات الحياتية قبل وبعد تطبيق البرنامج (ن=١٠).	٢٩

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٧٩	دلالة الفروق بين رتب متوسط درجات المجموعة التجريبية علي المكون الفرعي (إدارة الوقت) لمقياس المهارات الحياتية قبل وبعد تطبيق البرنامج (ن=١٠).	٣٠
١٨٤	اختبار ويلكوكسون Wilcoxon لحساب الفروق بين متوسطي الرتب لدرجات أفراد العينة في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس المهارات الحياتية (ن=١٠).	٣١
١٨٥	تحليل فريدمان Friedman للقياسات المتكررة لمجموعات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي والتطبيق التتبعي (ن=١٠).	٣٢
١٨٥	تحليل فريدمان Friedman للقياسات المتكررة لمجموعات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي (ن=١٠).	٣٣
١٨٦	تحليل فريدمان Friedman للقياسات المتكررة لمجموعات التطبيق القبلي والتطبيق التتبعي (ن=١٠).	٣٤