

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

"وَأَنَّ لَيْسَ لِلنَّاسِ إِلَّا مَا سَعَىٰ (٣٩)"

"وَأَنَّ سَعْيَهُ سُوفَ يُرَىٰ (٤٠)"

سورة النجم "الآية ٣٩، ٤٠"



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب
والعلوم والتربية
قسم علم النفس

البرمجة اللغوية العصبية ودورها في الوقاية من أعراض متلازمة المتابوليزم

رسالة مقدمة من الطالبة
نهى إبراهيم الدسوقي عبد السلام النجار
للحصول على درجة الماجستير في الآداب
تخصص علم نفس

إشراف

أ. د/ شادية أحمد عبد الخالق أ. د/ مصطفى الحسيني

أستاذ طب المجتمع
كلية الطب
جامعة عين شمس

أستاذ علم النفس التعليمى
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
جامعة عين شمس



جامعة عين شمس

كلية البنات للآداب

والعلوم والتربية

قسم علم النفس

رسالة ماجستير

اسم الطالبة: نهى إبراهيم الدسوقي عبد السلام النجار.

عنوان الرسالة: البرمجة اللغوية العصبية ودورها في الوقاية من أعراض متلازمة

الميتابوليزم

الدرجة العلمية: ماجستير.

أعضاء اللجنة:

■ أ. د. شادية أحمد عبد الخالق

أستاذ علم النفس التعليمي- كلية البنات للآداب والعلوم والتربية جامعة عين شمس.

■ أ. د. مصطفى الحسيني مصطفى

أستاذ طب المجتمع- كلية طب- جامعة عين شمس

تاريخ المناقشة: ٢٠١٥//

الدراسات العليا أجازت الرسالة بتاريخ:

٢٠١٥ / / م

٢٠١٥ / / م

موافقة مجلس الجامعة:

موافقة مجلس الكلية:

٢٠١٥ / /

٢٠١٥ / / م



جامعة عين شمس

كلية البنات للآداب
والعلوم والتربية

قسم علم النفس

صفحة العنوان

الاسم : نهى إبراهيم الدسوقي عبد السلام النجار

الدرجة العلمية : ماجستير في الآداب (علم نفس)

اسم الكلية : كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج : ٢٠٠٥

سنة الملح : ٢٠١٥



جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب
والعلوم والتربية
قسم علم النفس

اعتماد لجنة الحكم والمناقشة

اسم الدارس : نهى إبراهيم الدسوقي عبد السلام النجار.

الدرجة العلمية : ماجستير.

عنوان الرسالة : البرمجة اللغوية العصبية ودورها في الوقاية من أعراض متلازمة

الميتابوليزم

▪ الإشراف العلمي: أ. د. شادية أحمد عبد الخالق

أستاذ علم النفس التعليمي- كلية البنات للآداب والعلوم والتربية جامعة عين شمس.

▪ أ. د. مصطفى الحسيني مصطفى

أستاذ طب المجتمع - كلية طب - جامعة عين شمس

تاريخ التسجيل: ٢٠١١ / ١ / ٢٠١٣ م تاريخ المناقشة :

تكونت لجنة الحكم والمناقشة من السادة الأساتذة:

الاسم	الوظيفة	الصفة	التوقيع
أ. د. شادية أحمد عبد الخالق	أستاذ علم النفس- كلية البنات جامعة عين شمس	مشرفاً ومقرراً	
أ. د. مصطفى الحسيني	أستاذ طب المجتمع- كلية الطب جامعة عين شمس	مشرفاً ومقرراً	
أ. د. ماجي وليم	أستاذ علم النفس- كلية البنات جامعة عين شمس	عضوًّا مناقشاً	
أ. د. أمانى سعيدة سيد إبراهيم	أستاذ علم النفس- معهد الدراسات التربوية-جامعة القاهرة	عضوًّا مناقشاً	

وكييل الكلية للدراسات العليا والبحوث

يعتمد،

شكر وتقدير

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلِمْنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾

صدق الله العظيم (سورة البقرة ، الآية ٣٢)

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهدى لو لأن هدانا الله ، والصلوة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن والاه ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : أخبرني جبريل " عليه السلام " أنه إذا كان يوم القيمة جمع الله الأولين والآخرين ، يقول الله لعبد : عبدي هل شكرت فلاناً على ما كان منه إيك ، فيقول : لا يا رب شكرتك لأن النعمة كانت منك ، قال : فيقول الله ما شكرتنياً لم تشكر من أديت لك النعمة على يديه . (أبو بكر البهقي ، ١٤١٠: ٥٢٢).

ومصداقاً لقول الله عز وجل ، وقول رسوله الكريم، أتقدم بوافر شكري وتقديري والعرفان إلى أستاذتي الجليلة الفاضلة **الأستاذة الدكتورة شادية أحمد عبد الخالق** ، التي تتلمذت على يديها طوال فترة الإشراف على هذا البحث ، فنهلت من علمها الغزير وأخذت من جهدها فطالما تحملت عثراتي أثناء إتمام البحث وصبرت على أخطائي وأخذت من وقتها الكثير وحاولت أن أتعلم منها الدقة والمنهجية العلمية الرصينة ، ولا أملك إلا أن أدعو للهأن يحفظها وأن يجزيها الله عنى وعن جميع تلاميذها خير الجزاء .

كما أتوجه بالشكر والتقدير للأستاذ الفاضل **دكتور مصطفى الحسيني** فقد هيأ لي أستاذتي الكريم مناخاً للتعلم والعمل مليئاً بالتفهم والتوجيه المستمر والمناقشة العلمية ، فكان يعينني على ما أعنيه من إحباط ومشقة أثناء إتمام البحث ، مع حرصه الشديد على إنجاز هذا العمل بالصورة اللائقة ، فأدعي للهأن يجزيه عنى خير الجزاء .

أما **الأستاذة الدكتورة ماجي وليم** فلم أجده من الكلمات ما أعبر به عمأحمله لسيادتها من احترام وتقدير ، لما عُرف عنها بالعلم الغزير والخلق النبيل ، ولا شكأن مناقشتها ستثري البحث فأرجو من اللهأن أكون عند حسن ظنها بي ، ولها مني خالص الشكر والتقدير .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى **الأستاذة الدكتورة إمانى سعيدة سيد إبراهيم** التي سعدت وشرفت بقبولها مناقشة هذا البحث ، وذلك لما عُرف عن سيادتها بالرصانة والخلق النبيل والجهود العلمية المتميزة ، فأرجو من اللهأن أكون عند حسن ظنها بي ولها مني خالص الشكر والتقدير والدعاء بدوام التفوق والتوفيق .

ولا يفوتي أن أهدى خالص شكري وتقديرني وأمتناني إلى أسرتي الكريمة ممثلاً في **والد** العزيز الذي أمنني بالقوة والصلابة وحب العلم وتقدير العلماء ، واعانى وأزال من

أمامي كل الصعاب **ووالدى** الغالية التى ساندتنى بالدعاء والتشجيع في كل خطوة من خطوات حياتى.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى **عمى الدكتور/ أحمد النجار** الذى لم يدخل بدعائه ولا بعلمه الغزير على في شتى نواحي حياتي.

كما أتوجه بشكر خاص إلى **أخى عمرو النجار**، وذلك لما بذله من مجهود دون كلل أو تعب.

كما أتوجه بخالص الشكر إلى كل **أصدقائى وزميلاتى** الالاتي أمندي بالنصح والتجويم. وكما بدأن بحمد الله أختتم بحمد الله حمداً كثيراً كما ينبغي لجلال وجه وعظيم سلطانه.

(الباحثة،

قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
١٧-١	الفصل الأول : مشكلة الدراسة وأهميتها
٢	مقدمة
٤	أولاً : مشكلة الدراسة
٨	ثانياً : أهداف الدراسة
٩	ثالثاً : أهمية الدراسة
١١	رابعاً: حدود الدراسة
١٥	خامساً: مصطلحات الدراسة
١٢٤-١٨	الفصل الثاني : الإطار النظري لمفاهيم الدراسة
٢٠	أولاً : البرمجة اللغوية العصبية
٢٠	- مقدمة عن مبرر استخدام البرمجة اللغوية العصبية، وتعريفها.
٢٤	- البرمجة اللغوية العصبية، وتطورها التاريخي و منابعها.
٤٢	-المباديء الأساسية التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.
٤٨	- النماذج والتقنيات والاستراتيجيات للبرمجة اللغوية العصبية والمستخدمة في الوقاية من أعراض متلازمة الميتابوليزم.

٧٥	ثانياً : متلازمة الميتابوليزم
٧٥	- تشخيص متلازمة الميتابوليزم وعلاقتها بالعرقيات والاثنيات، مفهومها ، معايير التشخيص للإصابة والاستهدف بالمتلازمة.
٩٠	- علاقة متلازمة الميتابوليزم ببعض الاضطرابات النفسية والسلوكية.
١٢٠	- نوعية الحياة عند المصابين والمستهدفين لمتلازمة الميتابوليزم.
١٦٨-١٢٥	الفصل الثالث: دراسات سابقة
١٢٧	أولاً : الدراسات التي تناولت البرمجة اللغوية العصبية.
١٣٤	ثانياً : الدراسات التي تناولت متلازمة الميتابوليزم
١٦٣	- تعليق على الدراسات السابقة
١٦٧	- فروض الدراسة.
١٨٨-١٦٩	الفصل الرابع: منهجية الدراسة
١٧٠	أولاً : منهج الدراسة
١٧١	ثانياً : عينة الدراسة
١٧٢	ثالثاً : أدوات الدراسة :
١٧٣	١- مقياس الاكتئاب(د) ليك ترجمة وإعداد/ غريب عبد الفتاح.
١٧٦	٢- قائمة حالة- سمة القلق لسبيلبرجر ترجمة وإعداد / عبد الرقيب البحيري.
١٨٠	٣- مقياس موافق الحياة الضاغطة إعداد زينب محمود شقير.
١٨٢	٤- برنامج يحتوى على فنيات البرمجة اللغوية العصبية للوقاية من متلازمة الميتابوليزم إعداد الباحثة.

١٨٨	رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية
٢١٧-١٨٩	الفصل الخامس : عرض و مناقشة نتائج الدراسة
١٩٠	أولاً : نتائج الفرض الأول
١٩٥	ثانياً : نتائج الفرض الثاني
٢٠٤	ثالثاً : نتائج الفرض الثالث
٢٠٦	رابعاً : مناقشة النتائج
٢٠٦	أ. مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة
٢٠٨	ب. مناقشة النتائج في ضوء إطار نموذج البرمجة اللغوية العصبية
٢١١	ت. مناقشة النتائج في ضوء ما أمكن استخلاصه من تضمينات
٢١٦	- توصيات الدراسة
٢١٧	- البحوث المقرحة
٢١٨	أولاً : المراجع العربية
٢٢١	ثانياً : المراجع الأجنبية
٢-١	- ملخص الدراسة باللغة العربية
٨٤-١	- ملحق الدراسة
٥-١	- ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

فهرس المحتوى

الصفحة	عن وان الج دول	رقم العدوى
٨١	بيان الاختلافات بين المنظمات والاتحادات الدولية لمتلازمة الميتابوليزم	١
١٧٥	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الأكتئاب والدرجة الكلية للمقياس	٢
١٧٩	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات قائمة الفلق والدرجة الكلية للقائمة	٣
١٨٠	قيم معاملات ثبات قائمة الفلق بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة إعادة تطبيق الاختبار	٤
١٨٣	معاملات الاتساق الداخلى لأبعاد مقياس الضغوط والدرجة الكلية للمقياس	٥
١٨٤	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة إعادة تطبيق مقياس الضغط	٦
١٨٥	دلاله الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى للمقاييس المستخدمة فى تقدير متلازمة الميتابوليزم	٧
١٨٩	درجات الفرد الأول قبل وبعد تطبيق البرنامج	٨
١٩١	درجات الفرد الثانى قبل وبعد تطبيق البرنامج	٩
١٩٢	درجات الفرد الثالث قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٠

١٩٤	درجات الفرد الرابع قبل وبعد تطبيق البرنامج	١١
١٩٥	درجات الفرد الخامس قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٢
١٩٦	درجات الفرد السادس قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٣
١٩٨	دلاله الفروق بين درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية فى القياسين البعدي والتبعي للمقاييس المستخدمة فى تقدير متلازمة الميتابوليزم	١٤

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
١	نموذج T.O.T.E	٥٠
٢	نموذج خط الزمن	٥٧
٣	نموذج الأنظمة التمثيلية	٦٤
٤	نموذج الروابط	٧١
٥	نموذج علاقة الاكتئاب بمتلازمة الميتابوليزم.	١٠٦
٦	الفرق بين درجات الفرد الأول بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٩٦
٧	الفرق بين درجات الفرد الثاني بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٩٧
٨	الفرق بين درجات الفرد الثالث بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	١٩٩
٩	الفرق بين درجات الفرد الرابع بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	٢٠٠
١٠	الفرق بين درجات الفرد الخامس بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	٢٠٢
١١	الفرق بين درجات الفرد السادس بالمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج	٢٠٣

الفصل الأول

مدخل الدراسة

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة

أولاً : مشكلة الدراسة

ثانياً : أهداف الدراسة

ثالثاً : أهمية الدراسة

رابعاً: حدود الدراسة

خامساً: مصطلحات الدراسة