



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

برنامج إرشادي تكاملي لتحسين قدرة اتخاذ القرار وأثره على إدارة الذات لدى عينة من الشباب الجامعي

دراسة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص : صحة نفسية وإرشاد نفسي)

مقدمة من
الطالب / صابر فاروق محمد عباس

المدرس المساعد بقسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

نادر فتحي قاسم	إشراف
الأستاذ الدكتور	الأستاذ الدكتور
حسام إسماعيل هيبة	

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد
كلية التربية . جامعة عين شمس

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي
كلية التربية . جامعة عين شمس

فَإِذَا فَعَلْتُ مِنْ كُلِّ مَا أَنْهَا
يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلُونَ

سورة آل عمران : ١٥٩



صفحة العنوان

عنوان الرسالة : برنامج إرشادى تكاملى لتحسين قدرة إتخاذ القرار وأثره على إدارة الذات لدى عينة من الشباب الجامعى
اسم الباحث : صابر فاروق محمد عباس.

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية (تخصص: صحة نفسية وإرشاد نفسي)

القسم التابع له : قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي .

اسم الكلية : كلية التربية.

اسم الجامعة : جامعة عين شمس.

سنة التخرج : ٢٠٠٧ م.

سنة المنح : ٢٠١٥ م.



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

رسالة دكتوراه

اسم الباحث : صابر فاروق محمد عباس

عنوان الرسالة : برنامج إرشادي تكاملى لتحسين قدرة إتخاذ القرار وأثره على إدارة الذات لدى عينة من الشباب الجامعى

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة فى التربية (تخصص : صحة نفسية وإرشاد نفسي) .

لجنة الإشراف

أ.د / نادر فتحى قاسم : أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د / حسام إسماعيل هيبة : أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد

كلية التربية - جامعة عين شمس

لجنة المناقشة والحكم

أ.د / سيد محمد صبحى :

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

أستاذ علم النفس

أ.د / أمينة محمد مختار :

كلية التربية - جامعة بنها

الدراسات العليا

٢٠١٥ / / م

تاريخ مناقشة الرسالة :

أجازت الرسالة بتاريخ:

خاتم الإجازة:

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية :



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

مستخلص الرسالة

اسم الباحث : صابر فاروق محمد عباس

عنوان الرسالة : برنامج إرشادي تكاملى لتحسين قدرة إتخاذ القرار وأثره على إدارة الذات لدى عينة من الشباب الجامعى

جهة البحث : قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي، كلية التربية – جامعة عين شمس
تهدف هذه الدراسة إلى: التحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي التكاملى المستخدم في الدراسة في تحسين قدرة إتخاذ القرار ومعرفة أثره على إدارة الذات وذلك لدى عينة من الشباب الجامعى والتي تكونت من (٢٠٠) شاب تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢١ - ٢٧) بمتوسط عمرى (٢٤) عاماً بالدبلوم العام في التربية .

واشتملت أدوات الدراسة على:

- | | |
|---------------------------------|----------------|
| ١- مقياس قدرات إتخاذ القرار. | إعداد/ الباحث. |
| ٢- مقياس إدارة الذات . | إعداد/ الباحث. |
| ٣- البرنامج الإرشادي التكاملى . | إعداد/ الباحث. |

وتوصلت الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة كان له تأثير في تحسين قدرة إتخاذ القرار كما كان له أثر في تحسين إدارة الذات وذلك لدى عينة الدراسة .

الكلمات المفتاحية : Key Words :

- | | |
|-------------------------------|------------------------|
| Integrative Counseling | : ١ - الإرشاد التكاملى |
| Decision – Making | : ٢ - إتخاذ القرار |
| Self Management | : ٣ - إدارة الذات |
| University Youth | : ٤ - الشباب الجامعى |

شكراً وتقدير

الحمد كثيراً كما ينبغي لجلال وجهه وعظم سلطانه، والصلوة والسلام على سيد الخلق والمرسلين سيدنا محمد - صلى الله عليه وسلم - وعلى آله وصحبه أجمعين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين. وبعد،

على المرء أن يعترف بالجميل ، ويرده إلى أهله الذين بدون مساعدتهم ما خرج هذا العمل إلى النور ،فليس لى أن أرى تفرد بإنجاز هذا العمل دون مساعدة أساتذة أجلاء ، وأهل صابرين فضلاء ، وأصدقاء أوفياء .

وأطالقاً من قول الله تعالى : " ولا تنسوا الفضل بينكم إن الله بما تعملون بصير " .
(سورة البقرة : ٢٣٧) ، قوله في الحديث القدسى : " عبدي إذا لم تشكر من أجريت لك الخير على يديه لم تشكرني " . وعملاً بقول النبي - صلى الله عليه وسلم - : " من أسدى إليكم معرفة فأكافئوه ، فإن لم تجدوا ما تكافئونه به فادعوا له حتى تروا أنكم قد كافأتموه " . قوله - صلى الله عليه وسلم - : " لا يشكر الله من لا يشكر الناس " .

فأنه يطيب لى أن أقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى والدى وأستاذى الفاضل العالم الجليل الأستاذ الدكتور / نادر فتحى قاسم ، أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي ومدير مركز الإرشاد النفسي الأسبق بكلية التربية جامعة عين شمس ، على ما قدمه للباحث من نصائح سديدة ، وآراء رشيدة ، وعون صادق ، فلمست فيه حنان الأب ، وعلم الأستاذ ، وسعة الصدر ، وسداد الرأى ، فكان له عظيم الأثر فى خروج هذه الدراسة إلى حيز الوجود ، فا أسأل ان يجزيه عنى خير الجزاء وأن يبارك له فى عمره واسرته وأن يحفظه من كل هم وسوء ومكره ، إنه على ما يشاء قادر .

كما أقدم بوافر شكري وتقديرى وعرفانى بالجميل إلى أبي الحانى ومعلمى الصدوق الأستاذ الدكتور / حسام إسماعيل هيبة ، أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد بكلية التربية جامعة عين شمس ، فهو بحق أستاذ علماً وفكراً وخلاقاً ، فقد كان لتجوبياته وإرشاداته أكبر الأثر فى إنجاز هذا العمل ، حيث كانت تنير لى الطريق وتفتح لى الأفق وتذلل لى الصعاب ، ولأن كلمات الشكر لا توافقه حقه فإننى أدعوا الله سبحانه وتعالى أن يمتعه بالصحة والعافية وأن يجازيه عنى خير الجزاء .

ومن دواعى سرورى أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى أستاذى الفاضل الذى شرفت بأن أتلذم على يديه فى كافة مراحل دراستى التعليمية فهو قد يمة وقامة ورائد من رواد الصحة النفسية والإرشاد النفسي ليس فى مصر فقط ولكن فى العالم العربى كله الأستاذ الدكتور / سيد محمد صبحى أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس ، وعميد كلية التربية النوعية الأسبق ، لتفضله بقبول مناقشة الباحث رغم مشاغله الكثيرة ، فله منى كل احترام وتقدير متעם الله بموفور الصحة والعافية.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / أمينة محمد مختار أستاذ علم النفس بكلية التربية جامعة بنها ، لقبول سيادتها مناقشة هذه الرسالة ، رغم ضيق وقتها وكثرة مهامها فلها من كل الشكر والتقدير والدعاء وأرجح بسيادتها ضيفاً كريماً بكلية التربية جامعة عين شمس . كما يطيب لى أنأشكر أ/ رضا خيرى المدرس المساعد بقسم التربية الخاصة لما قدمه من يد العون فى إجراء المعالجات الإحصائية ، فجزاه الله خيراً.

والشكر موصول لجميع زملائى من المعiedin والمدرسين المساعدين والمدرسين بالقسم والأقسام الأخرى بكلية التربية جامعة عين شمس .

والشكر كل الشكر أقدمه لأفراد العينة تلك الشموع التى أنارت لى الطريق حتى توصلت من خلالهم لنتائج الدراسة وأتمنى لهم النجاح والتوفيق .

وأقدم كلمة شكر وباقة حب أهديه إلى أفراد أسرتى العظيمة أبي وأمى أطال الله عمرهم لما قدموه لى من تشجيع كما أتقدم بالشكر إلى أخواتي وأدعوا الله أن يحفظهم جميعاً ويبارك لهم ويتمتعهم بالصحة والعافية .

وفي النهاية أريد أن أختتم شكري وتقديرى إلى زوجتى الأستاذة / حورية بدر التى كانت وراء ظهرى دائمًا فى تخطى الصعوبات ، وتشجيعها المستمر لى للوصول إلى أفضل الدرجات ، وابنى العزيز يوسف لما استقطعته من وقته وهو فى أشد الحاجة إلى وجودى بجواره .

هؤلاء من ذكرتهم فشكري لهم، أما من سهوت عنهم، فهم أحق الناس بالشكر، فلهم عند الله سبحانه وتعالى خير الجزاء، وبعد فلا أدعى أننى بلغت الغاية، ولكن حسبى أننى حاولت والخير أردت، ذلك فضل الله يؤتىيه من يشاء والله ذو الفضل العظيم.

الباحث

دليل الفهارس

الصفحة	الفهرس	م
ي : م	الموضوعات	أولاً
ن : ع	الجدوال	ثانياً
ف : ص	الأشكال	ثالثاً

- ط -

أولاً : فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
٩ - ١	الفصل الأول (مدخل الدراسة)
٢	مقدمة .
٤	مشكلة الدراسة .
٥	أهداف الدراسة .
٦	أهمية الدراسة .
٧	مصطلحات الدراسة .
٧	حدود الدراسة .
٩	الأساليب الإحصائية .
٨٩ - ١٠	الفصل الثاني (الإطار النظري و المفاهيم الأساسية)
١١	تمهيد .
١٢	المحور الأول : الإرشاد التكاملي .
١٣	مفهوم الإرشاد النفسي
١٧	أهداف الإرشاد النفسي
١٩	خصائص المرشد النفسي الفعال .
٢١	بعض نظريات الإرشاد النفسي .
٢٦	مفهوم الإرشاد التكاملي .
٢٩	العوامل التي أدت إلى ظهور الإرشاد التكاملي .
٣١	ال المسلمات والتوجهات النظرية في الإرشاد التكاملي .
٣٣	نظريّة نقدية للإرشاد النفسي التكاملي .
٣٦	المحور الثاني : إتخاذ القرار .
٣٧	تعريف إتخاذ القرار .
٤١	خطوات إتخاذ القرار .

تابع أولًا : فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
٤٦	الفرق بين إتخاذ القرار وصنع القرار .
٤٧	إتخاذ القرار وعلاقته بحل المشكلات .
٤٨	إتخاذ القرار وعلاقته بالتفكير .
٤٩	إتخاذ القرار وعلاقته بالذكاء الإستراتيجي .
٥١	كيفية إتخاذ القرار داخل المخ الإنساني .
٥٢	أهمية دراسة مهارات إتخاذ القرار .
٥٣	نظريات إتخاذ القرار .
٦٥	أساليب إتخاذ القرار .
٦٩	المعرفة ودورها فى إتخاذ القرار .
٧٠	أهمية المعلومات فى دعم إتخاذ القرار فى الكتب السماوية .
٧٢	معوقات إتخاذ القرار الصائب .
٧٣	القدرات التى يجب أن يتمتع بها الفرد لإتخاذ القرار الصائب .
٧٥	المحور الثالث: إدارة الذات .
٧٥	تعريف الإدارة .
٧٧	مفهوم الذات .
٧٩	تقدير الذات .
٨٠	فاعلية الذات .
٨١	الفرق بين مفهوم وتقدير وفاعلية الذات
٨٢	مفهوم إدارة الذات .
٨٤	خطوات إدارة الذات .
٨٦	المحور الثالث: مرحلة الشباب .
٨٧	مفهوم الشباب
٨٨	خصائص مرحلة الشباب
٨٩	مشكلات الشباب

تابع أولاً : فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
١٢٠ - ٩٠	الفصل الثالث (دراسات سابقة)
٩١	تمهيد .
٩١	المحور الأول : دراسات تناولت إتخاذ القرار وعلاقته ببعض المتغيرات .
١٠٦	تعليق على دراسات المحور الأول .
١٠٧	المحور الثاني : دراسات تناولت إدارة الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات .
١١١	تعليق على دراسات المحور الثاني .
١١٢	المحور الثالث : دراسات تناولت إتخاذ القرار وعلاقته بإدارة الذات وبعض المتغيرات المرتبطة بها .
١١٧	تعليق على دراسات المحور الثالث .
١١٨	خلاصة وتعليق عام على الدراسات السابقة .
١١٩	أوجه الإستفادة من الدراسات السابقة .
١٢٠	فرض الدراسة
١٧٢ - ١٢١	الفصل الرابع (إجراءات الدراسة)
١٢٢	تمهيد .
١٢٢	منهج الدراسة .
١٢٢	عينة الدراسة .
١٢٥	أدوات الدراسة .
١٧٢	الأساليب الاحصائية .
١٧٢	خطوات الدراسة .
٢٠١ - ١٧٣	الفصل الخامس (نتائج الدراسة ومناقشتها)
١٧٤	تمهيد .
١٧٤	أولاً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الأول .
١٧٩	مناقشة نتائج الفرض الأول .

تابع أولاً : فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
١٧٩	ثانياً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الثاني .
١٨٢	مناقشة نتائج الفرض الثاني .
١٨٣	ثالثاً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الثالث .
١٨٦	مناقشة نتائج الفرض الثالث .
١٨٧	رابعاً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الرابع .
١٩١	مناقشة نتائج الفرض الرابع .
١٩٢	خامساً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض الخامس .
١٩٤	مناقشة نتائج الفرض الخامس .
١٩٤	سادساً : نتائج الدراسة فيما يتعلق بالفرض السادس .
١٩٨	مناقشة نتائج الفرض السادس .
١٩٩	تعقيب عام على نتائج الدراسة .
٢٠٠	توصيات الدراسة .
٢٠١	الدراسات والبحوث المقترنة .
٢٢٥ - ٢٠٢	المراجع
٢٠٣	أولاً : المراجع العربية .
٢١٤	ثانياً : المراجع الأجنبية .
٢٩٥ - ٢٢٦	ملحق الدراسة
٢٢٧	ملحق (١) : مقياس إتخاذ القرار في صورته المبدئية
٢٣٢	ملحق (٢) : مقياس إتخاذ القرار في صورته النهائية
٢٣٦	ملحق (٣) : مقياس إدارة الذات في صورته المبدئية
٢٤٠	ملحق (٤) : مقياس إدارة الذات في صورته النهائية
٢٤٤	ملحق (٥) : بعض أوراق العمل المستخدمة في البرنامج الإرشادي .
٢٥٩	ملحق (٦) : محتوى جلسات البرنامج الإرشادي .
٢٨٨	ملحق (٧) : صور أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة مع الباحث .
٢٩٧	ملخص الدراسة

ثانياً : فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٢٤	قيمة (U) لدلاله الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة بالنسبة لمتغير العمر الزمنى	١
١٢٤	قيمة (U) لدلاله الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى لأبعاد مقياس قدرات إتخاذ القرار والدرجة الكلية للمقياس	٢
١٢٥	قيمة (U) لدلاله الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى لأبعاد مقياس إدارة الذات والدرجة الكلية للمقياس	٣
١٢٩	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبيعاتها بعد تدوير المحاور لمقياس قدرات إتخاذ القرار	٤
١٣٢	درجات تشبع عبارات العامل الأول لمقياس قدرات إتخاذ القرار مرتبة ترتيباً تنازلياً	٥
١٣٣	درجات تشبع عبارات العامل الثاني لمقياس قدرات إتخاذ القرار مرتبة ترتيباً تنازلياً	٦
١٣٤	درجات تشبع عبارات العامل الثالث لمقياس قدرات إتخاذ القرار مرتبة ترتيباً تنازلياً	٧
١٣٥	درجات تشبع عبارات العامل الرابع لمقياس قدرات إتخاذ القرار مرتبة ترتيباً تنازلياً	٨
١٣٦	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "الضبط الانفعالي" من مقياس قدرات إتخاذ القرار	٩
١٣٦	يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "مواجهة المشكلات" من مقياس قدرات إتخاذ القرار	١٠
١٣٧	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "التفكير الايجابى" من مقياس قدرات إتخاذ القرار	١١

تابع ثانياً : فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٣٧	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " دلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "الجسم فى إتخاذ القرار " من مقياس قدرات إتخاذ القرار	١٢
١٣٨	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " دلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على مقياس قدرات إتخاذ القرار	١٣
١٣٨	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ لمقياس قدرات إتخاذ القرار	١٤
١٣٩	ثبات مقياس قدرات إتخاذ القرار بطريقة التجزئة النصفية	١٥
١٤٢	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور لمقياس إدارة الذات	١٦
١٤٦	درجات تشبع عبارات العامل الأول لمقياس إدارة الذات مرتبة ترتيباً تناظرياً	١٧
١٤٧	درجات تشبع عبارات العامل الثاني لمقياس إدارة الذات مرتبة ترتيباً تناظرياً	١٨
١٤٨	درجات تشبع عبارات العامل الثالث لمقياس إدارة الذات مرتبة ترتيباً تناظرياً	١٩
١٤٩	درجات تشبع عبارات العامل الرابع لمقياس إدارة الذات مرتبة ترتيباً تناظرياً	٢٠
١٥٠	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " دلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "إدارة الجانب الجسمى" من مقياس إدارة الذات	٢١
١٥١	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " دلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "إدارة الجانب الإجتماعى" من مقياس إدارة الذات	٢٢
١٥١	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " دلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة وذوى الدرجات المنخفضة على بعد "إدارة الجانب الوجданى" من مقياس إدارة الذات	٢٣