



كلية التربية
قسم الصحة النفسية

**فاعلية العلاج المعرفي السلوكي
باستخدام كل من الأسلوب المباشر والأسلوب القائم على الحاسوب
في علاج اضطراب الاكتئاب الأساسي لدى عينة من الشباب
بدولة الإمارات العربية المتحدة**

رسالة مقدمة من:

ليلى حسن عبد الرحيم الملا

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص: الصحة النفسية والإرشاد النفسي)

إشراف:

أ.د. / سميرة محمد شند

أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة عين شمس

أ.د. سعاد المرزوقي

أستاذ علم النفس المساعد كلية العلوم الإنسانية
والاجتماعية جامعة الإمارات العربية المتحدة

أ.د. / طلعت منصور

أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة عين شمس

المرحوم أ.د. / سيد سيد الطوخي

أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية – جامعة عين شمس

٢٠١٥م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ قَالُوا سُبْحَنَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا

عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ ^صأَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴿٣٢﴾

(البقرة : ٣٢)



كلية التربية
قسم الصحة النفسية

اسم الطالب	: ليلي حسن عبد الرحيم الملا
الدرجة العلمية	: دكتوراه
القسم التابع له	: قسم الصحة النفسية
اسم الكلية	: كلية التربية
الجامعة	: عين شمس
سنة التخرج	: ١٩٨٦
سنة المنح	: ٢٠١٥



كلية التربية
قسم الصحة النفسية

اسم الطالب : ليلي حسن عبد الرحيم الملا
عنوان الرسالة : فاعلية العلاج المعرفي السلوكي باستخدام كل من الأسلوب
المباشر والأسلوب القائم على الحاسوب في علاج اضطراب الاكتئاب
الأساسي لدى عينة من الشباب بدولة الإمارات العربية المتحدة
اسم الدرجة : دكتوراه في التربية (تخصص: صحة نفسية وإرشاد نفسي)
لجنة الإشراف :

١- أ.د. طلعت منصور

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية جامعة عين شمس

٢- أ.د. سميرة محمد شند

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية جامعة عين شمس

٣- المرحوم أ.د. سيد سيد الطوخى

أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية جامعة عين شمس

أ.د. سعاد المرزوقى

أستاذ علم النفس المساعد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

جامعة الإمارات العربية المتحدة

تاريخ مناقشة البحث : / /

الدراسات العليا

أجيزة الرسالة بتاريخ / / ٢٠١٥

ختم الإجازة

موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٥

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٥

إهداء

إلى روح المرحوم ..

الأستاذ الدكتور

سيد سيد الطوخي

الأب الروحي

الباحثة

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ ﴾ النمل (١٩)

اللهم لك الحمد والشكر على ما أنعمت به علينا من جزيل النعم وعظيم العون، سبحانه لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم، اللهم علمنا ما ينفعنا وانفعنا بما علمتنا وزدنا علماً .. أما وقد شارفت قافلة الرسالة على الوصول بنا إلى بر الأمان والاطمئنان لجنى ثمار هذه المسيرة العلمية فإن واجبي أن أشكر كل من ساهم بإغنائي بكلمة قالها أو ملاحظة أبدأها أو بالمصدر الأغنى في قيمته العلمية أو من فتح أمامي الآفاق بفكرة قيمة، فبعد فضل الله تعالى تتقدم الباحثة بأسمى آيات الشكر والعرفان بالجميل إلى:

الأستاذ الدكتور/ طلعت منصور

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية - جامعة عين شمس

الذى أدين له عرفاناً وأفيض احتراماً لما أحاط به الباحثة من حسن الإرشاد والتوجيه وجزيل العطاء، ولما منحه من وقت وجهد وسعة صدر وفكر وعلم ولإضافاته العلمية البناءة ومساعداته المستمرة للباحثة، فزرع في عقلى نبتاً علمياً متواصلاً كانت هذه الدراسة أجمل ثمراته، وبتواضع العلماء شرفنى بالموافقة على الإشراف على هذه الدراسة.

كما تتقدم الباحثة بلمسة عرفان وامتنان وتقدير لروح :

المرحوم الأستاذ الدكتور/ سيد سيد الطوخى

أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية - جامعة عين شمس

اعترافاً بفضلله على أنه تبنى الباحثة في بداياتها الأولى في الماجستير وكان خير سند لها. فرحمة الله عليه وأسكنه فسيح جناته.

وتتقدم الباحثة بكل الشكر والتقدير إلى :

الأستاذة الدكتورة/ سميرة محمد شند

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية جامعة عين شمس

لما تتميز به من أستاذية حانية وشخصية غنية جعلها عالمة جليلة تبسط ذراعيها لتأخذ بيد العديد من أبنائها وتلاميذها فينهلوا من علمها ويكسو على وجوههم المزيد من الراحة والاطمئنان فلها منى كل الشكر على تفضلها بالموافقة على المشاركة فى الإشراف هذه الدراسة.
والى:

الأستاذة الدكتورة/ سعاد المرزوقى

أستاذ علم النفس المساعد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

جامعة الإمارات العربية المتحدة

على تشريفها لي ولبحثي بالكرم والموافقة على أن يكون تحت إشراف سيادتها،
فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما تتقدم الباحثة بكل الشكر والتقدير إلى :

سفارة دولة الإمارات العربية المتحدة بالقاهرة متمثلة في الملحقيات الثقافية وجميع العاملين بها وكل من ساندنى ومد لى يد العون. وأخص بالشكر:

الأستاذة الدكتورة/ فاطمة العامرى

الملحق الثقافى السابق بسفارة دولة الإمارات العربية المتحدة بالقاهرة

الأستاذ/ علي الشيملي

الملحق الثقافى بسفارة دولة الإمارات العربية المتحدة بالقاهرة

وامثالاً لقول الله تعالى ﴿أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلَوْلَايَكَ إِلَى الْمَصِيرُ﴾ (لقمان: ١٤)

لا يسعنى إلا أن أتوجه بكل مشاعر الحب والعرفان بالجميل إلى من تعجز كل الكلمات عن أن توفيهم حقهم، إلى من طوقوا العنق بالدين الكبير الذى يصعب على الوفاء به، إلى من قدموا الجهد العظيم طيلة أيام حياتهم، إلى من شملونى بدعواتهم ورضاهم يسر لى عملى حتى وصلت إلى هذه المرحلة.. إلى من كان عطاؤهم من القلب وأخذوا بيدي ووصانى الله بهم خيراً.. إلى والدى ووالدتي .. إخوتي وأخواتى وأخص بالشكر أخصى المقدم الدكتور/ إبراهيم الملا، اعترافاً بفضلهم وجهودهم ودعمهم المستمر من أجل إتمام هذه الدراسة أظال الله فى عمرهم وأمدهم بالصحة والعافية.

﴿ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ﴾ (الجمعة: ٤)

الباحثة

مستخلص الدراسة

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن مدى فاعلية برنامجين علاجيين الأول مباشر والثاني يقدم عن طريق الحاسوب يوظفان فنيات العلاج المعرفي السلوكي لعلاج الاكتئاب الأساسي على عينة من الشباب بدولة الإمارات العربية المتحدة وتكونت العينة من (٢٠) حالة مرضية مقسمة إلى مجموعتين تجريبيتين (مجموعة العلاج المباشر ومجموعة العلاج القائم على الحاسوب) بواقع ١٠ حالات لكل مجموعة وممن تم تشخيصهم باضطراب الاكتئاب الأساسي بناءً على ما ورد في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للرابطة الأمريكية للطب النفسي DSM IV وتراوحت الأعمار الزمنية لأفراد العينة من ١٨ - ٣٥ سنة واستخدم مقياس الاكتئاب الكلينيكي (CDI) إعداد (بورس براكن وكارين هويل Bruce Bracken & Karen Howell, 2004) وترجمة وتقنين الباحثة لقياس درجة الاكتئاب لدى مجموعتي الدراسة وتم تصميم برنامجين علاجيين استناداً إلى نظرية بيك Beck في العلاج المعرفي السلوكي.

وقد بينت نتائج الدراسة كفاءة البرنامجين العلاجيين المستخدمين في الدراسة في علاج الاكتئاب الأساسي لدى أفراد عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية : Key Words

١- العلاج المعرفي السلوكي المباشر Standard Cognitive Behavioral Therapy (SCBT).

٢- العلاج المعرفي السلوكي القائم على الحاسوب Computer-based Cognitive Behavioral Therapy (CCBT).

٣- اضطراب الاكتئاب الأساسي Major Depressive Disorder.

٤- الشباب Youth.

قائمة المحتويات

١.....	الفصل الأول مدخل الدراسة
٢.....	مقدمة
٧.....	أولاً: مشكلة الدراسة
٨.....	ثانياً : هدف الدراسة
٨.....	ثالثاً : أهمية الدراسة
١٠.....	رابعاً : مصطلحات الدراسة
١٥.....	خامساً: حدود الدراسة
١٧.....	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
١٨.....	تمهيد
١٩.....	أولاً: الشباب
٢٥.....	ثانياً: الاكتئاب
٢٥.....	مفهوم الاكتئاب
٣٢.....	النظريات المفسرة للاكتئاب
٣٢.....	النظرية الحيوية البيولوجية
٣٥.....	نظرية التحليل النفسي
٣٦.....	النظرية المعرفية
٤٣.....	النظرية السلوكية
٤٦.....	النظرية البيئشخصية
٤٧.....	أعراض الاكتئاب الأساسي
٥١.....	ثالثاً: العلاج المعرفي السلوكي
٥١.....	تمهيد
٥١.....	الخلفية التاريخية والتجارب المبكرة للعلاج المعرفي السلوكي
٥٤.....	مفهوم العلاج المعرفي السلوكي
٥٦.....	مبادئ العلاج المعرفي السلوكي

أساليب وفتيات العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب.....	٥٨
كفاءة العلاج المعرفي السلوكي في الاكتئاب.....	٦٧
رابعاً: العلاج المعرفي السلوكي المباشر لعلاج الاكتئاب الأساسي.....	٧٠
خامساً: العلاج المعرفي السلوكي القائم على الحاسوب لعلاج الاكتئاب الأساسي.....	٧٢
سادساً: تعقيب على الفصل الثاني.....	٧٥
الفصل الثالث : دراسات سابقة	٧٨
تمهيد.....	٧٩
أولاً: دراسات استخدمت العلاج المعرفي السلوكي المباشر أو مع علاجات أخرى.....	٨٠
ثانياً: دراسات استخدمت العلاج المعرفي السلوكي القائم على الحاسوب (غير المباشر) والمباشر.....	٨٧
ثالثاً: دراسات تناولت العلاج المعرفي السلوكي القائم على الحاسوب.....	١٠٠
رابعاً: تعقيب على الدراسات السابقة.....	١١٦
خامساً: فروض الدراسة.....	١٢١
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	١٢٢
تمهيد.....	١٢٣
أولاً: منهج الدراسة.....	١٢٣
ثانياً: عينة الدراسة.....	١٢٣
ثالثاً: أدوات الدراسة.....	١٣٠
١- المقياس الكلينيكي للاكتئاب (CAD).....	
٢- برنامج العلاج المعرفي السلوكي لعلاج الاكتئاب الأساسي.....	
طريقة العلاج المعرفي السلوكي القائم على الحاسوب للاكتئاب الأساسي لدى عينة من الشباب بدولة الإمارات العربية المتحدة.....	١٥٤
طريقة العلاج المعرفي السلوكي المباشر للاكتئاب لدى عينة من الشباب بدولة الإمارات العربية المتحدة.....	١٥٧
رابعاً: الأساليب الإحصائية للدراسة.....	١٦٣

١٦٥.....	الفصل الخامس: نتائج الدراسة ومناقشتها
١٦٦	تمهيد
١٦٧	أولاً: نتائج الفرض الأول
١٧٠	تفسير نتائج الفرض الأول
١٧٤	ثانياً: نتائج الفرض الثاني
١٧٧	تفسير نتائج الفرض الثاني
١٨٠	ثالثاً: نتائج الفرض الثالث
١٨٣	تفسير نتائج الفرض الثالث
١٨٦	رابعاً: نتائج الفرض الرابع
١٨٨	تفسير نتائج الفرض الرابع
١٩١	خامساً: نتائج الفرض الخامس
١٩٣	تفسير نتائج الفرض الخامس
١٩٦	سادساً: نتائج الفرض السادس
١٩٨	تفسير نتائج الفرض السادس
٢٠٠	سابعاً: تعقيب عام على نتائج الدراسة
٢٠٤	ثامناً: توصيات الدراسة
٢٠٦	تاسعاً: بحوث مقترحة
٢٠٧	المراجع
٢٠٨	أولاً : مراجع عربية
٢١٣	ثانياً : مراجع أجنبية
٢٣٣	الملاحق
٣٣٢	ملخص الدراسة باللغة العربية
	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة الملاحق

٢٣٤	المقياس الإكلينيكي للاكتئاب
٢٤٢	إقرار الباحث
٢٤٢	إقرار المشارك بالبرنامج
٢٤٣	جلسات العلاج المعرفي السلوكي المباشر
٢٩٩	نماذج من جلسات العلاج القائم على الحاسوب
٣٣٠	استمارة التقييم النهائي للبرنامج العلاجي
٣٣١	عقد عدم الرجوع للانتكاسة

قائمة الجداول والأشكال

- شكل رقم (١) الافتراضات العامة للعلاج المعرفي السلوكي ٣٩
- شكل رقم (٢) يوضح التفكير السلبي عند المكتئب ٤١
- شكل رقم (٣) دورة الاكتئاب ٥٠
- جدول رقم (١) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) من حيث العمر الزمني باستخدام اختبار كا ٢ ١٢٤
- جدول (٢) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) من حيث العمر الزمني باستخدام اختبار كا ٢ ١٢٥
- جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) من حيث أبعاد المقياس الكلينيكي للاكتئاب باستخدام اختبار كا ٢ ١٢٦
- جدول (٤) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) من حيث أبعاد المقياس الكلينيكي للاكتئاب باستخدام اختبار كا ٢ ١٢٧
- جدول (٥) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) ومتوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) في المقياس القلبي من حيث العمر الزمني ١٢٨
- جدول (٦) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) ومتوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية

الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) فى القياس القبلى من حيث	
أبعاد المقياس الكلينيكي للاكتئاب.....	١٢٩
جدول (٧) معاملات الصدق للمقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٣٥
جدول (٨) نتائج التحليل العاملي بعد تدوير المحاور للعامل الأول (المزاج	
المكتئب) (DM).....	١٣٧
جدول (٩) نتائج التحليل العاملي بعد تدوير المحاور للعامل الثانى (القلق /	
الخوف) (AW)	١٣٨
جدول (١٠) نتائج التحليل العاملي بعد تدوير المحاور للعامل الثالث	
(نقص الاهتمام) (DI)	١٣٩
جدول (١١) نتائج التحليل العاملي بعد تدوير المحاور للعامل الرابع (الإرهاق	
المعرفى و البدنى) (CPF)	١٤٠
جدول (١٢) معاملات الثبات (الفا) لأبعاد المقياس الكلينيكي للاكتئاب	
بطريقة كرونباخ	١٤١
جدول (١٣) معاملات الثبات لأبعاد المقياس الكلينيكي للاكتئاب بطريقة إعادة	
التطبيق	١٤٢
طريقة العلاج المعرفى السلوكي القائم على الحاسوب لعلاج الاكتئاب الأساسى	
لدى عينة من الشباب بدولة الإمارات العربية المتحدة.....	١٥٤
طريقة العلاج المعرفى السلوكي المباشر لعلاج الاكتئاب لدى عينة من الشباب	
بدولة الإمارات العربية المتحدة	١٥٨
جدول (١٤) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية	
الأولى (العلاج المباشر) فى القياسين القبلى والبعدى على	
المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٦٨

شكل (٤) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) فى القياسين القبلي والبعدي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٦٩
جدول (١٥) نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٧٠
جدول (١٦) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) فى القياسين القبلي والبعدي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٧٥
شكل (٥) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) فى القياسين القبلي والبعدي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٧٦
جدول (١٧) نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٧٧
جدول (١٨) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) على المقياس الكلينيكي للاكتئاب فى القياس البعدي.....	١٨١
شكل (٦) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج القائم على الحاسوب) على المقياس الكلينيكي للاكتئاب فى القياس البعدي.....	١٨٢
جدول (١٩) الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (العلاج المباشر) فى القياسين البعدي والتتبعي على المقياس الكلينيكي للاكتئاب	١٨٧