



كلية التربية
قسم الصحة النفسية والارشاد
النفسي

برنامج ارشادي تكاملی لخض بعض الاضطرابات الانفعالية لدى عینه من شباب الجامعة.

رسالة مقدمة من الباحثة

أمانی سمير محمد علي

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

تخصص "صحة نفسية وإرشاد نفسي"

اشراف

الدكتور / محمود رامز يوسف	الاستاذ الدكتور / فيوليت فؤاد ابراهيم
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي	استاذ الصحة النفسية والارشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عین شمس	كلية التربية – جامعة عین شمس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Al-Khalil

قال الله تعالى :

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ
الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّيٍّ وَمَا أُوتِيتُمْ
مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا

٨٥

سورة الأسراء

صَدِقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ



كلية التربية

قسم الصحة النفسية
و والإرشاد النفسي

صفحة العنوان

اسم الباحث : أمانى سمير محمد على
الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص "صحة نفسية وإرشاد
نفسى"
القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسي
اسم الكلية : كلية التربية
الجامعة : جامعة عين شمس
سنة التخرج : ٢٠٠٩
سنة المونج : ٢٠١٧



كلية التربية
قسم الصحة النفسية

رسالة دكتوراه

اسم الطالبة : أمانى سمير محمد علي

عنوان الرسالة : برنامج ارشادي تكاملی لخض بعض الاضطرابات الانفعالية لدى عینه من شباب الجامعة.

الدرجة : دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص "صحة نفسية وإرشاد نفسي

"

لجنة الإشراف

١- أ.د. / فيوليت فؤاد إبراهيم
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي - كلية التربية -
جامعة عين شمس

٢- د. / محمود رامز يوسف
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي - كلية التربية -
جامعة عين شمس

تاريخ المنح: ٢٠١٧ / /

الدراسات العليا

أجبرت الرسالة بتاريخ : ٢٠١٧ / / ختم الإجازة :

موافقة مجلس الكلية : ٢٠١٧ / / موافقة مجلس الكلية :

٢٠١٧ / / ٢٠١٧ / /

شکر و تقدیر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

صَدَقَ اللَّهُ بِمَا يَعْلَمُ

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً، والصلوة والسلام على سيدنا محمد خاتم النبيين،
والبعمود رحمة للعالمين وعلى الله وصحبه وسلم ومن إهتدي بهديه إلى يوم الدين
وبعد.....،

أسجد الله حمداً وشكراً وتعظيمياً الذي هداني ويسر أمري ومنحي الصبر والعزم وأعانتي
علي إنجاز هذا العمل المتواضع وما توفيقني إلا بالله عليه توكلت وهو رب العرش العظيم ويقول
خير الخلق كلهم صلى الله عليه وسلم "من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

ومن هنا يسعدني أن أقدم بخالص الشكر و الإحترام، والعرفان بالجميل، ، لأستاذتي ومعلمتي الأستاذ الدكتور / فيوليت فؤاد إبراهيم أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية-جامعة عين شمس. على تفضلها بالإشراف على هذه الرسالة وعلى ما أمدتني به من غزير علمها و منها من ثمين وقتها و تحفizerها من أجل إنجاز هذا العمل، كما اشكر لها سعة صدرها، وحسن خلقها، و سديد توجيهها، فكانت وما زالت نعم القدوة، أمد الله في عمرها، و متعها ب تمام الصحة والعافية، وأسأل الله أن يجزيها عنى خير الجزاء وأن يبارك في علمها و عملها.

كما يمتد شكري وتقديرى لأستاذى الدكتور الفاضل / محمود رامز يوسف مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس على ما أولاًني من اهتمام، وما قدم لي من إشراف كريم وتوجيه وإرشاد؛ فقد كان لعلمه وإرشاداته السديدة دور كبير فى إتمام هذا العمل. فله منى الشكر والتقدير.

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور / إيمان فوزي شاهين أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية -جامعة عين شمس . وكذلك أتقدم بوافر الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور / سميرة أبو الحسن عبد السلام أستاذ وقائم بعمل رئيس قسم التربية الخاصة

بكلية التربية للدراسات العليا بجامعة القاهرة ، لتقاضلهم بقبول المناقشة وإثراء خبراتهم بمالحظتهم البناءة والمثمرة لإخراج هذه الدراسة بصورة لائقة فجزاهم الله عن خير الجزاء .
وأتوجه بالحب والإعزاز والعرفان بالجميل بالشكر إلى والدي المهندس سمير محمد على ووالدي الحبيبة متعهما الله بالصحة والعافية، وأطال الله في عمرهما، فبفضل دعائهما وفقني الله إلى إتمام هذا العمل، ، كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى أخوتي الأعزاء المحاسب احمد ، والمهندس ايها .

كما أتقدم بكل الشكر والتقدير والاحترام لأعضاء قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي، كما أشكر طلاب الدراسات العليا من ساهموا في الجانب التطبيقي وأخص بالشكر طلاب الدبلومه المهنية في التربية بكلية التربية جامعة عين شمس.

والشكر لكل من مد لى يد العون بنصيحة أو توجيه أو معلومة، ممن لا يتسع المجال لذكرهم، وأدعوا الله تعالى أن يثبب الجميع ويجزىهم خيراً.

وما توفيقي إلا بالله عليه توكلت
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.....

الباحثة

مستخلص الدراسة

بعنوان: برنامج ارشادي تكاملی لخض بعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من شباب الجامعة هدفت الدراسة الحالية إلى خض بعض الاضطرابات الانفعالية (القلق- الاكتئاب- الرهاب الاجتماعي) لدى عينة من شباب الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالب وطالبة من جامعة عين شمس جرى تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية ومجموعة ضابطة قوام كل منها (١٠) ، وترواحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٢-٢٥) سنة ، واستخدمت الدراسة استخدمت الباحثة الأدوات التالية:

١. مقياس الاضطرابات الانفعالية (إعداد / الباحثة)
٢. مقياس ستانفورد سبينيه للذكاء الصورة الرابعة (إعداد/ مصرى حنوره، ٢٠١٠)
٣. مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة (إعداد / محمد بيومى خليل، ٢٠١٠).
٤. البرنامج الإرشادي التكاملی (إعداد / الباحثة)

الأساليب الإحصائية:

- ١- معامل ارتباط بيرسون لنکاف مجموعات الدراسة .
 - ٢- معامل تصحيح سبیرمان براون لحساب ثبات مقياس الدراسة باستخدام التجزئة النصفية .
 - ٣- معادلة ألفا كرونباخ لحساب ثبات مقياس الدراسة.
١. اختبار ويکوکسون Wilcoxo لدلاله الفروق بين القياسين القبلي و البعدي.
 ٢. اختبار مان ويتي Test Mann-Whitney لدلاله الفروق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة.

نتائج الدراسة: أسفرت نتائج الدراسة عن التحقق من صحة الفروض، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي التكاملی المستخدم في خض بعض الاضطرابات الانفعالية (القلق- الاكتئاب- الرهاب الاجتماعي) لدى عينة من شباب الجامعة.

الكلمات المفتاحية:

١. الارشاد التكاملی (Integrative Counseling)
٢. الاضطرابات الانفعالية (Emotional Disorders)
 - أ. القلق Anxiety

ب. الاكتئاب Depression

ج. الرهاب الاجتماعي Social phobia

قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
١١-١	الفصل الأول مدخل الدراسة
٥-٢	مقدمة
٧-٥	أولاً: مشكلة الدراسة
٧	ثانياً: هدف الدراسة
٨-٧	ثالثاً: أهمية الدراسة
١٠-٨	رابعاً: مصطلحات الدراسة
١١-١٠	خامساً: حدود الدراسة
٨٣-١٢	الفصل الثاني الإطار النظري والمفاهيم الأساسية للدراسة
١٢	تمهيد:
١٢	أولاً: الإرشاد النفسي التكاملي
١٤-١٢	١. الإرشاد النفسي
١٥-١٤	٢. الإرشاد التكاملي
١٧-١٥	٣. مفهوم الإرشاد النفسي التكاملي
١٩-١٨	٤. أهمية الإرشاد النفسي التكاملي
٢٠-١٩	٥. المبادئ الأساسية للإرشاد التكاملي
٢٦-٢٠	٦. فنون الإرشاد النفسي التكاملي
٢٦	ثانياً الاضطرابات الانفعالية
٢٧-٢٦	١. تعريف الانفعال
٢٧	٢. تصنيف الانفعال
٢٨	٣. تعريف الاضطرابات الانفعالية

رقم الصفحة	الموضوع
٣١-٢٨	٤. تصنیف الاضطرابات الانفعالية
٣٣-٣١	٥. التمييز بين الاضطرابات الانفعالية والمصطلحات المتداخلة معها
٢٣	الاضطرابات الانفعالية في الدراسة وفق المحاور التالية:
٣٤-٣٣	المحور الأول- اضطراب القلق
٣٦-٣٤	١. تعريف القلق
٤٠-٣٦	٢. النظريات المفسرة للقلق
٤٣-٤١	٣. تصنیف القلق
٤٤-٤٣	٤. النظرة التکاملية لأسباب القلق
٤٤	٥. أعراض القلق
٤٧-٤٤	٦. علاج القلق
٤٧	المحور الثاني: اضطراب الاكتئاب
٤٩-٤٨	أولاً: مفهوم الاكتئاب
٥٥-٤٩	ثانياً: أنواع الاكتئاب وأعراضه
٥٥	ثالثاً: الفرق بين الاكتئاب والحزن
٥٦-٥٥	رابعاً: معدل انتشار الاكتئاب
٦١-٥٦	خامساً: النماذج المفسرة للاكتئاب
٦٢-٦١	سادساً: الأسباب والعوامل المهيمنة لنمو الاكتئاب
٦٢	المحور الثالث- الرهاب الاجتماعي
٦٥-٦٣	أولاً: مفهوم الرهاب الاجتماعي
٦٧-٦٥	ثانياً: مظاهر وتكوينات الرهاب الاجتماعي:
٦٧	ثالثاً: الألياف الفرعية للرهاب الاجتماعي
٧٢-٦٨	رابعاً: تشخيص الرهاب الاجتماعي
٨٢-٧٢	خامساً: النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي
٨٢	سادساً: الأضرار المترتبة عن الرهاب الاجتماعي
٨٣-٨٢	خلاصة وتعقيب
١٢٥-٨٤	الفصل الثالث دراسات سابقة
٨٥	تمهيد

رقم الصفحة	الموضوع
١٠٢-٨٥	المحور الأول: دراسات تناولت الاضطرابات الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى
١٢٢-١٠٢	المحور الثاني: دراسات تناولت برامج علاجية لخفض بعض الاضطرابات الانفعالية
١٢٥-١٢٢	تعقب على الدراسات السابقة
١٢٥	فروض الدراسة
١٧٨-١٢٦	الفصل الرابع إجراءات الدراسة
١٢٧	تمهيد:
١٢٧	أولاً: منهج الدراسة
١٣١-١٢٧	ثانياً: عينة الدراسة
١٧٦-١٣١	ثالثاً: أدوات الدراسة
١٧٧-١٧٦	رابعاً: الأساليب الإحصائية
١٧٨	خامساً: إجراءات الدراسة
١٩٩-١٧٩	الفصل الخامس نتائج الدراسة ومناقشتها
١٨٠	تمهيد
١٨٠	أولاً: عرض النتائج طبقاً لفروض الدراسة
١٨١-١٨٠	نتائج التحقق من صحة الفرض الأول
١٨٣-١٨١	نتائج التحقق من صحة الفرض الثاني
١٨٤-١٨٣	نتائج التتحقق من صحة الفرض الثالث
١٩٧-١٨٥	ثانياً : مناقشة النتائج
١٩٨-١٩٧	ثالثاً: خلاصة الفصل
١٩٩-١٩٨	رابعاً: التوصيات والمقترنات
٢٢٨-٢٠٠	قائمة المراجع
٢١٢-٢٠١	أولاً: المراجع العربية
٢٢٨-٢١٢	ثانياً: المراجع الأجنبية
٢٩٨-٢٢٩	ملاحق الدراسة
٢٣٥-٢٣٠	ملحق رقم (١) مقياس الاضطرابات الانفعالية
٢٩١-٢٣٦	ملحق رقم (٢) البرنامج التكاملي المستخدم في الدراسة

رقم الصفحة	الموضوع
٢٩٨-٢٩٢	ملخص الدراسة باللغة العربية
٥-١	ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

قائمة الجداول

رقم الصفحة	رقم الجدول	
١٢٨	يوضح توزيع أفراد العينة (ن = ٢٠)	جدول (١)
١٢٨	دلاله الفروق بين متوسطي رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة	جدول (٢)
١٢٩	دلاله الفروق بين الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الذكاء	جدول (٣)
١٣٠-١٢٩	دلاله الفروق بين الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة على متغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي التفافي للأسرة	جدول (٤)
١٣١	دلاله الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لأبعاد مقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (٥)
١٣٧-١٣٦	أرقام عبارات كل بعد طبقاً للصورة المعدلة للمقياس	جدول (٦)
١٣٨-١٣٧	نسبة اتفاق المحكمين على عبارات مقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (٧)
١٤٣-١٣٩	مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشبعاتها بعد تدوير المحاور	جدول (٨)
١٤٤-١٤٣	درجات تشبع عبارات العامل الأول مرتبة ترتيباً تنازلياً	جدول (٩)
-١٤-١٤٥	درجات تشبع عبارات العامل الثاني ترتيباً تنازلياً	جدول (١٠)
١٤٧-١٤٦	درجات تشبع عبارات العامل الثالث مرتبة ترتيباً تنازلياً	جدول (١١)
١٤٨	معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه	جدول (١٢)
١٤٩	الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (١٣)
١٤٩	قيم معاملات الثبات لمقياس الاضطرابات الانفعالية بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة إعادة تطبيق المقياس	جدول (١٤)
١٧٦-١٦٨	جلسات البرنامج	جدول (١٥)
١٨٠	دلاله الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (١٦)

تابع- قائمة الجداول

رقم الصفحة	رقم الجدول	
١٨٢	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى لمقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (١٧)
١٨٤	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتبعى لمقياس الاضطرابات الانفعالية	جدول (١٨)

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة.
- أولاً: مشكلة الدراسة.
- ثانياً: مدفع الدراسة.
- ثالثاً: أهمية الدراسة.
- رابعاً: مطلعات الدراسة.
- خامساً: حدود الدراسة.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة :

الشباب هم عmad المستقبل، ومصدر التجديد، لذا فإن رقي أي مجتمع يقاس بمدى ما يقدمه لشبابه من رعاية واهتمام من أجل استغلال طاقاته البناءة استغلالاً أمثل للسير بهذا المجتمع نحو مستقبل أفضل.

ويشكل الشباب في المجتمع المصري نسبة لا يستهان بها من حجم السكان الأصلي ، لذا كان من الأهمية بمكان إيلاء هذه الشريحة الهامة من شرائح المجتمع اهتماماً بالغاً نظراً للدور الهام الذي يمكن أن يلعبه الشباب في المسيرة التنموية للمجتمع المصري ، وخصوصاً في هذه المرحلة الهامة من تاريخ المجتمع المصري .

ويواجه الشباب المصري كغيره من الشباب تحديات الحاضر والمستقبل على مختلف الأصعدة تكنولوجياً واجتماعياً وثقافياً وقيميًّا وسياسياً ، مما يجعله يشعر في بعض الأحيان بالاضطراب الانفعالي (القلق- الاكتئاب- الرهاب الاجتماعي) مما يقف حائلاً أمام أتمام مسيرته النمائية ، ومساهمته في بناء المجتمع.

وأصبحت اضطرابات القلق والاكتئاب والرهاب الاجتماعي من الاضطرابات الشائعة في عصرنا الحالي، وأصبحت منتشرة بين فئة الشباب ويرجع ذلك لعدة اسباب منها انخفاض مهارات التواصل وخاصة المهارات الاجتماعية والحياتية وانخفاض بعض جوانب الصحة النفسية كالاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والاستقلالية والاعتماد على الذات والتفاؤل والمرح كما تلعب الخبرات المؤلمة دوراً هاماً وكذلك الادراك الذاتي و بعد الكفاءة (أو الشعور بالدونية) في تفاقم اضطرابات الانفعالية.

وقد يظهر الاكتئاب بوصفه تعبيراً عن خيبة الأمل والإحباط في الحياة وفقدان الموضوع المحبوب، أي قد يظهر نتيجة لانقطاع المدد النرجسي الذي يمنح الإنسان شعوراً ممتنعاً بالوجود، ولكنه شعور خارجي الوجهة لا يترجم الثراء الحقيقي للذات " (محمد إبراهيم عيد، ١٩٩٧ ، ٢٠٤).