



كلية الدراسات العليا للطفولة
قسم الدراسات النفسية للأطفال

فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى عينة من الأطفال المصابين بالسمنة

دراسة مقدمة

للحصول على درجة الماجستير في الدراسات النفسية للأطفال
(قسم الدراسات النفسية للأطفال)

إعداد

منة الله أحمد سالم عبد السلام

إشراف

أ.د/ توفيق عبد المنعم توفيق

أستاذ علم النفس
كلية الآداب
جامعة طنطا والبحرين

أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس
كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٢٠١٨ - ١٤٣٩ هـ - ٢٠١٨ م



صفحة العنوان

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى
عينة من الأطفال المصابين بالسمنة

اسم الطالبة : منة الله أحمد سالم عبد السلام

الدرجة العلمية : ماجستير الدراسات النفسية للأطفال

القسم التابع لها : قسم الدراسات النفسية للأطفال

اسم الكلية : كلية الدراسات العليا للطفولة

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة التخرج :

سنة المنح :



صفحة الموافقة

اسم الطالبة : منة الله أحمد سالم عبد السلام

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى
عينة من الأطفال المصابين بالسمنة

اسم الدرجة : ماجستير الدراسات النفسية للأطفال

لجنة الحكم والمناقشة:

١- أ.د/ فؤادة محمد علي هدية

أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٢- أ.د/ توفيق عبد المنعم توفيق

أستاذ علم النفس - كلية الآداب
جامعة طنطا والبحرين

٣- أ.د/ محمد رزق البحيري

أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

٤- أ.م.د/ هيام صابر شاهين

أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات
جامعة عين شمس

تاريخ البحث: / / ٢٠١٨م

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ

/ / ٢٠١٨م

موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٨م

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٨م

مستخلص الدراسة

اسم الطالبة: منة الله أحمد سالم عبد السلام

عنوان الرسالة: فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى عينة من الأطفال المصابين بالسمنة.

رسالة ماجستير - قسم الدراسات النفسية للأطفال - كلية الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس، ٢٠١٨م.

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى المجموعة التجريبية (عينة الدراسة) من الأطفال المصابين بالسمنة، والتأكد من استمرار تأثير البرنامج - بعد القياس التتبعي- في تنمية الكفاءة الذاتية لدى المجموعة التجريبية من الأطفال المصابين بالسمنة. الإجراءات: تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طفلاً وطفلة مصابين بالسمنة المفرطة قسموا في مجموعتين تجريبية (ن=١٥)، وضابطة (ن=١٥) تراوحت أعمارهم ما بين (٩-١٢) عاماً، وقد تم الاستعانة بأدوات: استمارة بيانات أولية (إعداد: الباحثة)، ومقياس جامعة أسيوط للذكاء غير اللفظي (إعداد: طه المستكاوي، ٢٠٠٠)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: محمد البحيري، ٢٠٠٢)، ومقياس الكفاءة الذاتية للأطفال المصابين بالسمنة (إعداد: الباحثة)، وبرنامج تنمية الكفاءة الذاتية للأطفال (إعداد: الباحثة). النتائج: أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تنمية الكفاءة الذاتية لدى المجموعة التجريبية من الأطفال المصابين بالسمنة.

Keywords

الكلمات المفتاحية

Cognitive-Behavioral Program

١- برنامج معرفي سلوكي

Self-efficacy

٢- الكفاءة الذاتية

Obesity

٣- السمنة

Late childhood

٤- مرحلة الطفولة المتأخرة

شكر وتقدير

الحمد لله الذي هدانا لهذا، فلك الحمد يا رب كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك.

أتوجه بالشكر لكلا من:

أ. د/ محمد رزق البحيري أ.د/ توفيق عبد المنعم توفيق

التي تشرفت بالعمل معهم ضمن هذا العمل العلمي، على كل ما بذلوه من توجيهات قيمة، فهما كانوا نعم الموجه ونعم السند طيلة هذا العمل.

كما أتقدم بالشكر الجزيل للجنة المناقشة على قبولها مناقشة هذا العمل وعلى كل المجهودات المبذولة لتقويمه وتصحيحه ليظهر بحلة معرفية ومنهجية مقبولة .

أ. د / فؤادة محمد علي هدية أ.م.د/ هيام صابر شاهين

كما لا أنسى أن أتقدم بشكري وعرفاني للأساتذة الأفاضل بكلية الدراسات العليا للطفولة على تعاونهم ودعمهم لي فهم الذين رافقوني طيلة سنوات الدراسة ومهدوا لي الطريق لأصل إلى هذا.

كما لا أنسى أن أشكر أمي الحبيبة التي شجعتني وساعدتني وساندتني على اتخاذ هذه الخطوة.

كما لا أنسى أن أشكر زوجي العزيز الذي ساندني ودعمني نفسياً ومعنوياً ووقف بجانبني طيلة إجراء هذه الدراسة.

كما لا أنسى دعم أخواتي وأفراد أسرتي الذين حملوا همي وخففوا عني الأعباء الكثيرة.

كما أتقدم بالشكر إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا البحث جزاهم الله كل خير سائلين المولى عز وجل أن يبارك جهودهم ويجعلها في ميزان حسناتهم يوم القيامة، والله ولي التوفيق.

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
أ - د	الافتتاحية.
هـ	قائمة الموضوعات.
ط	قائمة الجداول.
ك	قائمة الأشكال.
ل	قائمة الملاحق.
١٠-١	الفصل الأول مدخل الدراسة
١	أولاً: مقدمة.
٣	ثانياً: مشكلة الدراسة.
٦	ثالثاً: هدفا الدراسة.
٦	رابعاً: أهمية الدراسة.
٧	خامساً: مفاهيم الدراسة.
٩	سادساً: محددات الدراسة.
٥٢-١١	الفصل الثاني الإطار النظري للدراسة
١٧-١١	أولاً: الإرشاد المعرفي السلوكي:
١١	- تمهيد.
١٢	- مفهوم برامج الإرشاد المعرفي السلوكي.
١٢	- مبادئ الإرشاد المعرفي السلوكي.
١٣	- أهداف الإرشاد المعرفي السلوكي.

الصفحة	الموضوع
١٣	– فنيات الإرشاد المعرفي.
١٤	– دعائم العلاقة بين المرشد النفسي والعميل.
١٥	– عوامل نجاح البرامج المعرفية السلوكية.
٣٠-١٨	ثانيًا: الكفاءة الذاتية:
١٨	– تمهيد.
١٩	– مفهوم الكفاءة الذاتية.
٢٠	– أهمية الكفاءة الذاتية.
٢٠	– أشكال الكفاءة الذاتية.
٢١	– أبعاد الكفاءة الذاتية.
٢٢	– مصادر الكفاءة الذاتية.
٢٤	– الخصائص العامة للكفاءة الذاتية.
٢٦	– العوامل المؤثرة في الكفاءة الذاتية.
٢٧	– نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي وكفاءة الذات.
٣٢-٣١	ثالثًا: مرحلة الطفولة المتأخرة:
٣١	– مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة.
٥٢-٣٣	رابعًا: السمنة لدى الأطفال:
٣٣	– تمهيد.
٣٤	– مفهوم السمنة.
٣٥	– أسباب السمنة.
٣٩	– أسباب ميل بعض الأطفال إلى تناول كمية كبيرة من الأطعمة.
٣٩	– معدل انتشار السمنة.

الصفحة	الموضوع
٤٠	– أنواع السمنة.
٤٣	– تشخيص السمنة.
٤٤	– المشكلات الصحية للسمنة.
٤٧	– أعراض السمنة.
٤٨	– مؤشر كتلة الجسم.
٥٠	– النظريات المفسرة لحدوث السمنة.
٦٠-٥٣	الفصل الثالث دراسات سابقة
٥٣	أولاً: دراسات تناولت الكفاءة الذاتية لدى الأطفال المصابين بالسمنة.
٥٧	ثانياً: دراسات تناولت تنمية الكفاءة الذاتية لدى الأطفال المصابين بالسمنة.
٥٨	• تعقيب على الدراسات السابقة.
٦٠	ثالثاً: فروض الدراسة.
٨٦-٦١	الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها
٦١	أولاً: منهج الدراسة.
٦٢	ثانياً: عينة الدراسة.
٦٧	ثالثاً: أدوات الدراسة.
٨٥	رابعاً: إجراءات تطبيق أدوات الدراسة.
٨٦	خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الصفحة	الموضوع
٨٧-٩٨	الفصل الخامس عرض نتائج الدراسة ومناقشتها
٨٧	أولاً: نتائج الفرض الأول.
٩٠	ثانياً: نتائج الفرض الثاني.
٩٣	ثالثاً: نتائج الفرض الثالث.
٩٥	رابعاً: نتائج الفرض الرابع.
٩٧	خامساً: توصيات الدراسة.
٩٨	سادساً: البحوث المقترحة.
٩٩-١١٣	مراجع الدراسة
٩٩	أولاً: المراجع العربية.
١٠٨	ثانياً: المراجع الأجنبية.
١٨٦-١٩١	ملخص الدراسة باللغة العربية.
1 - 5	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية.

ثانياً: قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦٤	متوسطي الرتب ومجموعهما وقيمتي (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر.	١
٦٥	متوسطي الرتب ومجموعهما وقيمتي (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس جامعة أسيوط للذكاء غير اللفظي.	٢
٦٥	متوسطي الرتب ومجموعهما وقيمتي (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس المستوى الاقتصادي.	٣
٦٦	متوسطي الرتب ومجموعهما وقيمتي (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على مؤشر كتلة الجسم.	٤
٦٧	متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	٥
٧٣	طريقتي حساب ثبات مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال المصابين بالسمنة.	٦
٧٤	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتهما بين عيني الأطفال المصابين بالسمنة والأطفال العاديين على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	٧
٧٥	توزيع عبارات مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال على مكوناته.	٨
٨٠	الأنشطة المفضلة وترتيبها لدى الأطفال المصابين بالسمنة.	٩
٨٧	متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالتهما بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٠

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٨٨	متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١١
٩١	متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W) ودلالاتها بين القياسين قبل وبعد البرنامج للمجموعة التجريبية (ن=١٥) على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٢
٩٢	متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٣
٩٣	متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W) ودلالاتها بين القياسين قبل وبعد البرنامج للمجموعة الضابطة (ن=١٥) على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٤
٩٤	متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٥
٩٥	متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W) ودلالاتها بين القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج للمجموعة التجريبية (ن=١٥) على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٦
٩٦	متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١٧

ثالثاً: قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٦١	التصميم التجريبي المستخدم في هذه الدراسة.	١

رابعاً: قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	رقم الصفحة
١	مقياس الكفاءة الذاتية للأطفال.	١١٤
٢	استمارة بيانات أولية.	١١٨
٣	مقياس جامعة أسيوط للذكاء غير اللفظي.	١٢٠
٤	برنامج معرفي سلوكي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى الأطفال المصابين بالسمنة.	١٣٦

الفصل الأول

مدخل الدراسة

أولاً : مقدمة.

ثانياً : مشكلة الدراسة.

ثالثاً : هدف الدراسة.

رابعاً : أهمية الدراسة.

خامساً : مفاهيم الدراسة.

سادساً : محددات الدراسة.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

أولاً: مقدمة:

تعد الكفاءة الذاتية ذات قيمة تنبؤية تفوق نتائج الفرد المتوقعة، وعادة يمتلك الفرد آراء دقيقة تقريباً عن كفاءته الذاتية، بمعنى أن لديه إحساس جيد بما يمكن أن يفعله وما لا يمكن أن يفعله، ومن الأفضل للفرد أن يبالغ في تقدير ذاته لأنه عندما يقوم بذلك فسوف يزيد احتمال بذله جهداً أكبر في أنشطة تمكنه من تنمية قدرات ومهارات جديدة (فتحي الزيات، ٢٠٠١، ٣٣).

وتعتبر نظرة الطفل لنفسه من أهم العوامل التي تحدد صحته النفسية، حيث أن ردة فعله للمشاكل التي تواجهه تعتمد على نظره لذاته، وثقته بنفسه تؤدي إلى شعوره بالقدرة والكفاءة؛ لأن معظم السلوك الذي يؤدي لتدهور الصحة البدنية والنفسية للطفل يعود إلى غياب الثقة واحترام الذات. فالشعور بالكفاءة الذاتية حاجة إنسانية أساسية يجب إشباعها من أجل صحة نفسية أفضل، والكفاءة الذاتية تؤثر على جميع الخبرات الحياتية. كما إن نظرة الطفل لذاته لا تأتي مع ولادته ولا دخل للوراثة أو الجينات فيها، فالخبرات التي يمر بها الطفل إما أن تولد لديه شعور إيجابي أو سلبي نحو النفس، فالكفاءة الذاتية للطفل هي المحدد الأساسي للنجاح والتفوق، ويمكن تنمية مستوى هذه الكفاءة باستخدام استراتيجيات وبرامج تدريبية مختلفة، ولاشك أن تنمية الكفاءة الذاتية يمكن أن تعزز الإحساس بالجدارة الذاتية والسعي إلى التغلب على المزيد من التحديات.

ويشير مادوكس Maddux إلى أنه يمكن الخروج بمحورين لتطور الكفاءة الذاتية من خلال النظرية المعرفية الاجتماعية.

أولاً: تتأثر الكفاءة الذاتية بتطور القدرة على التفكير المجرد وكذلك فهم العلاقات السببية والقدرة على التأمل الذاتي والملاحظة الذاتية.

ثانياً: يتأثر تطور معتقدات الكفاءة الذاتية لدى الطفل بمدى استجابة البيئة المحيطة له (Maddux, 2002).