



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

دراسة مقارنة بين العلاج المعرفي السلوكي والعلاج المعرفي المدعم بالتنويم الإيحائي
في علاج حالات الاكتئاب المتوسط
(دراسة إكلينيكية تجريبية)

رسالة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه

في الآداب

إعداد الباحثة

شيرين شوقي يوسف

إشراف

د/ ماجي وليم يوسف

أستاذ مساعد علم النفس

كلية البنات جامعة عين شمس

أ. د/ محمد سيد خليل

أستاذ علم النفس

كلية الآداب جامعة عين شمس

د/ محمد السيد محمد رمضان

أستاذ الطب النفسي

كلية الطب جامعة الأزهر

جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
إدارة الدراسات العليا

تاريخ موافقة مجلس الكلية على تشكيل لجنة الحكم والمناقشة

فحص / في / / م ، وتتكون من :
مناقشة

- 1- الأستاذ الدكتور /
- 2- الأستاذ الدكتور /
- 3- الأستاذ الدكتور /
- 4- الأستاذ الدكتور /

تاريخ موافقة مجلس الكلية على التوصية بمنح الطالب درجة

ماجستير / في / / م
دكتوراه

الموظف المختص مدير الإدارة أ.د/ وكيل الكلية

بسم الله الرحمن الرحيم

" وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا "

صدق الله العظيم



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

اسم الباحثة: شيرين شوقي يوسف.

القسم: قسم علم النفس.

الدرجة العلمية: الدكتوراه.

اسم الكلية: كلية البنات للآداب والعلوم والتربية.

الجامعة: جامعة عين شمس.

سنة امنح: ٢٠١٩



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية

قسم علم النفس

رسالة دكتوراه

دراسة مقارنة بين العلاج المعرفي السلوكي والعلاج المعرفي المدعم بالتنويم الإيحائي في علاج حالات الاكتئاب المتوسط (دراسة إكلينيكية تجريبية)

اسم الباحثة: شيرين شوقي يوسف.

القسم: قسم علم النفس.

الدرجة العلمية: دكتوراه.

لجنة الإشراف والحكم:

أ.د/ محمد سيد خليل: أستاذ علم النفس المتفرغ بكلية الآداب - جامعة عين شمس.
أ.د/ محمد عبد الفتاح المهدي: أستاذ الطب النفسي بكلية الطب - جامعة الأزهر.
د/ ماري عبد الله حبيب: أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات - جامعة عين شمس.
د/ ماجي وليم يوسف: أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات - جامعة عين شمس.

تاريخ البحث: / /

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ / / ٢٠١٩
موافقة مجلس الجامعة
٢٠١٩ / /

ختم الإجازة
موافقة مجلس الكلية
٢٠١٩ / /

مستخلص الدراسة

بمعنوان: دراسة مقارنة بين العلاج المعرفي السلوكي والعلاج المعرفي المدعم بالتنويم الإيحائي
في علاج حالات الاكتئاب المتوسط

(دراسة إكلينيكية تجريبية)

اسم الباحثة: شيرين شوقي يوسف
الكلية: كلية البنات للآداب والعلوم
الدرجة العلمية: دكتوراه في علم النفس.
الجامعة: جامعة عين شمس.
السنة: ٢٠١٩

لجنة الإشراف:

أ.د/ محمد سيد خليل أستاذ علم النفس المنقرغ - كلية الآداب - جامعة عين شمس.
د/ ماجي وليم يوسف أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس.
أ.د/ محمد السيد رمضان أستاذ الطب - كلية الطب - جامعة الأزهر.

هدفت الدراسة الحالية الى تفسير وتوضيح الفرق بين فعالية برنامج العلاج المعرفي السلوكي المدعم بالتنويم الإيحائي وبرنامج العلاجي المعرفي السلوكي بمفرده في علاج الاكتئاب المتوسط. ولتحقيق ذلك استخدم المنهج التجريبي وتضمنت الدراسة (12) فرداً تسع اناث وثلاث ذكور تراوحت أعمارهم بين (٣٦ - ٥٠) من مستويات اقتصادية متقاربة (مرتفعة)، متعلمين تعليم عالي. طبق عليهم مقياس بيك لقياس شدة الاكتئاب قبل وبعد البرنامج العلاجي وطبق عليهم الأدوات التالية: استمارة جدول النشاط الأسبوعي من اعداد الباحثة، قائمة سجل الأفكار اعداد سليمان الغديان، استمارة الأنشطة السارة اعداد الباحثة، استمارة متابعة الواجب المنزلي اعداد الباحثة، نصوص جلسات التنويم الإيحائي، استمارة التقييم النهائي اعداد الباحثة، وقامت الباحثة برصد أهم وأحدث الدراسات التي أجريت في هذا المجال، واستعانت الباحثة بالأساليب الإحصائية التالية اختبار ويلكوكسون، اختبار مان ويتني لمقارنة نتائج المجموعتين التجريبيتين، ثم جاءت النتائج التالية: انخفاض الأعراض الاكتئابية التي تم قياسها عن طريق قائمة بيك، تحسنت المجموعتين محل الدراسة حيث انخفضت درجاتهما على قائمة بيك بعد انتهاء مرحلة العلاج، ثبتت فاعلية الاسلوبين في العلاج ولكن تفوق برنامج العلاج المعرفي السلوكي المدعم بالتنويم الإيحائي عن برنامج العلاج المعرفي السلوكي بمفرده في علاج الأعراض الاكتئابية .

الكلمات المفتاحية : العلاج المعرفي السلوكي - الاكتئاب المتوسط - العلاج المعرفي السلوكي المدعم بالتنويم الإيحائي .

Abstract

**A comparative study between cognitive behavioral therapy and cognitive therapy
subsidized Hypnotherapy placebo in the treatment of depression average
(Experimental clinical study)**

The present study is aimed at explaining and clarifying the difference between the effectiveness of CBT supported by hypnotherapy and CBT alone in the treatment of mild depression. To achieve this, the experimental method was used. The study included (12) individuals, nine females and three males between the ages of (36 – 50) from close economic levels (high) and with a high level of education. The Peak Scale was used to measure the severity of depression before and after the therapeutic program and the following tools were applied: The homework follow-up form prepared by the researcher, transcripts of hypnosis sessions and a final evaluation form prepared by the researcher. Decreased depressive symptoms measured by the Beck List was noticed. The two groups in the study improved as their scores on the Beck List decreased after the end of the treatment phase. Hypnotherapy supported by the CBT program alone in the treatment of depressive symptoms proved to be more effective.

Keywords: Cognitive Behavioral therapy – Moderate Depression – Hypnotherapy – Cognitive Behavioral Hypnotherapy.

پہراء

لی روح بی وانی

پہریم کل نجاح وصلت ایہ وکل نجاح قد اصل ایہ

عرفانا و حبا و اکثر..

شكر وتقدير

"الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي بِنِعْمَتِهِ تَتِمُّ الصَّالِحَاتُ"

الحمد لله حمداً طيباً مباركاً كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه .. أحمد الله العلي القدير لما حباني من نعم لا تعد ولا تحصى، أحمدك ربي وأشكرك على أن يسرت لي إتمام هذا العمل على الوجه الذي أرجو أن ترضى به عني، وأحتسب هذا العمل خالصاً لوجهك الكريم، وأن يكون علم ينتفع به. وبعد ..

فإنه يطيب لي في هذا المقام أن أتوجه بجزيل الشكر والعرفان وعظيم الامتنان إلى أستاذي الفاضل وقدوتي ومعلمي الأستاذ الدكتور / محمد سيد خليل لما قدمه لي من دعم على المستوى العلمي فلم يبخل علي أبداً بأي جهد أو وقت وكانت توجيهاته لي سديدة طيلة مراحل دراستي الجامعية فقد كان لي عظيم الشرف أن أكون أحد تلامذته، وقد شرفت بأن يكون مشرفي في نيل درجة الماجستير، وأخيراً وليس آخراً في مراحل الدراسة الحالية، فجاءت هذه الرسالة ثمرة لغزارة علمه وتشجيعه لي على البحث عن كل ما هو جديد ونافع، فجزاه الله عني وعن كل تلامذته كل الخير، أما ما قدمه لي على المستوى الإنساني فهو لا يأتي إلا من أب حقيقي حنون كما عهدناه أنا وزملائي في كل المواقف والأزمات التي مرت علينا، فلن يغيب عن بالي طيلة حياتي أنه كان بجانبني جنباً إلى جنب في آخر لحظة ودعت فيها أُمي الحبيبة إلى مثواها الأخير رحمة الله عليها، فله مني كل الشكر والتقدير والعرفان الذي لن ينتهي ماحييت، بارك الله لنا فيه ومتعه بالصحة والعافية.

وفي هذا المقام أتوجه بوافر الشكر والتقدير، وعظيم الامتنان إلى الأستاذة الدكتورة / ماجي وليم يوسف التي أعطتني من جهدها ووقتها وعلمها الوافر ولم تمل يوماً من توجيهي وتشجيعي، واعتبرت إشرافها علي بمثابة نعمة من الله عز وجل، لما عاهدته بها من رحابة الصدر والنصح والاستماع لي بحب ودعم وتشجيع لا يأتي إلا من قلب أم قبل أن تكون معلمة وأستاذة، جزاها الله عني وعن كل من عرفها كل الخير، فهي إنسانة بكل ما تحملها الكلمة من معنى، حفظها الله ومتعها بوافر الصحة والعافية .

كما لا يسعني إلا أن أتوجه بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / محمد السيد رمضان لما قدمه لي من علم وافر ووقت ودعم علمي ونفسي.

كما أتقدم بأسمى معاني الشكر وعظيم الامتنان لعضوي لجنة المناقشة الأستاذ الدكتور / محمد المهدي أستاذ الطب النفسي بجامعة الأزهر، والأستاذة الدكتورة / ميري حبيب أستاذ علم النفس بكلية البنات جامعة عين شمس، لتفضلهما بقبول مناقشة هذه الرسالة، وبذلهم الجهد والوقت في قراءتها