كليـــة التربيـــة
قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة

رسالة مقدمة من الباحث

رجب أحمد مصطفى شلبي

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص: صحة نفسية وإرشاد نفسي)

إشـــــــــراف

أ.د/ سيد محمد صبحي

عميد كلية التربية النوعية الأسبق

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية/ جامعة عين شمس

أ.م.د/ إيمان لطفي إبراهيم محمد

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد

كلية التربية/ جامعة عين شمس

١٤٤١هـ - ٢٠٢٠م

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿قَالُواْ سُبْحَانَكَ لاَ عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيم﴾

(سورة البقرة : {٣٢})

صدق الله العظيم

كليـــة التربيـــة
قســم الصحة النفسيــة
والإرشاد النفسي

رسالة دكتوراه

اســـــم الباحـــــث : رجب أحمد مصطفى شلبي

عنـــوان الدراســـة : "برنامــج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة" .

لجنة الإشراف

أ. د/ سيد محمد صبحي : أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي
كلية التربية ـ جامعة عين شمس

أ.م. د/ إيمان لطفي إبراهيم محمد : أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المساعد
كلية التربية ـ جامعة عين شمس

لجنة المناقشة

الدراسات العليا

ختم الاجازة **أجيزت الرسالة بتاريخ / / ٢٠٢٠**

موافقة مجلس الكلية / / ٢٠٢٠ **موافقة مجلس الجامعة**

كليـــة التربيـــة
قسـم الصحة النفسيـة
والإرشاد النفسي

صفحـــــة العنـــــوان

عنـوان الرسـالة : **" برنامــج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة ".**

اســم الباحــث : رجب أحمد مصطفى شلبي .

الدرجة العلمية : دكتوراه الفلسفة في التربية .

القسم التابع له : الصحة النفسية والإرشاد النفسي .

اســـم الكليـــة : التربية .

اســم الجامعــة : عين شمس .

ســـنة التخـــرج : ١٩٩٧ م .

ســـنة المـــنح :

مستخلص الرسالة

رسالة للباحث : رجب أحمد مصطفى شلبي ، بعنوان: "فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة" . وهدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة . وتكونت عينة الدراسة الحالية من (٢٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة جنوب الوادي يتم انتقاؤهم من عينة استطلاعية بلغ قوامها (١٦٠) تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٧-٢٤) عام ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) متساويتين ومتجانستين . وكانت أدوات الدراسة : (مقياس الانتماء (إعداد /الباحث) ، مقياس توكيد الذات (إعداد/ الباحث) ، برنامج معرفي سلوكي (إعداد/ الباحث) . وأسفرت نتائج الدراسة عن التحقق من صحة فروضها مما يدل على فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تنمية الانتماء وتوكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة . الكلمات الافتتاحية: (الإرشاد المعرفي السلوكي – الانتماء – توكيد الذات– طلبة الجامعة) .

Abstract

A thesis for the researcher: Ragab Ahmed Mostafa Shalaby, entitled: "The effectiveness of a behavioral knowledge program for developing affiliation and self-affirmation among a sample of university students." The study aimed to verify the effectiveness of a behavioral cognitive program for developing affiliation and self-affirmation among a sample of university students. The current sample of the study consisted of (20) male and female students from the South Valley University, who are drawn from an exploratory sample of (160) whose time ranges between (17-24) years, and they were divided into two groups (experimental and controlling) equal and homogeneous. The study tools were: (Affiliation scale (preparation / researcher), self-affirmation scale (preparation / researcher), behavioral knowledge program (preparation / researcher) . Verifying the validity of its hypotheses, which indicates the effectiveness of the behavioral cognitive program in developing affiliation and self-affirmation among a sample of university students Opening words: (Behavioral cognitive counseling - affiliation - self-affirmation - university students).

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

"**قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا ۖ إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ**" صدق الله العظيم(سورة البقرة: آية ٣٢)

أحمد الله الذي علم بالقلم ، علم الإنسان مالم يعلم ، الحنان المنان ، الملك القدوس ، مدبر الليالي والأيام ، مصرف الشهور والأعوام ، قدر الأمور فأجراها على أحسن نظام ، فما شاء كان وما لم يشأ لم يكن ، الحمد لله على ما أنعم به عليَّ من فضله الخير الكثير والعلم الوفير وأعانني على إنجاز هذا العمل الذي احتسبه عبادة من العبادات ، جعلها خالصة لوجهه الكريم .

وانطلاقًا من قوله تعالى "**بَلِ اللَّهَ فَاعْبُدْ وَكُن مِّنْ الشَّاكِرِينَ**" ، وقول الرسول **صلى الله عليه وسلم (من لا يشكر الناس لا يشكر الله)** ، فإني أتقدم بالشكر الجزيل وعميق التقدير إلى **الأستاذ الدكتور / سيد محمد صبحي أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية – جامعة عين شمس وعميد كلية التربية النوعية الأسبق – جامعة عين شمس** ، ومقرر شعبة الرعاية الاجتماعية بالمجالس القومية المتخصصة ، عضو المجمع العلمي بجمهورية مصر العربية على ما أسدى لي من النصح المفيد ، وما أغدقه عليَّ من توجيهٍ سديد ، فأفاض من لطائف علمه الكثير ، كما كان لخلقه الكريم وصبره الجميل وسعة صدره الأثر الطيب في نفسي، مما جعلني لا أتردد في تحمل عناء السفر للقائه ، والاستزادة من علمه ، فالله أسأل أن يجزيه عني وعن طلاب علمه خير الجزاء ويعطيه خير العطاء .

كما أتقدم بالشكر الجزيل والثناء العظيم إلى **الدكتوره / إيمان لطفي إبراهيم الأستاذ المساعد بقسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية – جامعة عين شمس** على ما قدمته لي من علم نافع وعطاء متميز ، وعلى ما بذلته معي من جهد متواصل ونصح وتوجيه من بداية مرحلة البحث حتى إتمام هذه الرسالة ، فمهما كتبت من عبارات وجمل فإن كلمات الشكر تظل عاجزة عن إيفائهما حقهما ، فجزاهما الله عني خير الجزاء وجعل ذلك في موازين حسناتهما .

ثم أتقدم إلى أعضاء اللجنة المناقشة بخالص شكري وتقديري واحترامي على تفضلهما بالموافقة على مناقشة هذا العمل المتواضع ، وهما **الأستاذ الدكتور/ بطرس حافظ بطرس أستاذ وعميد كلية رياض الأطفال – جامعة القاهرة ، والأستاذة الدكتوره / إيمان فوزي شاهين أستاذ الصحة النفسية ، ورئيس قسم الصحة النفسية سابقًا بكلية التربية – جامعة عين شمس ،** واللذين شرفت بتكرمهما بمناقشة رسالتي مع علمي بمدى انشغالهما وكثرة المسئوليات التي

يتحملانها ، وبالرغم من ذلك فقد تفضلا بقبول المناقشة فلهما مني جزيل الشكر والاحترام والعرفان .

كما أتقدم بالدعاء بالرحمات إلى والديَّ وأخي رحمهم الله رحمة واسعة ، وتقبلهم عنده في الصالحين.

والشكر موصول لزوجتي الفضلى أم أولادي التي لم تألو جهدًا في دفعي إلى الأمام مستأنسًا بحديثها مستقوياً بدعائها ، وبعدها الشكر لأولادي رفيدة وعبدالرحمن ورزان ، بارك الله لي فيهم . والشكر كل الشكر لأخوتي وأهلي جميعًا على دعائهم لي بالتوفيق والسداد .

وأخص بالشكر والتقدير من دعموني وساندوني لإنهاء هذا العمل المتواضع السيدة الفُضْلى والدة زوجتي ، ووالد زوجتي لهما مني كل التقدير والاحترام ، وكذلك إخوتها ، اللذين هم بمثابة إخوتي .

وكما أتقدم بالشكر والعرفان لجامعة جنوب الوادي والمتمثلة في عينة البحث من طلاب الجامعة .

و لا يفوتني أن أتقدم بخالص شكري وتقديري وعرفاني لكل من قدم لي يد العون والتشجيع في سبيل إنجاز هذه الرسالة المتواضعة ، سائلًا المولى عز وجل أن يتقبل مني هذا العمل خالصًا لوجهه الكريم .

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين ...

البـاحث

قائمة المحتويات

الموضـــــوع	رقم الصفحة
الآية	أ
صفحة العنوان	ج
مستخلص الرسالة عربي	د
مستخلص الرسالة إنجليزي	هـ
شكر وتقدير	و
قائمة المحتويات	ح
قائمة الجداول	ل
قائمة الملاحق	م
الفصـــل الأول: مدخـــل الدراســـة	**١-٩**
مقدمـــــــة	٢
أولاً : مشكلـــة الدراســـة.	٥
ثانيـــاً : هـــدف الدراســـة.	٦
ثالثـــاً : أهميـــة الدراســـة.	٦
رابعـــاً : مصطلحـات الدراســة.	٧
خامساً : حـــدود الدراســـة.	٩
الفصـل الثانـــي: الإطـــار النظـــري والمفاهيـــم الأساسيـــة	**١٠-٦٠**
تمهيـــــــد	١١
المحـــور الأول: الإرشاد المعرفي السلوكي	**١١- ١٧**
أولاً : مفهوم الإرشاد المعرفي – السلوكي.	١٢
ثانيـــاً : خصائص المعتقدات العقلانية، واللاعقلانية.	١٥
ثالثـــاً : أهداف العلاج المعرفي السلوكي.	١٥
– تعقيب على المحور الأول .	١٧
المحـور الثانـي: الانتمـــاء	**١٧-٣١**
أولاً : تعريف الانتماء.	١٨

الموضـــــوع	رقم الصفحة
ثانيـــاً : النظريات المفسرة للانتماء.	٢٣
ثالثـــاً : أنــواع الانتمـــاء.	٢٤
رابعـــاً : مجالات الانتماء.	٢٨
خامساً : العوامل المؤثرة في الانتماء بالإيجاب والسلب.	٣٠
تعقيب على المحور الثاني.	٣١
المحور الثالث: توكيد الذات	**٣٢-٥٢**
أولاً : مَفهوم توكيد الذات.	٣٢
ثانيـــاً : النظريات المفسرة للتوكيدية.	٣٧
ثالثـــاً : مفاهيم مرتبطة بتوكيد الذات.	٣٩
رابعـــاً : أبعاد ومهارات ومكونات السلوك التوكيدي.	٤٣
خامساً : مزايا توكيد الذات.	٤٩
سادساً : أساليب النظرية السلوكية المعرفية في الارتقاء بالسلوك التوكيدي	٥٠
سابعاً : التدريب التوكيدي في مجال الإرشاد النفسي.	٥١
تعقيب على المحور الثالث.	٥٢
المحور الرابع: الشباب الجامعي	**٥٣-٥٨**
أولاً : مفهوم الشباب.	٥٣
ثانيـــاً : خصائص مرحلة الشباب.	٥٥
ثالثـــاً : مشكلات الشباب.	٥٥
رابعـــاً : الشباب وتوكيد الذات.	٥٧
- تعقيب على المحور الرابع .	٥٨
- تعقيب على الإطار النظري.	٥٨
الفصـل الثالـــث: دراســات سابقـــة	**٦٢-٨٠**
تمهيـــــــــد	٦٢
المحـــــور الأول : دراسات سابقة تناولت الانتماء وعلاقته ببعض المتغيرات.	٦٢
المحـــــور الثاني : دراسات سابقة تناولت توكيد الذات وعلاقته ببعض المتغيرات.	٦٨
المحـــــور الثالث : دراسات تناولت الانتماء وتوكيد الذات.	٧١
تعقيـب عام علـى الدراســات السابقة.	٧٧
فـــــروض الدراســـة.	٧٩

الموضوعات	رقم الصفحة
الفصـل الرابـــع: الإجراءات المنهجية للدراســة	**٨٢-١٢٢**
تمهيـــــد	٨٢
أولاً : منهـــــج الدراســـة.	٨٢
ثانيـــاً : عينـــــة الدراســـة.	٨٢
ثالثـــاً : أدوات الدراســـــــة.	٨٥
رابعـــاً : الأساليب الإحصائيـــة.	١٢١
خامساً : خطوات الدراسة.	١٢٢
الفصـــل الخامـس: نتائـــج الدراســـة ومناقشتهـــا	**١٢٤-١٤٢**
تمهيـــــــــد	١٢٤
أولاً : نتائج التحقق من الفرض الأول.	١٢٤
ثانيـــاً : نتائج التحقق من الفرض الثاني.	١٢٦
ثالثـــاً : نتائج التحقق من الفرض الثالث.	١٢٧
رابعـــاً : نتائج التحقق من الفرض الرابع.	١٢٩
خامساً : نتائج التحقق من الفرض الخامس.	١٣٠
سادساً : نتائج التحقق من الفرض السادس.	١٣١
سابعـاً : مناقشـــة نتائـج الدراســـة.	١٣٢
ثامنـــاً : تعقيب عام على النتائج.	١٤٠
تاسعـاً : التطبيقات التربوية والتوصيـــــات.	١٤١
عاشراً : البحوث والدراسات المقترحـة.	١٤٢
المراجـــــــع	**١٤٤-١٦٩**
أولاً : المراجـــع العربيـــــة.	١٤٤
ثانيـــاً : المراجـــع الإنجليزيـة.	١٦٣
- الملاحق	١٧١-٢٤٠
- ملخـص الدراســة باللغة العربية.	٢٤٢-٢٤٥
- ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية.	١-٥

ثانياً: قائمـة الجـداول

رقم الجدول	عنوان الجداول	رقم الصفحة
جدول (١)	قيمة (U) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة بالنسبة لمتغير العمر الزمنى	٨٣
جدول (٢)	قيمة (U) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي	٨٣
جدول (٣)	قيمة (U) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى لأبعاد مقياس الانتماء والدرجة الكلية للمقياس	٨٤
جدول (٤)	قيمة (U) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى مقياس توكيد الذات والدرجة الكلية للمقياس	٨٥
جدول (٥)	أرقام العبارات لمقياس الانتماء	٨٦
جدول (٦)	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة على بعد "الانتماء للدين"	٨٧
جدول (٧)	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة على بعد "الانتماء للأسرة"	٨٨
جدول (٨)	الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة على بعد "الانتماء للوطن.	٨٨
جدول (٩)	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " ودلالة الفروق بين درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة على مقياس الانتماء.	٨٩
جدول (١٠)	معاملات الارتباط ودلالتها الإحصائية بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الانتماء.	٨٩
جدول (١١)	معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الانتماء.	٩١
جدول (١٢)	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ	٩١
جدول (١٣)	قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الانتماء .	٩٢
جدول (١٤)	معاملات الارتباط بين درجات بنود مقياس توكيد الذات.	٩٤

رقم الجدول	عنوان الجداول	رقم الصفحة
جدول (١٥)	صدق الاتساق الداخلي لمقياس توكيد الذات لطلاب الجامعة	٩٥
جدول (١٦)	المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لتقديرات المستوى الأعلى والأدنى على مقياس توكيد الذات.	٩٥
جدول (١٧)	معاملات ثبات المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس توكيد الذات لشباب الجامعة.	٩٦
جدول (١٨)	معاملات ثبات ألفا كرونباخ للمقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس توكيد الذات لطلاب الجامعة.	٩٦
جدول (١٩)	معاملات ثبات مقياس توكيد الذات بطرثقة التجزئه النصفية لشباب الجامعة.	٩٧
جدول (٢٠)	جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوك	١١٤
جدول (٢١)	قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلى والبعدي على أبعاد مقياس الانتماء، والدرجة الكلية.	١٢٥
جدول (٢٢)	قيمة (u) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على أبعاد مقياس الانتماء والدرجة الكلية.	١٢٦
جدول (٢٣)	قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس الانتماء، والدرجة الكلية.	١٢٧
جدول (٢٤)	قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلى والبعدي على مقياس توكيد الذات.	١٢٩
جدول (٢٥)	قيمة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس توكيد الذات (u) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة.	١٣٠
جدول (٢٦)	قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على . مقياس توكيد الذات	١٣١

ثالثاً: قائمة الملاحـــــق

رقم الملحق	عنوان الجدول	رقم الصفحة
- ملحق (١)	الصـــورة الأولية لمقياس الانتمـــاء	١٧١-١٧٥
- ملحق (٢)	الصورة الأولية لمقياس توكيد الذات	١٧٦-١٧٩
- ملحق (٣)	الصـــورة النهائية لمقياس الانتمـــاء	١٨٠-١٨٤
- ملحق (٤)	الصورة النهائية لمقياس توكيد الذات	١٨٥-١٨٩
- ملحق (٥)	جلســات البرنامـج الإرشـادي المعرفي السلوكي	١٩٠-٢٤٠

الفصـل الأول
مـدخــل الدراسـة

مقدمـــة:

يعد الانتماء أمر فطري موجود داخل النفس البشرية ، فقد بدأ مع الإنسان قبل أن ينفخ الله فيه الروح ، فالنطفة تسبح إلى انتمائها لتكون البويضة في قرار مكين ، ثم تتكون العلقة التي تنتمي إلى جدار الرحم ، وعندئذ تشعر بالأمن ، فيبدأ الجنين بالنمو بأمر الله ، وعندما تنفصل العلقة عن جدار الرحم تكون قد غيرت انتماءها إلى شيء آخر ، وهو الحبل السري ، وعندما تحين الولادة يخرج الجنين باكياً ، وعندما تتناوله الأيدي أو تضمه الأم ، فيشعر بوجود الانتماء، فيهدأ أو يسكت .

ويشير مفهوم الانتماء إلى انتساب الفرد لكيان ما يكون متوحداً معه مندمجاً ومنصهراَ داخله ، نظراً لأنه عضو مقبول في هذا الكيان ، يشعر فيه بالأمان ، وهذا الكيان إما أن يكون جماعة أو طبقة ، أو وطناً يتشرف الفرد بالانتساب إليه .

والانتماء بهذا المعنى حاجة فطرية ، وهو أيضاً حاجة نفسية طبيعية ، وشعور داخلي لدى الفرد ، واحتياج إنساني للحب والأمان وتقدير الذات ، حيث يشعر فيه الفرد بأنه جزء من جماعة ينتمي إليها ، وتشعره بالفخر والاعتزاز بالنفس والاستقرار ، والقدرة على مقاومة الضغوط النفسية (صفاء صديق محمد أحمد، ٢٠١٥ :٥) .

والإنسان في بحثه الدؤوب عن ذاته وكيانه الفردي والاجتماعي لا يحتاج إلى مفهوم إيجابي عن الذات فقط ولكنه يحتاج أيضاً إلى تأكيد ذاته في مواجهة ما يقابله من تحديات وصعوبات . حيث إن إحجام الفرد عن التعبير عن مشاعره بصدق وأمانة في المواقف المختلفة ومع الأشخاص المختلفين من الأسباب الرئيسية للاضطراب ؛ ذلك لأن قمع التعبير عن المشاعر يعمل على زيادة النزعات العصابية ويؤدي بالفرد إلى الشعور بالنقص وخيبة الأمل وعدم الشعور بالأمن إلا إذا كان هناك شخص يستطيع أن يعتمد عليه ويحميه ويدافع عنه ، ويقدم له النصائح ويحمل عنه المسؤولية ، وهو أمر قل أن يوجد ومن النادر أن يستمر في حالة وجوده (قيس علي ،٢٠١١ :١٣٢) .

كما أن تشكل السلوك التوكيدي لا يعتبر أمراً موروثاً لدى الإنسان ، إنما يمر عبر مراحل متعددة ابتداءً من طفولته ، إن تشكل هذا السلوك يتم عن طريق التواصل والتفاعل مع البيئة المحيطة ، وإن هذا التشكل ينمو ويتطور مع نمو الإنسان ، كما أن التنشئة الاجتماعية التي ينمو فيها الطفل ، لها تأثير كبير في تكوين الأفكار والمشاعر والاتجاهات ؛ حيث يتأثر السلوك التوكيدي بشكل كبير بعلاقة الطالب بمعلميه ، فللمعلمين دور كبير في تشكيل السلوك التوكيدي لدى الطلاب ، فمن خلال عمليتي الثواب والعقاب يتشكل مفهومه لذاته وهذا يعزز تشكيلة سلوكه التوكيدي وذلك من خلال القيم والمعايير الأخلاقية التي يُطلب منه القيام بها (شارلز شيفر؛ وهوارد ميلمان، ٢٠٠١ :٨٧) .